


РЕВИТА

БРОЈ 11 • ЈУНИ 2015

БЕСПЛАТЕН ПРИМЕРОК

НОВА МАКЕДОНИЈА

РЕ  МЕДИКА
прва приватна општа болница
ISO 9001:2008 Сертифицирана

Ласери, за терапија и за естетика

Лето

НОВА ШЕМА
за целото семејство

МЕТАЛУРГ

Создаваме врвни ракометари
и комплетни личности

Со здравјето
не се коцка.
Ние имаме
решение!



Специјалистичко-
амбулантно
лекување

Доброволно
приватно
здравствено
осигурување

Инфо број

02 5102 231

Донесете вистинска одлука и обезбедете подобра грижа за вас и за вашите најблиски. Квалитетните медицински услуги и повисокиот стандард на лекување во јавните и во приватните здравствени институции се реалност кога имате вистински партнер.



Сè ќе биде во ред.

triglav

www.triglav.eu
www.triglav.mk

Јуни / 2015

Содржина

- 4** Д-Р ВЛАТКО ЦВЕТАНОВСКИ
Наука, трендови и умешност против убиецот број 1
- 8** Ласери, за терапија и за естетика
- 16** Со дете на летување
- 21** Летен распуст - нова шема за целото семејство
- 24** Вадење камен од бубрег без резови
- 30** Замрзнување сперма за инвитро или инсеминација
- 32** Рак на дојка - рано откривање, целосно излекување
- 34** Спирала како контрацепција
- 36** Остеопатија - за поздрави 'рбет и тело
- 42** „Македонија, земја на митови и легенди“ во Њујорк
- 44** Металург: Создаваме врвни ракететари и комплетни личности
- 48** Данска - новата ветена земја за македонското вино од „Стоби“



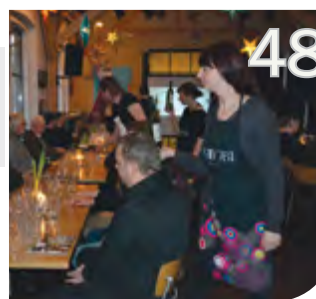
4



16



30



48

За почеток...

Третмани со ласери наместо големи и тешки операции, интервенции со матични клетки за да се спасуваат и делови од телото и човечки животи, оперирање преку мали резови кои не оставаат лузни за цел живот се само некои од методите и технологиите кои го олеснуваат секојдневниот живот и тогаш кога болеста изгледа непобедлива. Токму за следењето на науката во „Ре-Медика“, на трендовите во медицината, воведувањето нови технологии и техники, сојузник на лекарите во добивање животни дитки, издвоивме простор и во овој нов број на „Ревита“.



Наташа
Бошковска-
Златкова

Секако, не го забораваме и летото, со сите негови убавини, но и опасностите што ги носи. За тоа како да уживаме наместо да имаме здравствени грижи и проблеми н упатуваме најкомпетентните, оние кои се грижат за нашето здравје. Традиционално, издвоивме место и за умешноста како децата да ни пораснат во врвни спортисти и во комплетни личности. Заокружуваме со по уште една приказна за уметноста, вкусовите и освојувањето со нашите македонски производи.

импресум

РЕВИТА

Уредник: Наташа Бошковска-Златкова
Стручни соработници: Проф. д-р Андреја Арсовски, Проф. д-р Глигор Димитров, Проф. д-р Горги Оровчанец, Доц. д-р Зоран Петановски, Прим. д-р Марина Поп-Лазарова, Прим. д-р Иванка Стефановска, Прим. д-р Мане Хаџи-Манчев, Д-р Звонко Крстевски
Дизајн: Саша Белевска
Насловна фотографија: Горан Анастасовски
Фотографија: Горан Анастасовски, Маја Ј. Илиева, Игор Бансколиев,

Дарко Андоновски
Лектор: Светлана Арсовска
Печат и дистрибуција:
тел. + 389(0) 2 5511740
Маркетинг: тел. + 389(0) 2 5511727
Редакција: тел. + 389 (02) 5511711;
факс. + 389(0) 2 3060651
Издавач: „РЕПРО ПРИНТ“ доо Скопје
Директор: Ратко С. Лазаревски
Печати: Печатница Серафимовски - Скопје

„Ревита“ излегува на секои три месеци

РЕ МЕДИКА
прва приватна општа болница

Прва приватна општа болница Ре-Медика

16-та Македонска бригада бр.18

1000 Скопје, Р. Македонија

Тел: 2 603 100, 2 603 110,

Факс: 2 603 103

info@remedika.com.mk

www.remedika.com.mk

ДОЦ. Д-Р ВЛАТКО ЦВЕТАНОВСКИ, КАРДИОВАСКУЛАРЕН ХИРУРГ

Наука, трендови и умешност против УБИЕЦОТ БРОЈ 1



” Тренд е сите кардиоваскуларни хирурзи да одат кон минимално инвазивни хируршки интервенции, а тие подразбираат дека нема големи резови на телото. Ние одиме во таа насока

Што овозможуваат технологиите со матични клетки и кор-матрикс кои единствено вие ги работите кај нас?

Во „Ре-Медика“ сум речиси четири години, кога се вовеле комплетна васкуларна хирургија. Може да се пофалиме дека сите интервенции што се работат во светот и тука се воведени. Тоа се интервенции на сите крвни садови во човековото тело, од каротидите кои го снабдуваат со крв мозочното ткиво, дел од големите крвни садови, аортата до периферија, делови кои се работат без машина за екстракорпорална циркулација, бубрежни артерии, артерии на цревата, периферни артерии на раце и на нозе... Значи сите крвни садови заедно со сите вени. Прво почнавме со артериски проблеми, значи бајпас-хирургија, потоа дојдоа на ред операции кои го опфаќаат и венскиот сегмент, а како круна воведовме технологија со матични клетки, која само тука се работи, како и корматрикс-технологија. Кор-матрикс е биолошки материјал, сличен на ткиво, кој во какво ткиво ќе го ставите во такво се претвора. Од него може да правите крвни садови, или тоа што ви е потребно.

Неодамна на млада девојка ѝ ја спасивме ногата, која беше за ампутирана поради дијабетес. Со оглед на тоа што целата мускулатура беше гангренозна, со апликација на матични клетки и на корматрикс-технологија сега е регенерирана, заедно со кожата.

Матичните клетки, како недиференцирани, добиени од делови од човековото тело (периферна крв, масно ткиво, коскена срцевина) во каква

средина ќе ги ставите во таква ќе се претвора. Има голем број студии за нив. Ние тука ги аплицираме при тешки форми на гангрена на екстремитети, се обновуваат големи сегменти од нозете и од рацете, од мускулатурата и од кожата.

Вие ги поставивте темелите на васкуларната хирургија во „Ре-Медика“.

Да, ги работиме и сите интервенции на аневризми на аорта, сите интервенции на бајпас на која било артерија во човековото тело, сите методи на ендартеректомија, венски проблеми како тромбови, АВ-фистули за дијализа и др.

Заедно со Македонската академија на науките и уметностите (МАНУ), работите и програма за детерминирање генетски фактори за добивање длабока венска тромбоза и ризици од ненадејна срцева смрт. Што тие значат?

Пациентите кои во семејството имаат вакви болести и случаи може да дадат крв и да им кажеме дали и колкав степен на ризик имаат за тоа дека во текот на животот ќе доживеат длабока венска тромбоза која може даде смртен исход или да им се случи ненадејна срцева смрт. Правиме прогнозирачки предикции, па според нив пациентите може повеќе внимание да посветат на превентивата.

Минатата година го направивте и првото вградување на биолошки залисток во Македонија, четврто во светот. Имплантацијата беше кај пациентка со напредната форма на хронична венска инсуфициенција, состојба која настанува поради неправилна функција на венските залистокци во длабоките вени, поради што крвта што треба нормално да се движи кон срцето се враќа во спротивен правец. >>

Да се обнови нога или рака со тешка гангрена, која до скоро се отстрануваше, не е волшепство туку умешност и знаење на доц. д-р Влатко Цветановски, кардиоваскуларен хирург во „Ре-Медика“ и на тимот со кој работи. Единствен во Македонија успешно ги работи техниките на обновување на делови од телото и ткива со матични клетки и кор-матрикс, но не ги запоставува ниту класичните хируршки методи. Во разговорот со него тој објаснува за овие зафати, кога се применуваат, но и за заштитата од убиецот број 1 - кардиоваскуларните заболувања



” Неодамна на млада девојка ѝ ја спасивме ногата, која беше за ампутација поради дијабетес. Со оглед на тоа што целата мускулатура беше гангренозна, ја обновивме преку процес на стимулација на регенерацијата со матични клетки и со кор-матрикс и сега сè е заздрано

Кај пациентката има подобрување на здравјето. Беше извршена имплантација на биолошка артефицијална валвула во сегмент на длабока вена, кој е инсуфициентен (слаб). Кај пациентката има намалување на обемот на потколеницата, намалување на отокот, а има интензивна епителизација (заздравување) на отворената рана.

Работите со пациенти со најчестите заболувања, кардиоваскуларни и дијабетес. Каква превенција препорачувате за граѓаните?

Генерално, целата приказна се врти околу начинот на живеење, тој мора да е уреден и здрав, што подразбира

внимание при изборот на храна и редовна физичка активност. Мора да се оди на превентивни прегледи. Кардиоваскуларните заболувања се убиец број еден и државата мора повеќе да работи околу тоа. Во најголем број случаи треба да се прават крвни анализи, детерминирање и елиминација на ризик-фактори, коронарен стрес-тест, ангиографии и сè што е потребно за навремено откривање на болестите.

Во која насока ќе се движи развојот на кардиоваскуларната хирургија во болницата?

Имаме големи планови. Меѓу другото, тренд е сите кардиоваскуларни хирурзи да одат кон минимално инвазивни хируршки интервенции, а тие подразбираат дека нема големи резови на телото туку сè се решава со микрорезови. Ние одиме во таа насока. На пример, една од новините кои ги воведуваме е интервенции на аневриските на главниот крвен сад -

аорта, за кои сега операциите се ризични и тешки. Наместо со операција, при која се употребува вонтелесен крвоток со намалување на телесната температура и комплетно запирање на циркулацијата во телото, сега ќе се решаваат со метода со жица и поставување на ендоваскуларна протеза.

Што правите за да не ви се стресе раката во сала?

За тоа искуството си има влијание. Јас имам можност да работам со многу добри хирурзи и да научам многу во овие сегменти. Но ако некој ви каже дека е мртов ладен во операциона сала, ќе ве излаже. Нашата хирургија е со прифатена смртност. Со секој починат пациент умира и дел од вас, тоа е работа која не се крие. Работата е по таков пад да се кренете и да продолжите понатаму. Тоа се тешки приказни на кои никогаш нема да се навикнете. Со текот на времето доаѓате во фаза во која пациентите ги гледате низ ана-

” Матичните клетки, како недиференцирани, добиени од делови од човековото тело, во каква средина ќе ги ставите во таква ќе се претворат. Ние тука ги аплицираме при тешки форми на гангрена на екстремитети, се обновуваат големи сегменти од нозете и од рацете, од мускулатурата и од кожата

лизи и резултати, но сè додека не дојде некој член на семејството или некое дете и ви каже „спаси ми го тато“.

Како тогаш се „кревате“ и полните со позитивна енергија?

Со семејството и во соработката на колегите. Семејството е извор на енергија. Ние сме двајца лекари дома, убаво се разбираме. Со синот, кога ќе ме удостои со време со оглед на тоа дека е матурант (се смее), знаеме да свртиме баскет, а ќерката е помала, сега ќе оди во средно. Го шетаме кутрето Баки, пешачиме, одиме по кафулиња. Јас уште како дете велам дека ќе бидам доктор, веројатно некоја учителка си извршила влијание. Но на децата не им правиме притисок за медицина, тоа е лоша услуга за оваа професија.

Татко ми се занимаваше со пчеларство. Останати се кошниците, па наоѓам време да претрчам да ги видам.

*Играмај
иријашел!*



HiPP

Најдоброто за највредното.

Првото млеко, кое не доаѓа од мама треба да биде од HiPP.

Единствена формула која следи со органски квалитет

- ✓ PROBIOTIK®
- ✓ PRAEBIOTIK®
- ✓ Витамин А, Ц и Д за имунитет



Нема ништо поприродно од мајчиното млеко и затоа е најдобро за бебињата од самиот почеток. Инспирирани од природата, HiPP ја создаде првата последователна формула со Praebiotik® и Probiotik® со органски квалитет: HiPP Combiotic® формула која следи. За да обезбедиме здрав развој за Вашето бебе дури и после доене, ние ги моделиравме нашите производи според природата.

Ние лично гарантираме за ова

Arns Nigg Stefan Appi



Ласери и за терапија и за естетика

Ласерската енергија во последниве години се наметнува како брз, сигурен и неагресивен метод за третман на разни проблеми поврзани со естетиката на лице и на тело и при проблеми на кожата. Од неодамна „Ре-Медика“ е доопремена со најмодерни медицински ласери кои имаат успешна примена и во дерматологијата и во гинекологијата. На постојната современа опрема во одделот за дерматологија се додадени најновите, а тоа се ЦО2 фракционираниот ласер, Ен Ди Јаг ласерот (Нд Саг ласер) и Ербиум Јаг ласерот (Ер: Саг ласер).

Прим. д-р Лидија Бисеркоска-Атанасовска, дерматовенеролог во „Ре-Медика“, објаснува дека се ра-

Ласерот се применува за третмани за подмладување на кожата, за третирање несакани влакна, но и во терапија на воспалителни акни, неинвазивна редукција на брчки, проширени крвни садови на нозете, лицето, носот и телото, како и при третман на одредени ангиоми, инфективни болест, на постоперативни лузни, габични инфекции на ноктите

боти за ласери со различна бранова должина која е многу важна заради добра апсорпција на енергијата во структурите кои сакаме да ги третираме, за да се избегнат несакани ефекти. Овие ласери, вели докторката, обезбедуваат безбедност за пациентот, нема лузни, ефектот на сработеното се санира по првиот ден, нема болка, обезбедуваат комфорт и квалитет, а пациентот може веднаш да се врати на работа. При употреба на ласерите, кожата се третира во длабочина, а се задржува површинскиот слој, односно кај ЦО2-ласерот зракот се пропушта низ микрорешетка која го распрскува во длабочина од еден милиметар и интензивно активира создавање колагени влакна.

*Терапијај
иријашел!*



Пристапот кон пациентот секогаш е индивидуален, а третманот се приспособува на секој пациент. Особено е важно да се има точна дијагноза на промените пред третманите, а со пациентот да се разговара кои се неговите очекувања од ласерот и колку ласерот може да одговори на желбите на пациентот

Прим. д-р Лидија Бисеркоска-Атанасовска

ПОДГОТОВКА НА ПАЦИЕНТОТ И УПОТРЕБА

Ласерот се применува за подмладување на кожата, за перманентна редукција на несаканите влакна кај сите типови кожа, потоа во терапија на средно тешка форма на воспалителни акни, неинвазивна редукција на брчки, проширени крвни садови на нозете, лицето, носот и телото, како и при третман на одредени ангиоми, при некои инфективни болест, за третмани на постоперативни лузни, како и третман на габични инфекции на ноктите.

- Пациентите во денешно време многу се информирани, сменет е и нашиот пристап. Многу повеќе дискутираме со нив, а и треба да се зборува. Пристапот кон пациентот секогаш е индивидуален. Типот на кожата се разликува и бидејќи таа е најголем орган, секоја регија има различни карактеристики и при употребата на ласерите секогаш се почнува со индивидуални параметри за да се види реакцијата на кожата. Третманот се приспособу-

ва на секој пациент. Она што дискутираме со пациентот е за тоа каква е неговата историја за создавање на лузни, иако овие ласери немаат нусефект за создавање лузни - објаснува д-р Бисеркоска-Атанасовска.

Пред третман, дополнува докторката, треба да се знае дали пациентот зема додатоци како железо и други витамини, дали има фотосензитивност, дали има некоја автоимунa болест или други болести, дали имал терапија со злато, со антидијабетици. Докторот и пациентот дискутираат и за очекувањата на пациентот од ласерот и колку ласерот може да ги исполни тие очекувања и во тераписки и во естетски цели.

ЕСТЕТИКА ИЛИ ТЕРАПИЈА

Пациентите одат на третмани со ласер и од тераписки и од естетски причини. Најчесто се прават третмани за подмладување, за санирање на темните кругови под очите и третман на лузни, а неретко се бараат и третмани за отстранување несакани влакна.

Особено е важно, нагласува нашата соговорничка, на пациентот да му се објасни како да се однесува по ласерскиот третман, да знае што потоа - кога е дозволено хидрирање, дали има

потреба од интензивна фотопротекција и слично.

СЕСИИ И ТРЕТМАНИ

За отстранување на малите крвни садови доволни се од една до три сесии, а времетраењето на процедурата зависи од нивната форма, големина и местоположба, како и од типот на кожата. Ласерот е ефикасен и за отстранување пигментни лезии, односно пигментации како резултат на стареење, потоа соларни лентиго и некои невуси. Во овие случаи, целта на ласерските пулсови е меланинот на различна длабочина на кожата. Ласерското отстранување е применливо и за влакна под пазуви, бикини регија, врат, грб, гради, нозе и лице. Ефикасен е третманот и на темните влакна (кафени и црни), при што тие опаѓаат, а нивниот понатамошен пораст е минимален. Генерално, за ефикасен резултат се потребни од два до шест третмани на од четири до шест недели.

- Третманот на брчки и фотостареење, затегнување на кожата на лицето, на надлактиците, на внатрешниот дел од потколеницата и на стомакот се, исто така, на списокот третмани со овој ласер. Со него е можен и комбиниран третман на кожата за рејувенација, брчки, затегнување, акни, како и третирање на габична инфекција на ноктите, за што требаат четири третмани во интервали кои ќе ги одреди дерматологот - вели д-р Бисеркоска-Атанасовска

Новите ласери во дерматологијата се неинвазивни, безбедни и брзи, а ефектот трае долго. Сепак, пред да се применат, особено е важно да се знае точната дијагноза на промените кај пациентот.



Ласерска вагинопластика БЕЗБОЛНО ЛЕКУВА ИНКОНТИНЕНЦИЈА

Најсовремени опции за терапија на благи до умерени симптоми на неволно истекување на урина (СУИ) и синдром на опуштени сидови на вагина (Инцонтиласе и Интималасе) се нови, неинвазивни ласерски интервенции кои се безболни, ефикасни, кратко траат и сосема се сигурни, а со кои уште по првиот третман жените го решаваат овој проблем, или, пак, се превенира влошување на состојбата и потребата од хируршки зафат во подоцен период. СУИ и синдромот на релаксирана вагина се меѓусебно поврзани, а и двете интервенции можат да се направат истовремено, објаснува д-р Афродита Стомнарска, гинеколог, која ги изведува третманите.

ПАЦИЕНТИТЕ ГО КРИЈАТ ПРОБЛЕМОТ

- Околу 40 проценти од жените во кое било доба, особено оние кои имале еден или повеќе вагинални породувања, имаат или проблем со задржување на урината или намалено задоволство при полови односи поради прекумерното растегнување на вагиналното ткиво. Тоа е гинеколошки проблем за кој пациентките најчесто молчат, и доколку не се преземе нешто, проблемот со годините се зголемува, а квалитетот на животот се намалува. Овие пациентки најчесто се јавуваат на гинеколог кога веќе ќе дојде до целосен пролапс на утерусот и единствено решение што преостанува е хируршка интервенција - објаснува д-р Стомнарска. Токму поради тоа, најважната улога на оваа нова ласерска метода е пре-

венција на тешките облици на инконтиненција, целосен пролапс на утерусот и евентуален хируршки зафат.

СУИ е најчест облик на инконтиненција и претставува неволно испуштање урина при зголемен притисок (стрес) на мочниот меур при кашлање, кивање, смеење или физички напор. Причина за тоа, вели докторката, е слабеење на механизмот на затворање на уретралниот сфинктер, што е последица на намалување на тонусот на мускулатурата на карлич-



Предностите на оваа најнова метода на Инцонтиласе и Интималасе се во сосема безболниот и безбеден начина на изведување без употреба на анестезија, без крвавење, сечење или шиене, без употреба на аналгетици или антибиотици и без компликации

Д-р Афродита Стомнарска, гинеколог

ното дно, кои учествуваат во статичната поддршка на мочниот меур. Ризик-фактори, освен вагиналните породувања, се и процесот на стареење и дебелината.

ЛАСЕР НАМЕСТО ОПЕРАЦИИ

- Досега СУИ неинвазивно се лекуваше со помош на Кегеловите вежби за зајакнување на мускулатурата на карличното дно, кои се делумно ефикасни бидејќи зависат од тоа колку често и редовно се прават. Тешките нарушувања и големите падови на утерусот се лекуваат оперативно со поставување разни траки или мрежи, или со поголеми оперативни зафати за кои е потребно престој во болница, анестезија и подолго закрепнување. Лекувањето, пак, на синдромот на опуштени сидови на вагината се прави ефикасно со пластична операција на предниот и на задниот вагинален сид - вели нашата соговорничка.

Новата неинвазивна ласерска терапија во третманот на блага и умерена стрес-инконтиненција се базира на фототермалното дејство, кое води до реструктурирање на постојниот и стимулација на синтеза на новиот колаген во вагиналните сидови и фасциите на мускулите на карличното дно. На ист начин ласерот помага и во лекување на падот на мочниот меур (цистоцела).

- Тоа придонесува до зацврстување и затегнување на вагиналните сидови, што овозможува подобра потпора на мочниот меур и задржување на урината, како и подобро интимно доживување - вели д-р Стомнарска.

Со ласерскиот третман на родницата состојбата може да се врати десет години наназад, т.е. пред породувањето

Новата ласерска терапија придонесува за зацврстување и затегнување на вагиналните сидови, што овозможува подобра потпора на мочниот меур и задржување на урината, како и подобро интимно доживување

ПРЕДНОСТИ

Клиничките студии наведуваат за 68 отсто успешна терапија на излекување и 94 отсто подобрување на состојбата по 120 дена од третманот.

- Предностите на оваа најнова метода на Инцонтиласе и Интималасе се во сосема безболниот и безбеден начина на изведување без употреба на анестезија, без крвавење, сечење или шиене, без употреба на аналгетици или антибиотици и без компликации. Не е потребна посебна предоперативна подготовка, а закрепнувањето на пациентките е брзо и непосредно по интервенцијата можат да се вратат на редовните активности - додава докторката.

Во текот на неделата по интервенцијата, пациентките треба да избегнуваат да дигаат тежок товар и да имаат интимни односи. Најчесто се прават две интервенции во интервал од четири до шест недели.

Нова микробиолошка лабораторија

ПРЕЦИЗНИ РЕЗУЛТАТИ, ПОБРЗО ЗАЗДРАВУВАЊЕ

„Ре-Медика“ отвори микробиолошка лабораторија во која пациентите може да направат микробиолошки анализи. Во неа, покрај класичните микробиолошки, се користат и најсовремени дијагностички методи со автоматизирани апарати, со што прецизно и за покусо време се добива краен резултат

Во природата, покрај човекот, постојат многу други организми и микроорганизми, кои на определен начин стапуваат во интеракција со него. Некои од нив се инфективно-патогени и може да предизвикаат реакција на одбранбениот, имун систем на човекот. Во таа „борба“, објаснува Снежана Ивиќ-Колевска, доктор на медицински науки и микробиолог во „Ре-Медика“, ако победат микроорганизмите ќе настане болест.

ШТО СЕ СЕ ИСПИТУВА?

- Значи, инфекцијата настанува како резултат на продирање на патогени микроорганизми во човечкото тело. Нивната инфективност може да биде силно изразена и да настане разбулување на голема група луѓе - појава наречена епидемија. Затоа инфекциите имаат различни форми и различно се појавуваат и така влијаат директно или индиректно врз квалитетот на животот на човекот. Причинители на инфекциите се микроорганизми од кои најпознати се: бактерии, вируси, паразити и габи - вели д-р Ивиќ-Колевска.

Наука која се занимава со генезата, карактеристиките, развојот и откривањето на причинителите на инфекциите е микробиологијата, а нејзината гранка - клиничката микробиологија се занимава, пред сè, со откривање и уништување на патогените микроорганизми. Така, клиничката микробиологија со својата активност како апликативна наука е поврзана скоро со сите гранки на медицината како што се: инфектологијата, сите супспецијалности во интерната медицина, во хирургијата, педијатријата, гинекологијата и акушерството и др.

Од неодамна во „Ре-Медика“, во рамките на својата болница отвори микробиолошка лабораторија со активност за своите пациенти. Во оваа лабораторија е можно да се направат микробиолошки анализи врз материјал добиен од сите анатомски системи, почнувајќи од респираторниот, урогениталниот, дигестивниот и сите други. Во оваа лабораторија, покрај класичните микробиолошки методи, се користат и најсовремени дијагностички методи со автоматизирани апарати, со што прецизно и за покусо време се добива краен резултат.

- Така оваа лабораторија директно учествува во дијагностиката, следењето и спречувањето на интрахоспиталните инфекции и појава на резистенција кон определени антибиотици. Меѓу најчестите анализи кои се вршат врз примероци земени од респираторниот систем спаѓаат брис од грло и од нос, брисеви од уста (букална лигавица, јазик), спутум, трахеален аспират од душник; од урогениталниот систем - уринокултура, брис од вулва, од вагина, вагина и цервикс за оп-

шта бактериолошка анализа - вели д-р Ивиќ-Колевска.

НАЈЧЕСТИ АНАЛИЗИ

Во поново време почесто се бараат анализи за определување присуство на хламидии, микоплазми за гинеколошки пациентки, а кај бремените жени се бара да се исклучи присуство на листерии и бета-хемолитичен стрептокок од групата Б. Кај мажите се вршат испитувања за присуство на бактерии во сперма, брис од препуциум, од гланс, уретра и материјал од простата. Исто така се испитува и брис од секоја рана, ако има знаци за инфекција.

- Често пати во текот на операцијата хирургот има потреба од сознание за присуство на бактериолошка контаминираност, па се вршат анализи на пун-



Во лабораторијата особено внимание се посветува на правилното земање примерокот за анализа. Тоа се врши стручно, соодветно и навремено за да се овозможи поточен и резултат добиен за покусо време

**Д-р Снежана Ивиќ-Колевска,
специјалист-микробиолог**

ктат, аспират или некротично ткиво од рана, анализа на жолчка, гној, зглобна или синовијална течност; перикардна, плеврална, или перитонеална течност. Се тестираат и примероци од ликвор, уши, очи, кожа, акни, пустули. Се врши и палета на имунолошки тестови (хепатит А, Б, Ц, сида, ТОРЧ-токсоплазма, цитомегаловирус, Епштајн-

баров вирус, вирус варицела зостер, рота и аденовируси, хеликобактер пилори, токсин на клостридиум дифициле) - објаснува нашата соговорничка. Може да се одредуваат Д-димери, витамин Д и прокалцитонин во крв (за рано разграничување на бактериските од вирусните инфекции). Кај хоспитализираните болни, ако има потреба, се прави и хемокултура.

БРЗИ РЕЗУЛТАТИ

- Во лабораторијата особено внимание се посветува на правилното земање примерок за анализа. Тоа се врши стручно, соодветно и навремено за да се овозможи поточен и резултат добиен за покусо време - вели докторката.

Во овој процес од особено значење е соработката помеѓу лекарот-клиничар и микробиологот. Така, лекарот има информации за резултатот од испратениот примерок веќе следниот ден, а кога е можно и за неколку часа. - Ние во „Ре-Медика“ имаме брза комуникација и успешен т.н. триаголник пациент - клиничар - микробиолог, кој претставува единствена функционална целина. На тој начин болниот ќе биде брзо и соодветно третиран, ќе се добие добар терапевтски резултат и се спречува ширењето на инфекцијата. Ваквата соработка овозможува побрзо вклучување на антибиотичката терапија, ако тоа според резултатот е потребно, како и побрзо оздравување - вели д-р Ивиќ-Колевска.

ПОБРЗА РЕХАБИЛИТАЦИЈА, ПОГОЛЕМА ЗАШТЕДА

Микробиолошката лабораторија со можноста за брза и современа дијагностика и со соработката помеѓу клиничарот и микробиологот овозможува поефикасно лекување на пациентите.

- Крајна заложба е подобрување на здравствената состојба на болниот, значајно редуцирање на компликациите од инфекции, зголемување на шансите за позитивен исход од терапевтски третман, што на болните, покрај сè, им овозможува економска заштеда со намалувањето на бројот на болнички денови, побрза рехабилитација и враќање во секојдневниот професионален и приватен живот - доава докторката.

Летни предизвици

Летото носи одмор, многу сонце, убаво расположение, но и горештини, изгореници, угризи од животни, инсекти... Тоа, пак, значи дека треба да бидеме подготвени за него, а неретко треба и со стратегија да настапуваме за да се заштитиме. За да не се расипе летното уживање, нашите лекари советуваат како да се заштитиме, а и како да им помогнеме и на децата

Помали и полесни оброци

Со високите температури кои ни ги носи летото, потребно е да се потрудиме да не го оптоваруваме нашиот организам со масна, висококалорична и пржена храна, советува д-р Виолета Христова-Јаниќ, интернистка во „Ре-Медика“. Летната сезона е извонреден период за промена на исхраната со внесување полесни оброци во помало количество. Потребно е да се јаде здрава и свежо подготвена храна, односно сите видови свежо овошје и зеленчук кои ги има во изобилство. Многу важна улога има внесувањето поголемо количество течности како вода и свежо процедени сокови, а избегнување газирани и алкохолни пијалаци - препорачува докторката.

Кои се знаците на труење со храна?

Повраќање, проливи, треска, температура се симптомите по кои се препознаваат можните труења со храна, кои се чести во летните месеци од годината. Освен за децата, труењето може да биде опасно и за постарите, бремените и хронично болните.

Симптомите може да се појават и по 72 часа откако сте јаделе од заразената храна. Лекарите труењата ги делат на алиментарни интоксикации и на токсинфекции. Алиментарните интоксикации се проследени со повраќање, без температура и со една-две кашести столица. Тогаш на организмот му е потребна рехидратација.

Токсоинфекциите, пак, предизвикуваат главоболка, треска, покачена телесна температура, повраќање и поголем број столица. Поради губење на вода во организмот често е потребно болничко лекување.



Алергија од сонце

Црвена кожа, исипување, јадеж на местата кои биле изложени на сонце, меури-изгореници се симптомите што се јавуваат по прекумерно сончање во период од 12 до 24 часа. Лекарите велат дека може да биде зафатена и кожата која е покриена со облека. Советуваат ладни облоги и да не се кинат меурите, бидејќи е можна инфекција. Тие треба да се покријат со стерилна газа.

Бремените повеќе да внимаваат

Бремените жени од 11 до 17 часот во текот на денот не треба да се изложуваат на директна сончева светлина. Кога излегуваат на отворено треба да носат капа со широк обод. Кожата на бремените е осетлива на топло, па мора да ставаат и заштитен крем со висок заштитен фактор. За бремените се препорачува пливачање, но во водата треба да се влегува постепено. Тие треба да внесуваат многу течности, да носат лесна и светла облека од природни материјали и да јадат повеќе лесна храна.

Убоди од инсекти

Убодите од инсекти стануваат видливи со мали брунки, меурчиња, црвени дамки, јадеж, но може да се појави и алергиска реакција. За ова се користат ладни облоги, кремове за смирување на кожата, а понекогаш е потребна посета на лекар. Заради претерано чешање може на местото да се направи и бактеријска инфекција и во таков случај е неопходно да се користат антисептици. Повеќето убоди од инсекти се смируваат за неколку дена.

Заштита за оние со висок притисок

Срцевите болни и пациентите со висок крвен притисок треба да избегнуваат излегување надвор во периодот помеѓу 11 и 16 часот, но доколку тоа е неопходно, потребно е да бидат облечени во лесна памучна облека во светли бои, со капа или со шешир на главата, како и со очила за сонце со UV-филтер. Земањето доволно количество течности во летните месеци исклучително е важно и за срцевите болни. Тие треба да земаат, исто така, најмалку два литра течност дневно. Се препорачуваат покрај водата, и бистри негазирани сокови, јогурт, кисело млеко и чаеви, а притоа течностите не треба да бидат многу ладни. Редовната антихипертензивна терапија треба да се зема како што е пропишана од лекар.

ИЗБАЛАНСИРАНА ИСХРАНА СО ИТАЛИЈАНСКИ ВКУС СОВРШЕН ИЗБОР ЗА ВАШЕТО БЕБЕ



Бебешките бисквити „Lo Bello“ се произведени од внимателно избрани висококвалитетни состојки и се создадени за бебињата.

- Без соја, лактоза, мед или траги од јатки - идеални за почетокот на дохранувањето
- Збогатени со калциум, железо и 6 витамини
- Не содржат вештачки бои и конзерванси
- Брзо се топат и се лесни за џвакање
- Мини-облик за лесно држење во рачето

Изберете помеѓу:

Бисквити без глутен / Бисквити банана / Бисквити со 5 житарки

За повеќе информации: Гемелине ДООЕЛ 02/6090015

www.facebook.com/lobellomk

www.gemelline.mk

Во подобро снабдените аптеки.

ШТО ТРЕБА ДА ЗНААТ РОДИТЕЛИТЕ?

Со дете на летување



КАКО ДА СЕ ЗАШТИТАТ ДЕЦАТА ОД ПРЕТОПЛУВАЊЕ?

Колку што е корисно сонцето, толку може да биде и опасно, особено за најмалите (најризична е возраста до 3 години) и тоа во делот од денот кога ултравиолетовите зраци се најинтензивни. Затоа, советува д-р Поп-Лазарова, треба да бидете особено внимателни кога и колку ќе ги оставите децата на сонце.

- Децата до 6 месеци не се изложуваат на сонце, чувајте ги во сенка
- Често нудете им течности
- Никогаш не ги оставајте во паркирана кола сами, дури и ако имате делумно отворен прозорец
- Облекувајте ги во лесна, светла, тенка облека од природни материјали

- Користете капчиња за заштита на главата, лицето и вратот на детето
- Обидете се да ги разладувате со често туширање и бањање
- Планирајте ги надворешните активности во утринските и во вечерните часови

КАКО ПРАВИЛНО ДА СЕ ЗАШТИТИ КОЖАТА?

- Децата треба да се мачкаат со препарати за сончање соодветни за нивната возраст, во доволно количество и тоа најмалку 30 минути пред изложување на сонце
- Препаратот треба да се нанесува и ако детето е испотено и по капење, бидејќи не постојат средства за сончање целосно отпорни на вода
- Кремните треба да бидат со заштитен фактор од 25 до 50, кои штитат од УВА и од УВБ-зраци

- Телото на детето да биде заштитено со тенка облека од памук, лен и слични материјали, а главата со капа и очила кои речиси целосно ги блокираат ултравиолетовите зраци
- Избегнувајте го периодот од денот од 10 до 16 часот
- Водете сметка дека кога детето е во близина на вода или во вода, има зголемена рефлексија и потребна му е соодветна заштита
- Не оставајте го детето долго со испотена или со измокрена облека

КАКО СЕ ТРЕТИРААТ ИЗГОРЕНИЦИТЕ ОД СОНЦЕ?

Симптомите на изгореници од сонце се појавуваат од 6 до 12 часа по изложувањето на сонце, но најголемата непријатност е во првите 24

часа. Изгорениците можат да бидат многу непријатни за децата, па и болни.

- Доколку кожата на детето е само црвена, топла и болно чувствителна, можете да ја третирате со студени облоги или со туширање со постудена вода
- За намалување на болката може на детето да му се даде „парацетамол“ (терапијата може да се повторува на 6-8 часа, по потреба)
- Доколку се појават и пликови на кожата, треска или детето се жали на главоболка, задолжително треба да се однесе на лекар (треба да се процени дали е потребно лекување во болница)
- Потребна е интензивна рехидратација на детето
- Пликовите на кожата можат дополнително да се инфицираат, поради што е потребно да се вклучи и дополнителна терапија со антибиотици, но во консултација со лекар
- Изразените изгореници треба да се третираат како и сите сериозни изгореници, особено ако е зафатена поголема површина од телото

КАКО СО ДЕЦАТА НА БАЗЕН?

Родителите треба да знаат како да ги заштитат своите деца кога престојуваат околу или во базенот.

- Никогаш не оставајте го детето само на базен

- Ако имате сопствен базен, оградете го за да можете да го контролирате пристапот на детето до него
- Малите деца кои иако пливаат со гума, воздушно елече или со популарните „мускули“, секогаш треба да бидат во придружба на возрасни и на оддалеченост не поголема од 1 метар од нив, односно на „дофат на раката“
- Немојте да ги пуштате во базен децата кои сè уште користат пелени или имаат дијареа, за да се избегне загадувањето на водата со бактерии
- Никако не треба да дозволите децата да ја голтаат и да ја пијат водата од базенот

КАКО ДА ГИ ЗАШТИТИМЕ ДЕЦАТА ОД ИНСЕКТИ?

Здодевните инсекти, а не ретко и болните убои од нив знаат да го расипат одморот. Затоа треба да бидеме подготвени за заштита од нив, особено од комарците.

- Секогаш треба да се избегнуваат места каде што има гнезда на инсекти и места каде што се собираат разни бубачки, како што се: вирови, непокриена храна или градини со расцветани билки
- Не ги прскајте децата со дезодо-

Летниот период, убавото и топло време дава можности за повеќе активности на децата надвор од домот. Но тоа истовремено подразбира и поголема грижа на родителите за обезбедување безбедно опкружување и соодветни услови за нивните деца. Прим. д-р Марина Поп-Лазарова одговара на најчесто поставуваните прашања од родителите со корисни совети за безбедноста на децата во летниот период



ранси и парфемии и не ги облекувајте во алишта со многу интензивни бои и со цветен дезен, бидејќи тие ги привлекуваат инсектите

- За заштита на децата од убои од инсекти користете го она средство што е препорачано како соодветно за возраста - УЗ-апарати, спрејови и сл.

- Доколку детето го касне инсект и се појави црвенило или јадеж, ставете ладна облога, гел (најдобро од камилица) или маст за смирување, а доколку има побурна локална реакција одете на лекар. >>

Како да се патува безбедно?



Важно е родителите да ја одберат дестинацијата и превозното средство (автомобил, авион, автобус, воз...) соодветно за возраста и навиките на детето. Не секогаш амбициозните планови на родителите соодветствуваат со потребите и можностите на децата. Тоа може да биде причина за едно не многу пријатно искуство за целото семејство.

- За да биде мирно детето додека се вози, земете ги со вас неговите омилен и играчки и книги (анимација на детето е неопходна)

- Ако патувате со сопствено возило правете почести паузи, а во автомобилот направете услови детето да може и да спие

- Понесете доволно количество вода за пиење и храна (соодветно подготвена и безбедно спакувана)

- Понесете, секако, и мала аптека со лекови, кои ќе ви ги препорача вашиот педијатар, како и средства за прва помош

- Во возилото секогаш користете детско седиште приспособено на возраста на малиот патник, и тоа сместено на задното седиште, бидејќи таму е најбезбедно.

ИЗБЕГНУВАЈТЕ ОПАСНОСТИ

Летото, а особено летниот одмор е период што го очекуваме со нетрпение поради можноста за релаксација, полнење со нова енергија и различните активности кои не ни се достапни во текот на работната година. Тоа е период, вели прим. д-р Иванка Стефановска, ортопед во „Ре-Медика“, кој е корисен за севкупното здравје (пливање, сончање, пешачење...), а и за здравјето на скелетот, особено кај младата популација. Летото е период на наша зголемена активност, која позитивно дејствува на организмот, а особено на мускулно-скелетниот систем. Зголемената физичка активност дејствува стимулативно, ја зголемува енергијата, а кај децата го забрзува растењето. Но поголемата раздвиженост претставува и опасност од појава на повреда на скелетот, како кај децата така и кај возрасните. Повредите се случуваат, пред сè, поради недоволно внимание и несоодветна подготовка - вели д-р Стефановска.

ВИСТИНСКО ВРЕМЕ

Секоја активност, објаснува таа, бара соодветна опрема (обувки, облека, штитници, заштитни шлемови...). Во исто време, зголемената физичка активност во услови на зголемена надворешна температура бара и заштита од сонце, но и рехидратација со вода и други течности. - Токму заради тоа сите активности во овој период треба да бидат добро обмислени, да се одбере најпогодниот период на денот за нив, како и да се преземат сите неопходни подготовки за да не дојде до несакани последици. Желбата за уживање во летните активности мораме да ја сообразиме со надворешните услови за да се поштеди-

ме од несаканите последици - советува докторката.

ВНИМАТЕЛНО СО СКОКАЊЕ ВО ВОДА

Посебна опасност во летниот период се скоковите во вода, особено оние на глава. Тие водат до повреди на главата и на вратот, кои често може да бидат фатални или со многу сериозни последици.

- Скокањето на глава бара извежбана техника и соодветни услови, пред сè, доволна длабочина на водата во која се скока. За жал, честопати се изведуваат во полупразни реки или базени, на небезбедни места и со можност за сериозни последици. Во летниот период, природните води (езерата и реките) често имаат помал водостој од вообичаено, па скокањето

Weleda- Колекција од невен за нега на бебешка и детска кожа

Weleda, компанија која веќе 90 години (од 1921 год.) создава природни и органски производи. Органик не е само еден од новите трендови во кои запловила Weleda, туку е нешто на кое му помогна да заживее.

Weleda- Колекцијата од невен претставува водечки природен и органски бред за нега на бебешка и детска кожа, нуди сертификирани чисти природни и органски производи ослободени од сите сировини базирани на минерални масла, синтетски мириси, бои и конзерванси.

Weleda линијата за нега на бебиња и деца: доказ за сигурност и ефикасност

Сите Weleda производи од невен за нега на бебиња и деца се **дерматолошки тестирани за употреба на чувствителна кожа**. Поради тоа сите производи се препорачуваат не само за здрава кожа, туку и за чувствителна бебешка кожа и atopична кожа.

Комплетната линија производи од невен за нега на бебешка и детска кожа ја подобрува хидратацијата



на кожата, нејзината цврстина и еластичност. Помогаат во обновување на кожата, ја смируваат воспалената и иритирана кожа. Ја минимизираат трансепидермалната загуба на вода од кожата, не се блокираат порите, кожата слободно дише и се овозможува кислородна регулација. Овие аспекти се од витално значење во одржувањето на здрава кожа кај новороденчињата и децата.

за скелетот!





Летото е корисно за здравјето и е период на зголемена активност, која дејствува стимулативно, ја зголемува енергијата, а кај децата го забрзува растењето. Но поголемата раздвиженост е и опасност од појава на повреди и заболувања на скелетот

на глава може да доведе до повреда на вратниот 'рбет со сериозни, дури и фатални последици. Оттаму, скокањето во базени, езера и особено во реки треба да се одбегнува - вели д-р Стефановска.

ОПАСНОСТ ОД КЛИМАТИЗЕРИТЕ

Но летниот период крие и други опасности, навидум, безначајни. Употребата на климатизерите во овој период често може да биде опасна, особено кај луѓе со деформација на 'рбетниот столб, на вратот и во половината. Така, вкочанетоста на вратот или во половината заради директно изложување на климатизер претставува главна причина за болка и намалена подвижност како на вратот, така и во половината. Со климатизерите треба да се биде внимателен и во автомобилите, особено при долготрајни патувања. - За да се заштитиме, најпрво треба да ја изладиме просторијата, а при одржување на температурата никако да не дозволиме директно влијание на студениот воздух врз телото. Исто така, спиење во просторија со постојано вклучен климатизер може да доведе

до вакви несакани последици - вели нашата соговорничка.

ПРИРОДЕН ВИТАМИН Д

Летниот период е значаен и заради можноста преку сончањето да синтезираме природен витамин Д. Овој витамин е важен за општото здравје на човекот, а особено за скелетот и одржувањето на неговата цврстина. Витаминот Д, објаснува д-р Стефановска, се смета дека недостига на општата популација поради слабото изложување на сонце (долг престој во затворено) и користењето на заштита од негативното дејствување на сонцето. - Особено децата и возрасната популација треба да имаат изложување на сонце од 10 до 15 минути, на блага сончева светлина, наутро и попладне, да се искористи можноста за создавање природен витамин Д. Летото е вистински период за такво нешто. Паметното изложување на сонце може да биде само корисно. Секако, во преостанатиот период од денот сите ние, а особено децата, треба да се штитиме со препарати со заштитен фактор и со носење капи и шешири - вели докторката.

Летно образование

Летниот распуст е награда за секој ученик. Нема стресови заради школските задачи, нема притисок да се исполнат обврските, нема стравови од испрашување. Сето тоа завршува на 10 јуни. Дури и кога детето или родителите не се задоволни од постигнатиот успех во училиште, тоа полесно се пребродува, бидејќи за време на распустот го нема темпото и начинот на функционирање од претходно. М-р Марија Стојкоска-Василевска, психолог во „Ре-Медика“, вели дека за време на распустот, психолошки гледано, ги следиме доживувањето на таа на-

града, намалувањето или губењето на училишната рутина и ослободувањето од обврските.

КОНТАКТИ СО РОДИТЕЛИТЕ И РУТИНА

За сето време, објаснува таа, важно е и да се следи како детето учи да се справува со здодевноста што се јавува во текот на летниот распуст, бидејќи тоа може да биде фрустрирачко за целото семејство.

- Во овој период речиси целиот ангажман на детето се менува. Иако таа промена е од потешко кон полесно, потребно е некои аспекти од дневното функционирање да останат

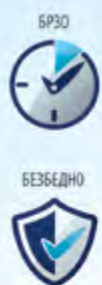
непроменети. Некои од тие аспекти се контактот со родителите и активностите кои ги имале децата и во текот на школската година, а не биле поврзани со учење. Тие даваат стабилност која му е потребна на детето кога е на распуст. Поконкретно, тоа се рутината околу дневните оброци или посетување на некои места за викенд - вели Стојкоска-Василевска.

Тоа што е најважно во почетокот на распустот е напуштањето на рутината. Според нашата соговорничка, една или две недели без строг распоред на времето и на активностите резултира со акумулирање енергија.

НОВА ШЕМА ЗА ЦЕЛОТО СЕМЕЈСТВО



Развојно е многу значајно децата да се учат дека секој напор се исплати и дека на крајот доаѓа летниот распуст како награда за секој ученик



ГастроГард

ИЗГАСНЕТЕ ГО ПОЖАРОТ ВО ВАШИОТ СТОМАК!



- НЕУТРАЛИЗАЦИЈА НА ЖЕЛУДОЧНА КИСЕЛИНА
- БРЗО ДЕЈСТВО
- БЕЗБЕДЕН ЗА ТРУДНИЦИ
- ПРИЈАТЕН ВКУС НА МЕНТОЛ
- БЕЗ ШЕЌЕР

АЛКАЛОИД
СКОПЈЕ
Здравјето ѝ пред сè
www.alkaloid.com.mk

Две-три недели пред крајот на летниот распуст природно доаѓа возбуда дека распустот е при крај. Постепена адаптација може многу да помогне, особено ако детето станува анксиозно и пројавува отпор кон училиштето. Затоа е потребно креирање лабава рутина. Такава рутина, вели психологот, е читање лектури без одредување на бројот на страници кои треба да се прочитаат во еден ден или детето само да избере која книга ќе ја чита, повторување на материјалот што бил проблематичен минатата година, почеста комуникација со соучениците, рутински активности во домот како што се средување на собата, организирање на книгите, играчките и облеката. Воведувањето рутина во овој период од летниот распуст е значајна подготовка за влегување на детето во нов циклус, свежо и поддржано.



НАПОРОТ Е ИСПЛАТЛИВ, РАСПУСТОТ Е НАГРАДА

Развојно е многу значајно, вели психологот, децата да се учат дека секој напор се исплати и дека на крајот доаѓа прославување, кое во нашата култура најчесто или го нема или е прекратко.

- Сетете се колку пати и на кој начин вие сте прославили по завршена тешка задача и колку брзо влегувате во нов проект, а претходниот сметајќи го за завршена и не толку важна работа. Тоа е образец што децата го учат од мали и најчесто е одговорен за себедоживувањето и себеостварувањето, како и за развојот на амбициите и дали тие ќе поттикнуваат или ќе фрустрираат. Затоа е важно за детето да го нагласите прославувањето. Може да го поддржите со попуштање на границите, легнување и спиење до подоцна или спонтано избирање на активности без претходен план - вели психологот.

ФРУСТРАЦИЈА И ЗДОДЕВНОСТ

Ако енергичноста на детето подолго време не се структурира во време или план, предизвикува фрустрација (не може да реализира сè што му навира како идеја или потреба) и здодевност (тоа што му е на располагање не е доволно привлечно за да ја насочи својата енергија). Решението е потрага по креативност, односно канализирање на енергијата. Во зависност од возраста, родителите му помагаат на детето да се насочи да ги препознае активностите што ќе го исполнат. Нашата соговорничка објаснува дека кај децата до девет години насочувањето е поконкретно: „Јас гледам дека кога ги правиш тие работи си посрекен, можеби оваа активност ќе ти биде сè повеќе интересна. Сакаш ли да пробаш прво заедно. Да се обидуваш додека не се вратиме од работа, а потоа да видиме заедно“. Кај оние над девет години се стимулира преземањето лична одговорност при употреба на своите енергија и време во функционална креативност. Тука насочувањето е

поопшто за да детето само прави избор во поопширни рамки: „Гледам дека те интересираат животни, истражи нешто за тоа, а за викенд може да одиме до...“, „Имам колега кој би ми позајмил за да видиш дали е можеби тоа што ти треба...“. Така се креира можност да се истражуваат афинитетите на детето, кои може да почнат лежерно, да прераснат во хоби или да се развиваат и повеќе од тоа.

НОВИ ИСКУСТВА И ЕКСПЕРИМЕНТИРАЊЕ

„На гости кај...“ е убав дел од летниот распуст што останува долго во спомените. Престојот на детето на гости придонесува авторитетот на родителот да се губи од видно поле и да се отвори можност за ново експериментирање. Не ретко имаме спомени од типот: „Тоа лето кога бев на гости кај баба ми и дедо ми прв пат се вљубив“ или „Тогаш прв пат останав до доцна надвор“. Во тој период се експериментира со многу активности кои вооби-



Нагласете го прославувањето на летниот распуст за детето со попуштање на границите, со легнување и спиење до подоцна или со спонтано избирање на активности без претходен план

М-р Марија Стојкоска-Василевска, психолог

чаено се под зголемен надзор и секојдневна проценка од родителите. Тоа експериментирање без секојдневниот надзор е важен во созревањето на детето, особено од аспект на самостојност и одговорност. Но треба да се внимава тие гостувања да не се предолги, особено ако се на крај од летниот распуст, за да нема тешкотии при враќање во школската рутина.

Семеен одмор за релаксација и зближување. За тоа време родителите ја напуштаат работната рутина и влегуваат во нов контекст кој целото семејство го искусува заедно. Поминувањето на времето заедно и правењето работи заедно е најважно во тие моменти. Близината, и просторна и временска, објаснува Стојкоска-Василевска, ги зближува членовите на семејството и го засилува чувството на сигурност и припадност. Релациите се зацврстуваат и се основа за довербата која постојано се гради на релација дете - родител. Тоа е особено важно за децата кои влегуваат во пубертет.

Eucerin®

МЕДИЦИНСКА НЕГА НА КОЖАТА
СО ВИДИВИ РЕЗИНАТИ

МАСНА КОЖА СКЛОНА КОН АКНИ

Контрола на замастувањето на кожата: специјално решение за заштита од сонце од Eucerin®



Eucerin® Крем-гел за заштита од сонце за масна кожа на лицето, со мат-ефект за кожата и нејзина заштита од предвремено стареење



Бра мат-ефект¹

- Ултра лесна, брзоапсорбирачка формула, со многу добра подносливост од кожата²
- Технологија која го регулира замастувањето на кожата на лицето: формула со пигменти кои ги апсорбираат маснотините и себорегулирачкиот L-карнитин³
- Највисока заштита од сонце: формула со UVA/UVB филтер-систем и биолошка клеточна заштита
- Некомедоген, без мирис и парабени

¹ На едната страна на лицето е нанесуван Eucerin® крем-гел за заштита од сонце за масна кожа SPF 50+ (на десната страна), а на другата страна контролен крем за заштита од сонце SPF 30+ (на левата страна). Клиничката фотографија е направена 5 минути по нанесувањето на произодите. Во далечниот пример, одделни резултати може да варираат. ² По две недели сојодневно нанесување на производот кај испитаниците со масна кожа и акни (вкупно 35), докторите потврдиле многу добра подносливост на производот. Сите пациенти ја оцениле подносливоста од кожата како многу добра или добра бидејќи добар = максимална толерантност. ³ In vitro.

НОВО



Вадење камен од бубрег без резови

Стариот класичен оперативен зафат за вадење камен од бубрег со резови од над 30 сантиметри и едномесечна врзаност за болничкиот кревет заминува во минатото благодарение на новата метода ПЦНЛ (Перкутана нефролитотрипсија). Се работи за минимално инвазивна метода за целосно отстранување големи камења од бубрег, без големи резови и без болки, по што пациентот си заминува дома за само три дена.

Вакви минимално инвазивни методи за целосно отстранување големи камења од бубрег во регионот се прават во неколку центри во Грција и во Бугарија, во Белград, Загреб и во Словен Градец (Словенија). Во Македонија се изведува само во „Ре-Медика“.

ЕДЕН САНТИМЕТАР ДУПЧЕ ЗА 10 САНТИМЕТРИ КАМЕН

Д-р Зоран Крстаноски, уролог кој оперира во „Ре-Медика“, објаснува дека при оваа операција не се прават резови како кај класичните операции туку за да се дојде до каменот во бубрег се користат цевка широка само 10 милиметри, минијатурна камера, нефроскоп, рендген и ултразвучен литотриптор, со кој што се разбива каменот.

Под рендгенска контрола бубрегот се означува со контраст и точно се влегува во пиелокаликсниот систем. Во зависност од позицијата на каменот во бубрег, со дилатација се става инструмент (нефроскоп). Низ малиот отвор се поминува преку кожата, мускулите и бубрегот и се доаѓа до местото каде што е каменот, кој може да биде со големина од два до десет сантиметри. Кога ќе се става до каменот, под контрола на камера, се крши и се вадат деловите. Јас за кршење користам ултразвучен литотриптор, а деловите, некои со големина и од еден сантиметар, внимателно се вадат, без опасност



Под контрола на рендген се пунктира местото во бубрегот каде што е каменот. Следува дилатација низ мал отвор на телото и се поминува преку кожата, мускулите и бубрегот и се доаѓа до каменот кој, под контрола на камера, со посебен инструмент, нефроскоп, се крши и се вадат деловите од него

Д-р Зоран Крстаноски, уролог

некој од нив да отиде во мочните канали, кои претходно се заштитени со цевка - вели докторот.

Операцијата, во зависност од големината и од цврстината на каменот, може да трае од 40 минути до над два часа, а каменот може да достаса големина и до 10 сантиметри (го исполнува целиот бубрег). Таков е случајот од пред два месеца кога во „Ре-Медика“ два и пол часа оперирале млад пациент и извадиле камен од над 10 сантиметри.

Предноста на оваа метода, објаснува нашиот соговорник, е и тоа што, за разлика од старата класична метода, нема сечење и резови од 30 до 50 сантиметри, ниту, пак, сечење на бубрегот за да се извади каменот.

БЕЗ БОЛКА, ПАЦИЕНТОТ ЗА ТРИ ДЕНА СИ ОДИ ДОМА

Ефикасноста на методата е мошне голема и во најголем број случаи каменот се разбива и бубрегот целосно се исчистува. На третиот ден од операцијата пациентот веќе е на нозе, без болки, и си оди дома, за разлика од класичната метода кога во болница се останува седум дена, со поставени цевки на пациентот, кој кога ќе си замине дома мора уште еден месец да биде на боледување.

Со ПЦНЛ уште првиот ден, објаснува докторот, пациентот станува од кревет, се движи и нема класична болка. Неговото чувство е како воопшто и да не бил опериран, освен малата тапа болка како да е удрен во пределот каде што е правена интервенцијата, што е нормално бидејќи таму, сепак, е направена малата дупка преку која е интервенирано. Пациентот за само седум дена по зафатот може да работи како што работел и пред операцијата.

ПРИОРИТЕТНОСТ, РИЗИЦИ И ЗАШТИТА ОД КОМПЛИКАЦИИ

Како што секоја операција носи свој ризик, така и оваа. Во овој случај ризик постои од крвање или од инфекција. Затоа внесувањето на цевката се прави со следење на рендген, а не на слепо, со што се избегнуваат големите крвни садови, а за да не дојде до инфекција превентивно се дава антибиотик.

Оваа метода не е алтернативна, туку прв избор за да се заштити бубрегот. Меѓу последните операции беше онаа на пациентка на којашто претходно ѝ бил отстранет едниот бубрег поради тумор, а во другиот имаше голем камен. Операцијата беше многу комплицирана, бидејќи не смеевме никако да го оштетиме бубрегот што ѝ останал, оти ако престане тој да функционира пациентката ќе мораше да оди на дијализа - вели д-р Крстаноски.

За разлика од класичниот зафат, кога се прават резови од над 30 сантиметри, со перкутана нефролитотрипсија, ПЦНЛ, се интервенира низ отвор од еден сантиметар, а по операцијата пациентот веќе првиот ден е на нозе, без болка, и на третиот ден може да си оди дома, а по седум дена и да работи како пред операцијата

Превентива и можности за повторно создавање камен

Најдобра заштита од создавање камен во бубрег е да се пие доволно количество вода за, наједноставно кажано да разберат пациентите, урината да биде бистра, а не темно жолта.

Кај пациент што еднаш имал камен во бубрег можноста да добие повторно е 25 отсто во наредните 10 години. Ако, пак, два пати кај ист пациент се создал камен, тогаш можноста повторно да добие е 75 отсто. Јас би прашал дали е реално овие пациенти да се оперираат со класична метода (неколку пати) или, пак, преку дупче од 10 милиметри (зборуваме за камења поголеми од 2 сантиметри). Со оваа метода, кога се влегува со камера, се стасува до секој сегмент од бубрегот и се чисти секој дел од скршениот камен, додека со класичната метода вакви големи камења ретко можат да се исчистат до крај, освен ако не го пресечете целиот бубрег на половина, како книга за читање - вели д-р Крстаноски.



Играмај
Иријашел!

За РЕ МЕДИКА

прва приватна општа болница

прашај пријател!



атмосфера и со многу гости - врвни експерти од медицината, образованието, бизнис-секторот, како и голем број соработници, партнери и пријатели на болницата. Претходно, вработените даруваа

крв на крводарителската акција во просториите на болницата, а во соработка со Црвен крст на Скопје и Црвен крст-Газа Баба и со Институтот за трансфузиона медицина.

Ре-Медика“ годинава има значаен јубилеј - 10 години откако почна да работи како прва приватна општа болница во Македонија. Еднодецениското успешно давање здравствени услуги на граѓаните беше одбележано со повеќе свечени и хуманитарни активности, а централните настани беа во хотелот „Александар палас“ и во „Ре-Медика“ во Скопје, каде што беше прославен роденденот, во свечена

присутните во „Александар палас“,

освртувајќи се на идејата и на почетоците на болницата, кога била почната главната мисија, односно, како што рече таа, била отворена вратата за подобро здравје не само на македонските граѓани, туку и пошироко.

Медицинскиот директор на „Ре-Медика“, проф. д-р Андреја Арсовски, истакна дека одбележувањето на овој јубилеј е посебен настан во историјата за болницата.

- Ние вработените напорно работевме на градењето препознатливо име, на градењето синоним за посветеност кон нашите пациенти. Сега, по 10 години, можам да кажам дека „Ре-Медика“ прерасна во болница со која се гордееме, не само по постигнувањата туку и со поставувањето системи на вредности - рече Арсовски.

Под слоганот „За 'Ре-Медика', прашај пријател“, произлезен од грижливо анализираните анкетни листови на пациентите, болницата ги одбележува своите први 10 години во кои воведо највисоки стандарди во здравството и постојано го држи приматот со внесување нови трендови во лекувањето со револуционерни потфати.

- „За 'Ре-Медика', прашај пријател“

е порака што ни ја подарија нашите пациенти, што нам ни покажува дека сме препознаени, потврдени, препорачани. Задоволството на пациентите е нашата најголема награда - рече директорката Јорданова на свеченоста во просториите на болницата во Скопје.

Уште во самиот зародиш на болницата во 2005 година, менаџментот и вработените вложиле голем труд за да обезбедат услови за пациентите, на што се должи фа-



ктот дека болницата денес е докажана институција што ги исполнува највисоките стандарди во здравството. Пред 10 години бројот на вработени бил 80, а денес оваа бројка е 210 лица, кои секојдневно се грижат за здравјето на граѓаните.

„Ре-Медика“ во почетокот почнала со дејносите гинекологија и акушерство, општа и дигестивна хирургија, а во тој период се и зачетоците на дијагностичкиот оддел.

Оттогаш до денес болницата континуирано се развива и ги шири дејносите, постојано воведувајќи нови медицински дисциплини. Две години подоцна, во 2007 година, во болницата почнале да функционираат торакалната хирургија, оперативната ортопедија, дигестивната ендоскопија и невропсихијатријата, а таа година бил формиран и Центарот за инвитро-фертилизација. >>



Еднодецениското успешно давање здравствени услуги на граѓаните беше одбележано со повеќе свечени и хуманитарни активности, а централните настани беа во хотелот „Александар палас“ и во „Ре-Медика“ во Скопје, каде што беше прославен роденденот, во свечена атмосфера и со многу гости - врвни експерти од медицината, образованието, бизнис-секторот, како и голем број соработници, партнери и пријатели на болницата

Веќе следната година се воведо урологијата, а во 2009 година и оториноларингологијата. Дерматовенерологијата како постојана дејност почнала да функционира од 2010 година, а подоцна профункционирале и неврохирургијата и васкуларната хирургија. Најнова дејност во „Ре-Медика“ што е воведена минатата година е детската психијатрија.

Сите овие години, еден од најпечатливите епитети на болницата е домаќинскиот однос кон пациентите.

Болницата има добиено голем број награди и признанија за работата, а меѓу позначајните се наградата од 2005-тата, за најдобра инвестиција во Македонија од Инвест-форум на Југоисточна Европа и европската бизнис-награда од 2013 година, а лани „Ре-Медика“ е прогласена и за супербренд.

Во чекор со времето

За да пациентот биде примен, опериран и соодветно третиран, а потоа излекуван и испратен дома, освен лекарскиот тим се ангажирани и медицинските сестри на одделот за хирургија. Одделот опфаќа општа хирургија-тораковаскуларна, ортопедија, абдоминална, урологија, неврохирургија, пластична и естетска, ОРЛ, па

Сестрите успешно даваат стручна помош, искусни се и постојано се во чекор со времето и напредокот на медицината

со оглед на различната патологија неопходни се тимска работа и тимски дух, вели Ратка Апостоловска-Младеновиќ, главна сестра на Хирургија. - Сестрите успешно даваат стручна помош, искусни се и постојано се во чекор со времето и напре-

докот на медицината. Токму поради тоа посетуваат центри за обука и едукација, а воедно учествуваат на курсеви, семинари, симпозиуми и кај нас и надвор од државата - вели Апостоловска-Младеновиќ.

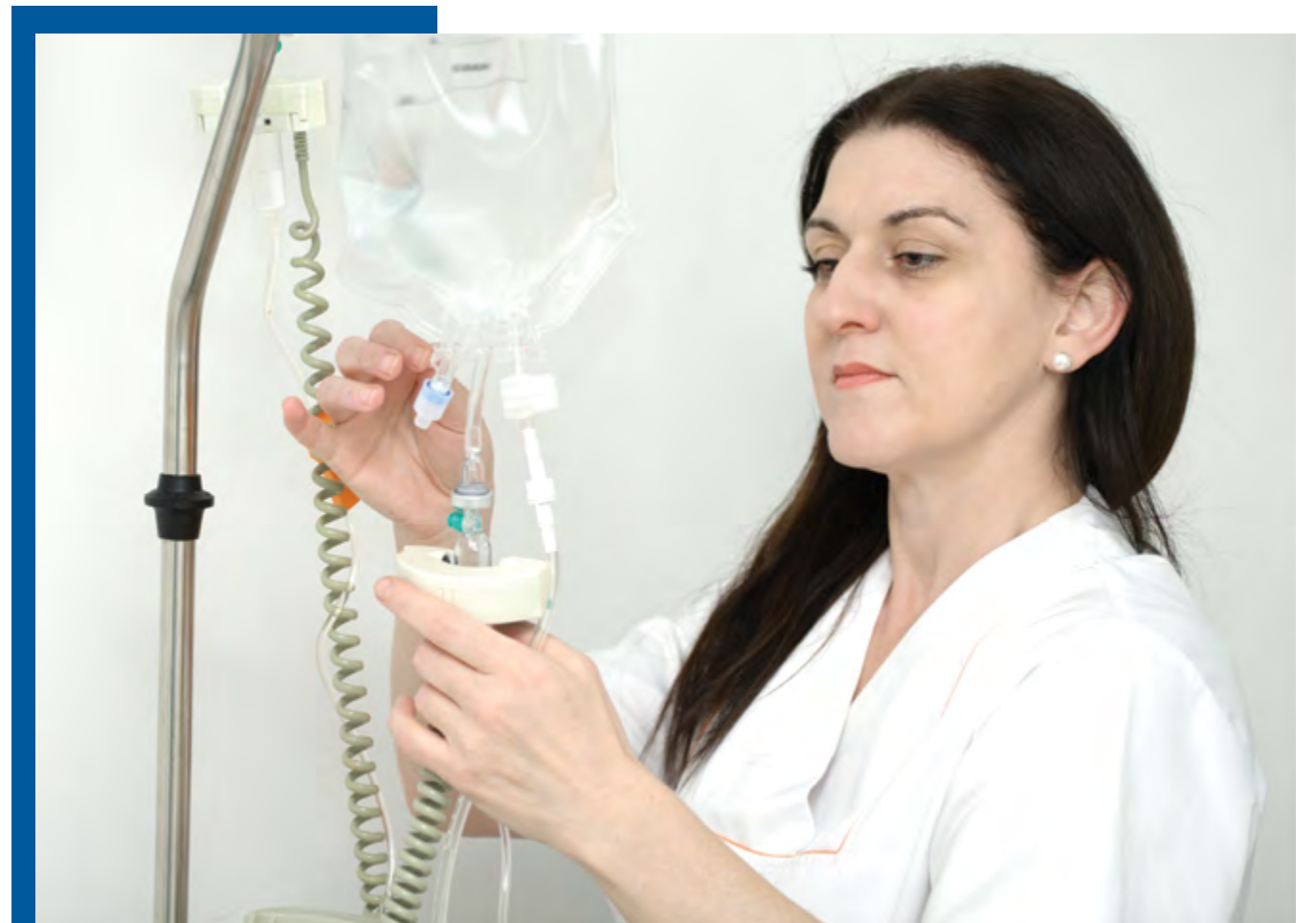
Медицинските сестри се вклучени во комплетниот третман за подготовка, спроведување, негување и отпуштање на пациентот. Подготовката вклучува средување на документацијата, дијагностички процедури, психичка и физичка подготовка на пациентот и на неговото семејство, постоперативна нега, спроведување ординрана терапија до рана мобилизација и брзо закрепнување, соодветна ис-

храна и одговарање на сите побарувања за времето поминато на одделот во нашата болница.

- Сестрите се тие кои ги советуваат и едуцираат за понатамошното домашно лекување, за соодветна исхрана и рехабилитација. Со начинот на нашата работа пациентите се чувствуваат сигурни во нашата установа. Нашето задоволство е и заедничкиот успех, задоволен и закрепнат пациент кој ја напушта болницата - додава Апостоловска-Младеновиќ.

Нашето задоволство е и заедничкиот успех, задоволен и закрепнат пациент кој ја напушта болницата

Ратка Апостоловска-Младеновиќ, главна сестра на Хирургија



Играмај пријател!



Замрзнување сперма за инвитро или за инсеминација

Во почетокот на пубертетот кај момчињата, тестисите, кои се репродуктивните жлезди во машкиот организам, почнуваат да произведуваат сперма и остануваат активни низ целиот репродуктивен век кај мажот. Во одредени случаи спермата и тестикуларното ткиво од мажот може да бидат зачувани и во лабораториски услови преку методот на криопрезервација.

Криопрезервацијата, објаснува м-р Симона Шенбакар, молекуларен биолог-андролог во „Ре-Медика“, е високо контролиран процес во кој спермата или тестикуларното ткиво од пациентот се зачувуваат со замрзнување во течен азот на температура од -196 целзиусови

Спермата може да се замрзне поради лични мотиви на пациентот, како што е зачувување на фертилитетот, но и поради медицински оправдани случаи како малигни заболувања, инвитро или пред хируршки зафати

степен. Ова овозможува зачувување на активноста на сперматозоидите за подолг временски период, дури и од неколку години, по што тие можат да се употребат при инвитро-оплодување или за интраутерина инсеминација.

КОГА МОЖЕ ДА СЕ ЗАМРЗНЕ СПЕРМА?

Спермата може да се замрзне поради лични мотиви на пациентот, како што е зачувување на фертилитетот. Но постојат и медицински оправдани случаи кога на пациентот му се советува да направи долгорочна криопрезервација.

- Зачувување на сперма или тестикуларно ткиво од медицински оправдани причини се прави во

случај на малигни заболувања на тестисите, за вонтелесно оплодување или поради некои хируршки зафати - објаснува Шенбакар.

Кога пациентот се соочува со малигно заболување за кое треба да почне да се дава хемотерапија или радиотерапија, објаснува таа, се советува криопрезервација на спермата пред почнување на терапијата, бидејќи сперматозоидите се многу чувствителни на ваков вид третман и можат да бидат уништени.

Спермата може да биде криопрезервирана и кај пациенти кои почнале инвитро-постапка. Ова се прави кога мажот поради оправдани причини не може да присуствува на денот на инвитро-постапката или на интраутерината инсеминација, па остава примерок претходно. Исто така се прави и кога не е во можност да остави материјал во самата болница, или, пак, кога концентрацијата на сперматозоидите во спермата е премногу ниска, со што, поради зачувување на квалитетот на примерокот од спермата, се препорачува криопрезервација.



Криопрезервацијата овозможува ефикасно зачувување на активноста на сперматозоидите за подолг временски период, дури и од неколку години, за подоцнежна употреба

**М-р Симона Шенбакар,
молекуларен биолог-андролог**

Притоа, пожелно е да се направи зачувување на неколку примероци за зголемување на шансите за успешно оплодување.

Зачувување на сперма се прави и пред некои хируршки интервенции. Пред вазектомија, хируршка процедура преку која се затвораат семеноводите, објаснува нашата соговорничка, по желба на пациентот спермата може да биде криопрезервирана за понатамошна употреба.

КОГА МОЖЕ ДА СЕ ЗАМРЗНЕ ТСТИКУЛАРНО ТКИВО?

- Кај мал број пациенти кои имаат желба за пород, а се со дијагностицирана азооспермија, односно кога во ејакулатот немаат сперматозоиди, се изведува биопсија на тестикуларното ткиво од кое може да се издвојат сперматозоиди - вели м-р Шенбакар.

Во такви случаи се препорачува да се замрзне тестикуларното ткиво, за издвоените сперматозоиди да се употребат во инвитро-постапка на вонтелесно оплодување.

NIFT

НЕИНВАЗИВЕН ТЕСТ СО НАЈГОЛЕМА ТОЧНОСТ ЗА РАНА ДЕТЕКЦИЈА НА ДАУНОВ СИНДРОМ И ДРУГИ ГЕНЕТСКИ АНОМАЛИИ

СИГУРЕН
Неинвазивен со 0% ризик од спонтан абортус

ЕДНОСТАВЕН
Само 10мл мајчина венска крв

ТОЧЕН
Докажани 99.5% сензитивност и специфичност

ДОВЕРЛИВ
Преку 400.000 извршени NIFTY тестови

РАНО
Уште од 9-та недела од бременоста

БРЗО
Резултати од тестот за 7-10 работни дена

ДОБИВАТЕ ИНФОРМАЦИЈА ЗА ПОЛОТ НА БЕБЕТО

HEALTH TRADE
(SWITZERLAND) GINE

ВАГИНАЛНИ ГЕЛОВИ ЗА ОЛЕСНЕТО ПОРОДУВАЊЕ. НАМАЛЕТЕ ЈА БОЛКАТА, ЗАШТИТЕТЕ ГО ПЕРИНЕУМОТ И НАМАЛЕТЕ ГО ВРЕМЕТО НА ПОРОДУВАЊЕ...

ПО -лесно
-нежно
-неболно
-безбедно

NATALIS Phyto Perinal Massage Fluid
• Гел за перинална масажа пред породување

NATALIS Obstetric Gel
• Гел за олеснето вагинално породување

NATALIS Postnatal Vaginal Gel
• Гел за обнова на вагиналната флора после породување

LACTOLIS HA Plus
• Гел за третман на бактериска вагиноза

+389 2 313 33 11
+389 70 388 399

Официјален застапник за Македонија
ГИНЕКАЛИКС Д.О.О.Е.Л.

GINEKALIX

Улица: Јордан Мијалков број 50
1000 Скопје

contact@ginekaliks.mk
www.ginekaliks.mk

100% ПОДДРШКА во битката со ракот на дојката

Во овој број на „Ревита“, д-р Елизабета Бабушку, радиодиагностичарка, супспецијалистка по мама и гинеколошка дијагностика во „Ре-Медика“, зборува за потребата од навремени прегледи за спречување на ракот на дојката, како и за тоа како се открива болеста и како да се заштитат жените

Не е мал бројот на жени кои бараат лекарска помош поради промени во дојките. Според статистичките податоци, околу 25 проценти од женската популација доаѓа на доктор заради болка, палпаторна промена (напирана со прсти) или други знаци и симптоми на болести на дојките. Иако бенигните или физиолошките промени се најчести, примарната цел во дијагностичките процедури е потврдување или отфрлање на можноста за постоење на малигно заболување. Во последниве децении ракот на дојката претставува најчест страв и најчеста здравствена грижа на современата жена.

Кога најчесто се јавува рак на дојката?

Меѓу петтата и шестата деценија од животот, но во последно време старосната граница се поместува во третата и четвртата деценија.

Како изгледа прегледот?

Прегледот на дојките се врши кај радиодиагностичар во специјализиран

Д-Р ЕЛИЗАБЕТА БАБУШКУ, РАДИОДИЈАГНОСТИЧАРКА

Рано откривање ЦЕЛОСНО ИЗЛЕКУВАЊЕ

мама-центар. Започнува со земање кратка анамнеза за тоа од кога датираат проблемите, има ли фамилијарна анамнеза за рак на дојка, прва менструација, менопауза, број на породувања... Потоа се прави клинички преглед, кој се состои во палпација на дојките и под мишките, набљудување на големината, формата, симетријата, состојбата на брадавиците и дали има исцедок од нив. Откако ќе се земе добра анамнеза и ќе се направи клиничкиот преглед, следниот чекор е мамографија, доколку возраста и состојбата на пациентката го дозволува тоа, што значи дека треба да е постара од 35 год., да не е бремена и да не дои. Ултразвучниот преглед (со ехо) се изведува во сите возрасти, а е најчесто употреблива можност за млади жени, како и за оние кои се бремени или се во период на доење.

Ракот на дојката главно се презентира како напиплива гругка која жената сама ја открива. Но само 40 отсто од карциномите на дојка се напипливи и сè поголем е бројот на асимптоматските промени кои случајно се откриваат.

Мамографијата е сè уште супериорна сликовита метода во раното откривање на ракот на дојката?

Да. Многу жени неоправдано инсистираат да го избегнат мамографскиот преглед на дојките. Дијагностичките бенефиции од добро направената мамографија се огромни.

Во „Ре-Медика“ имаме извонредно модерен дигитален мамомат (мамограф). Мамографијата е радиолошка техника која користи посебно дизајнирана рендгенска цевка која произведува ниски дози на рендгенски X-зраци и користи мултидетекторски систем за запис на различните густини на ткивата од кои е изградена дојката, кои потоа се пренесуваат на рендгенски филм. Прегледот се изведува многу едноставно и брзо, безболно е, а дозата на зрачење е ниска.

Што е тоа што се гледа со мамографија, а не може да се види со ултразвук?

Ракот на дојката напаѓа цела година, па токму поради тоа треба постојано да се зборува за него. Врвни експерти од првата приватна општа болница „Ре-Медика“ и приватни и јавни установи пред истекот на минатата година го претставија правилниот пристап во откривањето и лекувањето на овој канцер и се заложиле за свесноста за опасностите кои следуваат со ова заболување, но и можностите за правилно лекување на пациентите да ги одржуваат цела година

Она што значи рано откривање на ракот на дојката се патолошки калцификати кои се гледаат најдобро и единствено со мамографијата! Инаку, кај пациентки кои имаат исцедок од брадавицата од еден млечен канал - крвав или серозен, се прави контрастна мамографија - галактографија, со која се прикажува каналот од кој се цеди исцедокот и се визуализираат патолошките промени во луменот на истиот.

Комплементарно дополнување на мамографијата, а никако нејзино комплетно заменување и избегнување е ултрасонографскиот преглед или популарно ехо-преглед. Ехо-апаратите користат УЗ-бранови со кои се овозможува слика на различните густини на ткивата од кои е изградена дојката. Со ултразвучен преглед е можно да се прегледаат и оние делови на дојката



кои не е можно да се видат со мамографија. Овозможува анализа на дијагностицираната гругка - дали е циста, гнојна шуплина - апсцес или солидна, тврда промена. Овој преглед може да се повторува неограничено во секоја возраст и нема несакани ефекти по здравјето на пациентите.

Исто така, магнетна резонанца на дојките е дијагностичка метода која се користи кај пациенти со промени по оперативни третмани, поставени импланти, кај нејасни нарушувања на архитектониката на ткивото на дојките. Томосинтеза - 3Д-мамографија, пак, е сликовита-имиџинг метода која користи ниски дози на рендгенски X-зраци и овозможува подетална анализа на промените во дојката.

Што доколку со овие имиџинг-методи, како и со класичниот преглед се забележи туморска маса?

Секако, современата медицина го дава одговорот, а тоа е биопсија, со која се овозможува обезбедување материјал за цитолошка, односно за хистолошка анализа на ткивото и одлука за понатамошен третман на промената. Станува збор за ФНАБ- тенкоигле-

на аспирациска биопсија водена под ултразвук, КОР-биопсија водена, исто така, под ехо.

Предоперативно се користи бележење со жица на промените, водено со ултразвук, стереотактични мамографски процедури - маркирање со жица, водич ФНАБ и КОР-биопсија.

Тенкоиглена аспирациска биопсија, водена под ултразвук, е лесно изводлива метода. За неа не треба локална анестезија, нема компликации и се користи за обезбедување материјал за цитолошка анализа кај симптоматски цисти, апсцеси, лимфни јазли во потпазувната регија или солидни промени кои се блиску до градниот кош. КОР е хистолошка биопсија и е замена за хируршка оперативна биопсија. Се изведува во локална анестезија во амбулантски услови и под ехо, ако промената подобро се гледа со него. Со дебели игли се земаат цилиндри ткиво од различни места на промената и се испраќаат за хистолошка анализа. Обезбедениот материјал е доволен и за имунохистохемиска анализа на промената, ако за тоа има потреба. Овој тип биопсија се прави кај солид-

ни промени кои се високо суспектни за малигни. Лесно се изведува и не ја онеспособува жената за секојдневните активности. Единствена компликација е можен хематом или ретко инфекција.

Промените кои подобро се гледаат со мамографија сите инвазивни процедури ги изведуваат стереотактично. Станува збор за специјално компјутерски надграден систем на постојниот дигитален мамомат кој го има во „Ре-Медика“ - стереолок, со кој се овозможува обезбедување примероци од непалпабилни или неодредени лезии на дојките и групирани калцификати со можност за просторна локализација на истите. Овој систем овозможува следење на модерните хируршки трендови за поштедни хируршки интервенции. Како и секоја метода и оваа има свои ограничувања. Не се изведува кај промени блиски до градниот кош, кај промени кои се наоѓаат во потпазувната регија, како и кај жени со поставени импланти. Она што е предност кај стереотактичните мамографски процедури е сигурна и дефинитивна дијагноза кај малигните лезии, помалку е инвазивна од хируршката биопсија, се изведува амбулантски и не остава дефект на ткивото, кој би бил пречка за понатамошни контроли. Се работи во локална анестезија и рендгенските зраци немаат несакани ефекти.

Што ќе ѝ препорачате на женската популација?

Редовни ултразвучни и мамографски контроли на дојките. Ритамот на прегледите го одредува вашиот доктор радиодиагностичар. Порачувам и да се прават редовни самопрегледи. Ракот на дојката во денешно време може да се открие во почетен стадиум и тогаш болеста е излечива. Статистичките податоци на Институт за јавно здравје покажуваат дека 98 проценти од жените со рано дијагностициран рак на дојка се излекувани.

СПИРАЛА КАКО КОНТРАЦЕПЦИЈА

Некои жени имаат потреба за заштита од забременување. Има различни начини за тоа, а еден од методите за контрацепција е и употребата на интраутерината влошка или таканаречената спирала. Интраутерините средства за контрацепција, објаснува д-р Симонида Котларова-Попоска, гинеколог во „Ре-Медика“, се поставуваат во внатрешноста на матката. Имаат карактеристична форма на буквата „Т“. Тоа се безбедни контрацепциски методи кои обезбедуваат сигурна заштита од забременување за следните 5 години по поставувањето.

ДВА ТИПА

Постојат 2 типа интраутерини влошки. Едните се хормонски спирали (ИУС - интраутерин систем). Таква е „Мирена“, која ослободува левоноргестрел – прогестаген, кој, пак, го менува ендометриумот и оневозможува нидација на оплодената јајце-клетка. Во тоа е предноста на оваа спирала и на тоа се должи нејзината поголема ефикасност. Бакарната спирала е една од најчесто употребуваниите. Се состои од бакарна жица намотана околу мала пластична рамка во форма на буквата „Т“.

Интраутерините средства за контрацепција се поставуваат во внатрешноста на матката. Тие се безбедни контрацепциски методи и обезбедуваат сигурна заштита од забременување за следните 5 години по поставувањето

КАКО СЕ ПОСТАВУВА?

- Пред поставување на интраутерината влошка (ИУВ) мора да се направи гинеколошки преглед, при што се земаат микробиолошки брисеви. Потребно е да се докаже дека нема присутни патогени микроорганизми во вагината и на грлото на матката, по што е безбедно поставувањето. Доколку се добие наод за присутна бактерија, ќе треба да се користи терапија

со антибиотици пред поставувањето. Исто така, со ултразвук се проценува и морфологијата на матката - објаснува докторката.

Најдобар период да се постави спиралата е во последните денови од менструалното крвавење. Тогаш таа најдобро враснува во ендометриумот. Може да се постави и како ургентна контрацепција - до 5 дена по незаштитен однос.

- Поставувањето на спиралата се вр-

ши во амбуланта. Тоа е краткотраен зафат за кој не е потребна анестезија, бидејќи е безболан. По внесувањето во матката, хормонската спирала „Мирена“ почнува да ослободува мало количество на хормонот левоноргестрел. Притоа, не содржи естрогени хормони, така што нивните несакани ефекти се исклучени - вели д-р Котларова-Попоска.

По пласирањето на спиралата во вагината се гледа конецот како излегува од грлото на матката, кој ќе служи за нејзино извлекување кога ќе дојде време. Многу жени чувствуваат лесна непријатност или грчеви по поставувањето, кои брзо поминуваат. Спиралата може да се постави и веднаш по намерен прекин на бременоста. - ИУС („Мирена“) има многу предности пред интраутерините влошки со бакар. Хормонската спирала ги намалува менструалното крвавење и болките и затоа се употребува и при обилни и продолжени менструални крвавења, особено кај жените во период на перименопауза. Како резултат на истенчувањето на ендометриумот, кое го предизвикува, се намалуваат количеството и времетраењето на менструалното крвавење вообичаено до 80 отсто, а можно е и менструалните крвавења сосема да исчезнат. Истовремено, циклусите се и безболни. Ова се факти од кои се задоволни повеќето жени - вели д-р Котларова-Попоска. Во првите неколку месеци по поставувањето на ИУС, можно е да дојде до нередовни и сосема оскудни крвавења, но тоа е состојба која не е вознемирувачка и самата се среќува. Количеството хормон кое го ослободува во матката, објаснува нашата соговорничка, е со пониска и поконстантна концентрација, за разлика од оралните контрацепции. Притоа, дејствува само на ниво на матката, за разлика од оралните контрацепции кои дејствуваат врз целиот организам. ИУС не предизвикува промени во телесната тежина.

Контролниот преглед на спиралата се врши до 3 месеци по нејзиното поставување и се состои од контрола со



Пред поставување на интраутерината влошка мора да се направи гинеколошки преглед, при што се зема микробиолошки брис за да се докаже дека нема присутни патогени микроорганизми во вагината и на грлото на матката. Поставувањето се врши во амбуланта, трае кратко и е безболно

Д-р Симонида Котларова-Попоска

ултразвук за поставеноста на спиралата и вагинален преглед, со кој се гледа конецот од грлото на матката. Потоа контролите се прават истовремено со редовен гинеколошки преглед.

- Интраутерината влошка може да стои 5 години, а може да се отстрани и порано, доколку пациентката така одлучи. Забременувањето е можно веднаш по вадењето на спиралата. Особено се препорачува кај жените кои имаат родено едно или повеќе деца, или, пак, имале вештачки прекин на бременоста и не планираат да забременат во некој нареден период. Притоа, тој период може да биде и покус од 5 години, затоа што ИУС може да се отстрани и порано. Менструалните циклуси се воспоставуваат исто како што биле и пред поставувањето, а веднаш се враќа и способноста за забременување. Исто така, контрацепцискиот ефект може да трае и подолго

од 5 години, т.е. при отстранувањето на една спирала, веднаш може да се постави нова, која ќе штити во наредните 5 години - вели докторката.

КОГА НЕ ТРЕБА ДА СЕ КОРИСТИ

Интраутерината влошка не треба да се користи при постоење на инфекција во малата карлица, при постоење на сексуално преносливи болести, при сомнение за бременост, при крвавење од гениталиите од непозната причина или при постоење на малигни заболувања на гениталните органи. Не се препорачува нејзиното користење, вели д-р Котларова, и при постоење на тешка црnodробна болест или при карцином на дојки. ИУВ не штити од сексуално преносливи болести и затоа се препорачува употреба на дополнителна заштита во однос со несигурен партнер.

- Постојат три проблеми кои може да се случат по поставувањето на спиралата. Таа може да испадне од матката, може да мигрира преку сидот на матката, т.е. да се измести и може да се развие инфекција поради внесување на микроорганизми при нејзиното поставување. Првите два проблеми најчесто се случуваат во првите месеци по поставувањето и тоа за време на менструалниот циклус - објаснува докторката.

Пациентка со поставена спирала, додава таа, треба веднаш да се јави на лекар при појава на јака болка во стомакот, обилно крвавење од гениталиите, при појава на болки или крвавење при однос, при сомнение за постоење на бременост, при треска и општа слабост, при промена на мирисот, бојата и количеството на вагиналниот секрет и слични состојби. Ризикот од забременување при поставеност на ИУВ е многу мал. Но ако се измести спиралата, може да дојде до забременување. Во тој случај треба што поскоро да се отстрани истата. Во вакви ситуации ризикот од вонматерична бременост е зголемен, како и ризикот од спонтан абортус и појава на инфекција на гениталните органи.

Како дејствуваат спиралите?

- Бакарот од бакарната спирала е токсичен за сперматозоидите. Под негово влијание се создава флуид со леукоцити, бакарни јони, ензими и простогландини, кои ги напаѓаат сперматозоидите и со што се врши функцијата за контрацепција.

- Хормонската спирала го постигнува својот контрацепциски ефект преку заедничкото дејство на неколку ефекти што ги предизвикува. Таа неповолно влијае на сперматозоидите и ја променува цервикалната слуз, правејќи ја погуста и леплива и така спермата не може да продри низ матката. Исто така, го истенчува ендометриумот, правејќи го непогоден за вгнездување на оплодената јајце-клетка.



Остеопатија

ЗА ПОЗДРАВИ 'РБЕТ И ТЕЛО

Што може да се постигне со специфичните терапевтски техники?

Остеопатијата е составена од три дела. Структурната остеопатија има за цел корекција на дисфункциите во локомоторниот систем (зглобовите и меките ткива), висцералната за подобрување на функцијата на висцералните системи (органите), а кранио-сакралната за да ги отстрани дисфункциите во кранио-сакралниот предел и да ја подобри функцијата на системите со помош на циркулацијата на цереброспиналната течност. Може да ги отстрани или намали болките во зглобовите и во мускулите, да ја подобри функцијата на зглобовите и на 'рбетниот столб, држењето и

движењето на телото, да ослободи од контрактури, грчеви, напнатост на меките ткива. Исто така, ја подобрува функцијата на меките ткива и на висцералните системи, го елиминира стресот и ги подобрува концентрацијата и квалитетот на животот, урамнотежувајќи го целиот организам.

Кога се применува остеопатијата?

При болки и дисфункции во 'рбетниот столб и во зглобовите на горните и на долните екстремитети (ишијас, лумбаго, дорзалгија, болки во вратот, тортиколис, цервикобрахиалгија, синдроми на торакален канал, карпален канал, тениски лакот, дисфункции и изменувања во колена, колк, скочен

зглоб, шака, лакот, рамо и друго), при контрактури, болки и напнатост на меките ткива - мускули, тетиви и лигаменти, како и при стрес, главоболка, болки во висцералните системи како последица на дисфункција на органите.

Како изгледаат прегледот и третманот?

По запознавање со историјата на болести на пациентот, прегледот започнува со опсервација и барање на асиметрии и аномалии на телото (статички и динамички). Потоа се прават ортопедски и специфични остеопатски тестови заради утврдување на соматски дисфункции на телото, преку кои и во зависност од симптоматологијата

на пациентот се воспоставува дијагноза. Во зависност од дијагнозата и состојбата на пациентот се одредуваат начинот и употребата на остеопатските техники за третирање на истиот (труст, миотензивни, фасцијални, функционални, кранио-сакрална, висцерална).

Остеопатските третмани не се агресивни и се доста толерантни и поради тоа може да се применат кај лица од која било возраст.

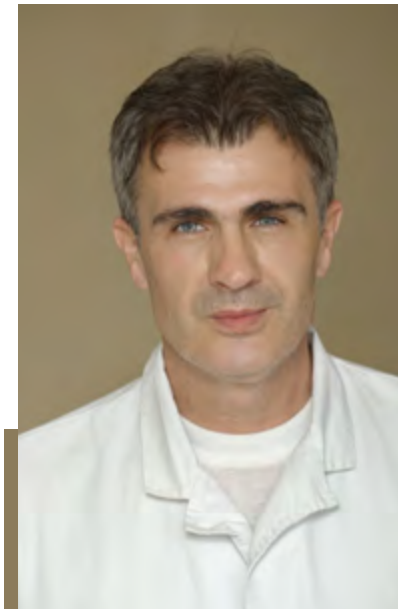
Контраиндикации се: малигноми, скршеници, мозочни изливи, тромбоза, висок стадиум на остеопороза.

Како може да се применат кога станува збор за спорт или за балет?

Поради своите специфични терапевтски техники остеопатијата се повеќе наоѓа примена во спортот и во балетот. Кај нив, како последица на континуиран физички стрес, чести се појавите на дисфункции на локомоторниот систем, при што доаѓа до намалување на перформансите. Исто така, чести се и механичките повреди, дислокација на сегменти и на зглобови и слично. Остеопатските третмани брзо и ефикасно ги елиминираат дисфункциите во системите поради што периодот на рехабилитацијата значително се намалува и истите побрзо продолжуваат со своите активности, што претставува еден битен фактор во професионалниот спорт и во балетот. Од друга страна, со превентивни остеопатски третмани се намалуваат појавите на дисфункции и повреди, зголемувајќи ја можноста за примена на поголем напор за време на редовните активности.

Дали техниките се применуваат кај деца и млади во раст?

Остеопатските прегледи и третмани се исклучително важни кај деца и млади во раст. Навременото откривање на дисфункциите на телото и нивно соодветно третирање овозможува правилен развој на телото и воедно се избегнуваат одредени физички аномалии. Човековото тело е создадено во слободна (неутрална) положба сите сегменти од телото да се наоѓаат под извесно оптоварување. Математичките линии на силата на оптоварување поминуваат низ одре-



Остеопатија е систем на мануелна медицина, која како основа за преглед и третман се темели на анатофизиологијата, биомеханиката и на неврофизиологијата на човековото тело, со основна цел да ги реставрира, одржува и подобри функциите на системите во целост. Љубомир Илиевски, остеопат во „Ре-Медика“, во разговорот објаснува каде сè може да се применат остеопатските техники, како се помага со нив и што може да се очекува од третманите

дени сегменти од телото со што анатомски го дефинираат телото, во смисла на држење во статичка положба и при движење. Дисфункција на одреден сегмент од телото предизвикува поместување на овие линии т.е. доаѓа до промена на напрегањата во сегментите од телото. Ако телото подолг временски период се наоѓа во ваква состојба може да дојде до појава на аномалии и структурна деформација, како одговор на адаптацијата на телото во новонастанатата состојба. На пример, дисфункција во пределот на карлицата предизвикува неправилен развој на 'рбетниот столб, при што доаѓа до негово искривување, што всушност претставува еден предуслов за натамошни посериозни проблеми. Исто така, предизвикува неправилно држење и движење на телото, намалена подвижност на сегментите од карлицата и 'рбетот, деформација во долните екстремитети (колена, скочен зглоб/стапало, варус/валгус), привидно скратување или издолжување на ногата, болки...

Помош при сколиоза и кифоза

Работите специјални третмани со мултифлексибилен кревет.

Остеопатијата како мануелна медицина се занимава и со проблематиката на деформитетите на 'рбетот како: сколиоза и кифоза. Во „Ре-Медика“ правиме и специјални третмани за корекција на 'рбетот и неговите деформитети со помош на автоматизиран мултифлексибилен кревет за пасивни вежби. Особено кај децата во раст доаѓа до значително подобрување и намалување на степенот на деформација на 'рбетот. Притоа, правиме и дигитални снимки на држењето на телото преку што го следиме напредокот на пациентот.

Но би сакал да истакнам дека овој мултифлексибилен кревет се применува и за други дијагнози.

Опивка на возрасни пациенти при операција на простата

Зголемувањето на простатата или бенигната простатна хипертрофија за сега половина од мажите на 60-годишна возраст и 90 отсто од 85-годишните. Една од методите со која хируршки се третира е трансуретрална ресекција – ТУРП. А, таа се изведува главно кај возрасна популација кај која честа појава се срцеви, респираторни и бубрежни болести и е посебен предизвик за анестезиолозите. Д-р Роберт Домазетов, анестезиолог во првата приватна општа болница, објаснува како овие предизвици ги решаваат врвните анестезиолози во интерес на безбедноста на пациентот и успех во интервенирањето.

Морталитетот кај ТУРП се движи од 0,2 до 6 проценти, а миокардниот инфаркт е најчеста причина за смрт.

- Простатата е богато прокрвена со големи венски синуси веднаш до капсулата (обвивка на простата). ТУРП се изведува со внесување на ресектоскоп низ мочниот канал (уретрата) со кој, по електричен пат се сече и коагулира простатата. Хируршкото поле се одржува чисто со постојано третирање, иригација со течност. Ако се пробие капсулата течноста се апсорбира перипростатично (во околина на простата) и финално во циркулација. Доколку, пак, се отворат венските синуси кр-

ваењето може да биде профузно (обилно) и може да има значајна ресорпција на течност за плакнење - вели докторот.

РЕШАВАЊЕ КОМПЛИКАЦИИ

Течноста за плакнење треба да е изотонична, електроинертна, транспарентна, лесно да се стерилизира. Дестилираната вода која порано се користела е хипотонична, па нејзина ресорпција може да води кон

Трансуретрална ресекција на простата најчесто се изведува кај возрасни мажи кај кои честа појава се срцеви, респираторни и бубрежни болести. Како пациентот ќе ја издржи и помине опивката е посебен предизвик за анестезиолозите

хемолиза (распад на црвените крвни зрнца), шок и бубрежна слабост. Изоосмотските раствори како физиолошкиот и рингер-лактатот не се користат бидејќи се високо јонизирани и не се електронутрални. Растворот на 1,5 отсто глицин е умерено хипотоничен за да биде транспарентен. Иако не прави значајна хемолиза, прекумерна ресорпција води кон белодробен оток, хипоосмоларност (намалена концентрација на осмотски активни честички во крвта) и хипонатремија (намалена концентрација на натриум во крвта).

- Водата се движи кон клетките предизвикувајќи мозочен оток со немир, агитаност, конфузија и кома. Хипонатремијата предизвикува конвулзии, аритмии, хипотен-

зија и белодробен едем. Глициот е токсичен за ретината во око и предизвикува привремено слепило. Растворот на сорбитол и манитол се нарекува испирол и исто така нема натриум во својот состав. Во просек се ресорбираат 10-30 милилитри течност на минута ресекциско време, кое го ограничуваме на 1 час. ТУРП-синдромот се однесува на симптоми предизвикани од прекумерно апсорбирана вода. Третманот е со ограничување на внесување течност и со диуретици - вели д-р Домазетов.

Други проблеми од ТУРП се перфорација на бешика од ресектоскопот, бактериемија и септикемија, хипотермија и крвавење.

- Загубата на крв се проценува од 2 до 5 милилитри на минута ресекциско време или 20-50 милилитри на грам простата, а се проценува и со контрола на хематокрит - вели нашиот соговорник.

Тој објаснува дека е значајна и позицијата на пациентот при интервенцијата, или поточно литотомијата.

- Пациентот лежи на грб со раце скрстени на телото или поставени на страна до

помалку од 90 степени на држачи за раце. Нозете се свиткани во колкови и во колена. Двете нозе истовремено се креваат и се одвојуваат. Латералниот дел од колелото се заштитува со перниче за да се спречи повреда на перонеус (нерв



на потколеница). При спуштањето на нозете тие треба да се приближат во колелата и глуждовите и бавно да се спуштаат заедно за да се намали торзиониот стрес за 'рбетот. Спуштањето на нозете води кон хипотензија поради зголемување на циркулаторната капацитанца (капацитет на циркулација) - објаснува д-р Домазетов.

КАКО СЕ ИЗБИРА АНЕСТЕЗИЈА?

Во урологијата, изборот на анестезија се сведува на локална, регионална, општа, или, пак, нивна комбинација. Спинална анестезија, објаснува д-р Домазетов, е најчеста анестетичка техника за ТУРП.

- Спиналната анестезиолошка техника овозможува соодветна анестезија за пациентот и добра релаксација на перинеумот за хирургот. Знаците и симптомите на преполнотост со течност подобро се препознаваат кај пациент кој е буден. Иде-



Спиналната анестезија овозможува соодветна опивка за пациентот и добро поле за работа на хирургот
Д-р Роберт Домазетов, анестезиолог

ално сензорно ниво на блокада за ТУРП е десеттото градно спинално ниво, со што се елиминира дискомфортот од дистензија на бабулето. При евентуална перфорација на бешика пациентот би почувствувал болка во стомакот или во рамото. Општата анестезија се претпочита за операции со голема загуба на крв и за кардиоциркулаторно нестабилни пациенти - вели нашиот соговорник.

Други предности на регионална анестезија се намалена инциденца на длабока венска тромбоза, намален губиток на крв (понижок крвен притисок) и подобра хомеостаза на невроендокриниот систем и подобар имун одговор. Симпатичката блокада, вели д-р Домазетов, ја зголемува венската капацитанца (капацитет на вените) со што се компензира преполнувањето со течност. Потребен е мониторинг при попуштање на спиналната блокада.

ЕХИНОКОКОЗА

паразитите од милениците ги

ЗАРАЗУВААТ ЛУЃЕТО

Јајцата на кучешката тенија во огромен број преку фекалиите на кучето ја контаминираат надворешната средина. Преку нечисти раце и со внесување на недоволно измиени зеленчук и овошје, јајцата навлегуваат во организмот каде што се претвораат во ларви и со крвта се разносуваат насекаде. Првата бариера каде што може да се вгнездат е црниот дроб

Ехинококозата спаѓа во групата заболувања кои се пренесуваат од животните на човекот. Тоа е паразитна болест предизвикана од паразитот од родот ехинококус. Постојат четири вида на овој паразит, но за човекот, вели д-р Лилјана Стојановска, хирург во „Ре-Медика“, најчести и најважни се две вида - ехинококус гранулозус, кој предизвикува цистична ехинококоза позната кај народот како кучешка тенија, и ехинококус мултилокуларис, кој ја предизвикува алвеоларната ехинококоза. Овој паразит со големина од 3 до 6 милиметри живее во тенкото црево на кучето како дефинитивен домаќин, а преодни домаќини се човекот, овците, козите и др.

КАКО СЕ ЈАВУВА БОЛЕСТА?

- Заболувањето се јавува најчесто во ендемските региони на Блискиот и на Средниот Исток, Јужна Америка. Во овие региони инциденцата е 50 случаи на 100.000 жители годишно. Во светот годишно има околу 3 милиони нови случаи. Нашата земја спаѓа во оваа група на ендемски подрачја. Човекот е најчеста жртва заради лошите хигиенски навики. Инаку, болеста не се пренесува од човек на човек - објаснува д-р Стојановска. Јајцата на кучешката тенија во огромен број преку фекалиите на кучето ја контаминираат надворешната средина. Преку нечисти раце и со внесување на недоволно измиени зеленчук и овошје, јајцата навлегу-

ваат во организмот каде што се претвораат во ларви и со крвта се разносуваат насекаде. Првата бариера каде што може да се вгнездат е црниот дроб (заради малиот лумен на капиларите).

- Тоа е воедно и најчестата манифестација, околу 65-70 проценти од случаите. Доколку го поминат црниот дроб, следно најчесто место се белите дробови (25-30 проценти), а 10 отсто отпаѓа на други органи - мозок, бубрези, мускули. Симптомите зависат од локализацијата и од големината на цистите - вели докторката. Ехинококозата на црниот дроб е најчесто асимптоматска. Првите симптоми најчесто се тапа абдоминална болка, зголемување на црниот дроб, жолтица. Кај ехинококозата на белите дробови, пак, најчести симптоми се кашлицата, обилно искашлување солена течност (ако цистата прсне), болка во градите и отежнато дишење.

- Заради компресија на околните органи може да настане комуникација (фистула) помеѓу бронхиите и билијарниот систем, пнеумоторакс. Заради контакт на цистата со надворешната средина преку бронхиите, често настанува инфекција на цистата и формирање гнојна шуплина. Една од најтешките компликации е руптура на цистата со силна имунолошка реакција на организмот, која се манифестира со исип по кожата, срцебиене, тешко дишење, пад на крвниот притисок, шок и ненадејна смрт. За среќа, овој тип на компликација е многу редок - вели д-р Стојановска.

ТРЕТМАН

Дијагнозата се поставува со ехо на абдомен, рендгенографија на бели-

те дробови и со компјутеризирана томографија, на која се гледаат поединечни или мултипли овални сенки јасно ограничени од околината. Серолошките тестови преку кои се откриваат антитела на ехинококот може да помогнат во потврдување на дијагнозата.

- Најдобар третман за ова заболување, без разлика на локализацијата, е хируршко отстранување на целата циста, а во постоперативниот период



Не се препорачува само терапија со таблети, освен ако нема контраиндикација за операција, бидејќи лековите го убиваат паразитот, но не ја отстрануваат цистата која останува да биде место за инфекција

Д-р Лилјана Стојановска, хирург

пациентот прима 3 циклуси на таблети „албендазол“. Еден циклус трае 28 дена. Помеѓу циклусите се прави пауза од 2 недели, во кои се испитуваат хепаталните ензими. Само терапија со таблети не се препорачува, освен ако нема контраиндикација за операција, бидејќи лековите го убиваат паразитот, но не ја отстрануваат цистата која останува да биде место за инфекција - објаснува докторката.

Во некои случаи каде што постои контраиндикација за операција заради коморбидитети, може да се искористи т.н. ПАИР-техника. Со оваа техника се прави само пункција и аспирација на цистите, инјектирање на сколициден агенс и реаспирација. Но ретко се користи. Постоперативно степенот на повторно јавување на болеста е кај околу 6 отсто од случаите.

Превенцијата од ова заболување се прави со подигање на степенот на хигиенските навики на популацијата, редовно миене на рацете и на храната што се внесува. - Овошјето и зеленчукот треба да се добро измиени, кучињата кои се чуваат редовно да се прочистуваат од црви. Во нашата болница дијагностиката и хируршкиот третман на ехинококозата спаѓаат во групата на рутински процедури кои се изведуваат со помош на најсовремена апаратура и со врвно обучен лекарски тим, а токму затоа имаме и одлични резултати - додава д-р Стојановска.

„Македонија, земја на митови и легенди“

во Њујорк

Изложба на слики на уметничката Цветанка Јованова, на скулптури на уметниците Елена Дуковска и м-р Дарко Дуковски, лиени во РЖ „Институт“, како и претставување на леарницата и нејзините можности беа дел од хепенингот „Македонија, земја на митови и легенди“ во Њујорк. „Институт“ е една од најголемите и најпознати леарници на Балканот за леање и обработка на скулптури, сувенири, канделабри, црковни свона, релјефи и други видови уметнички творби.

- Покрај изложбите, „Институт“ имаше презентација на можностите и на понудата. Меѓу другото, ја претставивме и уметничката леарница. Имаме комбиниран тим од скулптори, инженери и професионални работници кои нудат целосна услуга за уметничките дела, како и услови и соодветна опрема и апаратура за работа. Тоа значи дека работиме од идеја до реализација, не запоставувајќи ниту една алка во низата. Имаме искуство во изработки на уметнички дела од бронза, алуминиум, месинг,

полиестер, восок..., а работиме со проверени материјали. Или со други зборови, имавме што да покажеме и со што да се пофалиме во Њујорк и горди сме поради тоа - вели Ана Јорданова, сопственичка на „Институт“.

Јованова во својата 12-годишна кариера искуството го бележи преку континуираните, самостојни 12 изложби во земјава. Таа вели дека слика во секоја фаза од своето битисување.

- На „Македонија, земја на митови и легенди“ како артисти создадовме дела преку кои ја истакнавме нашата земја во својата исконска природа, секој преку својот креативен начин. Осознавме и доживеавме почит на највисоко ниво од посетителите, не само кон нас како артисти туку преку нас и кон Македонија. Сакам да изразам благодарност до Гораст Поповски, соп-



Покрај изложбите, „Институт“ имаше презентација на можностите и понудата. Меѓу другото ја претставивме уметничката леарница. Работме од идеја до реализација, не запоставувајќи ниту една алка во низата

Ана Јорданова,
сопственичка на „Институт“



Покрај изложбите на Јованова и на Дуковски, претставници на „Институт“ ги презентираа можностите на една од најголемите леарници на Балканот

твеникот на галеријата каде што ги изложивме делата, без кого овој настан не ќе беше комплетен - вели Јованова. Скулптурите на Елена и Дарко Дуковски, изработени во бронза, раскажаа за ликовите како вљубената Дојрана и легендата за настанувањето на Дојранско Езеро, наречено по неа, за ју-

накот Тето, според кого градот Тетово го добил името и многу други.

- Скулптурите зборуваат и за Антигона, според која е именуван градот Неготино, но и за други преданија кои во тродимензионална форма прераскажаа дел од Македонија и од нашата култура - вели Дуковски.

ПЕТ ГОДИНИ „РАКОМЕТНА АКАДЕМИЈА НА МЕТАЛУРГ“

Создаваме врвни ракометари и комплетни личности

Во далечната 1971 година, под патронат на скопската Железарница е формиран ракометниот клуб Металург, а само три години подоцна почнува со работа првата јуниорска екипа. Оттогаш Металург растеше, созреваше и стана еден од најценетите ракометни клубови кој котира високо во ракометна Европа. Токму по теркот на таа голема ракометна Европа, во рамките на Металург веќе 11 години функционира ракометниот расадник на клубот, ракометната школа на Металург, која од година на година е сè побројна, поорганизирана, покомплетна. Од таа школа излегоа многубројни ракометни имиња кои настапуваат во домашното првенство и во ремирани екипи во најпрестижните ракометни лиги.

20 ШКОЛИ И 1.758 ДЕЦА-РАКОМЕТАРИ

Првата ракометна школа на Металург почнала да функционира во ОУ „Стив Наумов“ во Автокоманда и во ОУ „Панајот Гиновски“ во Бутел. Визионерството за развојот на ракометот,

За пет години од основањето, Академијата има 13 школи во Скопје и уште 10 низ Македонија, во кои членуваат 1.758 деца помлади од 15 години, и кои зад себе имаат многубројни успеси, пехари и медали на ракометните турнири

во 2010 година довело до формирање на „Ракометната академија на Металург“. Денес, пет години подоцна, Академијата брои 13 школи во Скопје и уште 10 низ Македонија, во кои членуваат 1.758 деца помлади од 15 години.

- Најголема гордост на „Ракометната академија на Металург“ се десетгодишното опстојување на ракометната мини-лига, во која од 2005 година се натпреваруваат децата од школите на Металург, поделени по возраст и пол. Деветгодишната организација на ракометниот камп за фиданките на Металург, кој од година на година е сè поорганизиран и попосетен, и тоа што сме единствен клуб кој организира семинари за едукација и надградба на тренерите на нашата академија, се под палката на еден од најдобрите светски тренери Лино Червар - објаснува директорот на ракометната академија, Тони Ристески. Како плод на работата на академијата на Металург се формирани шест екипи во пионерска, кадетска и во младинска категорија, по три во машка и во женска конкуренција, кои успешно се натпреваруваат во првенствата на Ракометната федерација на Македонија. Како прв плод на школата на Металург е младата екипа Металург 2, која три сезони смело чекори во македонската Суперлига.

ИСКУСНИ ТРЕНЕРИ И КАДЕТИ-ШАМПИОНИ

За работата со децата во академијата на Металург се ангажирани по-



Кадетите на Металург по освоено прво место во кадетска конкуренција

ранешни ракометари и ракометарки, кои по завршувањето на своите играчки кариери несебично го пренесуваат своето знаење и искуство на идните ракометни генерации. Женските екипи на Металург во сите три категории ги води Јулијана Црвенковска, машката пионерска екипа е под водство на Никола Матлиевски, кадетско-младинската екипа ја водат Данило Брестовац и Оливер Димитриоски. Оваа сезона, прваци во своите категории беа пионерките, кадетките и кадетите на Металург, пионерите и младинките завршија на втората позиција, а младинците го освоија третото место. Металург како академија и како клуб се горди на работата и на посветеноста на своите млади ракометари, а особено се задоволни од резултатите на тренерите.

- Воопшто не е тешко да се работи работа што ја сакаш и ја знаеш, а најголема потврда дека еден тренер си ја завршил правилно работата е тоа кога

некој од неговите ученици во иднина ќе го спомне како човек од кој најмногу научил во спортот - вели Данило Брестовац, тренер на кадетско-младинската екипа на Металург и помошник-тренер во првата екипа на Металург.

Во текот на натпреварувачката сезона 2014/15, младите екипи на Металург беа дел и од неколку меѓународни турнири на кои забележаа одлични резултати. Машката кадетско-младинска екипа беше победник на првиот куп-турнир „Скопје“, одржан во август минатото лето, додека пионерките на Металург беа шампионки на новогодишниот белградскиот турнир „Термечатеж“.

ПРЕКУ РАКОМЕТОТ ДО УНИВЕРЗАЛНИ ВРЕДНОСТИ

Ракометната игра не е единственото што се учи во академијата на Металург. Заедно со спортската тактика, тренерите децата ги учат и за

етиката на работата, културата на однесување, почитувањето авторитети, за успехот и поразот и за заедништвото и соживотот.

- Како тренери во Металург многу ни е важно децата освен добри ракометари, да бидат и добри и примерни ученици за да можат во иднина да напредуваат во сите сегменти од животот. Тоа е важно за еден спортист да биде успешен и врвен играч од една страна и комплетна личност од друга страна. Во време кога улицата и компјутерите влијаат на децата, ние во Металург особено внимание посветуваме на воспитувањето и градењето на карактерот и карактерните вредности на ракометарите - вели Оливер Димитриоски, еден од тренерите на кадетско-младинската екипа на Металург. Во Металург, објаснува Димитриоски, идните ракометари се учат на фер и коректна игра, без валкани зафати, без приговарање на судиските одлуки, со почит кон претпоставените. >>



Семинар за едукација на тренерите на ракометната академија Металург кој го води Лино Червар



Кадетско младинска екипа по доделувањето на медали за освоено Скопје куп

Шампиони во
овогодинешната
мини лига - генерација
2004/05 година момчиња
и 2006 година и помали
девојчиња



За тренерите во Металург не е важно само тоа децата да станат добри ракометари, туку да бидат и добри и примерни ученици, одговорни членови на заедницата и комплетни личности

Со таквиот пристап, убедени се во академијата, дека покрај тоа што се создаваат квалитетни ракометари се создаваат и комплетни личности.

- Тоа е дел од основните заложби и стратегијата на Металург за општествено одговорно работење, во интерес на целата заедница - додава Димитриоски.

**МАНАСКОВ, СТОИЛОВ,
ГЕОРГИЕВСКИ, ТАЛЕСКИ, НЕЛОСКИ...**

Од школите на академијата на Металург излегоа македонските репрезентативци Гоце Георгиевски, Стојанче

Стоилов, Дејан Манасков, Филип Талески, Марко Нелоски, браќата Борјан и Бојан Маџовски, Никола Ристески, Жарко Пешевски..., а во своите редови академијата има десетици пионерски, кадетски и младински репрезентативци и репрезентативки на Македонија. Создавањето и издигнувањето на еден играч е процес од минимум осум години, што бара заемна посветеност и ангажман.

- Кај нас работата не застанува. Академијата на Металург продолжува да создава првотимци и репрезентативци на Македонија - бескомпромисни се во Металург.



eurolink
ОСИГУРУВАЊЕ А.Д. СКОПЈЕ

ПРИВАТНО ЗДРАВСТВЕНО ОСИГУРУВАЊЕ ЗА ВРВНА ЗАШТИТА!

Здравјето е основа за среќен живот. Ние во „Еуролинк осигурување“ се трудиме животот на нашите граѓани да го направиме квалитетен, среќен и исполнет. Сметаме дека тоа можеме да го оствариме со континуирано подобрување и усовршување на сопствената осигурителна понуда.

Од неодамна „Еуролинк осигурување“ понуди нов продукт за здравствено осигурување, единствен и уникатен на македонскиот пазар за осигурување, како по обемот на ризици така и по територијалното покривање.

„Еурокер“ (EUROCARE) - првото приватно здравствено осигурување е продукт со кој се добива сеопфатна медицинска заштита во здравствените установи во Република Македонија, Европа и низ светот во зависност од избраниот пакет.

Наменето е за секој граѓанин што е дел од задолжителниот систем за здравствена заштита, нуди покри-

тија и до 3.000.000 евра за болничко и вонболничко лекување, а граѓаните можат да одберат од 4 пакети на покривање, во зависност од потребата и од финансиските можности.

Флексибилноста е основа на овој уникатен продукт, што значи дека корисниците на првото приватно здравствено осигурување ќе можат да се лекуваат во држава и во здравствена установа исклучиво по свој избор, а уште повеќе и да си одберат лекар и да договорат термин по своја желба.

За детали за приватното здравствено осигурување контактирајте го вашиот агент за осигурување, центарот за грижа за корисници „Еуролинк 24“ на 02/ 15 888 или посетете ја нашата интернет-страница на www.eurolink.com.mk.

Со „Еуролинк осигурување“ до врвна здравствена заштита!

EUROCARE

ПРВО ПРИВАТНО ЗДРАВСТВЕНО ОСИГУРУВАЊЕ ЗА ВРВНА ЗАШТИТА

ЗА ПРВПАТ ВО РЕПУБЛИКА МАКЕДОНИЈА, ексклузивен осигурителен продукт кој овозможува едноставно и непречено користење здравствени услуги во здравствените установи надвор од мрежата на ФЗОМ, во Република Македонија и во странство, со годишни покривања во висина од 3.000.000 евра, согласно избраниот пакет.

Имате можност да изберете пакет кој најмногу ви одговара:

- ОСНОВЕН
- СРЕБРЕН
- ЗЛАТЕН И
- ПЛАТИНЕСТ ПАКЕТ

EUROCARE - ПРВО ПРИВАТНО ЗДРАВСТВЕНО ОСИГУРУВАЊЕ

покрива медицински трошоци на осигуреникот и тоа:

- Лекување во приватни клиници
- Договоране термин по потреба и желба на осигуреникот
- Избор на лекар и на клиника во која било земја, по избор на осигуреникот

Подружници: Битола (047) 242 925, Охрид (046) 265 588, Штип (022) 384 151, Гевгелија (054) 213 474, Струмица (034) 340 427, Кавдарци (043) 420 862, Гестивар (042) 221 771, Прилеп (046) 420 871, Качаник (033) 270 082, Куманово (031) 429 560, Тетово (044) 353 278, Велес (043) 211 620

Канцеларии: Скопје-Ташталеци (02) 3091 203, Скопје-Карпош (02) 30 90 699, Скопје - Железна Вода (02) 32 32 245, Скопје-Капитанци (02) 32 31 338, Скопје-Бутел (02) 2472 592, Неготино (043) 371 535, Демир Хисар (047) 275 024, Струга (046) 786 024, Ресан (047) 455 664, Кичево (048) 224 730, Вазандоло (034) 381 483, Виница (033) 360 310, Македонски Брод (045) 274 230, Делчино (033) 410 330, Богданци (034) 221 091, Крива Паланка (031) 377 411, Крушево (048) 474 157, Кривопаланка (040) 477 247



eurolink
ОСИГУРУВАЊЕ А.Д. СКОПЈЕ

ДАНСКА - НОВАТА ВЕТЕНА ЗЕМЈА ЗА МАКЕДОНСКОТО ВИНО ОД „СТОБИ“

Голям број вински критичари, вински новинари, увозници на вино и претставници на дипломатскиот кор присуствуваа на претставувањето и на презентацијата и дегустацијата на вината на винарницата „Стоби“ во Копенхаген, Данска.

За гостите беше одржана дегустација за 11 вина направени од меѓународни и од локални сорти грозје. Гостите имаа можност да ги дегустираат белите вина - „ркацител“ (2013 година) и „шардоне“ (2013), како и розе и седум црвени вина - „пино ноар“ (2013 година), „вранец“ (2013), „мерло“ (2012), „каберне совинјон“ (2012), „сирах“ (2011), „аминта“ (2011) и „вранец веритас“ (2011).

Презентирајќи ја Македонија, македонското вино, традицијата и винската индустрија, гостите добија и детална слика за „Стоби“, за производството во винарницата, стратегијата за работа, како и за идните цели, вклучувајќи го тука и развојот на винскиот туризам.

- Со големо задоволство се претставивме и ја претставивме винар-

Презентирајќи ја Македонија, македонското вино, традицијата и винската индустрија, гостите добија и детална слика за „Стоби“, за производството во винарницата, стратегијата за работа, како и за идните цели, вклучувајќи го тука и развојот на винскиот туризам



ницата на професионална дегустација, а тоа остави голем впечаток и отвори многу врати за нас. Веднаш потоа вината се најдоа и во понудата на голем синцир маркети, како и во специјализирана винска продавница - вели Ана Јорданова, сопственичката на „Стоби“.

Дане Јованов, енолог и директор на „Стоби“, истакна дека искуството во Данска е многу важно за винарницата.

- Ова претставување пред винската публика во Данска за нас е многу важно, бидејќи присутните гости имаа можност непосредно да се запознаат со нашата винска филозофија, со нашето поднебје, нашите вина, со историјата на Македонија и производството на вино. За Данците особено интересно е виното „пино ноар“, кое многу успешно се продава во Данска, а секако тука беше и виното „вранец“, додека од белите сорти „ркацител“, „жилавка“ и „шардоне“ исто така беа многу интересни - рече Јованов. Нашите вина предизвикаа интерес и кај данските медиуми. За нив пишуваа и „Винависен“, „Сондагса-



висен“ и магазинот „Сомелиер“, а не го оставија рамнодушен и познатиот вински новинар Јорген Алдрич.

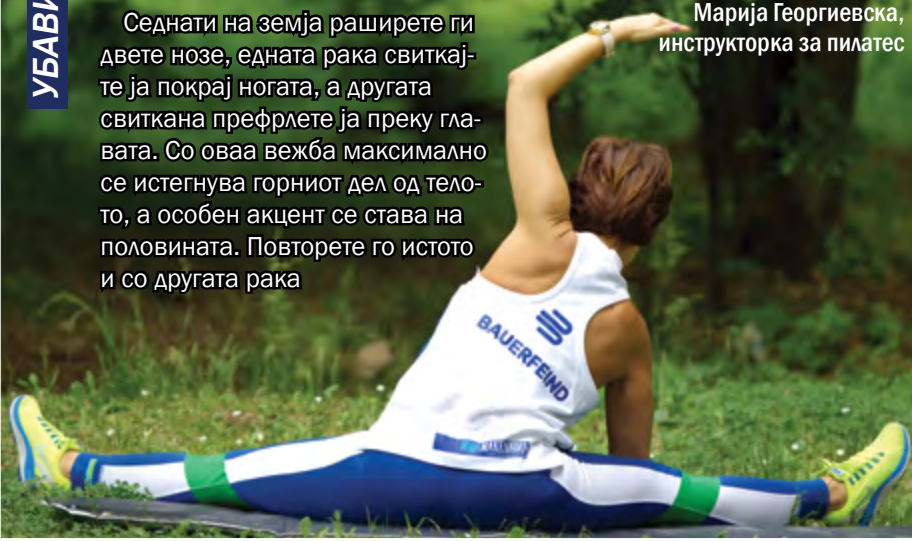
Претставувањето беше организирано со локална поддршка од Светлана Савова, овластена агентка на „Стоби“ во Копенхаген. Гостите во кафе-барот „Мандела“, пријатно из-

ненадени од квалитетот на вината и од професионалната организација, го оценија настанот како нешто ново што ниту една винарница од поранешните југословенски простори не го направила во последните 40 години. Целиот настан беше збогатен со одлична храна и изненадувачки добра македонска музика.

На планина и налето

Седнати на земја раширете ги двете нозе, едната рака свиткајте ја покрај ногата, а другата свиткана префрлете ја преку главата. Со оваа вежба максимално се истегнува горниот дел од телото, а особен акцент се става на половината. Повторете го истото и со другата рака

Марија Георгиевска,
инструкторка за пилатес



Планинарењето е одлична спортска активност во летниот период. Оваа „активност на отворено“ подразбира и бара голем физички напор, вели Марија Георгиевска, инструктор по пилатес, борба со сопствените сила и моќ, а е еден вид на пат по кој ги откривате сопствените лимити и се осознавате себеси во природата. Никогаш не е доцна да се почне со освојување на планинските врвови, но на почеток треба добро да го слушате телото до каде можете да одите. Не почнувајте да се качувате без загревање, најдобро е да направите аеробни вежби за истегнување на телото, советува Георгиевска



Оваа вежба е позната како „мост“. Легнати на земја полека се подигнувате нагоре со рацете и со нозете и ја истегнувате главата навнатре накај телото. Се постигнува ефект на истегнување на целото тело



Стојејќи, полека ја фаќате едната нога и виткајќи ја држите со едната рака, а другата рака ја испружате нанапред. Истото се повторува и со другата рака и нога. Со оваа вежба се прави баланс на целата тежина на телото, која се префрла и на рацете и на нозете



Целата тежина на телото ја префрлате на рацете кои се потпрени на клупа. Нозете се максимално истегнати, а притоа едната нога е свиткана, а другата е истегната и се држи на прстите на стапалото. Вежбата се повторува и со другата нога. Со оваа вежба се истегнуваат нозете

Eucerin®

EUCERIN® ЗАШТИТА ОД СОНЦЕ

КАКО ДА ЈА ЗАШТИТИМЕ ДЕТСКАТА КОЖА ОД СОНЧЕВИТЕ ЗРАЦИ

За време на топлите месеци радоста од сонцето е еднаква како за родителите, така и за децата. Родителите се тие кои треба да се погрижат за безбедноста на децата во текот на нивната игра. Сите знаеме дека треба редовно да нанесуваме крем за заштита од сонце, за да ја заштитиме нежната детска кожа од негативното влијание на сончевите зраци. Но, дали навистина правилно се грижиме? Eucerin споделува со нас некои едноставни правила.

Колку лосион треба да нанесуваме:

Бидејќи кожата на децата е многу чувствителна, ризикот од сончеви изгореници кај нив е доста поголем. Децата треба да носат облека, којашто ќе ги штити од сонцето. Ако сепак кожата е откриена, следниве правила можат да помогнат да ја заштитиме од сончеви изгореници:

Деца на возраст од 3–5 години:

Истиснете дебела линија лосион, долга колку средниот прст (или малку повеќе) на возрасен човек. Нанесете толкава количина на секој дел на телото (раце, нозе заедно со горниот дел на стапалата, stomak, грб, лице и врат, заедно со ушните школки). Кај децата помали од 5 години главата сеуште е поголема, затоа е потребно да се нанесе двојно поголема количина на лицето и вратот. Ако користите спреј, треба да прснете по 5 пати на секој дел.

Деца на возраст од 6–10 години:

Истиснете дебела линија лосион по должината на показалецот и средниот прст на возрасен човек. Нанесете толкава количина на секој дел од телото. Ако користите спреј, треба да прснете по 7–10 пати на секој дел.

ЗЛАТНИ ПРАВИЛА ЗА РАЗУМНА ЗАШТИТА ОД СОНЦЕ

- Избегнувајте продолжено изложување на интензивното пладневно сонце во период од 11–15 ч.
- Нанесувајте обилно лосион за заштита од сонце пред излегување на сонце; нанесувајте повторно на секои два часа, особено после потење, пливање и бришење.
- Не ги изложувајте бебињата и децата под 3 години на интензивна сончева светлина.
- Прилагодете ја заштитата според типот на вашата кожа.
- Користете производи со висок сонцезащитен фактор и носете лесна облека, шапка и очила за сонце.
- После пилинг и ласерски третмани, како и во случај на медикаментозна фоточувствителност, избегнувајте изложување на сонце и користете многу висок заштитен фактор од сонце (SPF 50+).
- После изложување на сонце, на чиста кожа нанесете хидратантен лосион.
- Ако имате прашања, обратете се на вашиот лекар или фармацевт.



Eucerin® Детски лосион за заштита од сонце SPF 25, 150 ml

- Средно висока UVA/UVB заштита – во согласност со стандардите на ЕУ.
- Наменет е за деца над 6 месеци.
- Без хемиски UV филтри. Без мирис и боја.
- Исклучително водоотпорен.
- Клинички докажана подносливост од кожата, дури и при atopичен дерматитис.

Eucerin® Детски спреј за заштита од сонце 50+, 200 ml

- Многу висока UVA/UVB заштита – согласно со стандардите на ЕУ.
- За деца над 1 година.
- Соодветен при atopичен дерматитис. Водоотпорен.
- Клинички докажана подносливост од кожата.

Beiersdorf



Ништо помалку од
современство!

Винарница „Сџоби“, Градско

Вашата
нова дестинација
за совршени
прослави и свечености...