

A Mi Kórházunk

a Fővárosi Önkormányzat Szent János Kórház és Rendelőintézet
magazinja



Betegeink között az
Urológiai-sebészeti
Osztályon

Egy nap a
gyógytornász életében

Exkluzív riport
Kovács „Kokó”
Istvánnal

Ápolók Nemzetközi
Napja



IV. évfolyam 3. szám
2002. június

**A MI KÓRHÁZUNK
a Fővárosi Önkormányzat
Szent János
Kórház és Rendelőintézet
magazinja**

Felelős kiadó:

Dr. Nagy Péter Pál, főigazgató

Főszerkesztő:

Balázs László

Szerkesztőségi titkár:

Dr. Glanz János

Szerkesztőbizottság:

Dr. Belső László

Dr. Tóth János

Prof. Dr. Jánosi András

Prof. Dr. Lipcsey Attila

Nándori Ferenc

Somogyvári Zoltánné

Dr. med. habil. Winkler Gábor

A Szerkesztőség

levelezési címe:

Fővárosi Önkormányzat

Szent János Kórház és RI.

Főigazgatóság

1125 Budapest, Diós árok 1-3.

Tel.: 458-4510

Fax: 458-4656

Kiadja a Tudomány Kiadó Kft.

1146 Budapest,

Hermina út 57-59.

Tel.: 273-2844

Fax: 384-5399

A kiadásért felel:

Guti Péter ügyvezető

Nyomdai előkészítés:

Engárd Viktor

Fotó:

Kriszti Fotó Bt.

Nyomdai munkálatok:

Grafit Pencil Kft.

Megjelenik 2 havonta

ISSN 1587-1193

A folyóiratban megjelent
valamennyi eredeti írás és képi
anyag csak a Szerkesztőség írásos
hozzájárulásával sokszorosítható
vagy közölhető más lapban.

Tartalomjegyzék

Betegeink között...

Az Urológiai-sebészeti Osztályon3

Egy nap...

A család és a hivatás összeegyeztethető.....4

Exkluzív

Az Érdemes Érmes

- Beszélgetés Kovács „Kokó” Istvánnal5

Ápolók Nemzetközi Napja

A mi ünnepünk6

Segíthetünk?

A nyári gyermekbalesetekről8

Nyári meleg – fokozott intim higiénia.....9

Bőrünk védelme nyáron10

Bemutakozik...

Intézetünk könyvtára12

Rendezvényeink

Megalakult a Budai Emésztőszervi Centrum14



A címlapon a Sebészet épülete látható

Az Urológiai-sebészeti Osztályon

Egy hagyományosan modern osztály

Úgy gondolom, mindnyájan egyetértünk abban, hogy kórházba járni – és főleg betegként bent feküdni – enyhébb esetben is kellemetlen, sőt gyakran embert próbáló. A beteg és környezete is nehezen viseli a kezeléseket, nem csupán a tünetek, az esetleges fájdalom veszi igénybe túróképességünket, hanem a kiszolgáltatottság érzése is. Sokan leginkább ettől rettegnek. Ha urológushoz kell mennünk, akkor pedig még a szégyenlősségünket is le kell küzdenünk a félelmeink mellett. Engem ilyenkor a jó szándék, a szakértelem és a tapasztalat nyugtat meg leginkább. Ezt tapasztaltam a Szent János Kórház Urológiai-sebészeti Osztályán.

A neves elődök által létrehozott és kiépített osztályt 1999. december elseje óta dr. Kovács András főorvos vezeti. Rihmer Béla, Minder Gyula, Noszway Aurél és Vabrosch Géza professzor urak alapozták meg a világszínvonalú gyógyítást. Nem csupán a magas szakmai nívót, a rendszeres tudományos munkát és a legújabb technikák alkalmazását tartották fontosnak, a pácienssel való személyes törődés ugyancsak hagyomány a Szent János Urológiáján. Ennek az iskolának a folytatója a jelenlegi osztályvezető főorvos is.

Dr. Kovács András huszonhét éve dolgozik a kórházban, ez idő alatt nyomon követhette az urológia fejlődését. Noszway és Vabrosch professzorok irányítása mellett is dolgozott, akik mindig támogatták a kollégák továbbképzését és ápolták a nemzetközi kapcsolatokat, melyeknek keretében Kovács doktor úr kilenc alkalommal vehetett részt külföldi tanulmányutakon Németországban, Ausztriában és az Egyesült

Államokban. Ezeknek a kötelékeknek köszönhető, hogy az országban elsőként alkalmazhattak több modern és új diagnosztikai módszert az osztályon. Magyarországon először itt volt urológiai osztálynak saját ultrahangkészüléke, elsők között vezették be a prosztataraák és a jóindulatú prosztata megnagyobbodás műtéti kezelési lehetőségei tekintetében a lézerkezeléseket és a lézerdiagnosztikát, az országban először itt alkalmazták vesekőzúzó berendezést. Azóta továbbfejlesztették az ultrahangos diagnosztikát, széles körben alkalmazzák az endoszkópos diagnosztikát és kőkezeléseket, 1999 óta pedig dr. Kovács András új műtéti technikákat honosított meg az osztályon.

A szakmai színvonalat kiegészíti az átlagon felüli felszereltség és infrastruktúra: három modern műtő, három komfortos, fizető szoba és két-négyágyas kórtermek szolgálják a modern gyógyítást. A szakemberek is rendkívül képzettek. Összesen 37-en dolgoznak a harminc ágyas osztályon és a hozzá tartozó járóbeteg szakambulancián. A tizenhat fős ápoló gárda összeszokott és az urológiai-sebészeti terület iránt elkötelezett. Az osztály felvevő területe az I., II. és a XII. kerület, de az egész fővárosból és vidékről is fogad pácienseket.

A Szent János Kórház Urológiai-sebészeti Osztályának jó híre valóban országos, ezt bizonyítja az is, hogy a krónikus betegeknél két hét az átlagos várakozási idő.

Az osztály másfél éve állandó akut felvételes urológia. Egész Buda és Szentendrétől Százhalombattáig a csatolt községek sürgős urológiai eseteinek ellátásában illetékes.

Kovács főorvos úr vezetése alatt elkezdődött az osztályon megforduló páciensek urológiai szűrővizsgálá-



ta, amely a népegészségügyi program törekvéseihez csatlakozik. Az urológia területén igyekeznek elérni a rák minél korábbi felismerését, s így növelni a teljes gyógyulás esélyét.

A tudományos tevékenység is jelentős az osztályon: az orvosok rendszeresen vesznek részt továbbképzéseken és konferenciákon előadóként is, de ami talán ennél is fontosabb az a betegek véleménye az osztályon folyó munkáról. V. András tizennyolc éves korától rendszeresen kezelik különböző urológiai panaszokkal. A harmincnégy éves fiatal ember rosszindulatú here megbetegedés műtéte után lábadozik az osztályon. Az orvosok szaktudásának híre hozta ide, akiket csak dicsérni tud. S. Balázs veseműtétje után beszélt nekem tapasztalatairól. Őt tíz éve kezelték először a Szent János Kórház urológiáján, akkor vesekőzúzással és kőhajtással gyógyították meg, most egyik veséjéből műtéttel kellett eltávolítani a köveket. Ő a lelkes és szakértő ápolói munkát dicsérte.

Számomra a Szent János Kórház Urológiai-sebészeti Osztálya egyszerre képviseli a hagyományt és a jövőt, a szakértelmet és a törődést.



Nagy Katalin gyógytornász életében

A család és a hivatás összeegyeztethető

S nem is történt, de még csak munkahely változtatás sem, hiszen Nagy Katalin csaknem húsz éve, 1983 óta dolgozik a Szent János Kórházban, először az ortopédián, majd egy éve az ápolási osztályon.

Az ortopédián sérülés utáni rehabilitáció folyik, az ápolási osztályon mobilizáció, ami azt jelenti, hogy az időseket ágyban kell tornáztatni, mozgatni, segíteni kell, hogy újra önellátóvá váljanak. Járókerettel tudjanak járni, lépcsőn tudjanak közlekedni, illetve a felfekvések és a tüdőgyulladás elkerülésében is fontos szerep jut a gyógytornásznak.

Dolgozó nő vagy családanya? Ez a kérdés nem kérdés Nagy Katalin számára. A Szent János Kórház Ápolási Osztályának gyógytornásza már a pályaválasztásánál gondolt arra, hogy gyermekei lesznek. Mindenképpen az egészségügyben szeretett volna elhelyezkedni, hiszen ott volt előtte édesanyja példája, aki harmincöt évig volt ápolónő. Azért nem lett orvos, mert a sok túlóra mellett nem lehet gyereket nevelni. Egyik barátja ajánlotta neki a gyógytornász hivatást, hiszen sportos alkat és szeret másoknak segíteni. Az ötlet jónak bizonyult, s mi sem bizonyítja ezt jobban, mint az az egy éves gyakorlat, amit az Egészségügyi Főiskola előtt az Országos Rehabilitációs Orvosi Intézet különböző osztályain töltött. Aki az amputáltak, a gerincsérültek és az agysérültek osztályán dolgozik, képet kap a szakma nehézségeiről és szépségeiről.

– Bele kerültem a mélyvízbe. Azt gondolom, hogy ha valaki egy évet tölt ilyen betegek között és utána is azt gondolja, hogy el akar menni a főiskolára az tényleg gyógytornásznak való. A legkritikább esetben történik ilyenkor pályamódosítás.

Amikor létrejött az ápolási osztály az volt a terv, hogy a gyógytornászok forgó rendszerben fognak itt dolgozni, mert pszichikailag rendkívül nehéz idős, gyakran magatehetetlen emberek között dolgozni nap mint nap. Kevés a sikerélmény, sok lehangoló tapasztalat van: sokakat nem látogatnak, és sokak állapota nem javul jelentősen. Az első három hónap után Nagy Katalin úgy döntött, hogy marad. Ebben a döntésében szerepe volt a jó kollektívának, annak, hogy a nővérekkel, orvosokkal gyümölcsöző együttműködés alakult ki. Ez rendkívül fontos, hiszen a gyógyítás csapatmunka. Ha a nővér azt mondja, hogy minek fáradozni, ott a pelenka, akkor a gyógytornász hiába kéri a beteget, hogy ne várja meg, amikor szüksége lesz rá, hanem próbáljon kimenni a wc-re.

A betegek általában három-hat hónapot töltenek az osztályon. Volt olyan hetven év körüli hölgy, aki úgy érkezett, hogy nem mozgott és pelenkát hordott. Most egyedül jár wc-re, három lábbú bottal lépcsőzik.

A munka legfontosabb része tíz és tizenkét óra között zajlik. Ekkor

azok a betegek, akik önállóan képesek mozogni kórteremi tornán vesznek részt, ez légyógyakrobatákból és a végtagok átmozgatásából áll. Persze sokakkal egyénileg kell foglalkozni: ágyban tornáztatni, sétálni kíséreni, kiültetni vagy külön tornával segíteni egy önállóbb, szabadabb mozgás kifejlesztésében. A munkaidő többi részében Nagy Katalin az étkezésekhez való kiültetésben, utána a lefekvésben segít a nővéreknek. Az ápoltak fejlődéséről kartont vezet: mi történt a betegekkel, honnan hová jutottak el.

A délután és a hétvége pedig a családé. Három gyermekét egyedül neveli, bár volt férje is sokat segít. Tizenhat éves lánya, Tícia autisztikus, mozgása sem tökéletes, gerincferdülése miatt az otthoni rendszeres torna számára nagyon fontos. Nem sportos alkat, de kis kora óta biciklizik, biciklitúrákra is jár a családdal. A családi sport a síelés, mind a három gyermekét Katalin tanította siklani. Luca, a kisebbik lány tizenöt éves, sportos alkat, most vízilabdázni jár, mert felszedett néhány kilót és a gyógytornász mama nyaggatására muszáj volt komolyabban venni a mozgást. Domonkos hét éves és egyáltalán nincs szüksége biztatásra: dzsúdózik, kosarazik és síel.

Három gyerek mellett természetesen előfordul, hogy váratlanul szabadságot kell kérni, de az ápolási osztály családbarát munkahely. Jenei Klára fizioterápiás és Peregi Károlyné főnővér rugalmassága rendkívül sokat segít Katinak abban, hogy két hivatását összeegyeztethesse. Azt, hogy egy egyedülálló nőnek lehet hivatása és családja is anélkül, hogy bármelyiket elhanyagolná Nagy Katalin példája mutatja.

Az Érdemes Érmes

beszélgetés Kovács „Kokó” Istvánnal

A Magyar Köztársasági Érdemrend Középkeresztje polgári tagozata, éterem az Arany János utcai metrómegállóval szemben, közös üzlet a Generali Biztosítóval, a WBO kelet-európai megbízottja, International Business School, Kell egy csapat. Mi a közös pont, vagy inkább ki? Természetesen Kovács István.

Visszavonulása után is rendkívül elfoglalt, hiszen egyetemet végez, televíziós műsort vezet és különböző üzleti tevékenységeket folytat. Népszerűsége töretlen, amit sport eredményei mellett nagyrészt személyiségének köszönhet. Hagy osszam meg az olvasókkal, hogyan is készült el ez az interjú. Már két hónapja szerettem volna beszélgetni Kokóval, tudtam, hogy nagyon elfoglalt ezért türelmesen vártam. Az elmúlt héten megcsörrent a mobiltelefonom, Kovács István hívott fel, hogy van egy kis ideje, ha van kedvem, akkor most elkészíthetjük az interjút. Volt kedvem!

Először természetesen arról kérdeztem, hogy visszavonulása után, milyen szerepet fog betölteni a sport az életében.

– Nem fogok kevesebbet mozogni, sportolni, mint ezelőtt. Ami megváltozik, legfeljebb az, hogy több sportágat fogok egyszerre művelni. Szeretek focizni, sízni, biciklizni, lovagolni, motorozni.

Kokó családjában fontos szerepe van a sportnak, de ez nem csupán a családfő érdeme.

– A feleségem, Krisztina, mindennap aerobikozik. Néha azon szoktunk viccelődni, hogy szinte „komolyabb” edzéseket végez, mint én. Hétfővégen kirándulunk, síelni járunk. Az természetes, hogy a gyere-



kek is sportolnak. Nekik ez nem teher, hiszen minden gyerek szeret mozogni, legfeljebb ezt kinevelik belőlük. Sokat árthatnak a szülők és pedagógusok, ha ezt az ösztönös mozgásigényt elfojtják, és nem csupán koordinálják. Annak örülök, hogy a fiúk nincsenek oda egy konkrét sportágért, hanem nagyon sok

mindent szeretnek. Futnak, kosaraznak, fociznak.

– Eddig a fő foglalkozása a sport volt, ezután mit tekint annak?

– Már eddig is sok mindennel foglalkoztam párhuzamosan. A sport egy ideje nem a megélhetésem eszköze. A sportot a sportért szeretem és természetesen az eredményekért. Fő foglalkozásom nincs, tanulok, éttermet, biztosítót, marketing

céget vezetek és egy tévé műsort is, ami épp most indul az RTL Klubban. De ezek közül nincsen egy, ami a többi fölé emelkedne. Ami mindennél fontosabb az a család.

– Hobbija?

– Hobbim az élet. Szenvedélyesen szeretek élni, s a szenvedélyeim – ha erre gondolt – változnak. Van, amikor a motorozás, a sebesség varázsol el. Volt, hogy a szórakozás, a jó bulik voltak fontosak, most a legtöbb időmet a fiaimmal szeretném tölteni.

– Van kórházhoz kapcsolódó tapasztalata?

– Szerencsére a családomban senki nem volt beteg. A legcsodálatosabb élményem mégis a kórházhoz köthető: bent voltam mindkét fiam születésekor és feledhetetlen élmény volt számomra.

Nálunk nem volt kérdés, hogy ott legyek-e. Nem kértem meg Krisztát, hogy had menjek be, Ő se kért, hogy legyek vele. Szavak nélkül is természetes volt számunkra, hogy ezt közösen fogjuk átélni. A legnagyobb örömöm és boldogságom éppen ez az összhang és összetartozás a családomban.

A mi ünnepünk

Ápolók Nemzetközi Napja az Szent János Kórházban



Florence Nightingale születésnapján, május 12-én világszerte megrendezik az Ápolók Nemzetközi Napját, amely alkalmat ad arra, hogy e néhez hivatás művelői legalább egy napra a figyelem középpontjába kerüljenek.

Minden évben mi, az ápolás igazgatás munkatársai, nagy izgalommal készülünk az Ápolók Nemzetközi Napjának megünneplésére.

Az idén is „összedugtuk” a fejünket: mi is legyen, hogy is legyen?

Az ünnepi köszöntő megtartására dr. Katona József szájsebész főorvos urat kérte fel az ápolási igazgatónő. A főorvos úr rendkívüli módon komolyan vette ezt a feladatot, és szép képi anyaggal gazdagítva mondta el őszinte egyéni véleményét az ápolásról, felvillantva nagy elődeink hősiességét, és saját gyakorlatából vett tapasztalatait

az ápolásról, ápolókról. Főorvos Úr köszönjük!

Az osztályok vezető főnövéreinek, vezető asszisztenseinek Ápolás Igazgatásra beküldött javaslatai alapján

összeállításra került a kitüntetettek névsora.

A Főigazgatói Dicséreteket dr. Nagy Péter Pál főigazgató úr, az Ápolási Igazgatói Dicséreteket Somogyvári Zoltánné ápolási igazgató asszony adta át.

Mindig ez az ünnep legmeghatóbb része, hisz itt szembesülünk az egyéni életpályák alakulásával, sikereivel: például a PHK Pszichiátriai Rehabilitációján dolgozó vezető ápoló kollégánk életével, aki 50 éve nap mint nap bejön az Intézetünkbe. 50 év lelkiismeretes munka a betegekért, 50 év csapatépítés, s lehet, néha úgy érezte, hogy 50 év gond áll mögötte... Bizonyos azonban, hogy 50 év szeretet, öröm és barátság is, hogy ilyen sokáig ezen a pályán tudott maradni.

Jó látni a kitüntetéseket átvevő fiatal kollégáinkat, és érezni, hogy még nincs vége a HIVATÁSUNKNAK. Akadnak ma is szívbeli művelői, akik fiatalos lendülettel, energiával, vagy csendesesen, éveken át háttérbe húzódva, „hangya-szorgalommal” végzik munkájukat. Öt éve,



tíz éve teszik a dolgukat és helytállnak... Ugyanúgy, mint a többiek, akik ezen a napon ugyan nem vettek át kitüntetések, de reméljük, hogy az Intézet Vezetősége által mindenkinek eljuttatott szép ajándék az összes kollégánkkal érezte, hogy személy szerint mindenki nagyon fontos, munkáját számon tartják és értékelik.

Az ünnepünk fényét emelte, hogy a Balassi Bálint Gimnázium Kórusának kis csapata zenei keretet adott az egész rendezvénynek.

A kitüntetések átadása után, két ápolás-szakmai tudományos előadásra került sor. Az első előadó a Központi Radiológiai osztály vezető asszisztense Oláh Józsefné volt. Az előadás címe: „Emlőszűrés az egészségünkért”. Kolléganónk összefoglalta az emlődaganatok kóroki tényezőit, kockázati tényezőit, a Mam-mográfias központ által végzett munkát, az emlőszűrés társadalmi szintű jelentőségét. A rendkívül színvonalas, szép képi anyaggal illesztrált, jól megszerkesztett előadás

teljesen lekötötte a hallgatóság figyelmét.

A második előadás Veres Éva, Sebészeti osztályon dolgozó, diplomás ápoló munkája. A téma: „Az emlőműtött betegek komplex ápolása”. Fialat kolléganónk az ápolási munka igazi komplexitását, összetettségét bemutató előadást hozott az ünnepi közönség elé. Remekül példázta a hallottak, mennyi mindenre kell odafigyelnie egy ápolónak, ahhoz, hogy igazán képviselni tudja betege érdekeit felhasználva a tudomány mai eredményeit és saját empátikus készségét a beteg ember számára elérhető legjobb életminőség elnyeréséhez, megőrzéséhez.

Gratulálunk mindkét előadónak!

Az ünnep hangulatát a sok virág, az ünnepi dekoráció, és a Bethesda Otthonápolási szolgálat vezetője, Kocsis Istvánné által rendelkezésre bocsátott – az ápolástörténeti kiállítás részét képező –, korhű ápolói ruhákba öltöztetett babák emelték.

A kis házi kiállításunkhoz kapcsolódva lehetőségem nyílt arra, hogy az ápolás történetéről néhány gondolatot megosszak az ünnepi közönséggel, kiemelve Kossuth Zsuzsanna alakját. Az 1848-as szabadságharc országos főápolónője, bátyja Kossuth Lajos megbízásából fejtette ki áldásos tevékenységét. Büszkeséggel emlékezünk rá.

Az ünnepség méltó befejezése volt a P. Dussmann Kft. által hagyományosan biztosított fogadás, ahol a hidegtalak, sütemények, üdítők gasztronómiai élvezetében merülhettünk el.

Reméljük, hogy a résztvevők jól érezték magukat és számukra is érzékelhető volt az a szeretet és igyekezet, amivel mi ezt az ünnepséget megszerveztük.

Köszönet az összes segítőnek, akik az ünnepség sikeréhez hozzájárultak!

Felföldi Katalin
diplomás ápoló

Az Ápolók Nemzetközi Napja alkalmából kitüntetett dolgozóink:

Főigazgatói dicséretet kapott

Bársonyné Kiss Éva ápoló, I. Belgyógyászati Osztály
Deme Lászlóné anaest. szakasszisztens, Kp. Intenzív Anesztézia
Janik Krisztina ápoló, Gyermeksebészeti Osztály
Kiss István osztvez. ápoló, PHK Pszichiátriai Rehab. Osztály
Mészáros Júlia ápoló, Urológiai Osztály
Marozsán Éva ápoló, Szemészeti Osztály
Nagy Krisztina ápoló, Fül–Orr–Gégészeti Osztály
Némethné Jáki Mária védőnő, XII. ker. Pszichiátria Gondozó
Sándor Erzsébet ápoló, BMC
Szemán Miklósné mb. oszt.vez. ápoló, Gyermek Osztály

Ápolási Igazgatói dicséretet kapott

Antal Erzsébet ápoló, Ápolási Osztály
Bartók Anita ápoló, Krónikus Belgyógyászati Osztály
Beránné Marton Terézia ápoló, Traumatológiai Osztály
Csató Anna Mária ápoló, Ortopéd- Traumatológiai Osztály
Eisenhauerné Fördös Andrea részlegvez. ápoló, Krónikus Tüdő Osztály
Héberné Regős Krisztina ápoló, II. Belgyógyászati Osztály
Hopják Gabriella ápoló, Idegsebészeti Osztály
Kéméndy Beatrix ápoló, Sebészeti Osztály
Nagy István Józsefné ápoló, Pszichiátriai Osztály
Szájer Henriette ápoló, Központi Intenzív Osztály

A nyári gyermekbalesetekről

Ebben az évben is elérkezett a nyár előtti utolsó kicsengetés az iskolákban, s az óvodák is rövidebb-hosszabb szünetre számíthatnak.

Az eddig rendszerhez szokott gyereksereg maga mögött hagyja a regulákat, kötelmeket és élvezni kezdi a szabadság gyönyörűségét.

Ez így van jól, megérdemlik a néhez éves munka után a lazulást. De meddig?

Sok évre visszamenő vizsgálataink kimutatták, hogy az iskolából való „kiszabadulás”, majd ősszel a „beiskolázás” idején van a legtöbb baleset gyermekkorban. Egyrészt a hirtelen jött szabadságot nehéz korlátok közé szorítani, s ilyen meg olyan figyelmeztetésekre is gondolni, amikor azt habzsolni is lehet. Másrészt – ezt most csak érintem – a nagy szabadságból ismét visszatérve az iskola rendjébe, óhatatlanul „beleakadunk” mindenbe, akár tárgy, akár élőlény kerül elénk.

A nyári baleseteket talán az égéssel kezdeném, hiszen azt gondolhatnánk, hogy nincs fűtési szezon, így legalább ezzel nem kell számolni. Sajnos nem így van, ilyenkor még több az égéses, forrázásos baleset, mint télen. Nemcsak a napsugár jelent veszélyt, hanem a kiömlő bográcsgulyástól a védtelen dugaszolóaljig minden, ami felkelti a gyerekek érdeklődését. Ne engedjük a piciket tűzközelbe, munka alatt a konyhába – minél kisebb területen dolgozunk, a veszély annál nagyobb, biztosítsuk a konnektorokat, a kádba először a hidegvizet engedjük, zárjuk el a gyfát, öngyújtót, vegyszereket, tisztítószereket. Ha már megtörtént a baj, akkor kisebb területű hősérülést tisztá, hideg folyóvízzel hűteni kell 15–20 percig. A nagy felszínek hűtése kockázatos és kerülendő. Frissen vasalt lepedőbe, törülközőbe csomagolva a sérülést, minél ha-

marabb mutassák meg szakembernek.

A következő veszélyforrás a kerék-pár, gördeszka és görkorcsolya védőfelszerelés nélküli használata. Ha már megvesszük ezeket a nem éppen olcsó sporteszközöket gyerekeinknek, jusson eszünkbe az is, hogy megfelelő védelem nélkül maradandó egészségkárosodás is következménye lehet, nem is olyan nagy sebesség mellett elszenvedett bukásnak.

Játszótereink euro-komforttá alakítása sok pénzt igényel, s csak fokozatosan lehet rá számítani. Örömkre szolgál, hogy egyre többet láthatunk belőlük. Felügyelet nélkül a libikóka, hinta, csúszda, mászóka veszélyes lehet. Minden játék használhatósága korfüggő. Például egy hosszú, kanyargós csúszdára ne engedjük fel a kisdedet, mert nem biztos, hogy a végén el tudjuk kapni. Nagyon sok könyök, csukló és kartörést kezeltünk már ennek eredményeként. A homokozó kemény anyagból készült rájája is sok sérülés forrása.

Vigyáznunk kell a strandok nem eléggé csúszásgátolt járdáira, s magára a csúszós medencefalra is. A gyerekek egymásra ugrásából nagyon sok, komoly baleset eredhet. A nyár alkalmas rá, hogy megtanítsuk őket úszni, nem lenne szabad felnőnie senkinek ezen képesség hiányában.

A különböző alkalmi sportok művelőinek komoly tanács a bemelegítés elvégzésének szükségessége. A fizikai megerőltetéshez nem szokott csont-, izület-, szalag- és izomrendszer nem bírja a hirtelen, erős igénybevételt és károsodik.

Amúgy is, gyerekeink sokat ülnek a tévé és a számítógép előtt. Könnyen azonosulnak a hősökkel, kipróbálják a hajmeresztő akciókat és biztosak abban, hogy ők is ugyanolyan



sérthetetlenek. Sajnos legtöbbször tévednek. Az ülő életmódhoz szokott, gyorstáplálékon és édességen felnevelődött, sokszor túlsúlyos gyerekek nem bírják a megterhelést.

Figyelnünk kell a helyes életvitelre, a túlzásoktól való tartózkodásra, a rendszeres sportoltatásra. Menjünk minél többet kirándulni, felügyelet mellett tanuljon meg a gyerek fára mászni, ugrani, futni, úszni, labdázni, mert ha hirtelen próbatétel elé kerül, nem tud megfelelni a kihívásnak és sérülés lesz az eredmény.

Gondolnák, hogy a sérüléssel behozott gyerekek 90%-a nem sportol rendszeresen?

Korunk járványa a baleset! Minden harmadik magyar gyermek növekedése során találkozik gyermeksebésszel, traumatológussal!

Higgyék el, ha egy felvételes ügyelre kevés sérült gyermeket hoznak, az elsősorban nem azért jó, mert kevesebbet kell dolgoznunk, hanem azért, mert ennyivel is többen maradtak egészségesek!

Dr. Pelényi Attila
osztályvezető főorvos
Gyermekebészet

Nyári meleg – fokozott intim higiénia

Amikor beköszönt a nyár, többen vagyunk a szabadba. Forrón süt a nap, hamarabb lekerül rólunk a ruha is. Strandolunk, napozunk, ismerkedünk, bulizunk. Az intim testrészek, azaz a hüvely és környékének ápolása mindig elengedhetetlen része kell, hogy legyen a testi higiéniának, de a nyári hónapokban fokozottabban ajánlott. Az intim higiénia meghatározza testünk mindenkori állapotát. Az intim testrészek fokozottan sérülékenyek és érzékenyek, ami miatt különleges gondoskodást igényelnek.

A hüvelyi váladékozás (folyás) természetes jelenség lehet, főként menstruáció előtt. De ha a váladék színe, szaga, mennyisége vagy jellege megváltozik, ha kellemetlen viszketést vagy szexuális együttlétkor fájdalmas érzést tapasztalunk, ez annak a jele, hogy a hüvely természetes védekező rendszere legyengült.

Az intim flóra egyensúlya felborulhat:

- a strandolástól;
- a hőség miatti erősebb izzadástól;
- a nem megfelelő tisztálkodószerek, pl. lúgos pH-értékű szappanok és tusfürdők használatától;
- bizonyos antibiotikumok szedésétől;
- szintetikus fehérnemű vagy túl szoros nadrág viselésétől, mert alattuk a bőr nem lélegzik;
- a szauna-, illetve uszodahasználatától;
- a helytelenül használt tampontól vagy egészségügyi betétől;
- a menstruációtól, a szexuális együttléttől, a hormonális változásoktól (klimax, terhesség).

A nők anatómiai felépítésük folytán bizonyos állandó baktériuminvázióknak vannak kitéve.

A baktériumok között azonban éles különbséget kell tennünk hasznosságuk, illetve veszélyességük alapján. A gáton magas koncentrációban található baktériumtörzsek szinte kivétel nélkül a betegséget okozó törzsekhez tartoznak. Ezek forrása elsősorban a bél, a gáttájékon nyíló végbélnyílás révén. Ugyancsak jelentős a bőr felszínén élő és valóban „kórt okozó” baktériumok koncentrációja ezen a területen. Ezek két alapvető dolog miatt okoznak megbetegedést. Egyfelől maga a baktérium képes a szervezetben zavarni: szöveteket bonthat le, sejteket támadhat meg. Másfelől azonban a szervezet védekezése okozhat visszafordíthatatlan vagy súlyos károsodásokat, különösen az anatómiailag vagy funkcionálisan sérülékeny területeken.

Az emberi szervezet egyes területeinek vegyhatását vizsgálva meglepő felfedezést tehetünk a szervezet legnagyobb részében semleges vegyhatást érzünk, akad azonban két „forró terület”, amely jelentősen különbözik a többitől. Egyik a gyomor, ahol a savas vegyhatás az emésztést segíti. A másik a hüvely.

Az itt érzékelhető savas vegyhatás fontosságának megértéséhez ismernünk kell a vegyhatás általános jelentőségét. A pH érték változása



ugyanis alapvetően befolyásolja a sejtek normális működését, szélsőséges eltérései akár a sejtek halálát is okozhatják. A hüvelyben nagy számban található Lactobacillusok (felfedezőjük után: Döderlein-féle baktériumok) azonban jól érzik magukat a savas közegben, sőt, tejsavtermelésükkel maguk hozzák létre azt. Ez a közeg aztán gátat szab a hüvelyben a többi, betegségért felelős baktérium elszaporodásának.

Ez a magyarázata annak a ténynek, hogy bár kimutatható mértékben, de betegséget nem okozó számban egyébként kóros állapotokért felelős baktériumtörzsek normál állapotban is előfordulhatnak a hüvelyben. A savas vegyhatás élettani esetben nem teszi lehetővé valódi kórokozók elszaporodását a hüvelyben, így természetesen e baktériumok

nem juthatnak át a méhnyak csatornájába, nem válhatnak felszálló kismedencei fertőzés kiindulási pontjává.

A savas vegyhatás – *Lactobacillus* kör – egy különleges biológiai helyzet megjelenése. A *Lactobacillus*oknak szükségük van normális életfunkciójuk fenntartásához a savas közegre, miközben ők maguk termelik az ezért legjelentősebb mértékben felelős tejsavat. A tejsav savas vegyhatást teremt, mely kedvező közeget hoz létre a *Lactobacillus*oknak, melyek így elszaporodva további tejsavat termelhetnek.

A hüvely vegyhatásáért azonban nem csak a termelt tejsav felelős. A pH érték számtalan egyéb tényező hatására megváltozhat, így a *Lactobacillus*ok életciklusához nem megfelelő vegyhatás jöhet létre. Ennek következménye többnyire kettős: a normális *Lactobacillus* flóra meggyengül, a savas vegyhatásra érzékeny egyéb – többnyire betegséget okozó – kórokozók viszont elszaporodhatnak. Az eredmény: minimális vagy teljesen hiányzó tejsav termelő baktériumok, jelentősen megszáporodott egyéb kórokozók, melyek a rájuk specifikus kórállapotot most már zavartalanul létrehozhatják a lúgos irányban változott hüvelyi vegyhatás mellett.

A hüvelyi vegyhatás helyreállításának szükségességét már elődeink is felfedezték. Kezdetben volt az ecetes öblítés. Igaz, ezt nem minden esetben végezték éppen a pH restauráció szándékával, hanem többnyire a nem kívánt terhesség megelőzésének egyik eszközeként a közösülést követően alkalmazták. Hogy fogamzásgátló hatékonysága a módszernek milyen, azt most nem tisztunk elbírálni. Ami viszont biztosnak tekinthető: ezen kezdetleges irrigáló módszer hatékonysága az intim tisztaság „őskorában” meglepően jónak bizonyult. A napjainkban alkalmazható hüvelyöblítő oldatok már nem az

ecetsavat használják a savas vegyhatás helyreállítására. Ecetsav helyett tejsavat használva az élettani állapot jobb megközelítése révén a hatékonyság javul.

Az irrigáláson túl azonban más területen is tehetünk intim higiéniánk megőrzése érdekében. A mosakodáshoz használt lúgos szappanok káros hatása közismert, a hüvelybemenet tisztán tartásának igénye azonban nyilvánvaló minden civilizált társadalomban. Ennek eszközeként olyan tisztálkodószerek használata javasolt, melyek a savas „küszöböt” nem károsítják a hüvelybemenet környezetén.

A hüvely öblítésének gyakoriságát tekintve általános érvényű protokoll nem lehet meghatározni.

Többnyire kúraszerűen érdemes alkalmazni, de heti háromszori irrigálásnál többet nem tartunk szükségesnek. Panaszmentes esetben a hüvely vegyhatásának megőrzése, tehát tulajdonképpen megelőzés céljából heti kétszeri alkalmazása elégséges. Fertőzéseket követő helyreállító terápia részeként gyakoribb kezelés válhat szükségessé.

S végül, de tényleg nem utolsósorban: javasolható ez a hüvelytisztálkodási módszer minden nőnek, aki testének ezen a területén is kellemes, tiszta, megnyugtató érzésre vágyik. Függetlenül minden kórállapottól, minden kockázati tényezőtől, a hüvely pH értékének periodikus megerősítése a nők intim komfort érzetét jelentősen javítja. A külső nemi szervek, a hüvelybemenet tisztán tartására mindenképpen a hüvely pH értékét lényegesen nem befolyásoló intim szappanok alkalmazását javasolhatjuk: ezen készítmények a tisztaság és komfort érzését a fertőzésekkel szembeni védelem alappilléret jelentő hüvelyi savas vegyhatás károsítása nélkül biztosítják.

Dr. Balog Imre
szülész-nőgyógyász főorvos

Bőrünk védelme nyáron

Megérkezett a várva várt jó idő. Megjött a nyár. Levettük megunt téli gönceinket, és szellős rövidnadrágot, mini szoknyát, szandált, sarut húzunk. Benépesülnek a tenispályák, strandok, az erdők megtelnek kirándulókkal, a vadvizek evezősökkel.

Ebben az évben is szabadságra megyünk, ki víz mellé, ki a hegyekbe, ki a magyar falu szépségeivel ismerkedik. Egész évben spóroltunk erre a két-három pihentető hétre és érdemes mindent elkövetnünk annak érdekében, hogy zavartalanul jól érezzük magunkat. Vajon elég-e ha van jó szállásunk, ennivalónk és innivalónk? Bizony nem! Hiszen a legjobb szabadságot is elronthatja egy betegség, vagy gondatlanul összeszedett fertőzés. Milyen veszélyek fenyegetik a nyaralókat, gyermekeket, felnőtteket? Mire vigyázzunk? Mit tanácsolhat a szabadságon lévőknek a bőrgyógyász, aki maga is a nap és a víz szerelmese.

Sajnos nem csak a nyári kirándulóhelyek, hanem a bőrgyógyászati rendelők is benépesülnek. Nálunk a Szent János Kórház bőrgyógyászatának allergológiai rendelésén, valamint a gomba diagnosztikai laboratóriumban csak előjegyzés alapján tudjuk a betegeinket ellátni. Láthatjuk tehát, hogy a várva várt jó idő beköszöntése számos veszéllyel, betegséggel is fenyegetheti az óvatlan nyaralókat, strandolókat.

Különösen lábaink nyári ápolására kell különös súlyt fektetnünk.

A nyáron is szívesen hordott edzőcipők kedveznek a gombás fertőzéseknek. Jellegzetes gyulladás, ekcéma alakul ki a nedves lábujjak között, talpakon elszaporodó mikroszkopikus gombáktól.

Különösen kedvez a gombák elszaporodásának a nyáron űzött in-

tenzív sportolás, futás, kirándulás. A lábujjak köze, a talpak erősen hámlanak, a bőr berepedezett, fájdalmas. Amennyiben időben nem fordulunk orvoshoz a gombás fertőzés áttekerhet a körmökre is.

Ez az elváltozás nem csak csúnya, hanem komolyan rontja a beteg életminőségét. Ezek a betegek szégyellik körmeiket, nem szívesen vetkőznek le. Sajnos, ha a gombás fertőzés elindul egy körmön magától már nem gyógyulhat meg, csak megfelelő orvosi kezeléssel. A köröm gombás fertőzését elősegítheti egy kényelmetlen, kicsi cipő viselése, vagy egy körmöt ért sportsérülés, esetleg rúgás is.

Amennyiben a fertőzés kezdeti, lehetőség van a gyógyulásra speciális gomba ellenes körömlakk használatával, amit orvos ír fel receptre. Sajnos amennyiben a fertőzés előrehaladott, csak szájon keresztül alkalmazott tablettás kezeléstől lehet teljes gyógyulást várni.

A gombás köröm kezelése nem olcsó, a több hónapig eltartó gyógyszeres kezelés összköltsége akár több tízezer forint is lehet. Ezért célszerű a bőr gombás fertőzéseit megelőzni, megfelelő szellős lábbeli viselésével, a patikai forgalomban recept nélkül is kapható gomba ellenes hintőporok, folyadékok használatával, a lábak szárazra törlésével.

Sajnos a gombás fertőzést uszodákban, közös zuhanyzóban is meg lehet kapni, ezért soha sem ajánlatos saját strandcipő nélkül zuhanyozni, a medencék körül járni.

Amennyiben észleljük a gombás fertőzés jeleit, azonnal keressük fel bőrgyógyászt, hogy a folyamatot kezdeti stádiumban meggyógyítsuk, és ezzel sok fáradságot és pénzt takaríthatunk meg. A Szent János Kórházban speciális gomba diagnosztikai laboratórium működik a XII. ker. BNG-ben a Szilágyi Erzsébet fasor 18 szám alatt. Ha köröm gombát észlelünk (körmünk megvastagodik, sárgásan elszíneződik) bátran, beutaló

nélkül is keressük fel a rendelőt, ahol megfelelő tanácsot, gyógykezelést kaphatunk.

Bőrünk számos rovar, élősködő csípésének is ki van szolgáltatva. Különösen erdei sétáink során kell számolni a lábak, de az egész test bőrfelületének kullancs fertőzésével. Általános szabály, hogy a kirándulás végén célszerű bőrfelületünket tüzetesen átvizsgálni, és az esetleges kullancsokat mechanikai módszerrel, csípéssel eltávolítani. Nem szabad a kullancsot kölnivel, benzinnel, olajjal lecseppenteni, hogy az majd magától eltávozik, vagy elpusztul. Az állat a légzőnyílásait elfedő olajtól fuldokolni kezd és a fertőzött gyomortartalmát a bőrbe juttatva kiváltja a kullancs okozta vírusos agyvelőgyulladást.

Talán a legfontosabb, amire nyáron szinte kötelező odafigyelnünk, a megfelelő napozás technikája. A legfontosabb a mértékletesség! Ne akarjuk két nap alatt behozni egész éves lemaradásunkat! Kalkuláljuk be a nyaralás költségeibe a megfelelő, jó minőségű fényvédőket. A mi családjunk többfokozatú fényvédőkkel utazik. Az első 3–4 napra 20-as faktorút, a következő 3–4 napra 12-es faktorút, míg a nyaralás többi napjaira 6-os faktorú fényvédőt használunk. A gyermekeink az egész nyaralás alatt végig 15-ös faktorú fényvédő védelmében játszanak és fürdenek. Fontos, hogy a déli órákat pihenéssel, esetleg alvással töltsük a jól lefüggönyözött, hűvös szobában. Ilyenkor a legnagyobb a leégés, a napszúrás veszélye! Este hazatérve a frissítő zuhany után hidratáló krémet használjunk, hiszen a nap és a



víz nagyon kiszáritja a bőrt. Különböző nagyon jó minőségű hidratáló krémek kaphatók a patikákban, illatszerboltokban, erre se sajnáljuk a pénzt!

Készüljünk fel az apró sérülések ellátására is, különösen tengerparton a sós víztől gyógyulnak nehezen horzsolásaink, sebeink. Utazásunk előtt kérjük ki házi orvosunk, gyógyszerészünk tanácsát, hogy milyen fertőtlenítő folyadékot, krémet vigyünk magunkkal. Ne feledkezzünk meg a kötészerről és különböző, vízálló gyors-tapaszokról sem.

Ha utazás előtt, nyaralás közben ezeket az apró tanácsokat végiggondoljuk és betartjuk, a nem kis pénzbe került nyaralásunk nyugodtabb és örömtelibb lesz.

Dr. Molnár László
bőrgyógyász főorvos

Intézetünk könyvtára

Két évvel ezelőtt, egy derűs augusztusi napon kíváncsian léptem be leendő munkahelyem, az orvosi könyvtár ajtaján.

A költözés utáni kaotikus állapotok láttán érzett ijedelmemet kolléganóm kedvessége és az én konok, kihívásokat kedvelő természetem oszlatta el.

A kezdeti nehézségek után végül is körvonalazódnak látszottak azok a feladatok, amelyeket sürgősen meg kellett oldani, hogy az új helyre költözött könyvtár ismét olyan barátságos, otthonos és használható legyen, mint régen.

A könyvek és bekötetlen folyóiratok kicsomagolása után a legfontosabb feladat ezek katalogizálása, nyilvántartása volt, ugyanis a meglévő régi papírformátum teljesen használhatatlannak bizonyult. A régi könyvek selejtezése után 14 szakcsoportba osztottuk a könyveket és ezeket egy elektronikus adatbázis segítségével katalogizáltuk és a polcokon is így helyeztük el őket.

Az új könyvek beszerzésénél figyelembe vesszük az aktuális igényeket és törekszünk a legfrissebb irodalom beszerzésére is. Az orvosi könyvtár költségvetése havi leosztott keretből történik. Ezen kívül havonta – kizárólag orvosi szakirodalom gyarapítására használható – állandó készpénzkerettel is gazdálkodhatunk. A feldolgozó munka során nagy segítséget nyújtott a könyvtárban lévő számítógép.

Az orvosi könyvtár a kórházi szakszemélyzet, orvosok, ápolók igényeit hivatott kielégíteni. Az országos orvostudományi könyvtári hálózat tagjaként – a pénzügyi nehézségek ellenére – némi leleményességgel és a hálózaton belüli kiváló kapcsolati rendszerrel sikerül a legtöbb felmerülő igényt teljesíteni. Jól működik a könyvtárközi kölcsönzés, akár kül-

földről is. A megrendelt – nálunk nem elérhető – külföldi folyóiratok cikkeinek másolatát rövid időn belül be tudjuk szerezni.

Jelenleg 14 magyar nyelvű orvosi szaklap érhető el a könyvtárban, nyár közepétől pedig 42 féle rangos angol ill. német nyelvű szakirodalom is olvasható lesz.

Ma, amikor a szakirodalmi cikkek keresésekor a bőség zavarával küszködünk nagy segítséget jelent az Internet, a Medline, na és persze egy segítőkész könyvtáros. Nagyon fontos, hogy az ismeretanyagok óriási halmazában minél gyorsabban és hatékonyabban megtaláljuk a keresés módszerének legrövidebb útját. Nem kell többé az olvasott irodalomból feljegyzéseket készíteni, amelyeket sohasem találunk meg, mikor arra szükség lenne. A számítógépes rendszer kiépítése nagyon fontos egy könyvtár működéséhez, így a hagyományos információ-hordozókon kívül a hálózaton elérhető szolgáltatások és adatbázisok nagy szerephez jutnak. Az orvosi könyvtáros segítséget tud adni ezek használatához és az ezekben történő kereséshez.

A kutatás, gyógyítás és oktatás céljait szolgáló folyóiratok többségét elektronikus formában is kínálják a kiadók, s a nyomtatott változat előfizetésével jog nyerhető annak elektronikus formájára is. Hogy az előfizetteken kívül minél többfelét elérhessünk belőlük, e célra szerveződött konzorciumokhoz csatlakozunk. (A mi esetünkben a Semmelweis Egyetem Központi Könyvtárához.) Ezzel ugyan még mindig nem tudunk minden igényt kielégíteni, de a lehetőségek megkétszereződtek.

Gulyás Gabriella
orvosi könyvtáros

Az orvosi könyvtár mellett működő szépirodalmi könyvtár könyvtárosaként 1986 óta dolgozom a Szent János Kórházban. A Szabó Ervin egyik nyilvános körű könyvtárából jöttem. Hamar megismertem, megszerettem a munkahelyi könyvtár bensőségesebb, kicsit zártabb feladatkörű működését. Jó hangulatban folyik a kölcsönzés. Vannak sok-sok éve idejáró „rég” olvasók, és mindig akad új érdeklődő.

Az új könyvek beszerzésénél igyekszem figyelembe venni az olvasóim érdeklődését, olvasási szokásait. Helyben kb. 16 ezer kötet áll az olvasók rendelkezésére, az állomány



többi részét a könyvtár raktárában helyeztük el.

Az ismeretterjesztő könyvek más közművelődési könyvtárakhoz hasonlóan az ismeretek egész területét felölelő nemzetközi szakrendszer felosztása szerint vannak elhelyezve. A szépirodalom betűrendben. Katalógusok segítik a tájékozódást, eligazodást.

Az EDDSZ Központi Könyvtárától sok esetben kapok segítséget könyvtárközi kölcsönzésben. Tőlük megkaphatunk olyan irodalmat is, ami itt helyben nem található. Szükség esetén más kerületi könyvtárakhoz is tudunk fordulni.

Állományunk sokszínű, gazdag. A szépirodalomban megtalálhatók az ún. klasszikusok, szórakoztató művek. A munkatársak gyerekei számára kölcsönözni tudjuk a kötelező irodalmat, azok elemzéseit, verseket, drámákat. A kézikönyvtárban az alkalmazott és természettudományok átfogó kötetei, lexikonjai, nyelvkönyvek és kazetták, szótárak, térképek és útleírások találhatóak. Jelentős a művészeti albumgyűjteményünk és a különböző művészeti ágak (film, zene, színház) elemző kötetei.

A szak- és főiskolára járó kollégákat különösen a filozófiához, pszichológiához, szociológiához kapcsolódó irodalommal tudja segíteni a szépirodalmi könyvtár.

Átlagosan 70 beiratkozott olvasó kölcsönöz. Az általuk befizetett könyvtárhasználati díjból tudunk könyveket vásárolni.

Buksáné Kalacsi Zsuzsanna
szépirodalmi könyvtáros

A könyvtár az új ebédlő épületével szemben, az első emeleten található. A hétvége kivételével naponta 9-15 óráig, pénteken 13 óráig tartunk nyitva.

Reméljük, hogy a régi és új érdeklődők számára könyvtárunk a szakmai érdeklődésen túl kellemes kapcsolódást is nyújt majd a szabadidejükben.

A Szent János Kórház nagy múltú intézményként mindig kiemelkedően fontosnak tartotta a tudományos tevékenységet. Nívós, magas szintű gyógyító munkát és hatékony előrehaladást kizárólag a korszerű tudományos eredmények felhasználásával lehet elérni: ezt a Szent János Kórház több mint százéves múltja is bizonyítja. Kórházunk tudományos élete jelenleg is intenzív és pezsgő, havonta tartunk színvonalas tudományos üléseket, beszámolókat. Évente a fiatal orvosokat inspirálandó, megrendezzük a Fiatal Orvosok Fórumát, ahol a jövő nemzedékének reprezentánsai (35 év alatti orvoskollégák) számolnak be, sokszor nemzetközi színvonalon, tudományos eredményeikről. Ezen kívül számtalan tudományos rendezvénynek, továbbképzésnek vagyunk gondozói, közel 15 éve a Szent János Kórház a gazdája az országos hírű Biológiai Pszichiátriai Továbbképzésnek; évente egyszer, Szent Agátha napján, február 18-án rangos külső vendégek részvételével megrendezzük a daganatellenes tudományos napot. Ápoló nővéreink is rendszeresen és folyamatosan továbbképzésben részesülnek, és még sorolhatnánk sok igényes tudományos tevékenységünket.

A Szent János Kórház Tudományos Bizottságának filozófiája, hogy időszakosan kiemelkedő, világszínvonalú kutatókat is meghívunk, hogy általános kitekintésünk is legyen a tudomány nemzetközi szintű fejlődéséről.

2002. május 9-én kiemelkedő vendégünk volt Prof. dr. Roska Tamás, Bolyai díjas Akadémikus, aki „Analógikai számítógépek és bionikus eszközök” címen tartott előadást. Roska professzor alapképzettségét illetően elektromérnök, de kiütözött, hogy édesapja jeles sebész-főorvos, így a biológiai és orvosi szemlélet markánsan megjelenítésre került az elektroni-

kai területeken is. A kórház részéről közel százan jelentek meg. Az előadás egyszerűen lenyűgöző volt: Roska professzor kaput tárt elénk a harmadik évezred felé. Bepillantást engedett világhírű tudósként saját gondolatmenetébe, s kiderült, hogy mennyire fontos a filozófia szeretete, a történelem ismerete, és a művészetek, köztük a zene, a képzőművészet alapos tudása. A lenyűgöző előadás egyik óriási tanulsága a komplex szemlélet fontossága. Roska professzor szoros kapcsolatot tart nemzetközi és hazai világhírű agykutatókkal is. Munkásságának eredményeképp világhírűvé vált előttünk, hogy agyunk hogy működik például a képek felismerésénél, hogyan tudjuk az összehasonlításokat megtenni, s hogyan tudjuk rögzíteni képi emléknymainkat. Egyre közelebb kerül a „mesterséges retina”, vagyis a látóideg érzékelő rendszerének létrehozása, s talán nem kell sokáig várni, hogy megtörténjenek a csoda: a veleszületetten vak emberek látni fognak. Ezek a kutatások természetesen egyéb érzékszerveinkre is vonatkoznak, így a hallás és érzékelés egyéb szféráira is. A távlatok lenyűgözőek és szinte beláthatatlanok. Ez az előadás is ékes bizonyítéka volt annak, hogy a magyar tudomány, a magyar tudósok munkája élvonalbeli, s nem véletlen, hogy a most zárult évszázad tudományos mérlegelésénél a legkiemelkedőbb tudományos lapok a lélekszámárányokat tekintve pont a magyar tudósokat találták a legeredményesebbeknek és a legkiemelkedőbbeknek. Roska professzor munkássága során rengeteg lelkes fiatalot is oktat, s úgy tűnik, ez a biztosíték arra, hogy ez a század – a harmadik évezred első százada – szintén a magyar tudományos kutatás elismerését adja.

Prof. dr. Lipcsey Attila
tudományos igazgató

Megalakult a Budai Emésztőszervi Centrum

Május 16-án kórházunkban az emésztőszervi megbetegedésekkel foglalkozó félévenkénti tudományos ülések sorába egy rendkívüli alkalom illeszkedett. A szakterület legfőbb testülete, a Gasztroenterológiai Szakkollégium „A” kategóriás „Budai Gasztroenterológiai Centrum”-ként ismerte el a Szent János Kórházat és a Budai Irgalmasrendi Kórházat. E munkahelyek gasztroenterológiai tevékenységük alapján jogosultak teljes körű szakorvosi képzésre. E minősítésre beadott pályázatok értékelése során e két intézmény szakmai színvonalát, diagnosztikus és terápiás munkáját alkalmasnak tartották, hogy mintaként szolgáljon az ifjú gasztroenterológus jelöltek számára. A legmodernebb endoszkópos és ultrahang, valamint egyéb speciális vizsgálati módszerek szolgálják a betegellátást.

Az előadások előtt dr. Székely György, a Szent János Kórház I. Belgyógyászati és Gasztroenterológiai Osztályának osztályvezető főorvosa köszöntötte a megjelenteket, közöttük a Budai Irgalmasrendi Kórház Gasztroenterológiai Osztályának vezetőjét, Nemesánszky Elemér professzort, a májbetegségek nemzetközi hírű szakértőjét, aki előadásában felhívta a figyelmet egy érdekes, és rendkívül fontos kórképre, a nem alkoholos májelzsírosodásra. Ismertette a betegség klinikai és kórtani jellemzőit.

A krónikus májbetegségek helyzetére jellemző, hogy vezet az alkoholos májbetegség. A vírusos májgyulladás különféle formáiban kb. 100 ezer ember szenved Magyarországon. Vannak ritkább immunológiai, vas- és rézanyagcserével kapcsolatos májbetegségek, amelyek 50 ezer embert érintenek.

A nem alkoholos májelzsírosodás (NASH = nem alkoholos steatohepatitis) okai lehetnek: elhízás, zsírsanyagcsere zavar, cukorbetegség, ritkábban öröklődő anyagcserezavarok vagy gyógyszer-mellékhatás (steroidok, salycilátok). Sajnos a folyamat tovább haladhat és a zsírosodást követően kötőszövet-felszaporodás, majd a máj szöveti átépülése („májzsugor”, latinul májcirrhosis) is bekövetkezhet. Nőknél gyakoribb és bizonyos, hogy kialakulását genetikai hajlam is elősegíti. Kimutatták, hogy a vérrel és nyirokkal sok zsír jut a májba, de ezeknek felhasználása – oxidációja – nem tart lépést a kínálattal. Alapvetően jellemző az inzulin rezisztencia, tehát az, hogy a hasnyálmirigy termelte hormon, az inzulin nem képes lebomlani a szövetekben, hanem tartósan magas marad. Ennek van fő szerepe a szervezet anyagcsere-károsító folyamataiban, amelyek a zsírsavak felhalmozódását okozzák a májban. Ezek a májsejtekre direkt „mérgező” hatással vannak, kialakul egy krónikus gyulladási folyamat, amely egy ideig visszafordítható, később visszafordíthatatlan májkárosodáshoz vezethet.

A betegség diagnosztikájában a laboratóriumi vizsgálatok („májenzimek”, zsírsanyagcsere, fehérje, alvadási faktorok), majd a máj ultrahang vizsgálata játszanak szerepet. Ritkán a (költséges) computer tomográfia, mágneses rezonancia vizsgálat jön szóba. A betegség kezelése az oki tényezők (gyógyszer, fokozott kalória-bevitel) kiküszöbölése, az alapbetegség (cukorbetegség, zsírsanyagcserezavar) kezelése és megfelelő életmód (alkoholmentesség, fizikai aktivitás) és diéta (kalória-zsír-szegény étrend). Specifikus gyógyszer e kórképre nincsen. A betegség természetes kórlefo-

lyása bizonytalan, lehetséges, hogy 10–20%-ban is kialakul a májzsugor.

A következő két előadás (dr. Székely György és dr. Szilvás Ágnes főorvosok) a májbetegségek szövődésének diagnosztikájáról és kezeléséről szól. A máj rostos kötőszövetének felszaporodása a májkapu vénákban olyan nagyfokú nyomásemelkedést, pangást idéz elő, hogy kóros vénás összeköttetések, vénatágulatok keletkeznek, hasonlóan a végtagok visszértágulataihoz. Ezek egy része a nyelőcsőben helyezkedik el, és megrepedésük életveszélyes vérzést okozhat.

A diagnosztika alapja a nyelőcső video-endoszkópos vizsgálata. A betegség gyanújelei kimutathatók modern és nem-invazív ultrahang diagnosztikai módszerekkel: a hasi színes áramlásméréssel (color-Doppler) és a három-dimenziós ultrahang vizsgálattal. Az egyes érelváltozások a hasi erek mentén jól kimutathatók és így már következtethetünk a nyelőcső-visszeresség jelenlétére is. A gyógyszeres kezelés mellett speciális beavatkozásokat is végeznek: a májvénák között műtét nélkül összeköttetést létesítenek egy nyaki vénán behelyezett műanyag kanüllel (TIPS), vagy műtétileg összekötik a vénákat (shunt-műtétek). A májműködés zavara következtében felszaporodott hasvizet is a nyaki vénák felé vezetik el egy műanyag shunt-tel. A betegek a gyógyszeres vagy shunt-kezelés miatt szoros ellenőrzésre, gondozásra szorulnak. Az ultrahangos hasi áramlásmérés a kezelés hatását is kimutatja. Kiszűrhetők a terápiára nem reagáló esetek és módosítható a kezelés.

Végül dr. Kis János Tibor egy másik „népbetegségről” a refluxról tartott előadást.

A (nem fekélyes) gyomorpanaszok mögött leggyakrabban e kórkép áll, amely már kb. 60 éve ismert. A reflux betegség (GORB) azonban nem egyenlő magával a reflux-szal,

amely a gyomortartalom nyelőcsőbe való bejutását jelenti. Ilyen jelenség szinte minden embernél észlelhető, de betegség csak akkor jön létre, ha ezek a tünetek egy bizonyos gyakoriságot meghaladnak, vagy egyéb tünetekkel (pl. fájdalom, gyomorégés, öklendezés, hányás, nyelési zavarok) társulnak. Miért reagálnak különféleképpen az emberek a reflux tünetekre? Ennek három fő oka van:

1. Az alsó nyelőcsőgyűrű működési zavara.
2. A nyelőcső nyálkahártyájának fokozott érzékenysége.
3. A gyomor savtermelésének fokozódása.

Lényeges, hogy bizonyos hormonok, gyógyszerek, valamint zsír, csokoládé, kávé, alkohol csökkentik az alsó gyűrű nyomását. A refluxnak igen kellemetlen nyelőcsővön kívüli tünetei is vannak: köhögés, mellkasi fájdalom, csuklás, alvászavarok, fogászati megbetegedések. A pontos diagnózis (endoscopia, gyomorsav pH-mérés, nyelőcső-nyomásmérés) után megkezdődhet az adekvát ke-

zelés. Ha nyelési zavart okozó nyelőcsőszűkület alakul ki, endoszkópos nyelőcsőtágítás végzendő és csak ennek eredménytelensége esetén javasolt műtét. Sebészi beavatkozás jön szóba, ha a gyógyszeres kezelés komoly tünetek és gyulladás mellett 3–6 hónap alatt nem vezet javuláshoz (ez nagyon ritka, gyakoribb a rendszertelen gyógyszereszedés).

A betegség világszerte elterjedt, a felnőtt lakosság körében kb. 15%-ban gyógyszeres kezelést is igényel. Ha enyhék és típusosak a tünetek, gyomorürülést fokozó és savgátló gyógyszerek adása megkísérelhető vizsgálat nélkül is, de a kezelőorvos felelősége, ha egyéb szervi eltérést nem ismer fel. A nyelőcső gyulladása már csak 5%-ban jelentkezik és még ritkább a súlyos, szövődményes esetek száma. Azonban gyakran komoly anatómiai elváltozás is csak minimális panaszokkal jár és emiatt a betegség stádium-meghatározása – ha a beteg már orvoshoz fordul – feltétlenül javasolt, hiszen általában egy ke-

véssé megterhelő felső endoszkópos vizsgálat elegendő.

A rendezvény nagyfokú látogatottsága is jelezte e témák közérdekűségét. A megjelentek között ott voltak a gasztroenterológiai munkában résztvevő valamennyi szakterület (radiológia, patológia, sebészet, gyermekgyógyászat, pszichiátria, neurológia, reumatológia, laboratóriumi diagnosztika) képviselői.

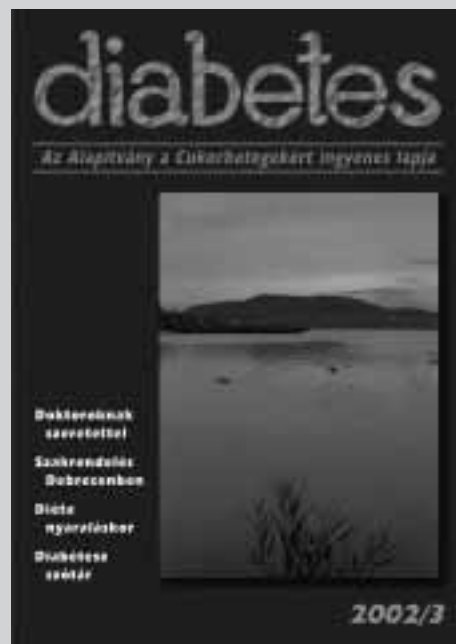
Az érdekes gyógyszerkiállítás megtekintése után az I. Belgyógyászati és Gasztroenterológiai Osztály ambulanciáján tartott fogadáson lehetnek még együtt a vendégek. A következő rendezvényen a gyermekgyógyászati vonatkozású problémákról (felszívódási zavarok, gyermekkori reflux, ultrahang szűrés) lesz szó, amelyen kórházunk munkatársain kívül előadnak a Madarász utcai Gyermekkorház kiváló szakemberei, akik a Szent János Kórházzal rendszeres munkakapcsolatban állnak.

Dr. Székely György
osztályvezető főorvos
I. Belgyógyászat

diabetes

**Az Alapítvány a Cukorbetegéért
ingyenes kiadványa,
megjelenik évente hat alkalommal.**

**Bővebb felvilágosítás, megrendelés:
Tudomány Kiadó
Telefon: 273-2840, 273-2844**



Beszélgessünk!



Mindenről, ami a reumatológiai betegségekkel kapcsolatos: a testrészekről és betegségeikről, ezek gyógykezeléséről!

Megjelent

**Dr. Bálint Géza és Dr. Korda Judit:
Beszélgetések a reumáról c. könyve!**

A Tudomány Kiadó Kft. gondozásában megjelent, kemény borítóval készült könyv terjedelme 288 oldal, melyen több mint 70 ábra segíti a megértést, eligazodást. A lexikon tartalmazza a szövegben esetleg használt szakszavakon felül a reumatológiai zárójelentésekben gyakrabban előforduló betegségeket és gyógykezeléseket is.

A könyv közérthetően, párbeszédese formában tárgyalja a következő témaköröket:

Derék • Nyak • Váll • Könyök • Kéz • Csípő • Térd • Láb
Reumatoid arthritisz • Bechterew-kór • Köszvény • Csontritkulás
Gyógykezelés • Az életet megkönnyítő eszközök • Lexikon
Élelmiszerek kalóriatáblázata • Élelmiszereink kalciumtartalma

Rendelje meg a Beszélgetések a reumáról című könyvet és vegyen részt sorsolásunkon, melyen a főnyeremény egy 150.000 Ft értékű, két főre szóló 7 napos gyógykúra félpanzióval a balfi Gyógy-Kastély-szállóban! Kisorsolásra kerülnek továbbá a Gyo-pár párnacsalád mosható, antiallergén párnái és a Golden Book kiadó könyvei.

Garantált ajándék a gyorsaknak! Az első 100 megrendelő garantált ajándéka kiadónk „Konyhasarok – receptgyűjtemény” c. kiadványa!



TUDOMÁNY
KIADÓ

**Megrendelhető a Tudomány Kiadó Kft-nél:
1146 Budapest, Hermina út 57–59. • Telefon: 273-2840, 273-2844**