

MEDIJI O ZDRAVSTVU

četvrtak, 15. avgust 2019.godine

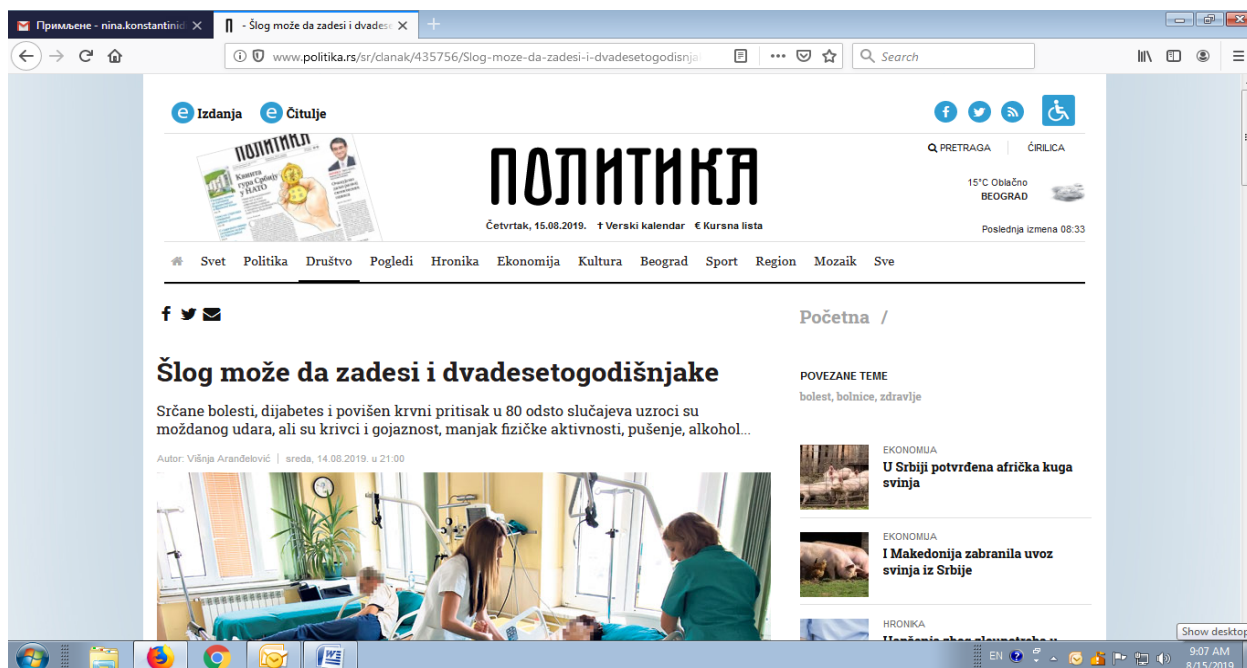
POLITIKA- Šlog može da zadesi i dvadesetogodišnjake

KURIR- ZAVRŠENO SVETSKO TAKMIČENJE LEKARA U KORIŠĆENJU
ULTRAZVUKA: Najbolji lekar je iz Požarevca

RTS- Lekari preporučuju mediteransku ishranu

*****DZ DR J.J.ZMAJ**(STARA PAZOVA)- POZIV ZA SIMPOZIJUM
„PREVENCIJOM DO ZADOVOLJNOG KORISNIKA“

ПОЛИТИКА



Šlog može da zadesi i dvadesetogodišnjake

Srčane bolesti, dijabetes i povišen krvni pritisak u 80 odsto slučajeva uzroci su moždanog udara, ali su krivci i gojaznost, manjak fizičke aktivnosti, pušenje, alkohol...

Moždani udar, poznat u narodu i pod nazivom šlog, nema nikakve veze sa vremenskim uslovima – bilo da šibaju vetrovi ili da prži sunce statistika obolelih od ove bolesti će biti ista. A ona je nemilosrdna: u našoj zemlji oko 25.000 ljudi godišnje doživi moždani udar. Samo trećina njih nakon toga će izaći bez posledica ili sa minimalnim oštećenjima, a isto toliko neće dobiti drugu šansu.

– Iako nije zarazna, moždani udar je masovna bolest i jedna od najsmrtonosnijih. Ovu sumornu činjenicu ilustruje i podatak da je prvi uzročnik smrti među ženama, a drugi među muškarcima. Takođe, 30 posto bolesnika ostaju invalidi, uglavnom vezani za krevet – upozorava dr Milan Savić, direktor Specijalne bolnice za cerebrovaskularne bolesti „Sveti Sava”.

Osim najvidljivijih, fizičkih posledica, šlog za sobom vrlo često ostavlja i depresivne ljude koji se teško suočavaju sa činjenicom da ne mogu da se vrate starim navikama. Uz to, veliki broj njih muku muči sa dekubitima, plućnim embolijama, epilepsijom... Iskustvo je pokazalo i da većina pacijenata do kraja života ostaju korisnici zdravstvenih i socijalnih službi.

Oporavak ne samo da je težak i dug, već je i neizvestan i o njemu uglavnom odlučuje vreme. Naime, što osoba ozbiljnije shvati simptome koje izaziva moždani udar, to su i šanse za oporavak veće. Oni koji se

pre obrate komšiji ili „guglu” za savet nego lekarima za stručnu pomoć, mogu vrlo lako da izgube životnu bitku.

– Tromboliza, metoda koja omogućava da krvni sud u mozgu ponovo postane prohodan, efikasna je ukoliko se pacijent javi lekaru najkasnije četiri i po sata od prvog simptoma. Naravno, i ovde važi pravilo „što pre to bolje”, ali nakon isteka tog vremena ne možemo je primeniti. Nešto više vremena ostaje nam za mehaničko uklanjanje tromba, koje se obavlja u opštoj anesteziji i to do devet sati od kada se pacijent suočio sa poteškoćama – objašnjava za „Politiku” dr Milan Savić.

I u samoj bolnici, već na prijemu pacijenata, počinje trka sa vremenom, pa su lekari u ovoj ustanovi brži od evropskog proseka – sva snimanja i analize, poput EKG-a i laboratorijskih ispitivanja, obave za 30 do 40 minuta.

Kako prepoznati šlog? Simptomi su, kako objašnjava naš sagovornik, vrlo jasni i ne liče na simptome nijedne druge bolesti – slabost ili utrnulost samo jedne strane tela, poremećaj govora, duple slike, vrtoglavica, nekada praćena mučninom i povraćanjem, otežana orijentacija... Iako od moždanog udara uglavnom strada starija populacija, više nisu retki četrdesetogodišnjaci koji u bolnicu stižu iz istog razloga. Ali dr Savića posebno zabrinjava činjenica da pomoć zbog šloga traže i dvadesetogodišnjaci.

U 80 odsto slučajeva uzroci moždanog udara su srčane bolesti, dijabetes i povišen krvni pritisak, ali su krivci i gojaznost, manjak fizičke aktivnosti, pušenje, alkohol... Moždani udar je moguće sprečiti, ali samo ako se na vreme otkrije suženje krvnih sudova, zbog čega je neophodno redovno ići kod lekara.

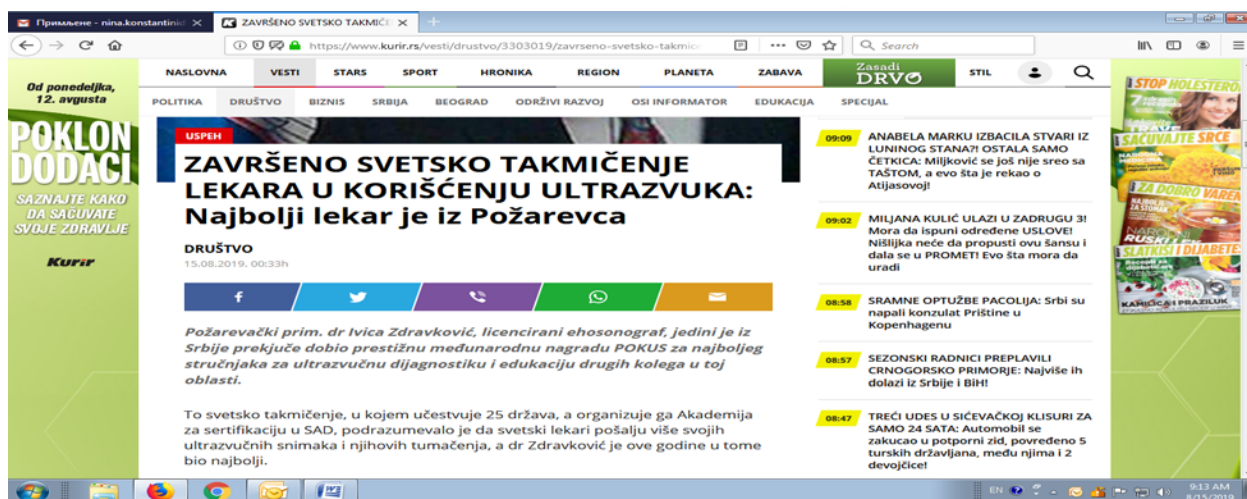
– Iako imamo efikasne metode u lečenju moždanog udara, nismo mnogo postigli kada je reč o preventivi. Čini mi se da ljudi ne razumeju važnost rutinskih pregleda, a čak 90 odsto suženja krvnih sudova može se otkriti ultrazvukom, koji je potpuno bezopasan i bezbolan – ističe naš sagovornik.

O tome govori i podatak da se broj onih koji godišnje budu primljeni u ovu bolnicu ne smanjuje – za 12 meseci pomoć ovde potraži 8.000 pacijenata.

– Imamo dovoljno kapaciteta, ali bih voleo da nas posećuje što manje ljudi jer bi to značilo da su shvatili važnost preventive – dodaje dr Savić.

Uskoro u ovu instituciju stiže i 20 električnih kreveta iz donacije princeze Katarine Karađorđević, samo se traži način kako će oni biti uneti u zgradu.

– Reč o posebnim krevetima koji su teški oko 20 kilograma, a dugački 2,5 metara. Stižu iz Denvera, pa su verovatno mislili da su svi u Srbiji visoki poput Nikole Jokića – kaže uz osmeh dr Milan Savić.

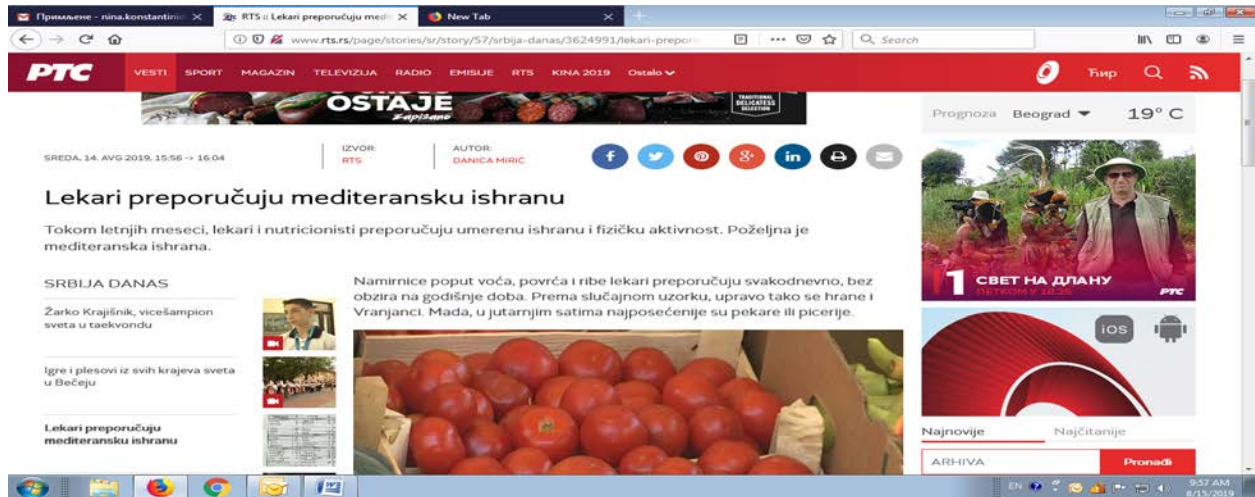


ZAVRŠENO SVETSKO TAKMIČENJE LEKARA U KORIŠĆENJU ULTRAZVUKA: Najbolji lekar je iz Požarevca

Požarevački prim. dr Ivica Zdravković, licencirani ehosonograf, jedini je iz Srbije prekuče dobio prestižnu međunarodnu nagradu POKUS za najboljeg stručnjaka za ultrazvučnu dijagnostiku i edukaciju drugih kolega u toj oblasti.

To svetsko takmičenje, u kojem učestvuje 25 država, a organizuje ga Akademija za sertifikaciju u SAD, podrazumevalo je da svetski lekari pošalju više svojih ultrazvučnih snimaka i njihovih tumačenja, a dr Zdravković je ove godine u tome bio najbolji.

-Nagrada mi znači jer je potvrda mog dosadašnjeg usavršavanja. Koncept primene ultrazvuka u opštoj medicini, što POKUS u praksi i jeste, budućnost je medicine kod nas i u svetu. To podrazumeva da lekar u Domu zdravlja na licu mesta završava sve što je pacijentu u tom trenutku potrebno kad je ultrazvučna dijagnostika u pitanju. Za takav vid dijagnostike u svetu kaže se da je ultrazvuk stetoskop 21. veka - kazao je prim. dr Zdravković za Kurir.



Lekari preporučuju mediteransku ishranu

Tokom letnjih meseci, lekari i nutricionisti preporučuju umerenu ishranu i fizičku aktivnost. Poželjna je mediteranska ishrana.

Namirnice poput voća, povrća i ribe lekari preporučuju svakodnevno, bez obzira na godišnje doba. Prema slučajnom uzorku, upravo tako se hrane i Vranjanci. Mada, u jutarnjim satima najposećenije su pekare ili picerije.

Od zdravog doručka sve počinje, jer u organizam treba uneti dovoljno energije, kažu lekari. Sveže namirnice, pravilno raspoređeni obroci, redovno unošenje tečnosti.

"Uzimanje dobrih masnoća koje su sadržane u orašastim plodovima pre svega, i jako je važno uravnotežiti sa fizičkom aktivnošću, odnosno potrošiti ono što smo uneli", kaže dr Dragan Pešić iz Centra za prevenciju Doma zdravlja u Vranju.

"Kad jedemo maslinovo ulje, smanjujemo i holesterol i krvni pritisak. A opet ako se koriste ribe, morske koje obiluju omega-3-kiselinama, onda se smanjuje i insulinska rezistencija, povoljan efekat imamo na lipidni status, unosimo vitamin D koji nam je u velikom nedostatku i time rešavamo brojne poremećaje", objašnjava prof. dr Vesna Dimitrijević Srećković, endokrinolog u Kliničkom centru Srbije.

Doktorka Dimitrijević Srećković preporučuje mediteranski jelovnik, na kojem prevlađuju voće, povrće, žitarice.



**П О З И В
З А**

СИМПОЗИЈУМ „ПРЕВЕНЦИЈОМ ДО ЗАДОВОЉНОГ КОРИСНИКА“

СТАРА ПАЗОВА, 13 – 15.09.2019. ГОДИНЕ

хотел Србија LUX /Национална кућа фудбала/

Поштоване колеге,

Са великим задовољством Вас обавештавамо да је Дом здравља „Др Јован Јовановић Змај“ Стара Пазова домаћин и организатор Симпозијума са темом „Превенцијом до задовољног корисника“ који ће се одржати у периоду 13-15.09.2019. године у Старој Пазови, хотел Србија LUX /Национална кућа фудбала/.

Симпозијум је акредитован пред Здравственим саветом Србије под бројем Д – 1-463/19 за лекаре, фармацеуте, биохемичаре, стоматологе и све здравствене техничаре.

Учешћем на симпозијуму за слушаоце је обезбеђено 6 бодова.

Предавачи на Симпозијуму су наши еминентни стручњаци ас.прим др сци мед Снежана Медић, Институт за јавно здравље Војводине Медицински факултет Нови Сад, ас др сци мед Јелица Бјекић Мацут, КБЦ Бежанијска Коса, Медицински факултет Београд, проф. др сци мед Томица Милосављевић, Медицински факултет Београд..

ПРОГРАМ КОНТИНУИРАНЕ ЕДУКАЦИЈЕ

Сатница	Тема	Метод обуке	Предавач
I дан	13.09.2019. године		
	Пријава у хотел и ручак		
	Регистрација учесника и улазни тест		
17,00 – 18,00	Поздравна реч организатора и коктел добродошлице		
18,00 – 18,30	Анализа најчешћих разлога невакцинисања деце у АП Војводини (1997-2016)	предавање	Асс.Прим др сци мед Снежана Медић
18,30-18,45	Мотивисање родитеља за бољи одзив у вакцинисању	предавање	Зорица Лапчевић
18,45-19,15	Парадокси алергијског ринитиса-дали је решење у превенцији?	Предавање	Др Бошко Степановић, спец. интерне медицине
20,00	ВЕЧЕРА		
II дан	14.09.2019. године		
	ДОРУЧАК		
07,00-09,00			
10,00-10,30	Превенција кардиоваскуларних болести на нивоу примарне здравствене заштите	предавање	Др Ђорђе Инђић, спец. интерне медицине

10.30-10,45	Улога медицинске сестре у превенцији артеријске хипертензије	предавање	Љиљана Абаџија, СМС
10,45-11,00	Збрињавање и транспорт пацијената са акутним коронарним синдромом	предавање	Лозана Лазић, ВМС
11,00-11,15	Мамографија-златни стандард за скрининг и рану детекцију рака дојке	предавање	Мирослав Стојаковић, Виши РТГ техничар
11,15-12,00	КАФЕ пауза		
12,00 – 12,30	Дијабетес – хипогликемије и варијабилност	предавање	асс др сци мед Јелица Бјекић Маџут
12,45-13,00	Дијабетес и дијабетесно стопало	предавање	Милкица Сладаковић, ВМС
13,00-13,30	Превенција нефропатије код пацијената са Дијабетес Мелитусом	предавање	Др Светлана Дудић, спец. интерне медицине
13,30-13,45	Савремени приступ здравственој нези пацијента са пласираним централним венским катетером на одељењу хемодијализе	предавање	Бранка Поповић, СМС
14,00 -16,00	ПАУЗА ЗА РУЧАК		
16,00-16,15	Значај сарадње за добро функционисање система здравствене заштите	предавање	Слађана Грујић, СМС, мастер
16,15-16,30	ФОБТ	предавање	Драгица Балешевић, лаб. техничар
16.30-16,45	Лумбални синдром-превенција бола у леђима	предавање	Зорица Вудраговић, струковни физиотерапеут

16,15-17,00	За лепши осмех-подизање нивоа оралне хигијене и превенција безубости	предавање	Мирјана Бошњаковић, зубни техничар
20, 00	СВЕЧАНА ВЕЧЕРА		
III дан	15.09.2019. године		
07,00-09,00	ДОРУЧАК		
10,00-10,30	Улога масних киселина кратких ланаца у одржавању хомеостазе црева, превенцији и лечењу	предавање	проф. Др сци мед Томица Милосављевић
10,30-11,00	Завршни тест и евалуација		