



EGÉSZSÉG CENTRUM

A Debreceni Egyetem Orvos- és Egészségtudományi Centrum ismeretterjesztő lapja IV. évfolyam 1. szám • 2007. tavasz Ingyenes kiadvány



A TARTALOMBÓL: A titokzatos inzulin • A dendritikus sejteket felfedezője a díj • A Kapcsolat napja • Életkorral nő a vérnyomás • Nehézlégzés, köhögés, zihálás • Szerelem • Gyermekorvosra várva • A tetoválás és eltávolítása • Képzünk az Onkológiai Tanszék (cikkünk a 7. oldalon)

**GYÓGYÁSZATI SEGÉDESZKŐZ SZAKÜZLET
MED-INCO KFT.**

Nálunk minden receptre és recept nélkül kapható gyógyászati segédeszközt és kötszert megtalál.

Debrecen, Széchenyi u. 2.

Tel.: 52/453-570 Nyitva: h.-p. 9-18-ig, szo. 9-13-ig

Omron vérnyomásmérők a legjobb minőségben kaphatók:



Accucheck Aktiv digitális vérnyomásmérő
14 498 Ft-ról
129 990 Ft-ra



Dcont personal (digitális vércukorszintmérő)
9 000 Ft

**TRICHOCENTER
HAJGYÓGYÁSZ STÚDIÓ**

Hajunk tükrözi szervezetünk testi, lelki és egészségi állapotát: bármilyen romlása egyensúlyvesztésre figyelmeztet.

A leggyakoribb, betegségekre utaló panaszok:
HAJHULLÁS, ZSÍROSODÁS, HAJRITKULÁS, KORPÁSODÁS

A hajszerkezet, a fejbőr és a hajhagyma vizsgálatát mikrokamera segítségével végezzük el.

A diagnózis felállása után természetes alapanyagú terápiás hajkondicionálókkal végezzük a kezelést. A gyógyulást kontrollvizsgálatokkal ellenőrizzük.

Vizsgálat telefonos előjegyzés alapján: **06-30/4-88-22-66**



■ Általános, szaknyelvi és vállalati nyelvórák minden szinten

■ Akkreditált nemzetközi francia nyelvvizsgák (DELF-DALF)

■ Anyanyelvű oktatók

■ **600 Ft-tól/óra** (diák és egyéb kedvezmények)

■ Könyvtár és médiatár

■ Kulturális programok

Alliance Française - Debrecen
Debreceni Kulturális Egyesület
Nyelviskola és vizsgaközpont



4025 Debrecen, Piac u. 39.,
Tel: 52/538 026 e-mail: debrecen@af.org.hu

EUROVIT® multivitamin felnőtteknek

30 db
60 db

www.teva.hu



Évente kétezer-egyszázkilencven kilométert úszom.

Tizennyolcezer-háromszázhuszszor dobok kapura. Kilencszáztizzenhat órát edzem. Nyolcvan meccset játszom. Pedig csak 998 forintot költök multivitaminra havonta. És Ön?

Varga Dániel
Varga Dániel vízilabdázó



EUROVIT® – alapvitamin a mindennapok hőseinek!

Kapható a gyógyszerárakban.

Az EUROVIT® multivitamin felnőtteknek 30 aktív hatóanyagot, köztük luteint, likopint, rutint és FABA-t tartalmazó komplex étrend-kiegészítő filmtabletta vitaminokkal, ásványi anyagokkal és nyomelemekkel. Adagolás: Felnőtteknek napi egy filmtablettát javasolt. Fogyasztása hozzájárul a szervezet fokozott vitamin-, ásványi anyag- és nyomelemtartalékainak biztosításához, ezáltal a jó közérzet és teljesítmény fenntartásához, az ellenállóképeség megőrzéséhez. Az étrend-kiegészítő nem helyettesíti a kiegyensúlyozott vegyes étrendet. *Ajánlott fogyasztási ár.

Ingyenes lapunkat a klinikák portásaitól, az intézetvezető főnövektől és a betegfelvételi irodákon kérhetik el olvasóink.

Kedves Olvasóink!

Az ország negyedik legjobb kara

A Debreceni Egyetem Orvos- és Egészségtudományi Centrum kiemelkedő oktatási tevékenysége alapján a hallgatói visszajelzések nyomán az Általános Orvostudományi Kar a negyedik helyet érte el az ország egyetemi karai közül – ismertette a HVG. Most kezd beérni rég elkezdett munkánk gyümölcse, az, hogy a dékáni vezetés odafigyel a hallgatói visszajelzésekre, komolyan veszi a magyar és külföldi hallgatók szóbeli és névtelenül kért írásbeli észrevételeit. Elemzi és megteszi azokat a lépéseket, amelyekkel javíthatja az oktatás színvonalát. Például az alsóbb évfolyamosok a vizsgáztatás módjában, felépítésében kértek változtatást olyan módon, hogy több esélyük legyen a feleleteket kijavítani. A felsőbb évesek a klinikai képzés gyakorlatiasabbá tételét kérik. Ezért arra törekedtünk, hogy a hallgatók maguk vizsgálják a betegágnál a beteget, kiscsoportban beszéljék meg a problémákat és az oktatóval együtt nézzék meg, milyen kivizsgálási és gyógyszeres lehetőségek vannak gyógyítására. Ezzel a gyakorlati feladattal javul készségük, aminek későbbi munkájuk során veszik hasznát.

Oktatásunkra a tradicionális orvospérezés jellemző. Az ország orvostudományi karainak dékánjai azon az egységes véleményen voltak, hogy az orvosegyetemi oktatást nem lehet a bolognai rendszerbe csatolni, osztatlan képzés formában kell folytatni. Ugyanis a képzés felépítése szerint preklinikai, majd klinikai tárgyak épülnek az alaptantárgyakra, és mindhárom – alapozó, preklinikai és klinikai – modul teljesítése szükséges ahhoz, hogy az orvosdoktori diploma kiadható legyen, mely feljogosít a szakképzési rendszerbe történő bekapcsolódásra. Kevesebb modul teljesítése esetén pedig nem látunk lehetőséget arra, hogy valamilyen végzettséget adó oklevél kiadható lenne.

Dr. Paragh György
dékán

Általános Orvostudományi
Kar



A titokzatos inzulin

A hasnyálmirigy sziget hormonjának példátlan a sikertörténete. A medicina széles színskálájú múltja nem tud hasonló esetről, hogy egy életmentő gyógyszer a felfedezését követő évben már világszerte alkalmazást nyerjen, valamint előállítói megkapják a legmagasabb tudományos elismerést: az orvosi és élet-tani Nobel-díjat, miként Banting és Macleod 1923-ban.



F. G. Banting

A cukorbetegségről már régóta és sokat tudtak. A német Schadevaldt professzor kis múltidéző könyvében az egyiptomi papiruszokig tekint vissza, melyeken megfigyelhető a „Zuckerharnuhr”, magyar fordításban „cukros huyár”. Paul Langerhans a berlini Virchow-intézetben 1869-ben munkatár-saival leírta a később róla elnevezett szigeteket a hasnyálmirigyben, majd húsz év múltán Mehring és Minkowski ismertette a pankreász kiirtása után fellépő klasz-szikus diabéteszes kórképet, s a kanadai Macleod foglalta könyvbe a tudnivalókat. A szintén kanadai Banting a torontói élet-tani intézet munkatársa mások közlemé-nyeiből tudta, ha a hasnyálmirigy kivete-zető csövét kísérleti állatokon lekötik, a mirigyállomány tönkre megy, de a titok-zatos anyagot termelő szigetecskék épen maradnak mind szövettani, mind funkció-nális szempontból. Kollégája, Charles Best

nagyon értett a vércukor meghatározásá-hoz. Savanyított alkohollal hatástalanították a hasnyálmirigy enzimjeit, majd apróra vágott szervből konyhasóoldatos kivonatot készí-tettek. Ez volt az első hormon, amelynek segítségével a cukorbetegé tett kutyák életét sikerült meghosszabbítani. Ekkor kapcsolódott be a biokémikus Collip, aki kidolgozta az inzulin standardizálását. A vágóhidak bőségesen biztosítottak marha-pankreázt, a vágásra került vemhes álla-tok magas inzulintartalmú embrionális anyagát. Az új csodaszert 1922-ben már emberen is kipróbálták: először a torontói General Hospital, illetve a bostoni Joslin professzor belosztályán. „Banting felfe-dezése lázas izgalomban tartja Anglia és Amerika kutatóit és orvosait.”

Az orvosi és élet-tani Nobel-díjat megosztva kapta F. G. Banting és J. J. Macleod 1923-ban.



J. J. Macleod

Az irántuk érzett hála és tisztelet ellenére a közvé-lemény elégedetlenségé-nek adott hangot, ezért Banting Besttel, Macleod Collippal önként oszto-zott a díjon. Munkájukba hamarosan a kanadai Lilly gyógyszergyár is bekap-csolódott, így elkezdődött az inzulin nagyüzemi elő-állítása.



Dr. Szállási Árpád
orvostörténész

Korszerűsítette a Belklinikát

A Budapesti Egyetemen szerzett diplomá-va a Jendrassik Ernő professzor által veze-tett Budapesti II. sz. Belgyógyászati klini-kára nyert kinevezést dr. Csiky József.

Az I. világháború alatt harctéri szolgálatot teljesített, de közben ideg-, kór- és gyógytan tárgy körből magántanárrá habilitálták, 1916-ban. A debreceni orvos kutatók allergológiai érdeklődése Csiky József „Kísérleti adatok az asthma-kérdésében” c. dolgozatáig nyúlik visz-sza. 1921-ben nevezik ki a három tanárségedet és négy gyakornokot foglalkoztató debreceni Belgyógyászati Klinikára, ahol a nagy érdeklődésre számot tartó előadásait – bel-orvos-tan, bel-orvostani diagnosztika, idegkór-tan és bel-orvostani beteglátogatások cím alatt – az Augustza Szanatóriumban tartotta.

A debreceni évek irodalmilag kevésbé vol-tak termékenyek. Energiáját a Belgyógyászati Klinikára korszerű megszervezése, valamint a Rockefeller-alap támogatta ápolónői Testvér-képző Intézet létrehozása kötötte le.

A Magyar Sebész-társaság 1922. évi nagygyű-lésén tartott „Az agy és gerincvelő daganatai” című előadásában a műtét utáni magas halálo-zást az utókezelés hiányosságainak terhére írta.



Dr. Csiky József (1881–1919)

Amikor a Belgyógyászati Klinika 1923-ban végleges – mai I. sz. Belklinikára – helyére költözött, a súlyos szervi szívbajban szenvedő fiatal professzor öröme nem lehetett teljes. Családot nem alapított, magányos, szorongó, visszavonult emberré vált, s 1929. január 29-én az influenzajárvány idején elhunyt.

Emlékét az OEC Belgyógyá-szati Intézet I. sz. Belgyógyászati Klinika előterében márványtáb-la őrzi.

Dr. Kapusz Nándor
főtanácsos



Kapcsolat Napja 2007

Kibővült az Onkológiai Tanszék



A központi rendezvényen megtelt a 150 fős előadó

Fotók: Nagy Sándor

„Hagyomány- és értékteremtés – a jövő sikeréért az Európai Unióban” gondolat jegyében rendezték meg február harmadik szombatján a Kapcsolat Napját a DE OEC-ben. Az évente közel egymillió-hétszáz ezer beteget gyógyító, 5000 hallgatót oktató, magas színvonalon kutató intézmény sokrétű tevékenységében kiemelt szerepe van a partnerkapcsolatoknak, együttműködéseknek.

A nap folyamán 30 különböző konferencián, megbeszélésen találkoztak az orvos- és egészség tudományi szakma, a gazdasági szféra, a hazai politikai, a nemzetközi tudományos és kulturális élet és a média képviselői.

A központi programon a kormányzat vezető szakemberei ismertették az Új Magyarország Fejlesztési Terv által nyújtott lehetőségeket. Fésüs László centrumelnök bemutatta a Nemzeti Fejlesztési Terv keretében 12 milliárd forintos beruházással megvalósuló Augusztia programot, valamint ennek eredményeire épülő fejlesztési elképzeléseket.

A rendezvény díszvendége az Európai Bizottság Magyarországi Képviseletének vezetője, György Gábor a gazdaság fejlesztését és a tagországok közötti kiegyenlítést nevezte az EU egyik fő célkitűzésének.

A Kapcsolat Napján átadták az Európai Unió támogatásával, az Augusztia program részeként 1357 négyzetméterrel bővült az Onkológiai Tanszék alapterülete 4 szinten. A felújított épület földszintje a járóbeteg ellátást szolgálja. A kúraszerű ellátást lehetővé tevő ambuláns fektetősobába 4 új kezelőszék került, amivel az ellátási helyek száma 11-re emelkedett. A kezelőszékek számának további növelésére a pavilon kúrafolyosója lehetőséget ad. A zsúfoltság enyhítését 4 korszerű ambuláns rendelő is szolgálja. Az emeleten 1-4 ágyas kórtermek kapnak helyet, minden szobához önálló vizesblokk tartozik. A fejlesztés eredményeként újabb 10 ágyon gyógyulhatnak a rázoruló. A tetőtérben könyvtár, tárgyaló, orvosi szobák, csoportszoba található. Az alsó sor raktáraknak, öltözőknek, fizikoterápiás szobának, kegyeleti szobának ad helyet. A beruházás értéke 328 millió forint.

A címlapon dr. Szántó János, az Onkológiai Tanszék vezetője, György Gábor, az EU magyarországi képviseletének vezetője és dr. Édes István centrumelnök-helyettes (balról jobbra) avatja az Onkológiai Tanszék

Dr. Édes István centrumelnök-helyettes

Együttműködési lehetőségek

A nap során találkoztak a DE OEC gazdasági partnerei. Sor került a Debreceni Rotary Club, „Inner Wheel” (klubtagok feleségei) látogatására és támogatói találkozóra a Gyermekklinikán. Átadták az Egészségügyi Főiskolai Kar minőségügyi rendszer tanúsítványát. Megbeszélést tartottak az egyetemek fogorvosképző egységei, a MOK (Magyar Orvosi Kamara) Fogorvosi Tagozata és a Fog- és Szájbeteg Országos Intézete szakemberei. Együttműködési lehetőségekről tárgyaltak az észak-alföldi és az észak-magyarországi régiók között a reha-

bilitáció területén. Bemutatta az EUROPET együttműködés eredményeit Olli Vainio koordinátor. Nyílt napot rendezett a GND (Genomnanotech) Tudás és Technológia-transzfer Iroda és a Biomechanikai Laboratórium. Az Idegsebészeti Klinikán a gyermek-idegsebészeti kérdéseiről tanácskoztak. In vitro (kémcsőben) diagnosztikai szolgáltatások harmonizációjáról, valamint a Klinikai Kutató Központ és partnerei által kifejlesztett új diagnosztikai reagensekről tárgyaltak. Az oktatási kerekasztal konferencián a sebészeti szakképzés tapasza-

latairól szóltak. Munkabiztonsági napot rendezett a munkavédelmi osztály. Ülésezett a Nemzetközi SOFT Szövetség (együttműködés a rehabilitáció területén). Fórumot tartottak az oktatókórházak vezetői. Regionális szülés-nőgyógyász főorvosi értekezletet rendeztek. Ülésezett a Magyar Orvostanhallgatók Egyesületének Országos Bizottsága is. A napot bál zárta 400 résztvevővel.

Dr. Fuxreiter Margit stratégiai igazgató-helyettes



A nemzetközi világra is nyitott DE OEC kapcsolat napi programjainak kiemelt rendezvényén mutatta be Philippe Zeller, Franciaország nagykövete az együttműködési lehetőségeket. Mellette dr. Fésüs László centrumelnök



Együttműködési szerződést írtak alá a DE OEC Gyermekklinikája és a B.-A.-Z. Megyei Kórház Gyermekonkológiai és Csontvelőtranszplantációs Osztálya között, s szándéknyilatkozatot fogalmaztak meg az Északkelet-Magyarországi Hematológiai Módszertani és Továbbképző Központ létrehozására a vérképzőszervi betegek hatékony ellátásáért. Képviseletük: dr. Csiba Gábor, a B.-A.-Z. Megyei Kórház főigazgató-főorvosa, dr. Udvardy Miklós, a DEOEC centrumelnök-helyettese, dr. Radványi Gáspár, a miskolci Semmelweis kórház főorvosa (balról jobbra), dr. Bíró Klára DEOEC stratégiai igazgatója

A *Kapcsolat* Napján az Indonéz Köztársaság nagykövete, Mangasi Sihombing köszönetet mondott a Debreceni Egyetem Különleges Orvos- és Mentőcsoportjának a szu-mátrai és jávai természet- i katasztrófák áldozatainak nyújtott segítségért.



Alvásvizsgáló laboratórium

Kelet-Magyarország egyetlen alvásvizsgáló és -kutató laboratóriumát dr. Csiba László, a Neurológiai Klinika igazgatója mutatta be a *Kapcsolat* Napján. Évente hétszáz beteget vizsgálnak itt éjszakai vizsgálattal és ezerkét-száz páciens-t a járóbeteg szakrendelőben.

Díjazott kutató

A L'Oreal Magyarország és a Magyar UNESCO Bizottság kutató ösztöndíjprogramján négy kutató-nőt díjaztak, köztük dr. Vibók Ágnes-t, a Debreceni Egyetem Elméleti Fizikai Tan-székének egyetemi tanárát. A negyedik



Dr. Vibók Ágnes

éve meghirdetett programra a 30, 35 és 45 év alatti, az élet- és anyagtudomány témájával foglalkozó kutatóknak pályázhatnak, akik a magyar felsőoktatási intézményekben, illetve az MTA kutatóintézeiteiben dolgoznak. A négy díjazott munkáját összesen 15 000 euróval (négy millió forint) jutalmazták. A tanárnő orvosi biológiai jelegű elméleti kutatásokat végez. Olyan módszert dolgoz ki, amellyel modellezni lehet, mi játszódik le a DNS-láncban.

Macula ambulancia

Az időskori makula degeneráció a sárgafolt betegsége, mely típusosan 50 éves életkor után jelentkezik. A fejlett országokban ez a felnőttkori szerzett vakság legfontosabb oka. Magyarországon is a vaksági statisztikák élén szerepel. Az utóbbi néhány évtizedben az új esetek előfordulása növekvő tendenciát mutat, egyre korábbi életkorban jelentkezve.



A Szemészeti Klinika megnyitotta macula ambulanciáját. A rendelést beutaló nélkül lehet felkeresni minden szerdán és csütörtökön 9-12 óráig.

Fotó: Nagy Zoltán

Díj a dendritikus sejtekért

Az amerikai dr. Ralph Steinman professor kapta az egyetem Orvos- és Egészségtudományi Centruma által alapított nemzetközi Debrecen-díj a molekuláris biológiáért elismerést.

A három éve alapított díjjal az orvostudományi kutatások fejlődéséhez kiemelkedően hozzájáruló kutatókat kívánja elismerni a Centrum, akiknek munkája lényeges előrehaladást eredményezett a molekuláris orvostudomány területén és eredményeik hasznosíthatók a betegellátásban. A díj összege 10 000 euró. A New York-i Rockefeller Egyetemen kutató és tanító dr. Steinman évtizedek óta foglalkozik az immunrendszer egyik legfontosabb, általa felfedezett sejtípusával, a dendritikus sejtekkel, működésükkel, és klinikai gyakorlati alkalmazásával. A sejteknek nagy szerepük van az immunrendszer működésében, és a különböző betegségek gyógyításában. A professzor és munkatársai, új vakcinációs eljárások után kutatva annak a problémának a megfejtésén dolgoznak, hogyan használhatók fel a dendritikus sejtek a tumorok és vírusok, többek között a HIV elleni immunválasz kiváltásában. Bár dr. Steinmannak nincs közvetlen tudományos kapcsolata a Debreceni Egyetemmel, felfedezéseit több szinten is hasznosítják a debreceni kutatók.

Dr. Ralph M. Steinman 1943-ban született Montrealban. Kétféle orvosi diplomáját 1968-ban kapta meg a Harvard Egyetem Orvoskarán. Majd a Rockefeller Egyetem Laboratóriumi Sejtfiziológiai és Immunológiai Intézetben dolgozott. Munkásságáért megkapta a Henry G. Kunkel professzorral elnevezett tudományos kitüntetést. A Chris Browne Immunológiai és Immunbetegségek Központjának igazgatója 1998-tól. Emellett nemzetközileg elismert szakmai folyóiratok szerkesztője, tanácsadó testületének tagja. Számos AIDS-, hepatitisz- és rákkutatással foglalkozó tudományos szervezet, intézmény, alapítvány tagja, tudományos tanácsadója. Kiváló európai egyetemek díszdoktora, levelező tagja, az Amerikai Tudományos Akadémia Orvostudományi szekciójának rendes tagja.



Kutatás genomikai módszerekkel

Az úgynevezett dendritikus sejteket, ezeket a faág szerű elágazással rendelkező sejteket az 1970-es évek elején fedezte fel dr. Steinman s az 1980-as években felismerte, kulcs szerepük van annak meghatározásában, hogy a szervezet sejtjei hogyan érzékelik és dolgozzák fel a kívülről jött támadásokat s milyen válaszokat adnak rájuk – ismertette dr. Nagy László, a Biokémiai és Molekuláris Biológiai Intézet egyetemi tanára. – A sejtek fő sajátossága, hogy antigént mutatnak be, elkülönítik a szervezet saját sejtjét az idegentől s az idegen ellen immunválaszt adnak. Az Immunológiai Intézetben dr. Rajnavölgyi Éva professzornő vezetésével azt vizsgálják, hogyan lehet a dendritikus sejteket átprogramozni és használni sejterápiára. Saját kutatócsoportom-

mal azt tanulmányozzuk, hogyan működnek, milyen immunválaszt adnak ezek a sejtek. Munkánkat genomikai módszerekkel végezzük. Eredményeink a lipid molekulákhoz (zsírok) kötődnek. Megismertük, hogy a kicsiny zsírszerű molekulák hatással vannak az immunrendszer működésére. Ez jelentős felismerés, mert egyes gyulladási betegségek-nél (autoimmun, szív-érrendszeri, gyulladási bélbetegség, érelmeszesedés) a nem megfelelően működő rendszer okozza és tartja fent a gyulladást. Célnk megérteni, hogyan lehet rábírnunk ezeket a sejteket arra, hogy megfelelő immunválaszt hozzanak létre. Kutatásainkkal olyan útvonalakat térképezünk fel, amelyeket ha gyógyszerrel aktiválunk vagy gátlunk, befolyásolni tudjuk a sejtek működését.

A sejterápia gyakorlati megvalósítása

Az utóbbi évtizedek kutatásai lényegesen kibővítették az őssejtekkel kapcsolatos ismereteinket. Így lehetővé vált, hogy a csontvelőből, vagy a perifériás vérből őssejteket izoláljunk és azokat terápiás céllal használjuk fel. Az elmúlt évtized intenzív laboratóriumi és klinikai vizsgálatai lehetővé tették a dendritikus sejt-alapú immunterápia kifejlesztését. A Debrecenben 2003-ban létesült – az Orvostudományi Egyetem és az Omninvest Ltd. közös vállalkozásában működő – első magyarországi Sejtterápia Klinikai Központ, egyik legfontosabb célkitűzése az alapkutatások terén elért eredmények betegeken történő terápiás célú alkalmazása. A Sejtterápia Klinikai Központ

eddig tevékenysége az alábbi területekre terjed ki: a hematológiai betegségben szenvedők kezelésén kívül a következő területeken végzett, ill. végez szigorú előírásoknak megfelelő klinikai vizsgálatokat: Colorectális karcinómás betegek autolog dendritikus sejtrel végzett vakcinálása; saját őssejttel történő kezelés akut infarctusos; súlyos perifériás érbetegségben szenvedő, vagy súlyos autoimmun betegségben szenvedők esetében. Az eddigi eredmények igazolják, hogy a Sejtterápiás Klinikai Központ sikeresen működik a legfrissebb kutatási eredmények gyakorlati hasznosításának megvalósítása terén.

Dr. Hunyadi János
Bőrklínika, igazgató

Bővül a Kardiológiai Intézet

Még több akut infarktusos beteget gyógyíthatnak az április elejére megújuló Augustus-tán. Az átépítést követően a Kardiológiai Intézet visszakapja régi helyét s plusz négy ágygal gazdálkodhat.

– Számos feladata mellett az infarktusos betegek ellátásával kapcsolatban azt vállalta az Intézet, hogy a Debrecenről 90-100 kilométeres körzetben – s ha a gyors szállítás megoldható, még távolabb – lakó akut infarktusos betegeket ellátja – ismertette dr. Édes István, a Kardiológiai Intézet igazgatója. A professzor elmondta, a gyorsaság rendkívül fontos, hiszen az infarktust követő 6, maximum 12 órán belül tudják katéterezéssel kítágítani a beteg infarktusért felelős koszorúérét, megszüntetni a szűkületet, kiszívni a koszorúérrel ellátó vérrögöt (trombus). Majd egy kicsi érrugót (stentet) helyeznek be az érfal kítámasztására, újra bezáródásának megakadályozására. Ennek az akut szívkatéteres eljárásnak lényegesen jobb az eredménye, mintha a beteg valamilyen konzervatív kezelést kapna. Az így kezelt betegeknek 6-7 százaléka hal meg az infarktust követő egy éven belül, míg a hagyományosan kezelteknek 20 százaléka (OEP adatok szerint).



Dr. Édes István

– Tavaly 1000 akut infarktusos beteget kezeltünk, s az idén, az Augustus átadásával 20-40 százalékkal emelkedhet ez a szám – ismertette a kardiológus. – Más kérdés, hogy a teljesítményvolumen-korlát (tvk) miatt nem tudom, hogyan alakul áprilistól a Kardiológiai Intézet betegellátási száma. Bizonyos pénzüsszeg áll rendelkezésünkre s afölött nem tudunk gyógyítani. Ugyanakkor a legfontosabb betegségcsoportok, mint a daganatos, az agyvérzéses és az akut infarktusos betegek ellátására úgynevezett védett HBCs-t (homogén betegségcsoport) tervez bevezetni az Országos Egészségbiztosítási Pénztár, melyet csak ezeknek a betegségeknek a gyógyítására lehet felhasználni. Az összeget emelni tervezik.

Intézetünk személyzete jól trenírozott, a mentőszolgálattal kiváló az együttműködésünk. Velük bevezettünk egy EKG programot, mely segítségével az 50-100 kilométerre lévő – intézetünkbe úton lévő – beteg EKG-ját, a mentőautóból mobiltelefonon továbbított, itt egy komputer rendszeren át fogadott adatokat jóval megérkezése előtt látjuk és fel tudunk készülni ellátására – mondta a professzor.

Megmentik a beteget a bénulástól

Magyarországon az emberek 60 százaléka keringési zavarokban hal meg, leggyakrabban a szív-koszorúér és az agyi erek megbeszédésében.

– Évente 18-20 ezer embert veszítünk el és súlyos problémát jelent, hogy háromszor annyi beteg marad életben és bénulása miatt mozgáskorlátozottá válik. Az agyi keringési zavaron átesett betegek egyharmada ápolásra szorul – mondta dr. Csiba László, a Neurológiai Klinika igazgatója.

– Az elmúlt évtizedben hatalmasat fejlődött a szív-koszorúér betegek ellátása, támogatással, műtéttel helyre hozható a páciens egészsége. Az agy érzékenyebb az oxigénhiányra, mint a szív és rövidebb a beavatkozási idő.



Dr. Csiba László

Az agy körülírt területei visszavonhatatlanul elpusztulnak, ha nem tudjuk az érelzáródást okozó vérrögöt eltávolítani, az érelzáródást megnyitni. Kétfajta beavatkozási mód van, mint a vénán keresztül, amire 3 óra áll a rendelkezésünkre, vagy az artérián keresztül, amit

6 órán belül el kell végezni. Ennyi idő alatt CT-t (computertomográf) is kell csináltatni, hogy eldöntsük, vérzés van-e az agyban vagy éppen

ellenkezőleg, kevesebb vér jut az agy valamelyik területére. A betegek érdeke azt kívánja, hogy mihamarabb ellátó központba kerüljenek, ahol van CT. A XXI. századi ellátást akkor lehet biztosítani, ha a központban a CT mellett az érfeltöltéshez szükséges módszerek is az orvosok rendelkezésére állnak. Az Augustus projekt ilyen lesz, ha a képalkotó szolgáltató teljesíti ígéretét és nagy felbontású CT-t és érfeltöltéshez 3 dimenziós, képalkotásra alkalmas angiográfiót is üzembe helyez.

A Neurológiai Klinika az Egészségügyi Minisztérium pályázata keretében tavaly december 1-jétől vállalta egész Hajdú-Bihar megye (520 000 lakos) 6 órán belüli stroke betegeinek ellátását. Kiképeztük a mentőket az agyi keringési zavarok tüneteinek felismerésére, akik gyanú esetén azonnal klinikánkra szállítják a beteget. A munkához az Augustus program jó háttérrel adhat, ha minden ígéret megvalósul és nélkülözhetetlen az Országos Mentőszolgálat jól szervezett betegszállítása is. Az Augustus elnöke, hogy össze tudjuk hangolni a diagnosztikát és a terápiát. A leggyakoribb betegségek háttérének közös oka van, az érlemezésedés. Van, akinél az alsó végtagban, másnál a szív-koszorúerekben, megint másoknál agyi keringési zavarokban mutatkozik, s olyan is előfordul, hogy mindhárom területen kialakul. Ezek összehangolt kezelésére nyílik lehetőség, ha átköltözünk – ismertette a professzor.

Háromdimenziós vetítőrendszer

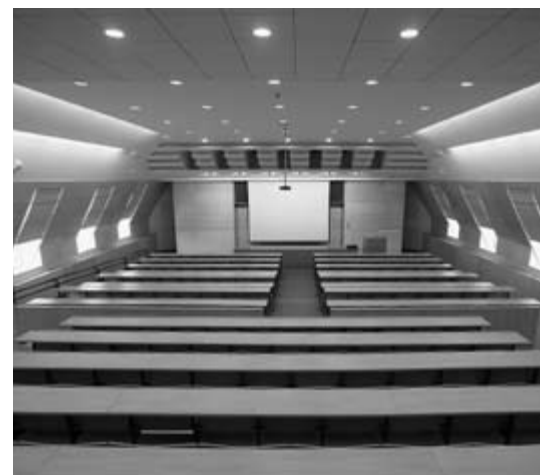
Átadták az Augustus főépület keleti szárnyának tetőterében felépült 208 férőhelyes, új előadótermet idén januárban.

A tanterem korszerű, melyben többek között a hagyományos vetítési technikák mellett helyet kapott egy 3 dimenziós (3D) vetítő rendszer is, mely nemcsak az oktatást, kutatást szolgálja, de tudományos rendezvények megtartására is alkalmas. A rendszer orvostudományi alkalmazásban egyedülálló világvízeszonszónyalban is. Az új tanteremben tartotta évi „tudományos ülést” a DEOEC Kardiológiai Intézet Szívsebészeti Központja. A tudományos ülést megnyitotta dr. Fésüs László centrumelnök, bevezetőt dr. Péterffy Árpád professzor tartott. Őt előadás hangzott el, az utolsó 3D technikával. A 3D egy régóta ismert és alkalmazott módszer, melynek képi megjelenítése két szinkron kamera egyidejű felvételéből adódik. Az itt megvalósított 3D rendszer újdonsága az, hogy a felvételre került anyag egy speciális számítástechnikai programmal a térbeli mozgás matematikailag feldolgozható, elemezhető, így az eljárás nemcsak oktatási, demonstratív célokat szolgál, hanem tudományos jelentőséggel is bír. Megtekintése egy speciális, ún. polarizációs szemüveg használatával lehetséges.

A 3D rendszer kiépítésének ötlete dr. Galajda Zoltán egyetemi adjunktustól származik. Megvalósítására lehetőséget a DEOEC által, a szakképzés, továbbképzés tárgyi feltételeinek javítását szolgáló, elnyert pályázat adott. Az adjunktus érdeklődését már korábban felkeltette a 3D képi megjelenítés lehetősége, és ezért egy budapesti munkacsoporttal felvette a kapcsolatot, melynek tagjai: dr. Stuber István, Szabados László, dr. Patonay Lajos, Kormos Csaba.

A rendszer lehetőséget ad a Szívsebészeti Központ mindhárom műtőjében végzett beavatkozások felvételére és az itteni tevékenység direkt közvetítésére a 3D módszerrel. Későbbi tervek között szerepel a haemodinamikai labor, az új elektrofiziológiai labor és az Augustusra költöző új klinikák műtőinek „bekábelezése” is.

A pályázat megvalósulásáért a munkacsoport itt is szeretné köszönetét kifejezni dr. Fésüs László centrumelnöknek, dr. Édes István centrumelnök-helyettesnek, Brugósné Bodor Bertának, a műszaki osztály vezetőjének és dr. Péterffy Árpád professzornak.



Az I. Sz. Belklinikán lesz a felnőtt orvosi ügyelet

A közeljövőben az I. Sz. Belgyógyászati Klinikára költözik Debrecen város felnőtt orvosi ügyelete. Ezzel a Gyermekgyógyászati Klinikán működő gyermek-ügyelettel együtt a Centrumban lesz a gyermek és a felnőtt ügyeleti ellátás. A betegek kiszolgálására a klinika-telep bejáratánál lévő Libra patika éjszakai ügyeletet vállal.

– A városi klinikák 220 ezer lakos egészségügyi ellátásáért felelnek. A Centrum a város vezetésével közösen kezdeményezte a lakosságbarát egészségügyi szolgáltatás megvalósítását. A Centrumban együtt van az ügyeleti rendszer és – szükség esetén – a kórházi ellátás. Megvalósításához az Egészségügyi Minisztériumhoz nyújtottunk be pályázatot 200 millió forintba. A Centrummal pályázott a Városi Egészségügyi Szolgáltató Kht. és a Főnix Kht., s 115 millió 700 ezer forintot nyert. Az I. Sz. Belgyógyászati Klinika ad helyet az ügyeletnek, ugyanis itt működik a Sürgősségi Tanszék is. A betegeknek előnyös a klinikai ügyelet, ugyanis könnyen megközelíthető, diagnosztikus háttérrel, infrastruktúrával rendelkezik és – szükség esetén – fekvőbeteg elhelyezést nyújt – ismertette dr. Paragh György, az I. sz. Belklinika igazgatója.

– Az átépítés során az I. Belklinika nyugati szárnyának tetőterét beépítik. Oda kerülnek az alagsorból a klinikai orvosok szobái és a



A megújuló Libra Patika és az élelmiszerbolt látványterve az I. Sz. Belklinika felől

földszinti laboratórium is. A földszinti ambulancia helyére kerülnek a városi ügyelet (VESZ) rendelői. A városi ügyelet dolgozói (Főnix Kht.) a jelenlegi alagsori orvosi szobákat és a volt laborhelyiséget kapják meg átalakítás után – tudtuk meg Farkas Miklóstól, a gazdasági igazgató műszaki helyettesétől. Elmondta, év végére harmadával bővül a Libra Patika, az élelmiszerüzlet és jobb körülmények közé költözik a zöldséges is. Az üzlet tetőterében pizzériát alakítanak ki, a patika tetőterében szociális helyiségek lesznek, a zöldséges a két

egység közé költözik. Az üzlet melletti porta komfortosabb lesz. A ház mögötti élelmiszerbolti raktárt és a kerítést elbontják.

Az épületegyüttes bővítéséhez szükség van a Nagyerdei Campus szabályozási tervének módosítására, mely márciusban kerül az önkormányzat képviselő-testülete elé jóváhagyásra. Az építési engedély kiadása után kezdődhet a felújítás. A felújítást a Centrum bonyolítja s az egységeket üzemeltető vállalkozók fizetik a felújítás árát, a kb. 80-100 millió forintot.

Gyakorlatot szereznek a diákok

Évtizedek óta gyakorolnak a klinikákon az egészségügyi pályára készülő fiatalok. Tanulmányaik felől érdeklődtünk és a Gyermekklinikán ismerkedtünk velük.

– Annak idején én is a klinikán gyakoroltam a szakmát – mondta Simon Ilona, az Orvos- és Egészségtudományi Centrum klinikai főnövére. – Az utóbbi években a DEOEC és a Dienes László Gimnázium és Egészségügyi Szociális Szakképző



Simon Ilona

Intézet közötti együttműködési megállapodás szerint 2-3 osztály 50 tanulója jár hozzánk gyakorlatra. Az Országos Képzési Jegyzékben szereplő szakmák vizsgázási szabályai szerint 1993 óta 18. évük betöltése után tanulhatnak szakmát a fiatalok, így

érettségi után gyakorolnak nálunk. Egy-egy diák három éves tanulmányai alatt összesen 8 hónapot tölt el gyakorlaton a klinikákon, egybefüggően az utolsó évben közel fél évet. Feladatuk megtanulni az ápolási folyamatot, előkészíteni és segédkezni az orvosnak a vizsgálatoknál, elkészíteni a beteg dokumentációját, ápolási tervet készíteni, megvalósítani és elvégezni a konkrét feladatokat (csecsemőknél például hőmérés, etetés, fürdetés, pelenkacsere stb.) – ismertet-

te a klinikai főnövér. – Tanulmányaik végén gyakorlati vizsgát tesznek a klinikán. Mint szakmaivizsga-szervező és vizsgabizottsági tag a felnőtt betegek között szerzett tapasztalataim szerint elmondhatom, a betegek segítőkészek, készségesen hozzájárulnak ahhoz, hogy a vizsgázók a vizsgafeladatok teljesítésékor ápolási anamnézist (helyzetfelmérést) vegyenek fel, megmérjék a vérnyomásukat, hőmérsékletüket, vért vegyenek tőlük, elvégezzék a napi ápolási feladatokat.

– Rendszeresen gyakorolnak az osztályokon a gyermek-, felnőtt-, mentő-, diplomás ápolók és védőnők. Cél, hogy az iskolában tanult elméletet kamatoztatni tudják munkájuk során – mondta Ötvös Józsefné klinikai vezetőápoló-helyettes, gyakorlatvezető, a Dienesben oktató tanár. Megtudtuk, a tanulók először csak figyelik a nővérek munkáját, aztán apróbb feladatot kapnak, s tanulmányaik előrehaladtával megismerkednek az összes ápolási teendővel. A csecsemő és a belgyógyászati osztályon tankórtermekben gyakorolnak a tanuló nővérek az osztályvezető ápolók felügyelete alatt a kis betegek szüleinek hozzájárulásával.

Mint Ötvösné elmondta, a gyermekápolói munka speciális. Rendkívül fontos a jó kom-

munikációs képesség, a meleg tekintet, a játékoság, mosolygóság, amire példát mutatnak a tanulóknak. Hiszen leendő munkatársaikat, utódjaikat képzik, ezért átadják hiteles tudásukat, hivatásszeretetüket, emberségüket.

Empatikus személyiséggel igyekszik színesíteni a klinikán fekvő kis betegek napjait a debreceni Zelina Renáta harmadéves tanuló.

Ápolási feladatai mellett szívesen játszik, énekel, beszélget, mesél, rajzol a gyerekekkel. Mint mondta, némelyük kiköveteli, hogy a vörös hajú nővére foglalkozzon velük, s vannak, akik neki is a szívéhez nőttek. Arra számított, hogy a gyakorlat alatt megfigyelik a nővérek munkáját és játszanak a kicsikkel. Ehelyett felelősséggel tartoznak értük, hiszen ők vannak velük a legtöbbit, ők figyelik állapotváltozásukat. Különösen a csecsemőosztályon tevékenykedik szívesen, eteti, fürdeti a kicsiket. Szerinte rátermettség is kell a munkához. Nem az a dolguk, hogy együtt sírjanak a betegekkel, hanem hogy segítsék őket legjobb tudásuk szerint. Ez nem nehéz neki. Viszont nehezek azok a percek, amikor rosszabbra fordul egy-egy gyermek állapota. De szép pillanatai is vannak munkájuknak, mint amikor az a csecsemő megismerte és rámosolygott, akit két napig ő gondozott.



Zelina Renáta



Ötvös Józsefné

Műszeradomány 55 millió forintért

Két korszerű készüléket adott át 55 millió forint értékben a Gyermekrák Alapítvány a Gyermekklinikának tavaly decemberben.

Az alapítvány az elmúlt években már több alkalommal támogatta a gyermekonkológiai hálózat valamennyi központját. Az elmúlt év decemberében a hozzá beérkezett műszerpályázatok közül a Gyermekklinika kérését részesítette előnyben.



Dr. Oláh Éva

– A gyermekkori daganatos betegségek kezelése során jelentkező kardiológiai szövődmények felismerésére alkalmas tízéves szívultrahang készüléket válthatta ki a klinika a Balogh István elnök vezette Gyermekrák Alapítvány adományával, egy korszerű digitális ultrahang készülékkel. Az új color doppler készülék segítségével megbízhatóan, pontosan tisztázhatók az eltérések, s a vizsgálat a beteg megterhelése nélkül igény szerint ismételhető. – mondta dr. Oláh Éva, a klinika igazgatója. A professzor hozzátette, hogy a klinika korábbi, még működő ultrahang készülékét a klinika Neonatológiai Tanszéke kapja meg a koraszülöttek betegágy melletti koponya-ultrahang vizsgálatához.



Ács Mariann a sejtseparátorral



Dr. Mogorósy Gábor a digitális szívultrahang készülékkel

A másik műszer egy sejtseparátor, amit a Gyermekklinika és a III. Sz. Belklinika közös használatra kapott a vérképzőszervi őssejtek gyűjtése céljából.

A szívultrahang vizsgálatok alapvetőek a daganatos gyermekek gyógyszeres kezelése és a mellkasi sugárkezelés okozta mellékhatások felderítésében a gyermekek tartós ellenőrzése és gondozása során – ismertette dr. Mogorósy Gábor docens. Elmondta, hogy a gyermekkori daganatos betegségek kezelése során fontos feladat az esetleges szövődmények időben történő felismerése (szívizomkárosodás, folyadékgyülem a szívburokban), illetve az olykor a szívben is kialakuló tumoros elváltozások kiszűrése. A készülék a korai keringési károsodás kimutatásának is nélkülözhetetlen eszköze, amelyet a daganatbetegségekből gyógyult gyermekek tartós gondozása, rehabilitációja során hatékonyan alkalmaznak.

A sejtseparátor nem csak a felnőtt hematológiai betegek, hanem a vérképzőszervi rosszindulatú betegségben szenvedő gyermekek kezelését is hatékonyan elősegíti. Alkalmazásával megakadályozhatóak a betegek életveszélyes szövődményei. Az automatizált berendezés immunterápiához is használható – ismertette dr. Illés Árpád, a III. Sz. Belgyógyászati Klinika docense.



Balogh István

Karácsonyi szeretetének

Karácsonyi dalokkal, gitár- és fuvolaszóval látogatták meg az orvostanhallgatók a tüdő-klinika mindhárom osztályán és az onkológián fekvő betegeket. A szeretet koncert előtt felolvasták Pál apostol levelét a Korinthosiakhoz, majd egyházi és világi énekeket daloltak. Az énekszóba a betegek is bekapcsolódtak. A meghitt percekben elérzékenyült a hallgató-

ság, köztük a növérek is. A szívhez szóló ajándék mellé naptárt, szaloncukrot adtak a jelenlévőknek, utóbbit saját pénzükből vásárolták. Az orvostanhallgatók Bibliai Köre szervezte a koncertet, ötletgazdája Molnár László IV. éves hallgató volt. Mint elmondta, 20-30 diák vett részt az esten, mellyel az orvos-beteg kommunikációt segítették elő.

Limfóma betegklub

A nyirokrendszer rosszindulatú megbetegedéseivel kapcsolatos tudnivalók, tapasztalatok széleskörű megismertetésére Limfóma Klubot alapított a Belgyógyászati Intézet.

A limfóma a nyirokrendszer rosszindulatú megbetegedése, előfordulása csaknem megduplázódott az egész világon az elmúlt 15 évben. Hazánkban több mint ezer új beteg fedeznek fel évente. A betegség minden életkorban előfordul, gyakoribb a fiatal felnőttek és az idősek között.

Jellemző a nyirokcsomók (nyak, hónalj, lágyék), a lép, s más szervek megnagyobbodása, mely kezdetben nem okoz tüneteket. Később láz, fogyás, izzadás, étvágytalanság, viszketés s egyéb panaszok hívják fel a figyelmet a betegségre, melyekkel érdemes orvoshoz fordulni. Ha a nyirokcsomó duzzanat két héten túl is fennáll, tanácsos szakembert felkeresni még akkor is, ha fájdalomtalan a duzzanat. A tünetek időben történő felismerése, a betegség kórismézése és az egyénre szabott kezelés elindítása miatt fontos, hogy a betegek mielőbb eljussanak az ország valamelyik hematológiai centrumába, a debreceniébe is, ahol korszerű diagnosztikus és terápiás eszközök állnak rendelkezésre.

Egyes limfóma típusok – hagyományos kemo-és radioterápiája mellett – kezelése során a legsikeresebb az immunterápiának az a formája, amely a daganatos sejtek ellen kifejlesztett ellenanyaggal, vagy esetleg hozzákapcsolt izotóppal csak a limfóma sejtjeit pusztítja el. A Belgyógyászati Intézetben lehetőség van a betegek nagy dózisú kezelésére és vérképző őssejt-transzplantációra is. Az intézetben évente közel 100 limfómás beteg kezelnek. A limfómás gyermekeket az ország tíz centrumában, köztük a debreceni Gyermekklinika hematológiai osztályán kezelik.

Sikeres limfóma-nap zajlott közel 200 beteg és hozzátartozói részvételével a Debreceni Akadémiai Bizottság Székházában tavaly decemberben a Magyar Rákellenes Liga és az Orvos- és Egészségtudományi Centrum szervezésében s egyben megalakult a Limfóma Klub. Az első találkozást újabb foglalkozások követik, melyeken – hasonlóan az elsőhöz –, a limfómáról, annak részterületeiről, főleg a betegeket érdeklő témákról hangznak majd el előadások.

Jelentkezni lehet: Erdős Ilona szociális munkásnál, Belgyógyászati Intézet (II. Sz. Belgyógyászati Klinika) munkanapokon 6–15 óra között az 52/411-600/54916 vagy 55883-as mellékén illetve a 06-30/420-8175-ös számon. E-mail: erdos.ilona@freemail.hu

Dr. Illés Árpád
Belgyógyászati Intézet
(III. Sz. Belklinika)



Újdonságok a kardiológiában

A szív-érrendszeri betegségek kezelésének, gyógyításának újdonságait mutatják be a szív-és belgyógyászoknak, háziorvosoknak a 12. Kardiológiai Napokon a Kőlcsey Központban március első hétvégéjén.

A népszerű szakmai rendezvény interaktív hemodinamikai fórummal kezdődik, ahol a résztvevők a zártláncú tévé élő közvetítésén követhetik a Kardiológia Klinikán zajló katéterezést és közben kérdéseket tehetnek fel az orvosoknak és a



Dr. Zsuriga István

– Másnap – először a 12 év alatt – a kardiológiai minőségbiztosításról és a finanszírozás kérdéseiről hallhatnak előadásokat – mondta dr. Zsuriga István kardiológus, a konferenciát szervező titkár. – Újabb statisztikai adatokkal igazolt, hogy stagnál, sőt csökken a szívinfarktusos betegek száma. Ez annak köszönhető, hogy új módszerekkel, kezelési eljárás-

sokkal gyógyítanak az orvosok. A halálozások számának csökkenéséhez jól kell működni a minőségbiztosításnak, melyhez elengedhetetlen az akut infarktus ellátásának megfelelő pénzügyi támogatása.

Az orvosokat megismertetjük a legfrissebb, a szakemberek által kidolgozott kardiológiai irányelvekkel. Több tavalyi európai irányelvet dolgoztunk át hazai felhasználásra. S a legfrissebb elméleti kutatási eredményeket is bemutatják külföldi szakértők. Új szekciónkban bizonyos kardiológiai betegségekkel foglalkozunk, melyek nem okoznak tüneteket, de például okozhatnak hirtelen halált, akár fiatal sportolóknál is. Targyaljuk továbbá a kardiológiával rokon szakmák újdonságait, így pl. az agyvérzés, az elhízás, a magasvérnyomás betegség új gyógyítási eredményeit. Végül különleges kardiológiai betegségek eseteit mutatják be tapasztalt szívgyógyászok.

Egy életen át tart

A sclerosis multiplex a leggyakrabban, fiatal felnőttkorban 20-40 év között kezdődő idegrendszeri betegség, amely rokkantsághoz vezethet. Magyarországon kb. hat-nyolcezer SM-ben szenvedő beteg él.

– Krónikus betegség, a megjelenésétől számítva végigkíséri a páciens életét, de az esetek jelentős részében nem befolyásolja az életkilátásokat – mondta dr. Csépany Tünde, a Neurológiai Klinika egyetemi docense. Súlyossága, lefolyása betegenként változó. Autoimmun megbetegedő rendszere hibásan működik, ezért idegnek ismeri fel a saját idegrendszerében lévő fontos anyagokat, melyre gyulladásos folyamatokkal reagál. Az idegpályák több helyen, több gócban károsodnak az agyi feltehetően és a gerincvelőben. Erre a betegség neve is utal: multiplex, azaz több gócu, szklerózis, azaz elkeskenyedés, többszöri gyulladás következtében kialakuló hegesedés. Kezdetben általában egy idegpálya, később pályarendszerek károsodására utaló jelek, tünetek észlelhetők: homályos látás, végtaggyengeség, egyensúlyzavar, zsibbadás, vizeletürítés zavara, kettőslátás, memóriacsökkenés, depresszió. Mértéke, előrehaladása egyénre szabottan változik, 80 százalékukra a betegség kezdetkor jellemző, hogy hullámzóan (shubokban) jelentkeznek. Kezelésre, esetleg kezelés nélkül is tünetmentessé válhat a páciens, de a visszaesések ismétlődésével a maradványtünetek kialakulásá-

nak az esélye nő. Ezek a tünetek évek alatt összeadódnak és mozgáskorlátozottsághoz, rokkantsághoz vezethetnek. Az esetek kb. negyedrésztében jóindulatú a betegség és 10-15 év múlva is a betegek könnyű fizikai terheléssel járó munkát tudnak végezni.

A múlt században a sclerosis multiplex diagnózisa a köztudatban „egyenlő volt a tolokocsival”. A tünetek hullámzásával jellemezhető körformában a betegeket infúzióval, esetenként éveken át rendszeresen adott injekcióval kezelik. Ez a lehetőség az elmúlt évtizedekben óriási előrelépést jelentett a betegség kezelésében, esélyt adva arra, hogy a betegek éveken át megőrizzék munkaképességüket. Fontos a beteg rendszeres ellenőrzése, a kezelési hatásainak lemerése.

Lényeges a betegség korai megállapítása, az ideggyógyászati vizsgálat, a képkalkotó mint mágneses rezonancia (MRI) vizsgálat, a gerincvízvétele, a látópálya működésének vizsgálata segítségével, ugyanis ekkor hatékonyabb a kezelés, mint a később felismert stádiumban, amikor már az idegrendszeri károsodás maradandó.

A Neurológiai Klinikán 1992 óta működik a speciális (neuroimmunológiai) szakrendelés, melyre előjegyzés alapján fogadják a régi és az új betegeket. Előjegyzés az 52/411-717-es telefonszám 55827-es mellékén kérhető szerdánként.



Dr. Csépany Tünde

Császi Erzsébet



Tegyen ön is egy lépést az egészségéért!

Az emberi test a természetből, a természeti viszonyokhoz igazodva évmilliók alatt fejlődött ki. A mozgatórendszerünk az egyenetlen talajhoz alkalmazkodott, ezzel ellentétben az a talaj, amin most éljük mindennapjainkat, nem természetes közege a mozgatórendszerünknek, mert az egyenetlen talajon, mezítábl járás közben kifejlesztett ideg- és izomrendszerünk az egyenes talajon nem azt kapja meg, ami a tökéletes működéséhez szükséges. Ezáltal bizonyos izomcsoportjaink nem vagy csak részben vesznek részt az izomapparátus munkájában. Ettől ezek az izomcsoportok elgyengülnek, ami az izomegyensúly felborulásához vezet. Ez magyarázza a civilizált ember mozgásrendszeri betegségeit, melyet a korábbi generációk nem ismertek (derékfájás, lúdtalp, ízületi kopások)! Az aktív járás a legtermészetesebb, és legegyszerűbb terápiás lehetőség, ami a problémákat gyökereinél ragadja meg, hiszen testünk erre a mozgásformára épült, ennek a gyógyító hatásnak a segédessége az MBT (Masai Barefoot Technology=Masai Meztáblas Technológia) lábbeli, mely időráfordítás nélkül a rohanó hétköznapi életben is kifejti a teljes testet érő gyógyító hatását, a speciálisan kifejlesztett 3 dimenziós instabil talpszervezetéből adódóan. Amíg egy cipő vezet a lábat, alátámaszt, továbbá egyoldalú ízületi terhelést okoz, ezzel szemben az MBT minden talajt egyenlenné változtat, ezáltal folyamatos egyensúlyozásra kényszerít bennünket. Az MBT használata során a járás a kerékhez hasonlóan lendületet megőriz. A folyamatos egyensúlyozás azokat az

antigravitációs mélyizmokat aktivizálja és erősíti meg, melyek a helyes testtartásért felelősek. Folyamatos és fokozatos használata egy kiegyensúlyozott izomzatot és egy harmonikus mozgást eredményez, amely által fájdalmaink csökkennek, megszűnnek!

Alkalmazási területek:

- gerincproblémák, helytelen tartás miatti izomfájdalmak, derékfájás
- kopásos ízületi betegségek
- boka- és harántsüllyedés okozta panaszok, élválójú fájdalmak
- sarokcsont fájdalom, Achilles-in probléma
- nehéz, visszártágulós láb
- alsó végtagi érzékszervi
- diabetes szövődményének megelőzése (erek érintettsége)
- izom-, ín-, szalagsérülés utáni rehabilitáció, járás újratanítása traumák után
- túlsúly, narancsbőr
- élsport (bemelegítés, edzés, regenerálás)
- terhesség (véna probléma, derékfájás megelőzése, ízületi fájdalmak elkerülése)

MINDEN KEDVES ÉRDEKLŐDŐT SZERETETTEL VÁRUNK ÜZLETÜNKBE, AHOL INGYENES 3 DIMENZIÓS TALPVIZSGÁLATOT VÉGZÜNK!

**MBT PONT
DEBRECEN, CSAPÓ U. 86.
Tel: 52/310-413
www.mbt-info.com**



MEDICOMM Érdeklődni: 06 30 270 7316
Nyelviskola www.medicomm.hu

Angolul a rendelőben!
Orvosi Angol Intenzív Szaknyelvi Tanfolyamok

*Hogyan társalogjunk a páciensekkel?
Szaknyelvi szókinccs és beszéd-készség fejlesztés
kis csoportokban, kellemes környezetben.*

*Időpontok Általános orvosoknak: **Márc. 19-23., Ápr. 16-20.**
Fogorvosoknak: **Márc. 26-30., Ápr. 23-27.**
Gyógyszerészeknek: **Április 2-6.***

Hétfégi szaknyelvi tanfolyamok!

A gomba szereti a nedves, párás helyet

A télen, tavasszal használatos zárt cipők, a nedves láb könnyen táptalajává válhatnak a láb gombás fertőzéseinek.

– A gombás betegséget (a lábujjak közti gombás fertőzést, az „atlétalábat”, a körömgombát) fonalas, Candida illetve penészgomba fajok okozzák. Szeretik a nedves, párás, nyirkos helyeket, de nem mindenkit betegítenek meg, leginkább az arra hajlamosokat, mint azokat, akiknek gyenge az immun-



Dr. Kiss Borbála

rendszertük, idősek, nem kielégítő a vérkeringésük (érszűkület), cukorbeteg, vagy fokozottan izzad a lábuk, illetve szoros, meleg ruhát hordanak – ismertette dr. Kiss Borbála, a Bőrgyógyászati Klinika klinikai orvosa. – Megfelelő környezetet találva lábon, a lábujjak között lévő felázott bőrön található mikrosérülésekbe hatolnak, viszkető, hámló bőrtüneteket okozva. Később elszíneződik, kifehéredik vagy elsárgul a körömszél vagy az egész köröm, mely idővel megvastagodik, felrostozódik, elhanyagolt esetben a körömlemez pusztulásához vezetve. Nagy veszélye, hogy a gyengített hám-, illetve szaruréteg utat teremt a baktériumoknak, kórokozóknak, ami



Esztétikus az egészség köröm

később orbánc, súlyos bőr-, és lágyrész fertőzések kialakulásához vezethet. A körömgombában főleg a láb körmein fordul elő, de nedves helyen hosszú ideig dolgozó emberek (főleg a húsfeldolgozók, mirelit üzemek munkásai, üzemi konyhák mosogatónői) esetében a kéz körmei is megbetegedhetnek.

A köröm gombás fertőzésének megelőzé-

se fontos, hiszen a kezelés hosszadalmas (6 hónapnál több is lehet) és költséges gyógyszerek hosszú idejű szedésére lehet szükség. A megelőzés a legkönnyebb néhány alapvető szabály betartásával: tisztálkodás után például törölje szárazra a lábujjunk közeit, akinek izzadékonyság a lába, rendszeres hintőporozással tartsa szárazon, ha szükséges, télen használjon a munkahelyen vékonyabb, nem műszálas „váltócipőt”, pamutzoknit. Ha fürdőbe, szaunába megy, közös zuhanyzóban tisztálkodik, ne lépjen papucs nélkül a nyirkos talajra. Fokozottan érvényes ez a cukorbetegségben szenvedőkre. Ha már kialakult a gombás fertőzés, mihamarabb érdemes szakorvoshoz fordulni, aki gombatenyésztést végez és ennek eredményének birtokában elkezdheti a célzott gyógyszeres kezelést. A gyógyszeres terápia tartós sikerét biztosítandó fontos az előbbieket mellett a beteg által használt minden lábbeli fertőtlenítése a kezelés megkezdése és befejezése után formális fertőtlenítőszerrel (melyet fertőtlenítés után 1-2 napig szellőztessünk, és ezután vegyük újra használatba). A körömgombásodásban szenvedő családtag a saját, külön manikűrkészletét használja, melyet a kezelés végeztével dobjon el. Akkor tekinthető gyógyultnak a beteg, ha a gombás köröm helyén nőni kezd az új, egészséges köröm. A teljes gyógyulás, a köröm teljes lenövése sokszor akár egy évet is igénybe vehet.

Nem mind arany...

Aranyérnek nevezzük azt az érgomolyagot, amely a végbélben normálisan jelenlévő anatómiai és funkcionális egység.

Az érgomolyagba befolyó vér elvezetésének elégtelenségét aranyér megbetegedésnek nevezzük. Fontos a megelőzése.

Az elsődleges megelőzés azokat az embereket érinti, akik testi és lelki egészségnek örvendenek. A primer (elsődleges) prevenciót már kisgyermekkorban el kell kezdeni. Aranyeres szülők gyerekei esetében erre még nagyobb hangsúlyt kell helyezni. Fontos, hogy odafigyeljenek arra, gyermekük rendszeresen étkezzen. Ne maradjon el a reggeli, egy bögre meleg folyadékkal. Az a helyes, ha a gyerekeknek még az otthoni nyugodt körülmények között van lehetősége a székletürítésre, azonban nem szabad ragaszkodni a rendszeres reggeli ritmushoz. Ügyelni kell az egészséges táplálkozásra. Kellő mennyiségű rostot tartalmazó ételt fogyasszunk. Étkezéseinknél nélkülözzük a rendszeres és bőséges gyümölcsöt, gabonát, zöldséget. Ügyeljünk arra, hogy a nap folyamán bőségesen igyunk folyadékot, kb. 1,5-2 litert. Ihatunk gyógynövényekből készült teákat, melyek serkentik a vérkeringést (pl. cickafark, pásztortáska, édesgyökér, zsálya). Kerüljük a túlzott kávé és alkohol fogyasztását és ételünk túlzott fűszerezését. Ne dohányozzunk. Együnk több halat



A rostos táplálék segíti az emésztést

és csirkét. Tornázzunk rendszeresen (úszás, kocogás, séta). Ellenjavalltak az ülő sportok, mint például a motorozás, evezés, lovaglás, kerékpározás.

Nap közben a körülmények arra kényszeríthetnek minket, hogy a székelési inger ellenére visszatartsuk székletünket, mely székrekedéshez vezethet. Elkerülése érdekében legjobb ha rászoktatjuk magunkat, hogy akár tíz perccel korábban kelünk és némi folyadékfogyasztás után nyugodtan megyünk vécére. Ha szervezetünk ehhez hozzászokik, akkor automatikusan és könnyen megy a székletürí-

tés. Erőlködés helyett egy kis lazítás javasolt, nem jó viszont hosszan ücsörögni sem. A végbél környékét minden székelés után – ha lehetőségünk van – langyos vízzel mossuk meg. A patikákban kapható nedves fertőtlenítő kendőt és a nedves bébipopsi-törölköt is alkalmazhatjuk.

Lényeges a pozitív gondolkodás. Az aranyérproblémák lelki hátterében a határidőkkel kapcsolatos aggodás, harag, túlterheltség, leterheltség, családi, munkahelyi problémák állhatnak. Fontos a stressz kerülése, kezelése, akár szakember bevonásával is.

A másodlagos megelőzés középpontjában a diagnózis és a gyors beavatkozás áll, hogy az egyén életminősége rövid időn belül helyreálljon. A szekunder prevenció során az életmódbeli tanácsok mellett, az aranyér műtéten átesett betegeknek fel kell hívni figyelmüket az esetleges kiújulásra és a későbbi szövődményekre is, pl. utóvérzés, fertőzés, fájdalom, kontinencia (széklettartási) zavarok, anális (végbélnyílás) szűkület.



Rigó Péterné
diplomás ápoló
Sebészeti Intézet



Dézsi Renáta
klinikai vezető ápoló

Évszakok szerinti táplálkozás

A kiegyensúlyozott táplálkozásban a 15-30-55 energiaszázaléknyi „fehérje-zsír-szénhidrát”-arány alapvető fontosságú. A szervezet zavartalan működéséhez a mikrotápanyagok – vitaminok, ásványi anyagok – megfelelő mennyisége és aránya is elengedhetetlen.

A vitaminokat táplálkozással kell szervezetünkbe juttatnunk. A legtöbb a létfonosságú katalizátor szerepét tölti be anyagcsere-reakcióink zökkenőmentes lebonyolításában. Így a zsírok és szénhidrátok energiává alakítása, az étel megemésztése, a sejtosztódás és növekedés, a megromlódott szövetek helyreállítása, egészséges vérképzés, a fertőzések leküzdése, a szellemi éberség fenntartása, regenerálódási képesség, a káros melléktermékek, pl. a szabad gyökök semlegesítése.

Az anyagcsere-reakciókhoz nélkülözhetetlen ásványi anyagok szerves elemek, némelyikük fém. Azokra, melyekből naponta kevesebb mint 100 mg-ra van szükségünk, nyomelemként szokás utalni. Az ásványi anyagokat és a nyomelemeket csak táplálkozással tudjuk a szervezetbe juttatni, és az ételben található mennyiség annak a talajnak a minőségétől függ, amelyben az elfogyasztott növény termett, illetve amelyen az elfogyasztott állat legelt.

Az ásványi anyagok számos funkciót töltenek be: a kalcium, a magnézium és a foszfát a test szerkezeti felépítésében, a fogak és a csontok erősítésében fontos. A nátrium, a kálium és a kal-

cium a normális sejtfunkciót biztosítja. A réz, a vas, a magnézium, a mangán, a molibdén, a szelén és a cink az enzimek létrehozásában játszhat szerepet. A vas szállítja az oxigént a szervezetben. A króm és a jód a hormonok normális funkcionálását szabályozza. Számos ásványi anyag antioxidánsként lép fel. A legfontosabbak a szelén, a mangán, a réz és a cink. Ezek védekező szerepet játszanak a szervezetben, és lekötik az anyagcsere során keletkező káros melléktermékeket. Minden életkorban és minden évszakban fogyasszunk naponta gabonaféléket, zöldséget, gyümölcsöt, tejet, tejterméket, húsfélét, heti több alkalommal burgonyát, rizst, tojást, hetente olajos magvakat, száras hüvelyeseket, halat és kb. kéthetente belsőségekből készült ételeket.

Télen nem tekinthető vitaminforrásnak a paradicsom, paprika, uborka, újhagyma, földieper, stb., hanem pl.: a savanyú káposzta, fekete retek, cékla, sárgarépa, sütőtök, alma, körte, aszalt gyümölcsök. Mindig az évszaknak, és az adott éghajlati övnek megfelelő zöldségeket és gyümölcsöket fogyasszunk. Ha semmi más gyümölcsöt nem eszünk télen, csak almát (naponta kettőt), rengeteg mikrotápanyaghoz jutunk.

Jó tudni: nem elegendő vitamin- és ásványi anyag ellátottsághoz vezethetnek a rossz táplálkozási szokások, az elégtelen táplálékbevitel, a szélsőséges táplálkozási irányzatok, a rosszul összeállított fogyókúra étrend, és egyes emésztőrendszeri betegségek.

Szalayné Kónya Zsuzsa,
a Dietetikai Szolgálat vezetője

Életkorral nő a vérnyomás

A magyarországi lakosok 25-30 százalékának magas a vérnyomása, azaz minden 3-4. felnőtt hypertóniás.

A betegség kezelése sokkal több, mint a vérnyomásérték számszerű csökkentése. Fontos a páciens kockázati tényezőinek s esetleges egyéb betegségeinek felmérése az egyénre szabott gyógyszeres kezeléshez.

– A tartósan 140/90 Hgmm feletti érték életkortól és nemtől függetlenül magasvérnyomás-betegséget jelent. Cukor- és vesebetegknél a határérték 130/80 Hgmm – ismertette dr. Páll Dénes, az I. Sz. Belgyógyászati Klinika adjunktusa. – Tudni kell, hogy az életkor előrehaladtával nő a hypertóniások száma. Már a serdülők (15-18 évesek) 2 százalékának, s a 65 éves kor fölöttiek 65 százalékának magas a vérnyomása. A vérnyomás emelkedését elősegíti a stressz, az egészségtelen életmód is. Az emelkedett vérnyomásérték a betegek jelentős részének nem okoz panaszt, ezért csak évek, évtizedek múlva ismerik fel a betegséget. Ezért érdemes legalább évente szűrő-

vizsgálaton és vérnyomásmérésen részt venni a magát egészségesnek tudó felnőtteknek is.

A hypertónia krónikus állapot, évekig, évtizedekig kezelni kell. Először életmódbeli tanácsokat kap a beteg: túlsúly esetén testsúlycsökkentés, sószegegy diéta, testmozgás fokozása. Ha ez nem hoz eredményt, gyógyszeres terápia következik. Rendkívül fontos a kezelés, mert a betegség tartós fennállása és a nem megfelelő terápia következtében évek, évtizedek alatt károsodhat a páciens szíve, agya, veséje. S nagyobb az esély a cukorbetegség és a zsírsavanyagcsere zavar együttes kialakulására is. A magasvérnyomásos betegek nagyobb valószínűséggel kapnak szívinfarktust, stroke-ot (gutaütést), mint a normális vérnyomással élők.

A betegek kezeléséhez nyújtott szempontrendszert, javaslatokat az Aktualitások a hypertónia kezelésében című tudományos továbbképzés. A rendezvény célja volt, hogy a legmodernebb terápiákat megismerve gyógyítsanak az orvosok – foglalta össze a konferenciát az adjunktus.

NYUGODT ÉLET ALAPÍTVÁNY

Idősek otthona és gondozóház, családias légkörbe jelentkezőit várja.

Teljes körű gondoskodást és egészségügyi ellátást nyújtó bentlakásos intézmény és otthonápoló szolgálat.

Adója 1%-ával és adományaival segítsen öregeink mindennapjain!

Bankszámlaszám: 59900050-10004414

Adószámunk: 18564369-1-09

Érdeklődni: 06-30/279-3981

www.nyugodtelet@uw.hu



Csontkovácsolás Debrecenben!

Nyaki, háti, deréktáji, térdi fájdalmakkal, gerincferdüléssel keresse fel csontkovácsát!

Szülőknek: figyeljék gyermekük tartásproblémáját! Ne engedjék végleges deformáció kialakulását! Szeretettel várom Önöket!

Jónás Károly természetgyógyász, manuálterapeuta.

Bejelentkezés: **30/592-25-23**

J
Ó
N
Á
S

K
Á
R
O
L
Y



DERECSCKEALMA

Egészséges, biztonságos, ízletes

magyar alma

Keresse a boltokban, vagy a Havita Tész hűtőházában
47-es fő út 16. km 52/702-026

www.derecskealma.hu

Nehézlégzés, köhögés, zihálás

Az asthma bronchialéről már több ezer éve vannak ismereteink. Az ún. Ebers-papiruszon, amely Kr. e. 1550-ből származik, az asthma leírása szerepel, de a gyógyítására szolgáló gyógyszerkészítményeket is megtalálhatjuk, sőt szó van korabeli „belégző készülékek” használatáról is.

Hippocrates munkájában is szerepel az asthma leírása. A görög orvostudomány az asthmát egyszerűen légzési zavarnak tekintette. A római orvostudományban is megtaláljuk leírását és a kezelésére javasolt gyógymódokat. A héber orvostudomány a szigorú istenhittel és a pontosan leírt magatartási szabályok segítségével kívánta fenntartani az egészséget, ez vonatkozott az asthmára is. Az indiai orvostudományban lelhető fel az asthma cigaretták őse.

A XVII–XIX. században hangsúlyozták a betegségben az idegrendszer szerepét, de felismerték a pollenek szerepét, felfedezték a kopogtatás, a stetoscop használatát, s leírták a hörgők szűkületének szerepét az asthmás rohamok kialakulásában. Az asthma szót Homeros használta a zihálás kifejezésére.

Az asthma bronchiale krónikus légúti gyulladás, amelyet főként rohamokban jelentkező nehézlégzésként él meg a beteg, sípoló légzés, köhögés, zihálás, mellkasi feszülés kíséretében. E tünetek, fellángolások, gyógyszeres terápiával, gondozással kezelhetők, megelőzhetők, maga a betegség azonban nem gyógyítható. Előfordulása az iparilag fejlettebb országokban emelkedik, a tendencia alól Magyarország nem kivétel. Az Országos Korányi Tbc és Pulmonológiai Intézet nyilvántartásában Magyarországon 2005-ben 195 916 asthmás beteg szerepel.

Jelentős népegészségügyi problémát jelent. Az asthmások 67 százaléka a 20-59 éves, munkaképes korosztályból kerül ki, a kórházi ápolások időtartama nő, a táppénzes napok száma emelkedik, a krónikus betegség esetenként rokkantságig előrehaladhat, s a folyamatos gyógyszerelési igény jelentős gazdasági terhet jelent.

Az asthma bronchiale két csoportba sorolható: az allergiás asthma általában gyermekkorban kezdődik, gyakran allergiás náthával, a szem kötőhártya gyulladással és ekzémával. A betegek atopiások (allergiás bőrgyul-

ladás). Az asthmás betegek közel háromnegyede tartozik ebbe a csoportba.

A nem-allergiás asthma általában felnőttkorban kezdődik, köthető felső- vagy alsólégúti fertőzéshez, orrmelléküregegyülemhez. A betegek 10-15 százalékát jelenti. Nehezebben tartható egyensúlyban, a fellángolódások súlyosabbak, gyakoribbak.

Az asthma esetleges kiváltó és súlyosbító okai: allergének (főként pollenek, házpor, állati szőr, ételek), ingerlő anyag belégzése (pl. dohányfüst, levegőszennyezettség), időjárás-változás (sűrű köd, hideg száraz levegő belégzése), korai gyermekkori hatások (anya dohányzása, kisgyermekkori felsőlégúti vírusfertőzések), genetikai hajlam, vírusfertőzések, gyógyszerek, a savas gyomortartalom visszajutása a nyelőcsőbe. A betegséget tünetek, fizikális, légzésfunkciós, s az allergológiai vizsgálatok alapján diagnosztizáljuk. A krónikus betegség kezelése hosszadalmas, mind a betegtől, mind az orvostól sok türelmet, megértést igényel.

Dr. Szilasi Mária
Tüdőgyógyászati Klinika
igazgató



„Rozsdás” ízületek

A kor előrehaladtával az ízületek, az inak egyre érzékenyebbé válnak. A porc kopása, meszesedése – orvosi szakkifejezéssel az artrózis – népbetegség.

– Az artrózis elsősorban az ízületi porc megbetegedése. Ép körülmények között az ízületi felszíneket fényes, rugalmas tükörporc borítja, amelyet az ízületi belhártya által termelt folyadék táplál és „olajoz” – ismertette dr. Gáspár Levente, az Ortopédia Klinika docense. – A betegség elsősorban időskorúaknál, a nehéz fizikai munkát végezőknél, az elhízottaknál jelentkezik, de kialakulásában örökletes tényezők is szerepet játszhatnak. A folyamat leggyakrabban a terheléssel érintett ízületeket (csípő, térd, gerinc) és a kezeket érinti. A 60 év feletti emberek 70 százaléka szenved ízületi panaszoktól.

Artrózisban a porc egyenetlenné válik, felrostozódik, bereped, majd részleges vagy teljes porchiány alakulhat ki.

Az egyenetlen ízületi felszínből – az egymáson történő elmozdulásakor – kis darabok válnak le, a porcsejtek szétesésekor enzimek szabadulnak ki, amelyek kémiai úton tovább bontják a mechanikusan károsodott ízvégeket. A porc-törmelék kikapad az ízületi belhártyához, megbetegítve azt. A belhártyagyulladás miatt az ízületi folyadék összetétele megváltozik, romlik a porc „kenése” és táplálása, ami további károsodást idéz elő. A lágyrészekben mézsósók



rakódhatnak le. A porcszövetnek nincs vér-ellátása, táplálása az ízületi folyadékból történik. A porcot egy szivacsos anyag hasonlít, amelyből a terhelésekor (például a testsúly lábra helyezésekor) kinyomódik, a terhelés megszűntekor pedig (például a láb lendítésekor) magába szívódik a folyadék – érzékelte a tanár. – Ez a folyamat azonban nem biztosít olyan jó minőségű táplálást, mint a vér-ellátás, ezért porckárosodás esetén a tökéletes gyógyulására nincs sok remény.

Az artrózis korai szakaszában a beteg azt érzi, hogy hosszabb pihenést, vagy az éjszakai nyugalmat követően az ízülete „berozsdásodik”, fájdalmassá válik, de további mozgások hatására viszonylag rövid idő alatt „bejáródik”, fájdalma megszűnik. Kezdetben csak nagyobb megterhelésre, időjárás-változásra, később kisebb igénybevételre is egyre erősebb lesz a fájdalom. Az artrózis előrehaladtával az ízületi porc fokozatosan elkopik, a tok zsugorodik, a mozgások beszűkülnek, az izomzat sorvad, súlyos esetben instabilitás is kialakulhat.

A legjobb „kezelési mód” a megelőzés. Aktív életmóddal, rendszeres sportolással lehet biztosítani a porc táplálásához, szerkezetének megőrzéséhez szükséges ingereket, az izomzat kondicionálását. Az ízületek túlterhelésének megelőzése érdekében kerülni kell a nagyon nehéz fizikai munkát, és tanácsos megszegény életmód, a túlzott terhelés, a sportolás hirtelen elkezdése, vagy abbahagyása egyformán káros.

Aki előzőleg nem mozgott, az a testedzést, a sportolást csak fokozatosan kezdje el! A túlsúllyal, hirtelen nagy intenzitással végzett mozgás súlyos következményeket (izom-, insztrakadás, szív és keringési problémák) okozhat.

Az artrózis előrehaladott szakaszában jelentkező panaszokat fájdalomcsillapítókkal, gyulladáscsökkentő és „porcvédő” szerekkel, fizioterápiával, gyógytornával, úszással lehet enyhíteni, súlyosabb esetben műtétrel gyógyítani – foglalta össze dr. Gáspár Levente.

Cs. E.



Dr. Gáspár Levente

Szerelem

Az idén valahogy még korábban jön. A szokatlanul enyhe tél teszi? Az ősz szinte átmenet nélkül tavaszba fordul. Hónak alig látni nyomát. A napsütésben, a januári tavaszban a rügyek is párosával bújnak elő.

Nem a Valentin-napra gondolok. Az amerikanizált szerelem-ünnepre. A kókadat szegfűszálak és a nagy, piros műanyag szívek „elementáris” erejére. Február 14-én, egy napig, kötelező szeretni. KELL. Ha kedd, akkor ez Belgium, ha Bálint-nap, akkor szeressük egymást gyerekek... Mint a hajdani május elsején. Egy napig a lufirengetésben mosolyogva KELLETT vonulni és ünnepelni. Máskor huszonnégy óráig tiszteljük a Nőket. Egy teljes napig az Anyákat. A többi 364 nap nem érdekes.

Nos, a szerelem nem ilyen. Azt nem lehet megrendelésre. Az csak úgy jön, bármikor, bárhol.

A tavasz, a jó idő, az első napsütés azért segít. Olvasom, bizonyos trópusi pókfajok hím egyedei a napsütés, az ultraibolya sugárzás hatására árasztanak nőstény-vonzó kejes illatot. Ez lenne a nagy titok?

Nem hiszem hogy a homo sapiens is csak az ultraibolyára gerjedne. Valami más is van a levegőben, de ez számomra megfejtethetlen.

Hiszen már nyolcéves fiam is. Tudom, hogy B. régóta tetszik neki, és viszont. Erre pár napja kiderül, hogy már V. is szemet vetett rá. És ott a nyolcéves szív dilemmája. Mondom neki, ez már csak hetven évig lesz ugyanígy. És magam is melegséget érzek páromra pillantva.

Ősz, tél vagy tavasz. Őserdei pókok, nyiladozó lelkű kisgyerekek, családapák. Mind ugyanaz a bizsergető érzés. Emberek, maroklatok belőle minél többet! És ne csak Valentinkor...

Dr. Szekanecz Zoltán
III. Sz. Belklinika
Reumatológiai Tanszék



A szerelem kortalan

Kinyit és felemel

Tavasz: nyílnak a szívek és a virágok. Melegszik a levegő, és a meleg oldódást hoz, nyújtózást, növekedést és reményeket. Párt keresni is csak ilyen optimizmussal szabad.

Önvizsgálat: mit keresünk?

Tavasszal divatosak a tisztító kúrák. Tegyük ezt meg mentálisan is: tisztítsuk meg gondolatainkat. Ez önismereti igényt feltételez. Magunkba fordulást, önmagunknak feltett kérdéseket és őszinte válaszokat. Egy jól működő kapcsolat szükséges feltétele a reális önismeret, és az említett belső párbeszéd.

Tisztázzuk: amikor párt keresünk, valójában mit keresünk. Szerelmet? Kalandot? Érzelmi biztonságot? Apukát/anyukát meg nem született gyermekünknek? A másik felünket? Spirituális élményt? Vagy csupán megerősítést, hogy mi is kellünk valakinek? Az sem mindegy, mit várunk egy párkapcsolattól, magától a társas műfajtól: hiánypótlásnak szánjuk, magányunkat enyhítendő, vagy ebben is a fejlődést, a teljessé válást keressük. Sokféle motiváció húzódnak meg a párkereső szándék mögött. Kevesebb meglepetés ér bennünket, ha vágyainkat és elvárásainkat igyekszünk önmagunk előtt (is) őszintén feltárni.

Ebből talán már látjuk, hogy a párkeresés bonyolult lélektani feladat, melyet ráadásul még társadalmi szabályok is befolyásolnak. Ezek a szabályok sok esetben külső korlátot is jelentenek, másszor „csak” bensőnk-ből irányítanak.

Érettség

Ahogy személyiségünk fejlődik, úgy kapcsolati érettségünk is. Az érettség egyrészt jelenti a pszichoszexuális érettséget (=a nemi szerepek megfelelő viselkedést, valamint az érzelmek és a szexualitás összhangját). Érett esetekben a szexuális partner iránti igény azzal a törekvéssel társul, hogy többé-kevésbé egy hozzánk illő partnert találjunk, akivel kölcsönösen kielégítő kapcsolatot tudunk létesíteni és fenntartani. A kapcsolati érettség másik összetevője az ún. párválasztási érettség, mely tükrözi a partnerideált, a döntés véglegességének (házasságnak) igényét és a teljesség igényét. Ezek szorosan összefüggnek az önértékeléssel és az én-ideállal. Gyakran éppen a kudarcok vagy párkapcsolati konfliktusok késztetnek bennünket az önvizsgálatra, hogy újraértékeljük önmagunkhoz és másokhoz való viszonyunkat.

Két fél=egy egész?

„Az ellentétek vonzzák egymást” vagy a „Zsák a foltját”, „Hasonló a hasonlóval” elv működik? Mindkettőre van példa. Talán fontosabb azt hangsúlyozni, hogy a férfiak és a nők másképp gondolkodnak a kapcsolatról, és másképp viselkednek a kapcsolatban. A párbaj helyett célravezetőbb a másik fél elvárásainak megismerése, emberi képességeinek elfogadása, és kölcsönös egyeztetés után a szabályok betartása. Igen, ez olyan, mint egy szóbeli szerződés. Ha valami így sem működik opti-



Derű, játékosság

málisan, újraindul az egyeztetés. Rugalmasság, kölcsönös tisztelet, és kommunikáció, kommunikáció, kommunikáció. Éppen ez történik a párterápiás foglalkozásokon is, ahol szakember segíti a problémamegoldó és kapcsolathelyreállító kommunikációt. A párkapcsolathoz két emberre van szükség. Mindkét félnek tenni kell azért, hogy a kettejük számára legjobb megoldást megtalálják.

Merjünk változtatni

Az első és leglényegesebb tennivaló, hogy törekedjünk minél nagyobb tudatosságra abban a kapcsolatban, amit hosszú távra tervezünk. Ismerjük fel és beszéljük meg saját és partnerünk szükségleteit (érzelmi, szexuális, közösségi, szabadidős, szellemi, stb.). Nyíltan beszéljünk a kapcsolatért hozott kompromisszumokról, és merjünk változtatni, ha ezek idejét múltak vagy nem töltik be szerepüket. Beszélgessünk a kapcsolat jövőjéről, tudatosítsuk, hol foglal helyet közös életünk a saját és partnerünk élettervében. A felmerülő konfliktusoktól ne rettenjünk meg, mert kölcsönös jó szándék esetén a nehézségek feloldhatók, csak a célt kell jól látni magunk előtt. És hogy mi a cél? Ebben ismét az önismeret segít. Az a kapcsolat, amelyben fejlődünk, amelyben önmagunkat vállalhatjuk, amely kinyit és felemel bennünket, az a kapcsolat megéri az erőfeszítést, a problémákkal való megküzdést. Ha a kapcsolat csak pótszer, illúzió, önámítás, akkor jobb elengedni. Ha hatására távolabb kerülünk önmagunktól, ha túl sok kompromisszumot követel, ha már nem is saját életünket éljük, amikor függőségbe kerülünk, nos az ilyen esetekben ne a kapcsolatért, hanem önmagunkért küzdjünk.

Gasparik Éva
klinikai szakpszichológus



Vetélés, koraszülés

Előfordul, hogy a várva várt terhesség rosszul végződik, mert elvetél a kismama. Milyen okok miatt következhet ez be? – kérdeztük a nőgyógyászt?

– Ideális esetben a megtermékenyített petesejtől kilenc hónap múlva megszületik a gyermek. De az esetek jó részében nem így van. Minél korábbi a terhesség, annál nagyobb az esély megszakadására – ismertette dr. Major Tamás, a Szülészeti és Nőgyógyászati Klinika tanára. – Az egészen korai terhességet még a nők sem veszik észre, csak annyit tapasztalnak, hogy néhány napot késik a menstruációjuk és bővebb a vérzésük. Ekkor egészen korai vetélés történik, amely sokszor sem ultrahanggal, sem biokémiai módszerekkel nem mutatható ki. Ahogy nő a magzat, egyre nagyobb esély van a kiviselésére, de a 12. hét előtti vetélések aránya még elég magas, eléri a 10-12 százalékot. Nehéz a miéltre válszolni. Ugyanis minél fiatalabb a terhesség, annál sokrétűbbek lehetnek a vetélés okai. Természetes szelekcióról is beszélünk, amikor

a rosszul beagyazódott, kromoszóma-rendellenességgel fejlődő terhességek szelektálódnak. El kell azon gondolkoznunk, hogy a minden áron való megtartásuk ésszerű-e, mert nem egészséges terhességeket tartanánk meg. Ettől függetlenül vannak egészséges terhességek, melyeket nem sikerül kiviselni. Gyakori okuk az alacsony hormonszint, amikor a petefészkekben lévő sárgatest nem termel a terhesség fenntartásához elég hormont. Ugyancsak korai vetéléshez vezetnek a spermiumrendellenességek, beagyazódási elégtelenségek s a méh fejlődési rendellenességei.

A 20. hét körül ismétlődő vetélést a méhszaj elégtelensége is okozhatja. Ugyanis ekkor éri el a magzat, a lepény és a magzatvíz azt a súlyt, ami egy nem kellőképpen tartó méhszaj megnyílásához vezet s fájdalmatlanul távozik a terhesség vagy elfolyik a mag-

zatvíz. Ha ez a vetélés oka, akkor a következő terhesség korai szakaszában lehetőség van a méhszaj egy öltéssel történő bezárására. Emellett a méhszaj gyengeségét okozhatja terhességmegszakítás is, elkerülése kiváltja a kockázati tényezőt. Fertőzés is szerepet játszhat a vetélésben és a koraszülésben. A kórokozók feljutva méhbe gyengíthetik, megrepeszthetik a burkot. Ellene antibiotikummal lehet védekezni. Az első vetélés után nincs szükség speciális tennivalókra. Az ismételt, különösen a harmadik terhesség megszakadása után azonban már indokolt a szülők kivizsgálása, melynek része a genetikai, a spermium, a méh vizsgálata s ultrahang vizsgálat.

A leendő anya a dohányzás mellőzésével, egészséges táplálkozással, gyógyszerek, vegyszerek kerülésével előzheti meg a vetélést. A terhességi vitaminok közül a határos folsavat már a tervezett terhesség előtt három hónappal érdemes szedni. Megakadályozza a velőcső záródási rendellenesség előfordulását, ezáltal csökkenti a vetélések számát.



Dr. Major Tamás

Gyermekorvosra várva

Csak beteg ne legyen! Bárcsak átvehetném tőle! – szoktuk mondani. A beteg gyermek más bánásmódot, ápolást igényel, mint egészséges társai.

A szülő a gyermek legjobb orvosa. Ő veszi észre leghamarabb az apró jeleket. A bujkáló láz, hurut a beteget izgatottá, ingerlékenyvé teheti, vagy a megszokottól eltérően csendes, szavát sem lehet venni. Másnap aztán kitör vihar! Magas láz, fej és torokfájdalom, étvágytalanság.

A gyermekkorban oly gyakori, gyomor-, bélrendszeri, légutakat érintő betegségekben, számos kicsi, de igen fontos teendővel segíthetjük a gyógyulást, enyhíthetjük a tüneteket.

Mit tehetünk mi, szülők a légúti fertőzésnél, míg a gyermekorvos megérkezik?

A 38 fok fölötti lázat csillapítani kell. Helytelen az a felfogás, mely szerint az orvosnak a lázas gyermeket kell megmutatni! A láz fokát jegyezzük fel és tegyünk ellene! A háziorvos által korábban javasolt kúpot, szirupot, tablettát adjuk be. Rossz közérzet, fájdalom, légzőcsre való hajlam esetén, már hőemelkedésnél előlegezzük meg a lázcsillapítót. Ennek eredménytelensége esetén a törzsre (nem elegendő csupán a bokákra, csuklóra) csavart állott vizes borogatást alkalmazunk. Ülőfürdőnél, testhőmérsékletű vízbe ültessük a gyermeket és fokozatosan hűtsük hideg víz hozzákeverésével 10-15 percig.

Második fontos teendőnk, hogy ügyeljünk a folyadékpótlásra! Hűvös, nem szénsavas ital, tea, ásványvíz, limonádé jó szolgálatot tehet. Kalóriadús ital lehet a húsleves leve is, köhögés, hörghurut, tüdőgyulladás esetén is,



Ha visszatért az étvágy... Magánarchívum

hiszen a legzsíréhesebb szervünk a tüdő. Nem baj, ha néhány napig nem jó gyermekünk étvágya, de folyadékivásra szorítsuk rá!

Mi legyen a bedugult orral, köhögéssel? Kicsiknél porszívós, vagy csapra szerelhető orrszívóval, nagyoknál gyakori orrfújatással távolítsuk el az orrváladékot. Néhány napig szükség lehet nyálkahártya lohasztó orrcseppre is, mely felszabadítja az orrlégzést, segíti a váladék ürülését. A köhögésnek élettani szerepe van, a túltengő hörgőváladék eltávolítása. Rövid ideig tartó felszakadozó köhögésnél ezért tilos a köhögéscsillapító adása. Ekkor nem szükséges köptető sem. A korábban említett bő folyadékellátás maga is lazítja a váladékot. A köhögések oroszlánrészre a nem megfelelően kiürített orrból, arcüregből hátracsorgó váladékból ered. Visszatérő, illetve krónikus köhögéseknél a mandulák göcszerepe is

tisztázandó. Elhúzódó kórképekben mindenképpen forduljunk gyermekorvoshoz.

Fontos a pszichés támogatás. A beteg gyermeket fektessük ágyba, szobájában gyakran szellőztessünk. Meséljünk neki, játszunk vele, dédelgessük. Az együttnevetés, játék, fél gyógyulást hoz. Ha jobban van, főzzük kedvenc ételeit és fokozatosan vezessük vissza az addigi életviteléhez, közösségéhez. Ha kórházba kell gyermekünkkel menni, fontos, hogy vele maradjunk. Az idegen környezetet fokozza a kicsi félelmét, fájdalmát. Gyermekklinikánkon erre megvan a lehetőség. A nap 24 órájában segíthetjük gyermekünk gyógyulását.

Dr. Papp Ágnes egyetemi
tanársegéd
Gyermekklinika



Jó módszer a figyelem elterelése

Ugye ismerős a szituáció? Az élelmiszer-üzlet édességgel megrakott polcai között magát a földhöz verő, kiabáló gyermek. Dackorszak – állapítjuk meg. A gyermeket senki sem sajnálja, de együtt érezve nézi a szülők kínlódását, akik türelmesen vagy dühösen, kitartva álláspontjuk mellett vagy kelleetlenül engedve próbálnak véget vetni a hisztinek.

– Ölelj magadhoz! Tegyé! le! Hagyj békén! A szülő gyermek kapcsolat három fontos, eltérő, de mégis szervesen összefüggő időszakában hangzanak el jellemzően ezek a mondatok. Az első a kezdetekre, a középső a dackorszakra, az utolsó a serdülőkorra utal – mondta Síró Ágnes, családterapeuta, klinikai gyermek-és ifjúságpszichológus, a Magatartástudományi Intézet óraadó tanára. – A gyermekek 3-5 éves koruk között nyugtalanabbakká, nehezen kezelhetőkké, mozgékonyabbakká válnak s egyre nagyobb önállóságot kívánnak. Az anya biztonságában szeretik környezetüket felfedezni. Nevelési problémát okoz a szülőknél, hogy egyre messzebb merészkednek ügyességük, bátorságuk megélésével. Egyre több dolgot kipróbálnak és mindent azonnal akarnak, nem késleltetik vágya-



Síró Ágnes



Ebben az életkorban a leggyakrabban elhangzó szó: nem!

Fotó: Magánarchívum

ikat. A szülőknél nehéz megtalálni az arányt, hogy mit engedjenek és mit ne. Ha túlságosan visszafogják, a későbbiekben a gyerek önállótlanul válhat, nem lesz bátorsága előbújni anyja szoknyája mögül, társai között bizonytalan és félnék lehet, otthon viszont erőszakos, elvárja, hogy minden kívánsága teljesüljön. A túlzott szigorúság sem vezet jóra, mert a gyermek minden percben feladja a leckét és követhetetlen a sok tiltás, bünte-

tés, sokszor se a gyerek, se a szülő nem tudja, melyiket miért adta-kapta. S ha elfojtják csíráiban jelentkező önállóságát, kezdeményezőképességét, kreativitását, az kedvezőtlenül hat tovább a személyiségfejlődésére. Ha mindent megengednek neki, ha zsarnokoskodhat szülei felett, gyengeségüket látva szoronghat, mert úgy érezheti, hogy nem tudnak neki védelmet nyújtani.

– A legfontosabb tanács, hogy az ön- és közveszélyes dolgoktól vissza kell tartani a gyereket – javasolta a pszichológus. – Jó módszer a figyelem elterelés. Olykor ez nagyon nehéz, mert hirtelen előntik őket az indulatok, érzések és ijesztő hisztériát produkálnak: földhöz verik magukat, rúgkapálnak, verekednek. Ráadásul erre az életkorra jellemzően a realitás és a képzeletük sokszor összemosódik, valóságnak hisznek olyan dolgokat, amelyek csak a fantáziájukban élnek, ami szorongással, nyugtalansággal töltheti el őket. Nem tudják kezelni szorongásaikat, indulataikat, tele vannak vágyakkal, fantáziákkal.

A dackorszak az önállósodás első lépése. Ekkor már megvonja saját határait a gyermek, nem érzi magát egynek az anyával. Ehhez a „nem” kimondása szükséges. Csak önmagára figyel, a másik szempontjaira nem s egyre kevésbé bírja, hogy visszafogják. Mégis ilyenkor kell megtanítani a viselkedésre, alkalmazkodásra. Ettől is függ, hogy később mennyire bízik saját képességeiben, erejében.

Cs. E.

Fogszabályozó gyerekeknek, felnőtteknek

Mára szinte divattá vált a fogszabályozás. Esztétikus rögzítők „szorítják” sorba a kuszán nőtt fogakat, ami az esztétikum mellett a páciens egészségét is szolgálja.

– Nem mindenkinek adott a természet hibátlan fogsort, de a rendellenességek nagy része helyrehozható. Ideális esetben a fogak torlódás- és résmentesen helyezkednek el a fogívokban. A felső fogsor fogai túlérnek az alsókon, azaz ollóharapásos helyzetben találkoznak az antagonistá fogív megfelelő fogival. Az ilyen ideális helyzetben lévő fogazattal azonban sajnos igen ritkán találkozunk. Az ettől eltérő rágóapparátus esetén beszélünk rendellenességről, amit bizonyos esetben kezelni kell – mondta dr. Vitályos Géza, a Fogorvos-tudományi Kar egyetemi tanársegédje, a fogszabályozási osztály vezetője. – A rendellenességek egy részét már a gyermekkorban, azaz a tej- és vegyes fogazat időszakában, míg más részét csak a maradó fogazat időszakában kell kezelni. A tejfogazat és vegyes fogazat időszakában általában kivethető készülékeket alkalmazhatunk, míg a maradó fogazat időszakában rögzített készülékekkel végezzük a kezeléseket. Ha megvárják, amíg kinőnek a maradó fogak, akkor rögzített készülék alkalmazható. Minden páciens személyre szabott kezelést igényel. Akinek



megfelelő méretűek az állkapcsai, de túlzottan torlódtak a fogai, annak meg kell várni, amíg kinő az összes maradó foga és utána szabályozni. Ez együtt járhat fogak eltávolításával, amit akkor sem lehet elkerülni, ha idejekorán kezdődik a kezelés. Ha fogak és az állcsontok között nagy a különbség, csak húzással és rögzített készülékkel lehet sorba állítani a fogakat.

A szabálytalanul nőtt, torlódott fogak nehezen tisztíthatók, ezért hajlamosítanak szu-

sodásra, ínygyulladásra. A nem szabályosan álló fogak nem kapnak megfelelő terhelést rágáskor, így kilazulhatnak, károsodhatnak. A torlódott fogaknak gyengébb lehet rágási képessége, ami emésztési problémákhoz vezethet. A torlódott fogazat beszédproblémákhoz vezethet. S szerepük lehet az állkapocs ízületi problémák kialakulásában.

Alapszabály, hogy addig nem kezdik el a fogszabályozást, amíg elhanyagolt, nem tiszta, szuvas fogak vannak a szájban. Előbb rendbe rakják a fogakat, majd megtanítják fogat mosni a páciensnek. Azután megtanítják a készülék tisztítására is. Lényege, hogy tiszta szájba, tiszta készülék kerüljön. Ha kivethető a szabályozó, akkor reggel meg kell mosni, szárazra törölni és a dobozba tenni. Felnőtt korban csak rögzített szabályozóval lehet eredményt elérni.

A rögzített készülék tisztításához különböző segédeszközöket kell használni.

A fogszabályozást akár 40-60 éves korban is el lehet kezdeni a fogazat állapotától függően. Akkor is szükség lehet rá, ha a beteg hiányzó fogait akarják pótolni és a meglévők nem a megfelelő helyen vannak. A fogak mozgásához a csont átépülésére van szükség. Minden embernél megvan a csontátépülésre való hajlandóság, csak idősebb korban meghosszabbodik a sejtek életciklusa.

Kafferbivalyért visszatér majd Afrikába

Lőtt már antilopot, zergét, sivatagi hiúzt, szarvast, vaddisznót, találkozott medvével s látta a világ egyik legveszélyesebb kígyóját, a fekete mambát is.

Erdőmérnök nagyapja kedvtelését örökölte dr. Gergely Lajos professzor, az Orvosi Mikrobiológiai Intézet igazgatója. Első vadász útjai Bagamér és Álmosd környékére vezettek, apróvadra lőtt: fácánra, fogolyra, nyúlra, őzre, majd a Borsodi-dombságra járt szarvast, vaddisznót, őzet ejteni. A kora reggeli indulásokat szereti – s egyenlő esélyekkel –, gyalogosan cserkészi be a vadat. Hajnalban gyönyörű a kora őszi erdő, lóvilágosságban szépek a szeptemberi hajnalok – vallja. Szereti az erdőt a vadászaton túl is, érdeklik a madarak, a növények. Sokszor fegyver nélkül kimegy s élvezi a természetet. De szarvasbőgéskor fogja a puskáját és két hétre is elmegy – bikára vadászni. A mostanában gyakori vadászbalesetekre kitérve elmagyarázza, hogy csak a biztosan felismert vadra lehet lőni, melynek meghatározható a kora, ivara. Százsor is meg kell nézni, milyen az állat és ha nem biztos a dolgában, akkor nem lőhet. Kílóhető a torz agancsú, öreg, a többit futni hagyja. Kevés komoly, nagy bika van – mondja. Szenvedélye ősi. Meglővi a vadat, de utána sajnálja. Nagyvadra egyedül jár, míg az apróvadra csoportosan indulnak, cserkelnek, vizslákkal zavartatják fel az állatokat. – Magyarországon nem lenne vad, ha nem lennének vadászok – mondja. – Jó vadásztársaságokban sok pénzt fordítanak a vad tartására. Sokszor ő is a saját pénzén szórja ki télen a kukoricát. Az ember eteti őket, ezért nem valódi vadak már.

Afrikában háromszor volt, egyszer Namíbiában, kétszer Dél-Afrikában, ahol számos

lőhető állatot lőtt. Vadászott hegyvidéken, bozótosban, erdőszült hegyen, sík területen, közte olyan szűz területen is, ahol tíz éve nem vadászott senki. Ott csak kísérővel, hivatásos vadással lehetett vadászni, aki megmondta, melyik vad lőhető, melyik nem.

Egyik emlékezetes vadászkalandja Namíbiában esett meg, ahol hajnalban fagy, nap közben pedig 30 Celsius-fokot mutat a hőmérő higanyszála. Napkeltétől napnyugtáig lehet vadászni, majd a nap olyan gyorsan lemegy, mint ha leesett volna. A professzor egy tehénantilopot lőtt, egy bozótos tisztásán, s ott maradt a sakálok ellen őrizni, míg a vadásztársait másik területre vitték. Miközben várt rájuk, lement a nap és rövid ujjú ingben igencsak hűvössé vált a levegő. Egy darabig az antilopnak dőlt, az melegítette, amikor kihűlt, jobb híján elkezdett szaladgálni a tisztáson, hogy ne fázzon. Akkor zajt csapott, hogy messzire elkerülték a sakálok. Az antilop trófeájával afrikai gyűjteményét gyarapította, a tizenhetediket vitte haza. Illetve küldték utána, miután a szabályok szerint megnyúzták, a bőrt előkészítették szállításra, besózták, a csontokat kifőzték. Itthon már csak ki kellett készíttetni.

Erdélyben fajdkakast és szarvasbikát lőtt. Ott is hódolhatott a gyalogos vadászat örömeinek, s egyben azt is megtapasztalta, hogy milyen hosszú út vezet a vadhoz. Két hegyen át a harmadikon találtak rá a bőgő szarvasbikára. Medvével is találkozott egy erdei úton. Szembe jött vele egy hím medve és úgy megijedt az embertől, hogy mozdulatlanul merevedett, s kisvártatva beugrott a sűrűbe.

Akár minden évben elmenne Afrikába, ha megengedhetné magának. De egy kafferbivalyért majd visszatér s kőszáli kecskéért elmegy Mongóliába.

Csázi Erzsébet



Nádi bakkal Natalban, Dél-Afrikában

Fotó: Magánarchívum



„Próbálj meg lazítani...”

Alvászavar, feszültség, idegesség, szorongás, stressz ellenszere lehet az egyik relaxációs módszer, az autogén tréning. Érdemes megtanulni és gyógyszer helyett élni vele.

– A stressz életünk részévé vált, de nem mindig hat ránk károsan. Kifejezetten ösztönző hatású például a vizsgadruk. De ha az ember már a nevét sem tudja megmondani a félelemtől, akkor kezelni kell szorongását – mondta dr. Égerházi Anikó, a Pszichiátriai Tanszék adjunktusa. – Maga is kezelheti, aki felismeri, milyen szituáció, érzés váltotta ki. Ha megtalálta az okot s például beszél azzal a személlyel, aki kiváltotta, megoldódhat lelki baja. A feszültségcsökkentés jó módszere az autogén tréning. Ez a korábban alkalmazott hipnózis, autohipnózis technikájából fejlődött ki. Az alvás és ébrenlét közti állapot érhető el vele. Az úgynevezett alfa (pihenő) állapotban olyan érzelmekhez is hozzáférhetünk, amelyeket éber figyelő állapotunkban (béta) nem ismerünk fel. Ebben a stádiumban a gyakorlatokkal, a tréning szövegével önszuggesztióval befolyásolhatjuk magunkat.

A technika az egyes testrészek ellazítását segíti elő. A végtagoktól indul, ellazítja, elnehezíti, átmelegíti az izmokat. Belső szerveink is megnyugszanak, működésüket is kontrollálhatjuk a gyakorlatokkal, testünk fölötti uralmunkat gyakorolhatjuk: szívritmusunkat, légzésünket, gyomrunk működését is figyelhetjük.

Akinek jó hajlama van az ellazulásra, az maga is megtanulhatja könyvekből vagy kazettáról a gyakorlatokat, de legpraktikusabb pszichológustól tanulni.

Aki jelentkezik pszichés problémáival a Pszichiátriai Tanszék járóbeteg pszichoterápiás szakrendelésén (munkanapokon 9–14-ig, előzetes telefonos időpont egyeztetés után, tel.: 52/411-600/55214), s feszültségének csökkentésére ezt a technikát választja, az kérheti, hogy a pszichológus tanítsa meg az autogén tréningre. De a jógát is tanácsolom, amely szintén kellemesen megnyugtat, ellazít – mondta a pszichiáter.



Dr. Égerházi Anikó

A tetoválás és eltávolítása

A tatou kifejezés polinéz eredetű, Tahitiben használt „tatau” szóból származik, mara-dandó testdíszítést jelent.

Fontos szerepe volt számos kultúrában az emberek egymástól való megkülönböztetésében. Legelső nyomait a korai egyiptomi kultúrákra teszik. Ősi inka, azték és maja kultúrákban a törzsi rang kifejezésére használták. Rómában a rabszolgákat jelölték meg vele, ill. különböző kasztok tagjait egymástól ezen jelek alapján különböztették el. A vallási szimbolika gyakran vette igénybe például megron-tás, betegség elhárítására.

Az elmúlt évtizedekben egyre szélesebb körben vált divattá az igényes dekoratív tetoválás viselete. A módszer során a bőr alsóbb rétegeibe – az irhába – művi úton színes, oldhatatlan anyagokat juttatnak be. A kozmetikusok által készített ún. „tartós smink” a tetoválással egyenértékű.

A kivitelezés eredetileg festékanyagba mártott tűk segítségével történt, míg ma az ún. tetováló művészek elektronikus tűt használnak, de a lényeg ugyanaz. A tűszúrás minden esetben érsérülést eredményez, még abban az esetben is, ha ez külsőleg nem látszik, ennek megfelelően különböző mellékhatások, nem várt események előfordulásával számolnunk kell.

Leggyakoribb adverz esemény a fertőzések (gennykeltő baktériumok okozta bőrfertőzések, orbánc) kialakulása. Nem megfelelő körülmények között akár szifilisz, tuberkulózis, hepatitiszek egyes típusai, HIV-fertőzés, HPV (humán papilloma vírus) fertőzés is átvihető vele.

Allergiás reakciókkal gyakran kell számolnunk, tekintettel arra, hogy az alkalmazott festékek többsége fémvegyület. A szürke, vagy fekete szín elérésére carbont (szénszármarék), a vöröshöz higany tartalmú cinóbert, a világoskékhez kobaltot, a zöldhöz króm-oxidokat, a sárgához kadmium-szulfidot, a barna szín eléréséhez különböző vas-oxidokat, a lilához pedig mangánt alkalmaznak. Egyes új, divatos színeket, mint például a rózsaszín, türkiz korall különböző alkotóelemekből, keveréssel állítanak elő.

A fémek gyakran okoznak érzékenységet, ráadásul általában egyszerre több fémrel szemben áll fenn allergia. Ha már meglévő szenzibilizációról van szó, a tetoválást követően napokon belül megjelenik a viszkető, piros, gyakran hólyagos bőrtünet. Egyébként általában néhány hónap vagy több év múlva alakul ki allergiás jelenség a tetoválás környékén, majd akár testszerte, a távolabbi területeken is.

Egyre inkább előtérbe kerül az ún. Henna-tetoválás, mely a lawson nevű növényi fes-

ték alkalmazását jelenti. Ez kevésbé irritál és allergizál, mint a fémek, azonban a festék bejutását elősegítő parabenzilén-diamint használnak adalékul, amely gyakran áll allergiás tünetek hátterében.

A tetoválás területe egyes bőrbetegségek – például pikkelysömör, szarkoidózis – számára kitüntetett helyet képez. Nemritkán idegentest-granuloma alakul ki a beinjektált festék-szemcsék talaján.

A tetoválások eltávolítására többféle mód kínálkozik, beleértve a különböző bőrpasztikai eljárásokat, erőteljes kémiai, vagy mechanikai bőrradírozást, azonban ezen módszerek nyomán hegesezés várható.

Különböző lézeres technikákkal van lehetőség a heg nélküli eltávolításra vagy elhalványításra. A festékek színétől és a bőrtípustól függően ezek eredményessége változó lehet.

Ha felmerül a gondolat a dekoratív tetoválás készítésére, vegyük figyelembe a fentiek mellett, hogy az adott ábra, illetve valamilyen mértékben a nyoma egész életünkben elkísér. Ha mellette döntünk, a szakmai irányelveket maradéktalanul szem előtt tartó „profí” végezze a műveletet.

*Dr. Gál Mónika
egyetemi tanársegéd
bőrgyógyász, allergológus
Bőr- és Nemikórtani Klinika*



Költségekímélő megoldásokat kínálnak



Sásvári Csabáné és Sásvári Csaba

Az egészségügyi eszközök, orvostechnikai berendezések szervizkoordinációját s az egészségügyi fogyó eszközök országos értékesítését és szervizelését végzi a Medi-Korrekt Kereskedelmi és Szolgáltató Bt. A cégnek a partnerek felé nyújtott költségekímélő megoldásairól beszélt Sásvári Csaba cégvezető.

– Ma már a klinikaigazgatóknak nem csak az orvostudománnyal, hanem a gazdálkodás tudományával is kell foglalkozni, rajtuk múlik, hogyan sáfárkodnak a rájuk bízott pénzzel – mondta Sásvári Csaba cégvezető. – Meg kell keresniük a kontaktszemélyeket, akikkel partnerként könnyíthetik a klinika gazdasági vezetésének munkáját, előnyösen gazdálkodhatnak, mely pozitív hatásként jelenik meg a betegellátásban.

– *Cégük mit kínál az egyes intézeteknek?*
– Vannak olyan költségekímélő megoldások, melyekkel ha a több sebből vérző egészségügyben tud élni a gazdasági egység vezetője, akkor perspektívát állíthat intézete elé. Kiadhatók a ráfizetést produkáló munkafolyamatok külső partnereknek, amelyek nem privatizálást jelentenek, hanem a versenyszférába való kihelyezést abból a célból, hogy pozitív változást hozzanak az intézet gazdasági tevékenységébe és jó eredményeket a gyógyításba. Ahol külső partnerek jelennek meg, ott az egyébként is szigorú ellenőrzések még szigorúbbá válnak, melyek garanciát jelentenek a gazdasági kiszervezéshez. S a gyógyítás pozitív eredményei a betegek érdekét is szolgálhatják.

– *Őnök hogyan viszonyulnak az egészségügyi megszorításokhoz?*

– Szerződéseinkben mindig megjelent a gazdaságosság és bizonyítani tudjuk a költségekímélést, melyek az adott intézmény gazdálkodására pozitívan hatottak. Nem csak munkaidőben végezzük el vállalt feladatainkat, hanem a megrendelő igényei szerint. Magunkra is kötelező érvényűnek vesszük az egészségügy gazdasági megszorításait. Öt fős csapattal dolgozunk, szigorúan gazdálkodunk, ellenkező esetben nem tudnánk átérezni külső partnereink helyzetét. Annak hívei vagyunk, hogy gazdaságosan dolgozzunk és gazdaságos megoldásokat kínáljunk partnereinknek. Valljuk, hogy minden forintot meg kell becsülni.



Medi-Korrekt Kereskedelmi és Szolgáltató Bt.

4012 Debrecen, Móricz Zsigmond krt.22. I. ép.

52/532-904, 52/411-717/56824 (DEOEC mellék)

E-mail: medi-korrekt@t-online.hu

Medi-Korrekt Kereskedelmi és Szolgáltató Bt.

Orvostechnikai eszközök forgalmazása, szervizkoordinációja, javítása.

ISO 9001:2000 minőségirányítási rendszerrel

(X)



	VILÁG-SZÖVET-SÉG, ROVIDEN		BAZ. M. KOZSEG A TE TU-LAJDONOD		KOCSIS ULESE GUBÓS NÖVÉNY	SZEMÉ-LYEM NŐSZIROM, LATINUL		TELEFON-TÁRS HINÁR, TÁJSZÓVAL		A LÓ HÍMJE		JOSKAR-... A MÁRI FŐVÁROS	OLLÓS ÁLLAT A MEGF. 2. RÉSZÉ
A MEG-FEJTÉS 1. RÉSZÉ										KÉSŐN ÖSSZE-TŐR			
SOVÁNY. CSONTOS ÉS INAS							VESZPRÉM M. KÖZSEG SUMER EPOSZ						
KIEJTETT KETTŐS BETŰ VAGYIS				ELTÁ-VOLIT A MEZŐNY ELÉN									PÉNZ MENNYI-SÉGE
	ÓDA NÉMETŰL ELBŰVÖL				OROSZ KÉRDÉS A KELTA TŰLVILÁG				SZŐGBEN ÁLLI NOMÁD ARAB			CÓLÓP TETEJE! KEDVES ŰRLÉNY	
A VADÁSZ ÖVERŐL LECSÜNGŐ TOBB SZÍJ		TEHER-AUTÓ JAPÁN MOTOR		FRANCIA NEVELŐ BIBLIAI VÁROS		ALBÁNIA, ROVIDEN ÉVA, BECÉZVE				RIZS. NÉMETŰL EGY...			
A MEG-FEJTÉS 3. RÉSZÉ											ZUHANY RÉGI HANG-SZER		
			SZLOVÁKIAI HELYSÉG ORSOLYA, BECÉZVE					CSAPADÉK NYUGAT-EURÓPAI FOLYÓ				MOTOR-MÁRKA MITIKUS TÖRTÉNET	
DISZ-NÖVÉNY HARCÍAS NŐ				RÓMAI 51 OROSZ CÍM VOLT			ANYA ... FARROW; NEVES SZÍNÉSZNŐ						TONNA JELE GYUL-LADÁS
SAKK-VILÁG-BAJNOK V. (MHAIL)		PUERTO ... ELLEN-ÉRTEK				E NAPI LALO MŰVE: ... KIRÁLYA				BŰNTETŐT ÉRTÉKESÍT MADRIDI NAPILAP			
		A MEG-FEJTÉS 4. RÉSZÉ SORVÉGI!											
IPAR-TESTULET ELŐ-MENETEL					MADÁR-KIRÁLY					BIKILA; ETIÓP FŰTŐ VOLT			



Házasági tanácsadás

Megfejtőknek

Skandináv rejtvényünk a következő kérdésre keresi a választ: Milyen összetevői vannak a Nagy Gabriella (tel.: 06/70-312-15-72, www.herbagabi.shp.hu) által forgalmazott Herbalife Multivitamin komplex tablettának? A helyes megfejtést beküldők között 5 szerencsés nyertest sorsolunk ki, akik 1-1 doboz 90 szemes Multivitamin komplex tablettát kapnak ajándékba postán.

A megfejtéseket 2007. március 31-ig várjuk a következő címre: Debreceni Egyetem Orvos-és Egészségtudományi Centrum 4012 Debrecen, Pf. 15. A levelezőlapra írják rá: „Skandináv rejtvény”

Téli számunk keresztrejtvényének helyes megfejtése: relaxál, alakformál, méregtelenít, fogyaszt. Nyertesek: Dávid József, Debrecen; Nagy Sándorné, Püspökladány; Farkasné Melis Erika, Debrecen; ifj. Salamon Béla, Debrecen; Nagy Károly, Debrecen.

Humor

– Doktor úr, csináljon valamit a feleségemmel! Ez így nem mehet tovább! Tizenegy macskát tart a lakásban, képzelheti milyen bűdös van.
– Miért nem nyit ablakot?
– Mit? Ne bolondozzon! Elrepülne a száz galambom!

Orvos így szól a pácienséhez:
– Azt hiszem, csinálnunk kéne egy EKG-t.
– Hát, ha szükséges...
– Igen... Nekem megvan a kapcsolási rajz, maga meg elektromérnök, igaz?

Ismerős szépasszony össze-verte állít be az orvoshoz:
– Mi történt?
– Csúnyán összevert a férjem!
– De hiszen úgy tudtam, hogy elutazott.
– Én is úgy tudtam....

A páciens elmegy egy pszichiáterhez és elmondja, hogy nagy-zási mániája van. Az orvos:
– Feküdjön le a díványra, és nyugodtan kezdje el mesélni egészen előlről.
– Rendben. Először teremtettem az eget és a földet.



OEP által finanszírozott fizio- és balneoterápiás
kezelések **BEUTALÓVAL!**

A fürdőorvosi reumatológiai vizsgálatra
BEUTALÓ és VIZITDÍJ FIZETÉSE NÉLKÜL
fogadjuk a betegeket!

Teljes összegű **KÉSZPÉNZES** kezeléseink:
Masszázsok (talp, migrén, Yumeiho, nyirok, aroma
és frissítő)

Kismamáknak (vízben, zenére történő kismama-torna,
kismama-masszázs, pszichológiai tanácsadás)

A léleknek (stresszkezelő programok, kommunikációs
tréningek, csoportterápiák, párterápiák)



Fizioterápiás kezelések (ultrahangkezelés, magnetoterápia,
Biopton lámpakezelés, lézertérápia)

Tornák (zenés víz alatti gyógytorna, aquabike, száraz csoportos
tornák, fit-ball)

McKenzie-féle mechanikai diagnózis és terápia. A McKenzie
módszer a gerincproblémák speciális vizsgálati és kezelési rendsze-
re. Aktív mozgásterápiára épülő rendszer. Elsősor-

ban a krónikus kiújuló fájdalmak megelőzésére és kezelésére szol-
gál. A programot személyre szabottan állítjuk össze.

Információ: 52/514-121

www.nagyerdeigyogyaszat.hu gyogyaszat@aquaticum.hu
4032 Debrecen, Nagyerdei park 1.

Salin-sós levegő a hegyekből

A SALIN készülék egy teljesen új
eljárást alkalmaz a levegő kezelésében.
Működése során egy mikroszkóppal
bevont szűrőn préseli át a levegőt. A készü-
lék tartalmaz egy ventilátort és egy mik-
rokristályos betétet. A Salin levegőtisztító
egy állandó, nem túl dús sótartalmú leve-
gőt biztosít zárt térben. Használata legin-
kább éjszaka javasolt, mert így biztosított
a Salin által létrehozott légtérben.

Rendszeres használatlaltal a SALIN a
következő betegségekre hat jótékonyan:
asztma, hörghurut, gégegyulladás, lég-
csőgyulladás, heveny, -és idült hörghurut,
tbc-s felépülésekben, és általánosan csök-
kenti az allergiás érzékenységet.

ORVOSI HATÁSOK, SPECIÁLIS JAVASLATOK:

Azok a személyek, akik légúti problé-
mával küzdenek, nagyon gyorsan érez-
ni fogják a levegő minőségének lényeg-
es javulását.

A légutat valószínűleg ürülését előse-
gítve, a hörgőhám csillóinak hullámszerű
mozgását segítve, könnyebbé teszi a lég-
utak szabad légcseréjét.

Mindemellett, másfajta jótékony
hatás is megmutatkozik-például az aszt-
más betegeknek ritkábban kell használni
az asztma elleni sprayt.

Mindazonáltal felhívjuk a betegek
figyelmét, ne mulasszák el a problémá-
juk orvosi kivizsgálását krónikus bete-
gek esetén a folyamatos ellenőrzését.

Minden jótékony hatása mellett a Salin
megelőző célt szolgál, főként azoknak,
akik gyakran küzdenek légúti betegségekkel,
de az egészséges emberek számára is
(korhatártól függetlenül), mivel használata
általánosan növeli a légzőrendszer
ellenálló képességét.

Elérhetőségeink:
P&B Consulting Bt.

**4032 Debrecen
Branyiszok u. 8**

Raktár nyitva tartása: h.-p. 16-19-ig
(előzetes megbeszélés alapján)

Tel.: **06-20/46-19-291** (Eke Beáta)

e-mail: soslevego@soslevego.hu

Rendelési cím:

www.soslevego.hu

06-20/46-19-291-es telefonszámon

SMS-ben (név, cím, darabszám)



CAMPUS-VÉD 2000 Vagyonvédelmi Szolgáltató Kft.

- ➔ Teljes körű vagyonvédelmi szolgáltatás
- ➔ Beléptető rendszerek üzemeltetése
- ➔ Porta- és járőrszolgálat
- ➔ Rendezvénybiztosítás
- ➔ Szükség esetén betegkísérés
- ➔ 24 órás diszpécser szolgálat

Campus-Véd 2000 Kft.

4032 Debrecen, Tessedik Sámuel u. 129.

Telephely: Debrecen, Nagyerdei krt. 98.

Tel.: 52/411-717/5595, 537-611, 06-30/ 632-6453

Fax.: 52/537-612

E-mail: campu2@axelero.hu



**Orvostechnikai
készülékek, gépek és
berendezések javítása,
karbantartása,
időszakos felülvizsgálata**
a 47/1999. sz. EüM rendelet alapján.

Medical Service '95 Bt.

Debrecen, Nagyerdei krt. 98.

www.medicalservice.hu

Tel.: 52/411-717/4544

30/95-30-896,

30/93-52-050



Libra

patika



Libra Gyógyszertár

Nyitva tartás: hétfőtől péntekig 8.00-17.30-ig

Telefonszám: 52/432-288

4012 Debrecen, Nagyerdei krt. 98.



Augustza Gyógyszertár

Nyitva tartás: hétfőtől péntekig 8.00-16.30-ig

Telefonszám: 52/535-753

4032 Debrecen, Móricz Zsigmond krt. 22.

(A Klinika II-es telepe bejáratánál).

A Debreceni Egyetem Orvos-és Egészségtudományi Centrum ismeretterjesztő lapja. Megjelenik negyedévente. Kiadja a DEOEC. Felelős kiadó: dr. Fésüs László, a DEOEC elnöke. Szakmai kiadó: dr. Édes István, a DEOEC klinikai centrumelnök-helyettese. Főszerkesztő: Császi Erzsébet. Telefonszám: 06-20-527-9569. E-mail: csaszid@dot.e.hu Szerkesztőség és kiadóhivatal: 4012 Debrecen, Nagyerdei krt. 98. Tel.: 06-52/417-571, fax: 06-52/419-807. ISSN 1785-6825 Címlapfotó: Nagy Sándor. Nyomás: Alföldi Nyomda Rt.

PHOTOTROP™

A fejlett országok fenyegető szembetegsége: az időskori makula-degeneráció

Egy új étrendkiegészítő készítmény az időskori makula-degeneráció kezelésére, mely a klinikai tapasztalatok szerint a betegség korai szakaszában a látás és a szemfenéki elváltozások javulását eredményezte

Napjaink egyik legsúlyosabb és leggyakoribb szemészeti problémája, az időskori makula-degeneráció, a látóhártya központi részének lassan előrehaladó sorvadása. Az iparilag fejlett országokban ez a betegség a vakság leggyakoribb oka. Lassan népbetegség és számos családban megjelenik, elsősorban az idősebb generáció tagjainak körében.

A betegség kezdeti stádiumában sajnos a ma szokásos vizsgálatokkal még nem lehet kimutatni eltérést, bár a látás minősége már ekkor érezhetően romlik, amit a beteg több tünetből is észrevesz (tévesztés a betűk összeolvasásakor, betű vagy betűrészlet kiesése, elmosódottsága vagy torzulása, érzékenység, nehéz alkalmazkodás az erős fényhez a betegség kezdeti tüneteire utalhatnak). A betegség előrehaladtával a tünetek súlyosbodnak (a fixált tárgy képe homályosabb, komoly problémát okozva az olvasásban, a színek felismerésében, míg végül kialakul egy szürke, illetve fekete folt a látótér közepén, akadályozva a vezetést és a munkavégzést). Néhány esetben hirtelen látásromlás léphet fel szemfenéki vizenyő illetve bevérzés miatt.

Különösen veszélyeztetett célcsoportnak számítanak a dohányosok, cukorbeteg, magas vérnyomásban szenvedők és elsősorban az idős korosztály, valamint a szürke-hályog miatt operált betegek. Rizikó tényezők a vér magas zsírtartalma, a pajzsmirigy csökkent működése.

A betegség kórtanilag nagyon hasonló egyéb időskori neurode-

generatív betegségekhez. (Alzheimer vagy Parkinson betegség, diabeteses neuropátia). Kialakulásában az oxidáns anyagok, az ún. szabad gyökök játszanak elsősorban szerepet. Az eddigi kezelések (antioxidáns vitaminok, zink vagy lutein fogyasztása) nem hoztak jelentős eredményeket, mivel a betegség lefolyását nem befolyásolták alapvetően. Néhány készítmény esetében a kezelés során fatális mellékhatások is kimutathatóak, aminek következtében az antioxidáns készítmények ma már „felhígított” formában, azaz csökkentett hatóanyag tartalommal kerülnek forgalomba, hatásuk ilyen formában azonban nem igazolt.

A Phototroppal egy nemzetközi kutató csoport új utat keresett az időskori makula-degeneráció kezelésére. A mitokondriumok működési zavarait, vagyis a sejtanyagcserét próbálták javítani, mivel elsősorban ennek eredményessége befolyásolhatja kedvezően az időskori makula-degeneráció kialakulását. Az általuk összeállított gyógyszer kombináció az oxidáns anyagok termelődését akadályozza meg, az energiatermelést tartja megfelelő szinten és a zsírok tökéletes elégetésében nyújt segítséget, hogy a retina működésének károsítását, majd a sejtek pusztulását megelőzze. Természetes hatóanyagainak (omega-3 típusú többszörösen telítetlen zsírsavak, Acetyl-L-karnitin, koenzim Q10) és modern gyártási technológiának köszönhetően eddig mellékhatások nem ismertek.

Egy előzetes tanulmány (Római Tudományegyetem Szemklinikáján és a Pécsi Egyetem Szemklinikáján végzett randomizált, placebo kontrollált, kettős-vak klinikai vizsgálat) egyértelműen bizonyította a Phototrop pozitív hatását.



PHOTOTROP™
Az Ön két szép szeméért

Az időskori makula-degeneráció korai szakaszában a látás és a szemfenéki elváltozások javulását eredményezte.



Szebb a világ, ha látjuk is!

A PHOTOTROP™ nagykereskedője, az Ön partnere a

NutriPharma
Hungaria

tel: (20) 999-7788
(1) 225-0207
FAX: (1) 214-9706
www.phototrop.hu