224

săptămâna MEDICALĂ

Anul XIV • Nr. 224 • 15 aprilie 2018

Cu testul FABER, alergia ta nu mai este un mister...

faber

Avansat
Complet
Precis
Sensibil

Descoperă-ți alergia printr-un singur TEST

Allergyfarma

Subciclofotocoagulare laser pentru glaucom 6

Tiroida și deficiențele alimentare 10

Refacerea funcțiilor ficatului 24

Ochiul roșu la copil . . . . • Pag. 7

Aparatul dentar • Pag. 9

Descoperă-ți alergia printr-un singur TEST

Testul Faber poate fi utilizat pentru diagnosticarea reacțiilor alergice produse printr-un mecanism imunologic în care sunt implicati anticorpii de tip IgE atât la copii cât și la adulți.

Testează sensibilizarea alergică IgE mediată la 122 de extracte alergenice si 122 molecule alergenice. Este o metodă de diagnostic utilă pentru confirmarea alergiilor de tip rinite alergice,astm,alergii alimentare și dermatită atopică și chiar esofagită eozinofilică. Informațiile oferite sunt foarte prețioase la pacienții polisensibilizați în vederea alegerii corecte a dietelor restrictive în cazul alergiilor alimentare dar și pentru alegerea corectă a vaccinărilor sau imunoterapiilor specifice în cazul alergiilor respiratorii. Este corect sa fie indicată de un medic alergolog în urma unui consult de specialitate. Această analiză cu testul Faber poate fi precedată de alte investigații de tipul testărilor cutanate prick sau determinărilor serologice de IgE-uri specifice atât față de extracte alergenice cât și față de moleculele alergenice.

Testul FABER 244 utilizează o mică cantitate de ser (120 µl). Testul FABER se poate efectua în cazul pacienților de vârstă pediatrică, în cazul persoanelor vârstnice și în toate condițiile în care alte teste nu se pot efectua.

Pentru a efectua testul FABER nu este necesar ca persoanele să fie cu stomacul gol, aceste test nefiind influențat de administrarea de medicamente inclusiv a celor prescrise pentru tratarea alergiei. Se poate efectua în toate acele cazuri, foarte frecvente, în care pacientul suferă de dermatită generalizată (de ex. urticarie, eczemă) care ar împiedica efectuarea testelor cutanate.

Testul FABER este fundamental în întreaga patologie alergică precum rinite, astm, urticarie, eczeme, anafilaxie, conjunctivită, tulburări ale aparatului gastro-intestinal. Testul FABER este foarte util pentru screeningul și diagnosticarea precoce, în special în cazul subiecților cu istoric bogat de boli alergice, sau când sunt detectate valori de IgE totale crescute. Interpretarea tablourilor de diagnosticare cele mai complexe alte testului FABER este susținută de medici specialiști în alergologie moleculară. Rolul specialistului în alergologie moleculară constă în personalizarea interpretării fiecărui test în parte pe baza rolului desfășurat de fiecare dintre molecule, înțelese ca markeri de risc și a implicării altor surse alergenice evaluate prin intermediul extractelor.

faber

Descoperiți-vă Alergia!
Întrebați medicul alergolog despre testul FABER.

MEDICUM

În **BUCUREȘTI** puteţi efectua
Testul Faber la Clinica Medicum.
www.clinicamedicum.ro

CLINICA SANTE

NOUTATE - Acum puteţi efectua
Testul Faber oriunde în ţară prin Clinica Sante.
www.clinica-sante.ro

Allergyfarma

www.allergyfarma.ro

„Specialitatea de neonatologie este frumoasă, atractivă și grea”

Un nou născut se diferențiază de un"bebeluș" prin faptul că el se află încă în perioada de adaptare la viața extrauterină. Ca să facă trecerea de la intrauterin la extrauterin, orice nou născut trebuie să fie maturat morfo-funcțional. Prematurul nu are maturare sistemică și organică. Cu cât se naște mai devreme cu atât este mai imatur și adaptarea este mai dificilă. De aceea prematurul trebuie ajutat. Neonatologul trebuie să identifice unde, cum, când. Când, este foarte important, pentru că întarzierea aduce cu ea modificări patologice ireversibile. Unde și cum - numai în maternități cu echipe și echipamente specializate. Neonatologul face echipă cu prematurul, îl înțelege și îl ajută. Face echipă și cu părinții pentru că ei știu cel mai bine de ce au adus pe lume - un prematur și pentru că trebuie să înțeleagă momentele dramatice de supraviețuire ale copilului lor, să ajute și să susțină cuplul prematur-neonatolog.

Patologia maternă este cea care determină nașterea prematură, indiferent dacă este sistemică, psihologică sau infecțioasă. Organismul matern este cel care expulzează copilul. Cazurile medicale în care fătul trebuie extras pentru salvarea mamei, sunt rare.

Orice prematur necesită îngrijiri speciale. Particularitățile sunt date de vârsta de gestație, greutatea la naștere, modul nașterii. De exemplu, un prematur de 27 saptămâni are o detresă respiratorie mai severă decât unul de 33 de săptămâni, pentru că la 27 de săptămâni surfactantul (o pelicula foarte subtire care acopera totalitatea suprafetei interioare a alveolelor pulmonare) este la începutul sintezei, pe când la 33 de săptămâni este foarte aproape de cantitatea și capacitatea maximă de funcționare.

Specialitatea de neonatologie este frumoasă, atractivă și grea. Implică responsabilitate, decizii rapide, rezistență fizică, sensibilitate, inteligență și updatare profesională permanentă. Practicarea ei este o provocare zilnică. Înainte de a te angaja să o practici trebuie să te cunoști bine pe tine și să fii onest când răspunzi la întrebarea "pot sa o fac foarte bine?"

Prof. Dr. Silvia Maria Stoicescu, *președinte onorific al Conferinței Naționale de Neonatologie*

săptămâna MEDICALĂ

Cuprins

Descoperă-ți alergia printr-un singur TEST 2

Sportul și anxietatea de performanță 4

Subciclofotocoagulare laser pentru glaucom la Ama Optimex. 6

Ochiul roșu la copil. 7

Aparatul dentar 9

De ce și când trebuie să îl purtați? 9

Tiroida și deficiențele alimentare. 10

România pe primul loc în Europa la mortalitatea neonatală! 12

Personalizează-ți apa de băut!. 14

Cancerul cavității nazale și al sinusurilor paranazale 16

Refacerea funcțiilor ficatului și veziculei biliare după sărbători. 24

De ce este în declin reumatismul articular acut? . . 26

Rolul programelor de stimulare neurocognitivă în creșterea calității vieții la persoanele vârstnice 27

ASHWAGANDHA Rasayan Tab - Elixirul tinereții . .28

Depresia la copil și adolescent 30

Medicina integrată Sciencemed tratează cu rezultate foarte bune alergia, palpitațiile și migrenele!. 31

Foto revistă: Shutterstock

Coordonator medical: Dr. Aurora Bulbuc, medic primar Medicină de familie

Editor: Fin Watch
Calea Rahovei, nr. 266-268, Sector 5, București,*
Electromagnetica Business Park, Corp 60, et. 1, cam. 19
Tel: 021.321.61.23
e-mail: redactie@finwatch.ro

Tiraj: 25.000 ex.
ISSN 2067-0508

Sportul și anxietatea de performanță

De multe ori, sportul și anxietatea de performanță sunt foarte dificil de separat. O mare parte dintre participanții la un eveniment sportiv, simt în timpul desfășurării acestuia „că nu mai au aer" sau că starea de nervozitate le afectează performanțele atletice. Mulți sportivi devin "supramotivați" în timpul competiției, atunci când „avalanșa" de adrenalină este interpretată ca anxietate, iar gândurile negative încep să pună stăpânire pe gândire, acest fenomen putând avea efecte devastatoare asupra capacității de a performa. Înainte de a învăța cum să gestionați simptomele specifice anxietății în timpul concursurilor, este important să se înțeleagă relația dintre anxietate și performanța sportivă.

Cum se poate raporta psihologia sportului la tulburarea de anxietate socială ?

Persoanele care suferă de anxietate socială se tem de situațiile sociale și de performanță. Cea mai comună frică este „exprimarea" în public, verbală sau comportamentală. Anxietatea poate fi provocată și de alte tipuri de activități, cum ar fi evenimentele muzicale și sportive. Psihologi din domeniul sportului lucrează cu sportivii abordând procesul de pregătire psihologică adecvată pentru concurs și pentru a-i ajuta să depășească anxietatea cu privire la performanțele din timpul competițiilor. În forma sa extremă, acest tip de anxietate ar putea fi diagnosticată ca fiind fobie socială.

Care este relația dintre anxietate și de performanța sportivă?

Anxietatea de dinainte și din timpul competiției sportive poate afecta performanța unui atlet. Mișcarea coordonată specifică unui sportiv, cerută pe parcursul unui eveniment sportiv, devine tot mai dificilă atunci când organismul este într-o stare tensionată. Un anumit nivel de activare fizică este util și ne pregătește pentru concurs, însă când simptomele fizice de anxietate sunt prea intense, ele pot afecta serios abilitatea de a concura într-o anumită probă sau întrecere.

Pe de alată parte, un nivel optim al „îngrijorării" (sau mobilizării optime) cu privire la modul în care veți performa în concurs poate fi benefic, însă simptomele cognitive severe de anxietate, cum ar fi tiparele de gândire negativă și așteptările nerealiste cu privire la eșec, pot funcționa ca o auto-profeție. În cazul în care există o diferență mare între modul în care evoluați în timpul antrenamentelor și modul în care evoluați în timpul competițiilor, e foarte posibil ca anxietatea să vă afecteze performanța.

Cum poate fi influențată anxietatea în performanța sportivă?

Anumite tipuri de sportivi sunt mai predispuși la experimentarea efectelor anxietății asupra performanței. Sportivi amatori au mai multe șanse decât profesioniști experimentați să trăiască stări de anxietate, stare care interferează cu capacitatea lor de a evolua în competiție – acest lucru are sens datorită lipsei de experiență competițională a amatorilor,

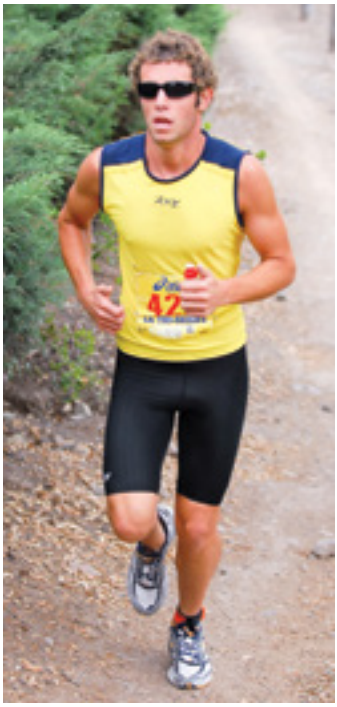
cât și lipsei de experiență în gestionarea dispoziției afective în timpul concursurilor.

S-a constatat că sportivii care practică sporturi individuale trăiesc stări de anxietate într-o măsură mai mare decât cei care practică sporturi de echipă. Simplul fapt de a face parte dintr-o echipă ameliorează o parte din presiunea trăită de către cei care concurează în mod individual.

De asemenea, există dovezi experimentale care au demonstrat că în sporturile de echipă, când o echipă joacă pe terenul adversarei (competițiile „în deplasare") nivelul de anxietate tinde să fie mai mare decât atunci când jocul se desfășoară „acasă", pe teren propriu. În acest caz, sprijinul crescut al suporterilor, precum și familiarizarea mai bună cu locul de desfășurare al competiției au un rol în influențarea nivelului de anxietate în timpul competiției.

De ce unii sportivi progresează în condiții de presiune, iar alții eșuează?

Cum este posibil faptul că sportivii de elită sunt capabili în mod constant să se ridice la nivelul provocărilor atunci când se confruntă cu concurența foarte strânsă? Cercetările arată că încrederea în sine joacă un rol important în privința modului în care acești sportivi de elită răspund la simptomele specifice anxietății în timpul întrecerilor sportive. Persoanele încrezătoare în abilitățile lor sunt mult mai susceptibile de a avea reacții pozi-



tive în condiții de tensiune și anxietate și, de asemenea, de a progresa în condițiile provocărilor concurenților. Deseori, sportivii de elită sunt foarte concentrați asupra comportamentului lor, iar tensiunea resimțită este interpretată ca fiind simplă emoție, mai degrabă decât ca anxietate.

În general, încrederea în sine tinde sa fie mai mare atunci când sportivul crede în abilitățile sale și consideră că este pregătit în mod corespunzător pentru un concurs. Îngrijorările și încrederea sunt două aspecte aflate la capetele opuse ale unui continuum – atunci când încrederea în sine este puternică, va tinde să elimine grijile din sfera atenției.

Cum se poate gestiona anxietatea cu privire la performanța sportivă?

În sport se pot utiliza o serie de strategii pentru gestionarea anxietății legată de performanța sportivă, cum ar fi:

- controlul respirației,
- vizualizarea imaginativă,
- relaxarea musculară progresivă,
- tehnici de restructurare cognitivă și control al gândurilor dezadaptative.

În cazul în care considerați că simptomele de anxietate sunt severe și nu se îmbunătățesc prin utilizarea strategiilor de tip „self-help", se recomandă planificarea unei vizite la psiholog. Este posibil ca manifestările anxioase mai complicate să necesite intervenții avizate. Pentru că fiecare individ este unic în felul lui, programul de intervenție pentru anxietate de performanță sau a problemelor legate de stresul competițional poate fi adaptat fiecărui sportiv în parte, astfel încât să se potrivească resurselor personale și ritmului de viața al persoanei care apelează la acest tip de intervenție.

Până la urmă, secretul succesului unei intervenții (indiferent de abordarea teoretică a practicianului) nu ține de severitatea simptomului, de timpul care a trecut de la debutul problemelor sau de vârstă, ci mai degabă de motivația sportivului de a se schimba. Și cu cât se implică mai mult în acest program, cu atât va obține rezultate mai bune.

Marius Vărvăroi

psiholog - psihoterapeut

www.mariusvarvaroi.wordpress.com

Subciclofotocoagulare laser pentru glaucom la Ama Optimex

La Ama Optimex este disponibil un aparat cu laser de ultimă generație, numit SUPRA 810, care ne permite efectuarea procedurii subciclofotocoagulare laser pentru pacienții cu glaucom. Intervenția este de scurtă durată, are riscuri minime și este destinată reducerii tensiunii oculare în orice tip de glaucom în care tensiunea oculară este insuficient controlată prin alt tratament medicamentos și/sau chirurgical.

Dr. Irina Lutic
Medic specialist oftalmolog
Clinica de oftalmologie
Ama Optimex
www.amaoptimex.ro
www.scapadeochelari.ro
www.cataracta.ro

Unul dintre principalele avantaje ale acestei proceduri este faptul că se poate realiza în cazurile de glaucom inadecvat controlat prin medicamente sau prin alte tipuri de intervenții. Durează puțin, nu presupune durere, nici în timpul intervenției, nici după, riscurile de complicații sunt reduse, iar recuperarea rapidă. Mai mult, este o intervenție care se poate repeta, în caz de nevoie.

Cum decurge intervenția?

Intervenția se efectuează în sala de operații, în condiții sterile. Anestezia este locală, se face cu injecții în jurul ochiului, astfel că subciclofotocoagularea laser nu este o procedură dureroasă. Are o durată de aproximativ 10 minute. În primă fază, chirurgul montează un depărtător de pleoape și face câteva marcaje pe partea albă a ochiului, marcaje care ajută la aplicarea sondei, prin intermediul căreia acționează laserul.

Este important de menționat faptul că procedura este minim invazivă, se efectuează fără incizie, deoarece laserul acționează asupra structurilor ce produc umoarea apoasă prin peretele globului ocular. Umoarea apoasă este lichidul care se găsește în globul ocular și scăderea producerii acestui lichid determină reducerea tensiunii oculare.

După procedură se aplică picături și unguent oftalmic și se pansează ochiul. A doua zi după procedură, pacientul își poate relua activitățile obișnuite și este foarte important să continue tratamentul de glaucom pe care îl urmează în mod normal, până la primul consult, când medicul va decide care este nivelul tensiunii oculare și în funcție de acesta ce tratament se va administra în continuare.

În cazul în care nu se obțin rezultatele dorite printr-o singură intervenție, aceasta se poate relua. Obiectivul subciclofotocoagularii laser este de a reduce tensiunea oculară și, în unele cazuri, numărul medicamentelor administrate, astfel încât tensiunea oculară să fie controlată adecvat.

De ce este important controlul tensiunii oculare în glaucom?

Glaucomul este o boală periculoasă deoarece simptomele apar foarte târziu, când vederea este deja afectată. Se manifestă prin creșterea tensiunii oculare și afectarea progresivă a nervului optic, ducând chiar și la orbire dacă tensiunea oculară nu este controlată și păstrată în limite normale. Din fericire, există aparatură modernă care ne permite depistarea precoce a glaucomului, fiind desigur important și ca pacientul să își facă controale oftalmologice periodice, mai ales după vârsta de 40 de ani, când există un risc crescut pentru apariția acestei afecțiuni. Mai mult, atunci când îl descoperim la timp și administrăm tratamentul potrivit, sunt șanse mai mari pentru a stopa evoluția glaucomului.

Ochiul roșu la copil

Dr. Adina Grigorescu,
medic primar oftalmolog,
Clinica Oftapro

Clinica de Oftalmologie OFTAPRO
Bd. Mărășești, nr. 15, sector 4, București
021.252.52.01 / 021.252.52.17
www.oftapro.ro

Ochiul roșu la copii este o situație cu care ne întâlnim frecvent în practica medicală.

Ochii pot fi roșii de la oboseală (jucatul excesiv pe telefon, tabletă, calculator), de la înotul fără ochelari corespunzători, de la conjunctivită, alergii oculare sau datorită purtării prelungite a lentilelor de contact. Roșeața oculară poate semnala și afecțiuni oculare mai severe, unele dintre ele chiar amenințătoare de vedere. De aceea, este foarte importantă prezentarea la medic, pentru un diagnostic și un tratament corect cât mai precoce!

Cauzele cele mai frecvente de ochi roșu la copil sunt:

Conjunctivita – una dintre cele mai des întâlnite afecțiuni oculare la copii, reprezintă inflamația conjunctivei (membrana transparentă care acoperă albul ochiului și pleoapele pe interior). Poate fi de cauză infecțioasă sau non-infecțioasă, iar pe lângă roșeața oculară determină și senzație ușoară de arsură sau de corp străin, uneori mâncărime, lăcrimare și/sau secreții, plus simptome de viroză respiratorie (copiii fac foarte des conjunctivite în condițiile unei infecții a tractului respirator superior).

Sunt mai multe tipuri de conjunctivite (bacteriene, virale, alergice).

Cel mai des, secrețiile purulente sau mucopurulente abundente se întâlnesc în conjunctivita bacteriană, pe când lacrimarea (secrețiile apoase), însoțește de obicei conjunctivita virală. Conjunctivitele, în special cele virale, sunt foarte contagioase în primele 1-2 săptămâni de la debut, de aceea, pe lângă măsurile de igienă riguroase, se recomandă și evitarea colectivității.

Simptomul cvasiconstant din conjunctivitele alergice, este pruritul ocular intens (mâncărimea). Practic nu există alergie oculară fără mâncărime!

O entitate particulară a conjunctivitelor alergice este keratoconjunctivita vernală, o afecțiune cu debut sub vârsta de 10 ani, cu caracter sezonier, vârful incidenței fiind la sfârșitul primăverii și vara. Este însoțită de ochi roșii, prurit intens, disconfort, fotofobie (sensibilitate la lumină), lăcrimare și secreții mucoase. Deși este o afecțiune autolimitantă, care se ameliorează treptat spre adolescență, poate determina complicații corneene severe, cu scăderea permanentă a acuității vizuale. De aceea, prezentarea

rapidă la medic este esențială pentru limitarea complicațiilor și păstrarea vederii!

Referitor la conjunctivita nou-născutului, ea poate fi și de natură infecțioasă, dar foarte frecvent este secundară unui canal lacrimal înfundat. Dacă ochiul este lăcrimos sau umed permanent și intermitent face secreții muco-purulente, cel mai probabil copilul are obstrucție de canal nazo-lacrimal.

Întrucât există atât de multe tipuri de conjunctivită, tratamentul diferă și este specific fiecărei entități în parte. De aceea medicul oftalmolog este cel mai în masură să prescrie tratamentul corect pentru fiecare caz în parte!

Keratita – reprezintă afectarea corneei (prima lentilă a ochiului, cea pe care se aplică lentila de contact). Copiii fac frecvent keratite virale, după infecții cu adenovirusuri sau virusuri herpetice, sau ca și complicații ale unor conjunctivite (keratoconjunctivita vernală).

În aceste situații, dar mai ales în keratita herpetică, ochiul are pleoapele umflate, este roșu, dureros, lăcrimos și foarte sensibil la lumină. Herpesul ocular nediagnosticat și netratat la timp, poate determina complicații grave precum cicatrici corneene, uveită sau glaucom secundar.

O atenție deosebită trebuie să aibă purtătorii de lentile de contact, să respecte toate indicațiile medicului referitoare la igienă, la modalitatea de purtare, la termenul de valabilitate al lentilelor, pentru că altfel există un risc mare de a face keratită infecțioasă - o complicație care poate avea consecințe grave asupra vederii. Așadar, dacă ochiul se înroșește la un purtător de lentile de contact, primul gest este să scoateți lentila, iar dacă roșeața nu dispare, să mergeți la un consult oftalmologic!

Eroziuni corneene – defecte în epiteliul cornean, care apar de obicei după un traumatism ocular (chiar și minor) sau la purtătorii de lentile de contact. Determină ochi roșu, dureros, lăcrimos și foarte sensibil la lumină.

Uveita anterioară – inflamația uveei (tunica mijlocie a globului ocular) de diferite cauze. Uveita infecțioasă produce roșeață, durere, fotofobie, lăcrimare și posibil scăderea acuității vizuale. Cea mai frecventă cauză de uveită anterioară non-infecțioasă la copii, este artrita idiopatică juvenilă, în care însă ochiul este de obicei alb și nedureros.

Pe lângă cauzele amintite de ochi roșu la copii, există însă multe altele: ulcer cornean, celulita periorbitală, episclerită, sclerită etc.

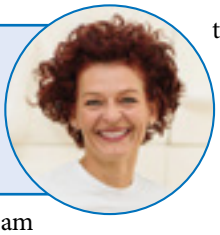
Așadar, dacă roșeața oculară este însoțită de următoarele semnale de alarmă: **durere oculară, sensibilitate la lumină, edem palpebral** sau **vedere în ceață**, trebuie să vă prezentați de urgență la medicul oftalmolog! Diagnosticul corect pus la timp și tratamentul corespunzător, limitează complicațiile și salvează vederea!

Aparatul dentar

De ce și când trebuie să îl purtați?

Doar 2% din oamenii de pe tot globul au dinții prefect drepți, acest lucru înseamnă că procentul celor care au nevoie de aparat dentar este foarte mare. Vestea că trebuie să vă îndreptați dinții nu trebuie să vă sperie, este un tratament ortodontic relativ simplu, dar care pe termen lung vă poate aduce multiple beneficii, atât pentru sănătate, cât și din punct de vedere estetic.

Dr. Emilia Milicin
Medic primar specialist în ortodonție și ortopedie dento-facială
Clinica Ortodent
021.230.9393
www.ortodent.ro
office@ortodent.ro



Deoarece am menționat partea estetică, trebuie să clarificăm faptul că scopul final în ortodonție este dublu, noi nu urmărim numai să creăm un zâmbet frumos, deși și acesta este un aspect care vă influențează foarte mult viața, mai ales pe cea socială, ci urmărim ca dantura să fie și funcțională. Funcționalitatea acesteia înseamnă ca dinții să fie drepți și aliniați corect pe cele două arcade (sus și jos), astfel încât mușcătura să fie, la rândul ei, corectă. Există și situații în care dinții sunt drepți și frumoși, dar nu funcționează corect din punct de vedere al capacității masticatorii. În timp, puteți avea probleme precum paradontoză mecanică, digestie deficitară din cauza faptului că nu mestecați cum trebuie alimentele.

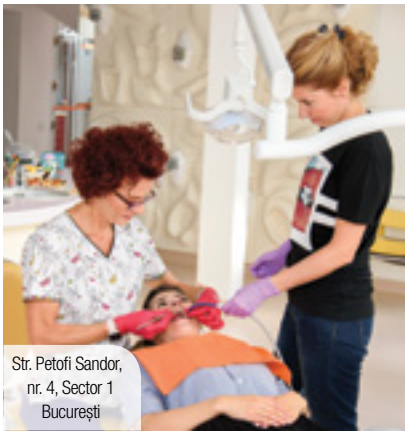
La ce vârstă trebuie purtat aparatul dentar?

La copii este bine să se înceapă tratamentul cât mai devreme, prima vizită la ortodont se face în jurul vârstei de 6-7 ani, nu după ce erup dinții definitivi. Sunt situații în care trebuie să pregătim apariția acestora, astfel încât ei să erupă în poziția corectă.

La adulți, nu există limită de vârstă, oricând există această problemă și este nevoie de aparat dentar. Dinții se mișcă toată viața, ca atare ei pot fi mișcați și aduși în poziția corectă oricând, chiar și la 60 de ani.

Tipurile de aparate dentare

Aparatele dentare ortodontice sunt fixe și mobile. Cele fixe sunt formate din bracketsi și sârme, pot fi metalice sau ceramice. Bracketsii sunt lipiți fie pe partea din față a dinților de către medicul ortodont, fie pe partea din spate (aparat dentar lingual). Cu ajutorul sârmelor sunt aplicate permanent forțe asupra dinților, astfel încât aceștia se mișcă ușor către poziția dorită. Aparatele dentare mobile sunt gutierele, ele pot fi date jos pentru perioade scurte de timp, de exemplu cu ocazia unui eveniment.



Str. Petofi Sandor, nr. 4, Sector 1 București

La Ortodent, folosim în proporție de 98% sistemul SureSmile, un tratament ortodontic extrem de precis, care are avantajul că sârmele sunt personalizate încă de la începutul tratamentului, reducând durata acestuia cu 25-30%. Puteți citi mai multe despre acest sistem aici: www.ortodent.ro/tratamentul-suresmile.

Cât timp trebuie să purtați aparatul dentar?

Depinde foarte mult de problemele pe care le aveți, un timp mediu ar fi 6 luni pentru cazurile ușoare și 2 ani – 2 ani și jumătate pentru cazurile complexe, care presupun și corecturi ale mușcăturii.

Este foarte important ca pe tot parcursul purtării aparatului dentar să mențineți o igienă bună și să vă prezentați la controalele obligatorii, la 4 sau 6 săptămâni sau oricând aveți un eveniment neprevăzut sau considerați că aveți o urgență.

Printre beneficiile pe care le veți avea după terminarea tratamentului menționez: igiena corectă (dinții înghesuiți sunt dificil de curățat), dinții fără uzură, reducerea riscului de paradontoză, reducerea riscului de probleme la articulațiile temporo-mandibulare, fonație fără dificultăți și, de ce nu, încredere în propria persoană.

Tiroida și deficiențele alimentare

Cum funcționează glanda tiroidă și de ce este importantă pentru organismul uman?

Glanda tiroidă, cea mai voluminoasă dintre glandele endocrine (12 – 20 g), produce doi hormoni înrudiți, tiroxină T4 și triiodotironină T3 care au un rol esențial în diferențierea celulară din timpul dezvoltării intrauterine și contribuie la menținerea homeostaziei termice și metabolice la adult.

Secreția hormonală tiroidiană este controlată de glanda hipofiză prin intermediul TSH (hormonul tireotrop hipofizar), ce joacă un rol central în reglarea axei tiroidiene și este, în același timp, cel mai util marker fiziologic al activității hormonilor tiroidieni.

Care sunt cauzele insuficientei sinteze de hormoni tiroidieni?

Cauza principală a hipotiroidiei este deficitul de iod, pentru care s-a luat măsura îmbogățirii cu iod a alimentației, a sării în mod special, deficitul concomitent de Seleniu precum și aportul excesiv de iod din alimentație sau din suplimentele nutritive. Această ultimă situație a crescut incidența afecțiunilor tiroidiene autoimune.

Cum se manifestă hipotiroidia?

Hipotiroidia are răsunet asupra funcționalității întregului organism, semnele și simptomele asociate fiind direct proporționale cu durata deficitului. Pacientul cu hipotiroidie acuză adesea astenie fizică progresivă, somnolență, scăderea frecvenței pulsului, diminuarea toleranței la frig, încetinirea tranzitului intestinal, dificultăți de concentrare, tulburări de memorie, tulburări de ciclu menstrual la femei și de dinamică sexuală la bărbați, edeme și alopecie.

Dr. Delia Nițescu
medic specialist endocrinolog
București – Policlinica Vitan

Deși dezechilibrele alimentare de aport și sedentarismul reprezintă cauza excesului ponderal, aproximativ 10 % dintre persoanele supraponderale sau obeze datorează acest fapt insuficienței hormonale tiroidiene.

Ce rol are alimentația în echilibrul funcțional tiroidian?

Iodul este indispensabil în sinteza hormonilor tiroidieni. Lipsa acestuia în zone largi de pe glob a impus măsura iodării sării și a îmbunătățirii cu iod a alimentelor.

Asocierea cu deficitul de seleniu în sol, îndeosebi în Europa, precum și extinderea agriculturii organice care nu permite adaosul de îngrășăminte și fertilizatori a accentuat prevalența hipotiroidiei.

Seleniul este esențial pentru organism fiind indispensabil pentru funcția unor proteine cu rol enzimatic (selenoproteine). Au fost identificate peste 25 de astfel de selenoproteine, una dintre ele fiind deiodinaza selenodependentă, care are rol de a transforma tiroxina T4 în forma T3 activă.

Acesta este principalul motiv pentru care ne-am orientat în ultimii ani spre suplimentele nutritive ce conțin seleniu.

Sunt importante suplimentele alimentare?

Da, în măsura în care organismul uman nu dispune de o alimentație variată și bogată în vitamine sau oligoelemente, după perioade lungi de convalescență, pentru cei ce efectuează muncă în condiții grele sau în caz de suprasolicitare fizică sau intelectuală cu neglijarea unei diete echilibrate.

Dacă e să alegem, preferăm suplimente care au eficiența și siguranța dovedite științific, în urma cercetărilor.

În privința suplimentelor alimentare cu Seleniu preferăm sursa organică. Cercetătorii danezi au patentat o drojdie standardizată cu Seleniu (SelenoPrecise), cu o compoziție complexă, absorbția acesteia, de aproximativ 89%, asigurându-i superioritatea și eficiența. În acest fel controlăm mai corect deficitul de seleniu și scădem incidența cazurilor de hipotiroidie manifestă clinic.

Substituția cu hormoni tiroidieni este principalul mod de corectare a hipotiroidiei dar se asociază, de cele mai multe ori, în mod optim cu suplimente alimentare ce conțin seleniu .

Natural Pharmaceuticals

Vitamina D3 *Natural* Picături - Flacoane 10 ml
Conţine: Vitamina D3 100UI la fiecare picătură

Vitamina C *Natural* Picături- Flacoane 15 ml
Conţine/1ml soluţie: Vitamina C hidrosolubilă 2,5 mg la fiecare picătură

MULTIVIT *Natural* Sirop - Flacoane 150 ml
Conţine: Vitamina A (retinol) 600UI (180 mcg), Vitamina B1 0,25 mg, Vitamina B2 0,25 mg, Vitamina B6 0,25 mg, Vitamina C 25 mg, Vitamina D3 (100UI) 2,5 mcg, Vitamina E 2 mg, Vitamina PP 2,5 mg, Calciu (din Citrat Malat de Calciu) 3,3 mg la fiecare 2,5 ml (o linguriţă).

CAL DB12 *Natural* Sirop - Flacoane 100 ml
Conţine: Calciu (lactat) 110 mg, Vitamina D3 400UI (10 mcg), Vitamina B12 400UI (10 mcg) la fiecare 5 ml (o linguriţă).

CAL D3 *Natural* Sirop - Flacoane 150 ml
Conţine: Calciu (lactat) 110 mg, Vitamina D3 400UI (10 mcg) la fiecare 5 ml (o linguriţă).

FEROVIT *Natural* Sirop - Flacoane 100 ml
Conţine: Fier 5 mg, Vitamina B1 1 mg, Vitamina B2 1 mg, Vitamina B6 0,5 mg, Vitamina B12 1 mcg, Vitamina PP 5 mg, Vitamina C 25 mg la fiecare 5 ml (o linguriţă).

CALCIU *Natural* Sirop - Flacoane 150 ml
Conţine: Calciu (lactat) 110 mcg la fiecare 5 ml (o linguriţă).

CALCIMAG B6 *Natural* Sirop - Flacoane 150 ml
Conţine: Calciu (lactat) 130 mg, Calciu (citrat malat) 30 mg, Magneziu (lactat) 125 mg, Vitamina B6 0,25 mg, Vitamina C 25 mg, la fiecare 5 ml (o linguriţă).

Natural Pharmaceuticals Suplements Srl
Bucureşti, România, B-dul C. Coposu nr. 4, sector 3
Tel: 021 320 0595, Fax: 021 326 8025

România pe primul loc în Europa la mortalitatea neonatală!

Primul lucru care trebuie făcut este recunoașterea rapidă a acestei patologii, care crește morbiditatea și mortalitatea neonatală. Nediagnosticarea promptă și nerecunoașterea patologiei, duce implicit la lipsa de prevenire a acesteia. Ca și factori de risc pentru infecția neonatală, aceștia sunt reprezentați fie de gazdă fie de mediul de spital: prematuritatea extremă, greutatea mică la naștere, sarcini neurmărite și neinvestigate bacteriologic, membrane rupte peste 18 ore și toate procedurile invazive de diagnostic și tratament (ventilația mecanică, cateterizare, metodele de alimentație enterală și parenterală), precum și spitalizarea prelungită în secțiile de Terapie Intensivă Neonatală.

Prof. dr. Maria Stamatin,
Președintele Conferinței Naționale de Neonatologie

Utilizarea intempestivă și empirică de antibiotic duce la selectarea unor tulpini de germeni multidrug-rezistenți, or, în secțiile de Terapie Intensivă Neonatală se utilizează antibiotice puternice, cu spectru larg, iar folosirea lor nu este întotdeauna justificată.

Însistăm asupra identificării factorilor de risc pentru infecție, a posibilităților de diagnostic, nu întotdeauna facile sau disponibile, și a profilaxiei. Pentru prevenirea infecțiilor materno-fetale, un rol important îl are urmărirea sarcinii și screeningul bacteriologic la o vârstă de gestație de 34-35 săptămâni. Pentru infecțiile apărute tardive, legate de îngrijirile primite în secția de Terapie Intensivă Neonatală, un rol important îl joacă spălatul mâinilor de către personalul medical și aparținători, deși cele mai simple lucruri sunt de multe ori cele mai greu de implementat. Astfel, în toate aceste lucrări se insistă asupra unor protocoale adecvate de spălare a mâinilor și de administrare judicioasă a antibioticelor.

Avem o rată mare de decese în rândul nou-născuților.

În România, din păcate, mortalitatea neonatală încă se menține pe primul loc în Europa. Bineînțeles că a scăzut foarte mult în ultimii 25 de ani, dar principalele cauze de deces rămân prematuritatea (cu tot cortegiul ei de complicații), infecții, de cele mai multe ori materno-fetale, transmise de la mamă, din cauza igienei precare pe perioada sarcinii (în România predomină cele cu germeni Gram negativi), dar și congenitale (Toxoplasmoza, sifilis, hepatite), sau cele asociate actului medical, datorate pe de o parte imaturității imunologice a prematurului, îngrijirilor deficitare în secțiile de neonatologie, care, de cele mai multe ori, nu se efectuează corect din cauza personalului insuficient și a numărului mare de nou-născuți pe care o asistentă îi are în îngrijire. De exemplu, la nivelul Centrului Regional Terapie Intensivă Neonatală din cadrul Spitalului Clinic de Obstetrică-Ginecologie Cuza-Vodă din Iași,

o asistentă îngrijeşte de cele mai multe ori 5-6 nou-născuţi care necesită suport respirator şi alimentaţie parenterală, în timp ce în secţii similare din Europa şi SUA o asistentă îngrijeşte 1-2 asemenea copii.

Infecţii frecvente în rândul nou-născuţilor

Infecţiile materno-fetale sunt cele mai frecvente. Acestea pot duce fie la malformaţii, dacă se produc în primul trimestru de sarcină (toxoplasmoza, rubeola, infecţia cu citomegalovirus), fie la sepsis neonatal precoce, dacă sunt transmise în ultima parte a sarcinii sau în preajma naşterii.

Conştientizarea femeilor însărcinate în ceea ce priveşte pericolul pe care îl reprezintă infecţiile vaginale sau urinare asupra sarcinii

Orice femeie care doreşte să aibă un copil sănătos, ar trebui să fie evaluată obstetrical înaintea concepţiei. Ulterior, pe parcursul sarcinii, necesită evaluare periodică de către medicul de familie, care are un rol important în educaţia gravidei şi orientarea ei către investigaţii simple (hemoleucograma, sumar de urină, frotiu vaginal) şi ulterior către medicul obstetrician, pentru evaluare detaliată. Conform criteriilor MS si CNAS, gravida fără risc are obligaţia de a se prezenta pe parcursul sarcinii la minim 3 examinări. Bineînţeles, dacă în cursul acestora se identifică riscul de naştere prematură sau alte patologii, cum ar fi hipertensiunea arterială, diabetul zaharat gestaţional, aceste examinări se fac diferenţiat. Un rol important în conştientizarea gravidei îl are echipa formată de medic de familie-medic obstetrician şi, bineînteles, familia.

Perspective de viitor

În specialitatea de neonatologie din România, după 1990, s-au făcut progrese remarcabile, atât prin faptul că neonatologia a devenit specialitate de sine stătătoare, cât şi prin progresele făcute în îngrijirea nou-născutului: regionalizarea sistemului de îngrijire neonatală pe criterii de competenţă, instruirea personalului medical superior şi mediu prin diferite programe de instruire, dezvoltarea unor centre de Terapie Intensivă Neonatală, comparabile ca şi dotări cu orice centru european, elaborarea de ghiduri de practică medicală. Sunt încă multe lucruri de făcut pentru ca orice nou-născut, indiferent de nivelul de competenţă al maternităţii în care se naşte, să beneficieze uniform de aceleaşi îngrijiri. Pentru acest lucru, pentru ca progresele să continuie pe o bază solidă, trebuie ca tinerii medici să opteze pentru neonatologie ca specialitate de pregătire şi să rămână în ţară. Un alt obiectiv ar trebui să fie normarea corespunzătoare a personalului mediu.

Medicină de laborator

Rezultatele testelor de laborator influenteazǎ peste 60% din deciziile medicale, devenind în ultimii ani un factor crucial al diagnosticului medical. De aici importanţa claritǎţii - acurateţii testǎrii în diagnosticul de laborator pentru practica medicalǎ.

Diagnosticul de laborator permite atât alegerea deciziilor clinice corecte cât şi a tratamentului

Toate testele de laborator trebuie interpretate în lumina evoluţiei curente a pacientului, în corelare cu alte rezultate de laborator şi în funcţie de alte afecţiuni conexe ale pacientului. Uneori, metodele de diagnostic in vitro pot ajuta la depistarea unor afecţiuni chiar înainte de declanşarea lor.

Testele rapide oferă posibilitatea stabilirii unui diagnostic mai precoce prin simplitatea tehnicii de determinare şi timpul scurt de eliberare a rezultatelor.

Laborator analize medicale „Investigaţii Medicale Praxis", Iaşi

Personalizează-ți apa de băut!

Știi cât este de importantă hidratarea, dar parcă te-ai plictisit să bei doar apă plată și vrei neapărat o schimbare? Nici o problemă. Există o grămadă de soluții sănătoase care te scapă de monotonie și care totodată te ajută să te menții hidratat(ă)!

Amelia Șelariu

Nutriționist Dietetician

Probabil știi și tu deja că se recomandă să consumi minim 2 litri de lichide în fiecare zi, deoarece apa este un element ce îndeplinește mai multe funcții în organismul tău: reglează temperatura corpului, ajută la eliminarea toxinelor, creează mediul propice pentru diverse reacții chimice, transportă oxigenul și nutrienții la celule (detalii poți găsi și pe www.ameliaselariu.ro). Însă ce te faci vara, când ispitele răcoritoare cu mult zahăr sunt în toi, iar apa nu mai pare atât de interesantă?

Încearcă apa aromatizată!

Ce îți propun eu este să te joci cu aromele și să îți „personalizezi" apa de băut chiar la tine acasă! Nu îți va lua mai mult de 5 minute să prepari toată compoziția și pe deasupra, s-ar putea să îți surprinzi plăcut chiar și prietenii ori familia. Totuși, să nu te aștepți să dai de un gust preponderent dulce pentru că vorbim, de fapt, de o apă plată cu bucăți de fructe, legume și diverse ierburi aromatice, fără adaos de zahăr sau alt îndulcitor. Și dacă dorești să îți menții sănătatea atunci e exact ce ai nevoie într-o zi toridă de vară.

Ce îți trebuie pentru a aromatiza apa?

În primul rând, apă! Apă plată sau apă de izvor. Apoi ai nevoie de următoarele:

- câteva rondele/bucăți de fructe (lămâie, portocale, coacăze, mere etc.) sau legume (ex. Castraveți);
- condimente proaspete sau uscate: mentă, scorțișoară, ghimbir, busuioc, levănțică etc.

Și cam atât! Cu cât sunt mai proaspete toate ingredientele, cu atât vor da o aromă mai puternică preparatului final, iar la o mână de fructe sau legume proaspete merge cam 750 ml apă plată.

Cantitățile le poți ajusta tu în funcție de preferințe sau de numărul de persoane. Apoi, tot ce mai trebuie să faci este să amesteci ingredientele preferate cu apa, să le pui într-un borcan sau un vas de sticlă și pe urmă să le lași la macerat la frigider minim 30-40 minute ca aromele să se dizolve suficient de bine.

Vei vedea că nici nu va mai fi nevoie să adaugi zahăr sau alți îndulcitori.

Iată și câteva exemple de apă aromatizată atunci când ești în pană de idei:

1. castraveți, mentă și lime.
2. măr și scorțișoară.
3. lime, ghimbir și mentă.
4. căpșuni și busuioc.
5. piersici și ardei iute Cayenne.

Și lista poate continua. Repet, cantitățile le poți ajusta după preferințe, iar dacă ți-am făcut poftă, încearcă și tu! Pe lângă că vei scăpa de monotonie, vei beneficia și de o doză extra de vitamine și minerale ce îți vor da mai multă energie și poftă de viață pe parcursul zilei.

Te provoc, așadar, să îți lași imaginația să zboare și să îți faci tu propria ta rețetă! Sunt sigură că nu vei regreta.

www.ameliaselariu.ro
www.farmacia3.ro

Peste 3000 de articole medicale de la o singură sursă

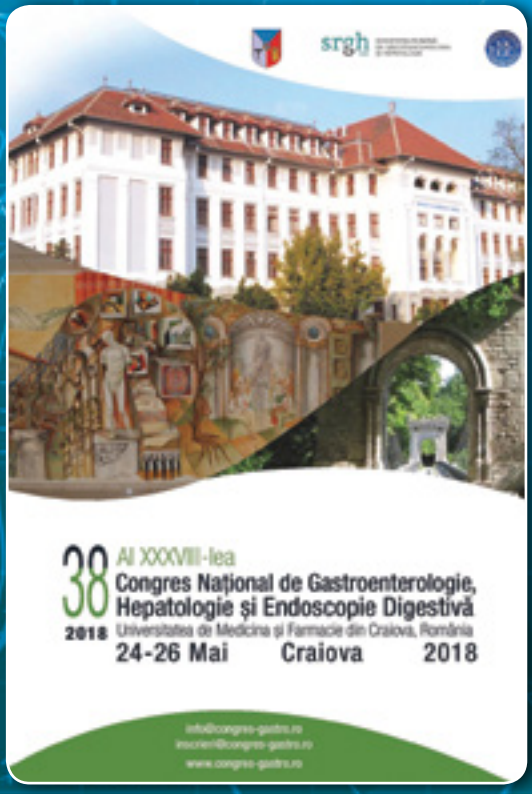
Medisal
dispozitive medicale

Târgu Mureș,
Str. Gheorghe Doja, Nr. 234
Telefon : 0265 211 411
Fax:+40 265 211 412

Vă așteptăm la noua noastră adresă cu spații dublate de showroom și depozitare !

Email: office@medisal.ro
Comenzi: comenzi@medisal.ro
Informații: info@medisal.ro
Tehnic: suport@medisal.ro

www.medisal.ro



Cancerul cavității nazale și al sinusurilor paranazale

Cancerul rinosinusal este deseori descoperit când o persoană este tratată pentru patologii aparent benigne, boli inflamatorii, precum rinosinuzita. Simptomele prezentate mai jos pot fi totuși determinate și de o patologie noncanceroasă.

Dr. Bogdan Mocanu,
Medic Primar ORL,
Asistent Universitar,
Doctor in Stiinte Medicale

Simptome

Persoanele diagnosticate cu cancer la nivelul cavității nazale sau la nivelul sinusurilor paranazale pot prezenta următoarele semne sau simptome:

- obstrucție nazală sau congestie nazală persistentă și senzație de blocaj;
- infecție cronică a sinusurilor non-responsivă la tratamentul antibiotic;
- episoade frecvente de cefalee sau durere în zona sinusurilor;
- durere sau umflatură la nivelul feței, ochilor sau urechilor;
- lăcrimare excesivă;
- protruzia unui glob ocular sau afectarea vederii; scăderea mirosului;
- durere sau amorțeală la nivelul dinților;
- pierderea dinților;
- apariția unei protuberanțe (nodul, excrescență) pe față, nas sau în interiorul cavității bucale;
- rinoree frecventă (nas care curge);
- epistaxisuri (sângerări nazale) frecvente;
- dificultăți în a deschide gura;
- o excrescență sau rană în interiorul nasului care nu se vindecă;
- oboseală;
- pierderea inexplicabilă a greutății;
- o umflătură la nivelul gâtului.

Orice persoană care remarcă unul dintre aceste semne îngrijorătoare trebuie să se adreseze imediat unui doctor și să solicite un examen clinic, îndeosebi dacă simptomele persistă de mai multe săptămâni. Rata de succes în tratarea neoplaziilor rinosinusale este mult mai mare dacă acestea sunt descoperite devreme.În unele cazuri, persoanele cu cancer al cavității nazale sau al sinusurilor paranazale nu prezintă niciunul dintre aceste simptome. De fapt, aceste tipuri de cancer sunt, de regulă, diagnosticate în stadii avansate întrucât în stadiile incipiente nu prezintă nici o simptomatologie. Deoarece multe dintre aceste simptome pot fi cauzate și de alte patologii noncanceroase, este întotdeauna important să se efectueze controale medicale și stomatologice de rutină, în special de către persoanele care au consumat sau consumă în mod uzual alcool și tutun. Aceste persoane ar trebui să efectueze un examen clinic general cel puțin o dată pe an, chiar dacă nu prezintă niciun simptom. În decursul examenelor clinice, care se rezumă la o vizită scurtă la cabinet, medicul va inspecta cavitatea nazală, gura și gâtul și va palpa regiunea cervicală. Dacă descoperă ceva neobișnuit, medicul va recomanda un examen mai amănunțit, folosind una sau mai multe dintre procedurile diagnostice prezentate mai jos.

Diagnostic

Medicii folosesc multe teste pentru a diagnostica cancerul și pentru a vedea extensia către altă parte a corpului, numită metastazare. Unele teste pot, de asemenea, determina

care sunt cele mai eficiente tratamente. Pentru majoritatea tipurilor de cancer, biopsia este singurul mod de a pune un diagnostic de certitudine. Dacă prelevarea biopsiei este imposibil de realizat, doctorul poate sugera alte teste care pot orienta diagnosticul. Investigațiile imagistice sunt absolut necesare pentru a stabili dacă neoplasmul s-a răspândit. Există mai multe opțiuni de diagnosticare a acestor tipuri de cancer, însă nu este necesar ca toate testele să fie folosite pentru a diagnostica boala. Atunci când va opta pentru o investigație cu scop diagnostic, medicul va lua în considerare o serie de factori precum:

- vârsta și starea medicală
- tipul de cancer suspicionat
- semne și simptome
- rezultatele testelor anterioare

Pentru a stabili un diagnostic, sunt necesare istoricul medical complet și un examen fizic. Semnele cancerelor rinosinusale sunt deseori similare simptomelor unei sinuzite cronice sau alergice. Nu există teste sangvine sau din urină specifice care se pot efectua pentru a facilita din timp diagnosticul pentru niciunul dintre aceste tipuri de neoplasme.Examinarea clinică este importantă, doctorul putând efectua unul sau mai multe dintre următoarele teste pentru a diagnostica neoplaziile cavității nazale sau sinusale:

Examenul obiectiv. Doctorul verifică (prin palpare) eventuale umflături la nivelul gâtului, buzelor, gingiilor și obrajilor. De asemenea, acesta inspectează cavitatea nazală, gura și limba, deseori folosind o sursă de lumină pentru o vizualizare mai bună.

Endoscopia. Acest test îi permite doctorului să vizualizeze interiorul diferitelor cavități cu un tub subțire numit endoscop, rigid sau flexibil, care este prevăzut cu lumină în capăt. Pacientul poate fi sedat atunci când endoscopul este introdus în gură sau nas. Sedarea presupune utilizarea unei medicații pentru a ajuta pacientul să fie mai relaxat, mai calm sau chiar adormit în timpul procedurii. Examinarea poartă diferite denumiri în funcție de zona care este vizualizată, de exemplu examinarea laringelul este numită laringoscopie, examinarea faringelui faringoscopie, iar nazofaringoscopia este examinarea cavității nazale și a rinofaringelui.

Biopsia. Biopsia reprezintă prelevarea unei mici porțiuni din țesutul suspect și examinarea acesteia la microscop. Alte teste pot sugera prezența unui cancer, însă biopsia reprezintă certitudinea diagnostică. Proba recoltată în timpul biopsiei este analizată de anatomopatolog, medicul specializat în interpretarea probelor de laborator și evaluarea celulelor, țesuturilor și organelor pentru a diagnostica boala.

În unele cazuri, diagnosticul unui neoplasm sinusal va fi făcut în cursul unei operații endoscopice efectuată pentru ceea ce se credea a fi o rino-

sinuzită cronică benignă. În cursul operației endoscopice este important pentru chirurg să identifice și să preleveze o mostră bioptică de la nivelul unui țesut aparent sănătos și să confirme diagnosticul printr-un examen extemporaneu („la gheață") înainte de a continua operația endoscopică pentru sinuzita cronică. Mai multe informații despre operație aflați în cadrul secțiunii „opțiuni de tratament".

Radiografia reprezintă o modalitate (destul de veche și din ce în ce mai puțin utilizată) de a crea o poză a structurilor din interiorul corpului, folosind o doză de raze X. O radiografie poate arăta dacă sinusurile paranazale sunt umplute cu altceva în afară de aer. În situația în care nu sunt aerate, de regulă nu avem neapărat o patologie neoplazică, putând fi vorba de o infecție. Dacă tratamentul nu este eficient în a elibera sinusurile, alte teste imagistice mai specifice pot fi efectuate pentru a identifica blocajul. Semnele neoplazice regăsite pe o radiografie trebuie să fie detaliate de tomografia computerizată (CT).

Tomografia computerizată (CT) creează o imagine tridimensională a organelor din interiorul corpului cu ajutorul unui radiograf. Apoi, un computer prelucrează aceste imagini într-o vedere în secțiune transversală, sagitală sau axială detaliată, care arată anormalități sau tumori. Un CT poate fi folosit, de asemenea, pentru a măsura mărimea tumorii. Uneori, un colorant special, numit substanță de contrast, este administrat înainte de scanare pentru a crea o imagine mai clară. Acest colorant îi poate fi injectat pacientului în venă sau administrat sub forma unei pastile ce poate fi înghițită. Examinarea CT este foarte prețioasă în identificarea cancerului rinosinusal.

Imagistica prin rezonanță magnetică (IRM). Un RMN folosește câmpuri magnetice în locul razelor X, pentru a produce imagini detaliate ale corpului, în special imagini ale țesuturilor moi, cum ar fi ochiul în orbită sau substanța cerebrală din vecinătatea sinusurilor. RMN-ul poate fi de asemenea utilizat pentru a măsura mărimea tumorilor. Un mediu de contrast poate fi injectat în venă unui pacient sau dat ca o pastilă de înghițit pentru a crea o imagine mai clară.

Scintigrafia osoasă. Acest test se poate face pentru a vedea dacă cancerul s-a extins la oase. Un scintigraf osos folosește un trasor radioactiv pentru a vizualiza interiorul oaselor.Trasorul este injectat în vena unui pacient. Acesta este colectat în os și este detectat de o cameră specială. Osul sănătos apare gri la aparat, iar zonele afectate, cum ar fi cele prinse de cancer, apar întunecate.

Tomografia cu emisie de pozitroni (PET). Scanarea PET este o modalitate de a crea imagini ale organelor și țesuturilor din interiorul corpului. O cantitate mică de substanță radioactivă este injectată în corpul pacientului. Această substanță este preluată de celulele care folosesc cea mai multă energie. Deoarece cancerul tinde să folosească energia în mod abuziv, absoarbe mai mult din substanța radioactivă. Atunci, un scanner detectează această substanță pentru a produce imagini.

După ce testele diagnostice sunt efectuate, medicul va discuta toate rezultatele cu pacientul. Dacă diagnosticul este acela de cancer, aceste rezultate vor ajuta medicul să descrie cancerul, etapă care poartă denumirea de stadializare.

Noțiuni de bază de îngrijire a simptomelor și a efectelor adverse

Cancerul și tratamentul acestuia provocă adesea efecte secundare. În plus față de tratamentul destinat încetinirii, stopării sau eliminării cancerului, o parte importantă a îngrijirii o reprezintă ameliorarea simptomelor și a efectelor secundare. Această abordare se numește paliație sau susținere și include sprijinirea pacientului, punând accent pe nevoile sale fizice, emoționale și sociale. Îngrijirea paliativă poate ajuta o persoană în orice stadiu al bolii. Pacienții primesc adesea un tratament pentru cancer concomitent cu un tratament pentru efectele secundare. De fapt, pacienții care primesc ambele tipuri de tratament au, de multe ori,

Gama

DEXORANGE

Pentru toate tipurile de anemie și oboseală cronică

Dexorange este un supliment hematopoietic foarte bine tolerat, care susține tratamentul complet pentru anemie prin corecția și reconstruirea mai rapidă a nivelului de fier din țesuturi.

Dexorange este un hematinic excelent, deoarece conține nu numai o cantiate optimă de fier elemental, ci și doze terapeutice de **Vitamina B12** și **Acid Folic**. Studiile comparative confirmă că substanțele din compoziția **Dexorange** sunt foarte bine tolerate de metabolismul pacienților și oferă o creștere mai rapidă a nivelului hemoglobinei.

DEXORANGE ESTE RECOMANDAT ÎN

- Anemie în timpul sarcinii și post-natal
- Anemie ca urmare a menoragiei
- Oboseală cronică
- Anemie nutrițională
- Anemie în stare post-operatorie și post-traumatică
- Anemie asociată cu aportul deficitar de nutrienți din alimentație

RFI PHARMA

Ne găsiți pe **www.rfishop.ro** și în farmacii

Gama

Natvie®

Vitamina E naturală, Vitamina C și Ulei din germeni de grâu

Natvie este un supliment alimentar cu efect antioxidant, în compoziția căruia intră, în proporții bine definite, vitaminele E și C, precum și uleiul din germeni din boabe de grâu, care conține acizi grași polinesaturați, cu rol important în metabolismul lipidelor.

Natvie ajută la tonifierea generală a organismului, ajută la menținerea stării generale de sănătate și protejează celulele împotriva stresului oxidativ determinat de poluarea mediului, stres, alimentația de tip fast-food etc.

COMBINAȚIA UNICĂ DE INGREDIENTE RECOMANDĂ NATVIE CA

- Soluție pentru protecția pielii
- Adjuvant în situații de infertilitate
- Reducerea nivelului colesterolului
- Anti crampe și cârcei
- Antioxidant
- Imuno-stimulator
- Antiinflamator

simptome mai puțin severe, o mai bună calitate a vieții și o complianță mai bună la tratament.

Tratamentele paliative variază foarte mult și de multe ori includ medicamente, modificări nutriționale, tehnici de relaxare, precum și alte terapii. Pacienții pot primi, de asemenea, tratamente paliative similare cu cele menite să elimine cancerul, cum ar fi chimioterapie, chirurgie și radioterapie. Obiectivele fiecărui tratament în planul terapeutic trebuie discutate cu medicul curant.

Înainte de începerea tratamentului, este bine ca pacienții să discute cu medicii despre posibilele efecte secundare ale planului terapeutic și despre opțiunile de îngrijire și susținere. Atât în timpul, cât și după tratament, pacientul trebuie să anunțe cât mai repede posibil medicul despre orice problemă pe care o poate întâmpina.

Tratament

Modalitățile de tratament descrise în cadrul acestei secțiuni reprezintă standardul de îngrijire și cele mai bune tratamente disponibile pentru aceste tipuri specifice de cancer. Când se decide planul terapeutic, pacienții sunt încurajați să ia în considerare studiile clinice ca opțiune. Acestea sunt studii de cercetare care testează o nouă abordare a tratamentului pentru a evalua dacă este sigur, eficient, și, eventual, mai bun decât tratamentul standard. Studiile clinice pot testa medicamente noi, o nouă combinație de tratamente standard sau noi doze de terapii curente. Medicul dumneavoastră vă poate ajuta să revizuiți toate opțiunile de tratament. Prezentarea generală a tratamentului

În tratarea cancerului, diferite tipuri de medici deseori lucrează împreună pentru a crea un plan comun de tratament, combinând diferite tipuri de tratamente și formând astfel o echipă multidisciplinară. Pentru cancerul rinosinusal, echipa poate include oncologi și radioterapeuți (medici care se specializează în tratarea persoanelor cu cancer), chirurgi otolaringologi, stomatologi, chirurgi BMF, fizioterapeuți, logopezi, psihiatri, asistente și dieteticieni. Un neurochirurg (medic specializat în chirurgie pe creier și măduva spinării) ar trebui să facă parte, de asemenea, din această echipă atunci când o tumoră care pătrunde în neurocraniu trebuie eliminată.

Cancerele cavității nazale și/sau ale sinusurilor paranazale pot fi adesea vindecate, mai ales dacă sunt descoperite devreme. Deși vindecarea cancerului este obiectivul principal al tratamentului, păstrarea funcției nervilor, organelor și țesuturilor învecinate este, de asemenea, foarte importantă. Când echipa medicală plănuiește schema de tratament, se ia în considerare modul în care tratamentul ar putea afecta calitatea vieții în aspecte ce țin de modul în care persoana se simte, arată, vorbește, mănâncă și respiră.

Principalele trei opțiuni de tratament sunt chirurgia, radioterapia și chimioterapia, care pot fi utilizate individual sau combinate. Planul terapeutic poate include, de asemenea, un tratament pentru simptome și efecte secundare, parte importantă a îngrijirii pacienților neoplazici. Opțiunile de tratament și recomandările depind de mai mulți factori, inclusiv de tipul și stadiul cancerului, potențialele efecte secundare, precum și de preferințele pacientului și starea generală de sănătate a acestuia. Este recomandat ca, atât cât este posibil, pacienții să își aloce timpul necesar pentru a afla despre toate opțiunile de tratament, să adreseze întrebări și să discute cu medicul curant referitor la obiectivele fiecărui tratament, la rezultatele și posibilele efecte secundare ale acestuia.

Neoplasmele metastatice rinosinusale

În cazul în care cancerul s-a extins în alte părți ale organismului, acesta devine cancer metastatic. Pacienții cu acest diagnostic sunt încurajați să discute cu medicii care au experiență în tratarea cancerelor aflate în acest stadiu, întrucât pot exista păreri diferite cu privire la cel mai bun plan de tratament. Pacienții pot solicita o a doua opinie înainte de începerea tratamentului, pentru a se simți confortabil cu planul de tratament ales.

BUCHAREST LIVE
ENDOSCOPY
2018
ueg
srgh
4-5th of May 2018
Hotel Novotel Bucharest
LIVE Broadcasting Sessions of Clinical Cases
from Bucharest Emergency Hospital
DIGESTIVE ENDOSCOPY UNIT
Details and Registration:
www.bucharestliveendoscopy.ro
0745 530 100
contact@agomedia.ro
AGO
MEDIA

SNR
FSNR
SUB EGIDA
ACADEMIEI ROMÂNE
ȘI
A UNIVERSITĂȚII DE MEDICINĂ ȘI FARMACIE
„CAROL DAVILA" BUCUREȘTI
SOCIETATEA DE NEUROLOGIE DIN ROMÂNIA ȘI
FUNDAȚIA SOCIETĂȚII DE NEUROLOGIE DIN ROMÂNIA
Organizează
AL XVI-LEA CONGRES
AL SOCIETĂȚII DE NEUROLOGIE DIN ROMÂNIA
- Al doilea anunț -
BUCUREȘTI, 8-12 MAI 2018
www. neurology.ro

SRATI 2018
09-13
MAI
AL 44-LEA CONGRES AL SOCIETĂȚII ROMÂNE
DE ANESTEZIE ȘI TERAPIE INTENSIVĂ
AL 10-LEA SIMPOZION ROMÂNO-ISRAELIAN
DE ACTUALITĂȚI ÎN ANESTEZIE ȘI TERAPIE INTENSIVĂ
AL 17-LEA CONGRES AL ASISTENȚILOR
DE ANESTEZIE ȘI TERAPIE INTENSIVĂ
AL 5-LEA SIMPOZION "ROMÂNIA DODOLGATĂ"
AL SOCIETĂȚILOR DE ANESTEZIE ȘI TERAPIE INTENSIVĂ
DIN ROMÂNIA ȘI MOLDOVA
atimedica.
www.sraticongres.ro
facebook.com/CongresSRATI
RALCOM

SRUOG
AL 6-LEA CONGRES AL SOCIETĂȚII
ROMÂNE DE ULTRASONOGRAFIE
ÎN OBSTETRICĂ ȘI GINECOLOGIE
16-17 mai
București
2018
www.sruog2018.medical-congresses.ro

Echipa medicală ar putea recomanda un plan terapeutic care constă în chimioterapie sau o combinație de chirurgie, radioterapie și chimioterapie. Tratamentele de suport vor fi, de asemenea, importante pentru a ajuta la ameliorarea simptomelor și a efectelor secundare.

Remisia și recidiva

Remisia este etapa în care cancerul nu poate fi detectat în organism și nu mai există simptome, fază cunoscută și sub denumirea de "fără restanță" sau "recidivă tumorală".

O remisie poate fi temporară sau permanentă, incertitudine care generează îngrijorare și anxietate în rândurile pacienților care au învins această boală, întrucât există posibilitatea ca neoplasmul să recidiveze. Deși multe remisii sunt permanente, este important să discutați cu medicul dumneavoastră despre posibilitatea recidivei. Înțelegerea riscului de reapariție și a opțiunilor de tratament poate fi benefică, mai ales în situațiile în cazul în care cancerul reapare.

Reapariția cancerului după tratamentul inițial poartă denumirea de "cancer recurent". Aceasta poate apărea în același loc (recidivă locală), în apropiere (recurență regională) sau într-un alt loc (recurență îndepărtată). Atunci când se întâmplă acest lucru, o serie de teste vor fi reluate pentru a afla cât mai multe despre recidivă, inclusiv dacă stadiul neoplasmului s-a schimbat. După testare, împreună cu medicul curant se discută opțiunile de tratament. Adesea, planul terapeutic va include terapiile descrise mai sus (chirurgia, chimioterapia, radioterapia), acestea putând fi utilizate într-o combinație diferită sau administrate într-o doză diferită. Medicul dumneavoastră vă poate sugera, de asemenea, studiile clinice axate pe noi modalități de a trata acest tip de cancer recurent.

Dacă tratamentul eșuează

Vindecarea cancerului nu este întotdeauna posibilă. Dacă tratamentul nu are succes, se ajunge în stadiul de cancer avansat sau terminal.

Acest diagnostic este deosebit de stresant, fiind în consecință un subiect extrem de dificil de abordat. În aceste condiții, este extrem de important ca echipa medicală să ofere pacienților sprijinul și deschiderea necesare pentru a discuta onest despre stările, îngrijorările și opțiunile pe care aceștia le au.

Pacienții aflati în stadiu avansat de cancer, cu speranță de supraviețuire mai mică de șase luni, pot lua în considerare îngrijirea paliativă. Pacientul și familia acestuia sunt încurajați să se gândească dacă este mai confortabil să urmeze tratamentul acasă sau la spital. Îngrijirea medicală specială poate face întoarcerea la domiciliu o alternativă viabilă pentru multe familii.

După tratament

Recidiva este mai frecventă în primii doi sau trei ani după diagnosticare, prin urmare vizitele de follow-up sau urmărire vor fi mai frecvente pe parcursul acestor ani. Investigații diagnostice, cum ar fi CT-ul, pot fi necesare pentru a sesiza orice semne de recurență sau pentru a monitoriza eficiența tratamentului actual.

Persoanele care au beneficiat de tratament pentru neoplasmele rinosinusale pot să arate diferit, să se simtă obosite sau să se afle în imposibilitatea de a vorbi sau de a mânca așa cum obișnuiau înainte de tratament. Multe persoane devin depresive. Echipa care se ocupă de îngrijire poate ajuta pacienții să facă față acestor schimbări fizice și emoționale.

Pacienții în curs de vindecare după neoplazii rinosinusale sunt încurajați să urmeze câteva principii stabilite pentru a avea o stare cât mai bună de sănătate: menținerea unei greutăți normale, evitarea fumatului, limitarea sau chiar eliminarea consumului de alcool, adoptarea unei alimentații echilibrate și efectuarea testelor de screening recomandate pentru cancer.

Este important ca pacienții să discute cu medicul curant pentru a dezvolta un plan adaptat nevoilor lor. Activitatea fizică moderată poate ajuta la refacerea puterii și a nivelului de energie, iar medicul poate chiar sugera un plan de exerciții adecvate nevoilor, capacității și energiei pacientului.

DIABETEGEN

Cremă pe bază de colostru pentru regenerarea rapidă a rănilor și leziunilor pielii

Datorita Colostrului din compoziție și a celorlalte ingrediente speciale, **Diabetegen** are efecte vizibile și rapide în cazul unor afecțiuni grave ale pielii, cum ar fi: **răni, cicatrice, zgârieturi**, ulcerații de decubit, **sindromul piciorului diabetic**, acnee, inflamație psoriatică a pielii, **arsuri, degerături**, iritații și răni ale epidermei, hemoroizi.

Recomandat de medicii specialiști din România. În ultimii 2 ani produsul a fost testat de medici specialiști în diabet, dermatologie și chirurgie din România, iar efectele constatate au întrecut întotdeauna așteptările.

Diabetegen a câștigat **Premiul Produsul Anului** pentru Diabet, **6 ani consecutiv**, în Polonia.

www.rfishop.ro RFI PHARMA **www.diabetegen.ro**

CIORAPII DIFOPREV DAILY

Produsul este un avans biotehnologic important pentru îngrijirea picioarelor, creat special pentru picioarele care au nevoie de atenție specială și prevenție.

Purtarea acestor ciorapi duce la evitarea complicațiilor piciorului diabetic și varicelor, având efecte benefice și în cazul picioarelor umflate la gravide.

Singurele șosete ce pot transfera pielii bolnavilor de diabet și varice proprietățile benefice ale energiei FIR. Aceasta ajută la **creșterea nivelului de oxid nitric**, vasodilatației, **oxigenării și hidratării celulelor pielii**, are **efect termoreglator**, sporește confortul și **reduce senzația de durere**, accelerează procesul de vindecare a pielii și **reduce riscul de apariție a ulcerației**, având în același timp **efect bacteriostatic, care reduce riscul de infecție**.

Proprietățile fizico-chimice nu se pierd la spălare!

Refacerea funcțiilor ficatului și veziculei biliare după sărbători

Tubul digestiv este o componentă esențială din ființa umană. Fiecare parte a sa are un rol bine determinat și fiecare poate fi afectată într-un fel sau altul de dieta pe care o avem sau de viața pe care o ducem.

Dr. Monica Spînu
Medic specialist
Medicină de Familie,
Specializare gemoterapie

Ne referim în acest articol la ceea ce în termeni medicali se numește sindrom dispeptic biliar: gust amar, grețuri, eructații (popular râgâieli), balonări, flatulență, senzație de jenă dureroasă sau presiune în hipocondrul drept (sub coaste în dreapta, în zona ficatului), uneori vărsături, intoleranță la unele alimente (grăsimi mai ales prăjite, ouă, ciocolată etc).

Diferite probleme de la nivel biliar, pot produce astfel de simptome: nisip sau calculi biliari; inflamații ale peretelui biliar (în termeni medicali colecistită, care poate fi acută sau cronică); dischinezie biliară care poate fi hipertonă sau hipotonă, altfel spus bilă agitată sau leneșă; vezica biliară poate fi malformată sau cudată, determinând tulburări funcționale și diverse simptome.

Principalele extracte gemoterapice cu acțiune la nivel biliar sunt cele obținute din mlădițe de Rozmarin, muguri de Arțar și muguri de Frasin.

Extractul din mlădițe de Rozmarin are acțiune coleretică (crește secreția biliară) și colagogă (ajută la golirea bilei, care se produce în mod normal în timpul meselor bogate în grăsimi și are rolul de a ajuta digestia grăsimilor). Deci, se va folosi în caz de vezică biliară hipotonă – bilă leneșă sau care se golește greu – vezică malformată, cudată. Foarte important, curăță și susține activitatea ficatului și colecistului, deci are și acțiune detoxifiantă.

Ajută și la scăderea nivelului colesterolului și a trigliceridelor, fiind recomandat în ficat gras (steatoză hepatică), valori crescute ale colesterolului și trigliceridelor (îl găsiți asociat cu alte gemoterapice în preparatul **Polygemma 18- colesterol**).

În alergiile alimentare, puteți apela la acest gemoterapic, asociat cu Extractul din muguri de Coacăz negru.

Deoarece ficatul este principalul organ care generează energie, când ficatul nu funcționează bine apare oboseala, gemoterapicul din mlădițe de Rozmarin, putând fi primul remediu de folosit pentru revigorarea organismului (îl găsiți și în preparatul Polygemma 8 – astenie).

Trebuie ținut cont că nu se administrează seara, deoarece poate produce insomie și se recomandă administrarea cu prudență (doză mai mică) la persoane hipertensive.

Doza recomandată în general este de 2 ml pentru forma clasică (MG=D1, sticluță de 50 ml cu dop picurător) sau 6 picături pentru forma concentrată (sticluță de 15 ml cu pipetă).

Extractul din muguri de Arțar are efect antiinflamator pe vezica biliară, modifică compoziția bilei și reduce astfel formarea calculilor biliari. Are de asemenea efect de scădere a colesterolului și trigliceridelor (pentru care se poate asocia cu extractul din mlădițe de Rozmarin). Este recomandat în tot ce înseamnă dischinezie biliară și litiază biliară (se opune creșterii și formării calculilor biliari).

Se administrează singur sau în asociere cu alte extracte gemoterapice, 2 ml de 1-2 ori pe zi, în puțină apă, înainte de masă.

Extractul din muguri de Frasin este un detoxifiant, cu

Polygemma 2
CĂI BILIARE

PlantExtrakt®
natura sănătății tale

Susține buna funcționare a vezicii biliare

Combinație de extracte gemoterapice din mlădițe de Rozmarin, muguri de Arțar şi de Frasin

- Optimizează producția de bilă, fluxul biliar, motricitatea vezicii biliare
- Reduce tendința de formare a calculilor biliari
- Activator metabolic completat cu efectul antioxidant
- Susține eliminarea eficientă la nivel renal a produşilor de catabolism
- Prin susținerea bunei funcționări a ficatului şi a colecistului ajută la normalizarea nivelului colesterolului şi trigliceridelor
- **Atenționare:** Nu se administrează seara, după orele 18, datorită acțiunii stimulante cerebrale. Contraindicat în sarcină, alăptare, în epilepsie și afecțiuni cardiace decompensate.

www.plantextrakt.ro

acțiune la nivel digestiv (ficat și vezică biliară), cât și la nivel renal și articular. Ajută la eliminarea acidului uric (efect uricozuric), a colesterolului (hipocolesterolemint), are și efect diuretic, realizând ceea ce în termeni medicali se numește drenaj metabolic.

Toxinele care se produc în organism, sau ajung din exterior, sunt eliminate mai ales prin rinichi. Transformarea lor pentru a combate toxicitatea și pentru a putea fi eliminate prin rinichi, are loc în ficat. De aceea, ficatul sau rinichii obosiți, sau afectați de diferite boli, vor permite toxinelor să rămână în organism. Unul din locurile preferate în care se vor depune acestea sunt articulațiile. Mugurii de Frasin acționează concomitent la nivel de ficat, rinichi și articulații, ajutând organismul în procesul de curățate și regenerare (este component al formulelor de detoxifiere, Polygemma 12 – rinichi detoxifiere și Polygemma 14 – articulații detoxifiere).

Extractul din muguri de Frasin este recomandat în special în afecțiuni biliare: dischinezie biliară, litiază biliară, când se asociază benefic cu extractul din muguri de Arțar (2ml Extract din muguri de Frasin dimineață, 2ml Extract din muguri de Arțar seara, 1-2 luni) și în caz de gută, când se asociază benefic cu Extractul din sevă de Mesteacăn (2ml Extract din sevă de Mesteacăn dimineața, 2ml muguri de Frasin seara, 2-3 luni).

În preparatul **Polygemma 2 - Căi biliare** sunt reunite cele 3 extracte gemoterapice prezentate: mlădițe de Rozmarin, muguri de Frasin și muguri de Arțar. Recomandarea este de susținere a funcționării și detoxifiere la nivelul ficatului și căilor biliare. Se administrează 2ml o dată pe zi, dimineața, diluați în puțină apă, înainte de masă cu aproximativ 20 de minute, în cure de 1-2 luni. După mesele de sărbători, vă puteți gândi la o cură cu Polygemma 2-căi biliare.

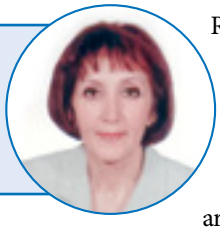
Un stil de viață echilibrat, o alimentație sănătoasă și puțin ajutor din partea produselor naturale gemoterapice, pot face ca problemele vezicii biliare să dispară.

De ce este în declin reumatismul articular acut?

Reumatismul articular acut (RAA), boală inflamatorie poststreptococică, este în declin. Afirmația este valabilă pentru țările din Europa și statele continentului nord-american. În țările cu standard socio-economic și de asistență medicală precare RAA reprezintă încă o problemă. Chiar și în țările dezvoltate colectivitatea de copii rămâne un factor de risc pentru infecția streptococică, respectiv RAA. RAA debutează, de regulă, între 5 și 15 ani, niciodată sub vârsta de 3 ani.

Conf. Dr. Angela Butnariu

Clinica Pediatrie III
Spitalul Clinic de Urgență pentru Copii Cluj-Napoca



RAA apare după o infecţie, de regulă faringiană. Nu toţi pacienţii care prezintă faringită cu streptococ beta-hemolitic dezvoltă RAA. Există factori genetici care par a fi implicaţi în predispoziţia unor subiecţi de a dezvolta RAA. Infecţiile streptococice localizate la alt nivel decât cel faringian sunt foarte rar urmate de apariţia RAA.

Sursele de infecţie sunt reprezentate de bolnavii cu infecţii streptococice active sau de purtătorii asimptomatici de streptococi la nivel nazo-faringian.

Frecvenţa RAA a început să scadă încă înainte de era antibioterapiei din motive neclare şi a diminuat dramatic odată cu introducerea pe scară largă a antibioticelor.

Dacă în anii ‘50 incidenţa RAA în Danemarca era de 100/100.000 locuitori, în 1980 a ajuns la valori de 0,23-1,88/100.000 locuitori, iar în prezent incidenţa este și mai mică. Date statistice arată că în România incidenţa RAA este de 8-10 cazuri/100.000 locuitori (incluzând și valvulopatiile reziduale). În ce privește

mortalitatea generală a bolii, aceasta a scăzut dramatic, la ora actuală fiind aproape 0 în țările dezvoltate, dar rămânând la o cifră de 1-10% în cele în curs de dezvoltare. Gravitatea bolii este corelată cu suferinţa cardiacă: cardita din puseul acut, respectiv valvulopatia reziduală. După un episod de RAA, 9-39% dintre pacienţi dezvoltă o valvulopatie reziduală.

De ce este în declin RAA?

În primul rând datorită aplicării corecte a profilaxiei primare și în al doilea rând datorită creșterii nivelului de asistență medicală și ameliorării condițiilor socio-economice ale familiilor.

Profilaxia primară reprezintă tratamentul corect și prompt al faringitelor streptococice. Tratamentul, care este o profilaxie primară în raport cu boala, are ca obiectiv inițial eradicarea infecţiei streptococice.

Pentru recurenţele de faringită streptococică se administrează o nouă cură antibiotică, ca mai sus. Medicul trebuie sa urmărească complianţa la tratament, deoarece pacienţii devin asimptomatici după aproximativ 3 zile de terapie și nu își continuă întotdeauna medicaţia. Pacienţii cu faringită streptococică sunt contagioși până la 24h după instituirea tratamentului antibiotic si trebuie izolaţi cel puţin în acest interval

Rolul programelor de stimulare neurocognitivă în creșterea calității vieții la persoanele vârstnice

Îmbatrânirea cognitivă înregistrează scăderi ale procesele cognitive care pot afecta abilitățile funcționale zilnice ale persoanelor, chiar și de vârstă medie. Cogniția include abilități precum folosirea simbolurilor și abstractizărilor, dobândirea de noi informații și adaptarea la situații în schimbare. Inteligența, învățarea și memoria sunt trei domenii cognitive cheie care se modifică în mod normal în timpul îmbătrânirii și au implicații în menținerea independenței și a calitătii vieții. Deficitele cognitive, nu întotdeauna evidente și deseori neglijate, afectează pe termen lung calitatea vieții, atât a persoanei cât și a membrilor familiei acesteia.

Alexandra Avădanei1,3
Psiholog clinician, Asistent Cercetare Secția Gerontologie Socială Inst. Naț. de Gerontologie și Geriatrie „Ana Aslan"

Rozeta Drăghici[1,3]

Andreea G. Marin[2,3]

[1]Institutul Național de Gerontologie și Geriatrie „Ana Aslan", București

[2]Clinica de Recuperare Medicală, Spitalul Universitar de Urgență „Elias", București

[3]Asociația Română de Psihologie Clinică – A.R.P.C

Declinul cognitiv la vârstnic este descris prin scăderea funcţionalităţii memoriei de scurtă durată, accesarea datelor memorate făcându-se mult mai greu, prin pierderea capacitaţii de concentrare a atenţiei, prin apariţia dificultăţilor motorii şi scăderea funcţiei executive, prin afectarea capacităţii de judecată, abstractizare şi organizare. Majoritatea persoanelor acuză tulburări de memorie începând de la vârsta de 60 de ani, acestea accentuându-se în jurul vârstei de 75 de ani.

În ultimele decenii, cercetarea s-a axat pe stabilirea motivului pentru care unele categorii de vârstnici şi-au păstrat funcţia cognitivă intactă ca bază pentru dezvoltarea şi testarea unor strategii specifice, aplicate ulterior cu scopul final de a prezerva abilităţile cognitive ale adultului matur o perioadă cât mai îndelungată de timp.

Intervenţiile psihoeducaţionale adresate atât vârstnicului cu probleme, cât şi familiei sale, alături de terapia suportivă sau alte modalităţi terapeutice constituie tipul de terapie multimodală (care combină tratamentul medicamentos cu terapie comportamentală şi programe de reabilitare socială) cu abordare multidisciplinară (psiholog clinician, logoped, asistent social, kinetoterapeut, medici de diferite specialităţi, personal auxiliar etc) al cărei scop ar fi:

- ameliorarea/dispariţia simptomatologiei negative;
- dezvoltarea abilităţilor de control emoţional şi de control al impulsivităţii;
- prevenirea recăderilor şi scăderea morbidităţii pe termen lung;
- atingerea unui nivel optim al calităţii vieţii;
- prevenirea stigmatizării.

Literatura de specialitate indică faptul că, în unele cazuri, tehnicile non-farmacologice din terapiile standard (terapia comportamentală, orientarea în realitate, terapia de validare, terapia reminescenţelor) şi/sau terapiile alternative (art-terapia, meloterapia, terapia ocupaţională, terapiile complementare, aromoterapia, stimularea multisenzorială) pot avea un efect în ameliorarea simptomelor la fel de eficient ca şi intervenţia farmacologică, motiv pentru care este recunoscut faptul că acestea ar trebui utilizate, în cele mai bune practici, ca abordare de primă linie.

ASHWAGANDHA Rasayan Tab - Elixirul tinereții

Suplimentul alimentar **ASHWAGANDHA RASAYAN TAB** este un tonic general complet, obținut dintr-un amestec de plante medicinale indiene cunoscute pentru proprietățile lor de tonifiere, revigorare și regenerare, menținând nivelul de energie din organism. Susține echilibrarea sistemului imunitar și a sistemului antioxidant endogen, contribuind astfel la menținerea capacității naturale de autoapărare și refacere a organismului. ASHWAGANDHA RASAYAN TAB contribuie la relaxarea psihică, apariția și menținerea calității somnului, menținerea capacității de concentrare, memorare și funcționare normală a sistemului nervos în situații de stres, surmenaj, suprasolicitare fizică și intelectuală. Fitonutrienții din plante car intra in compozitia suplimentului alimentar **ASHWAGANDHA RASAYAN TAB** susțin organismul împotriva îmbătrânirii premature prin menținerea echilibrului fizic, hormonal, psiho-emoțional și eliminarea pe cale naturală a toxinelor din organism.

Withania somnifera cunoscută și sub numele de ***ashwagandha/ ginseng indian/ winter cherry (cireșul de iarnă)***, a fost o plantă importantă în sistemele medicale ayurvedice și indigene timp de peste 3000 de ani. Studiile clinice și cercetările pe animale susțin utilizarea ashwagandei pentru anxietate, tulburări cognitive și neurologice, boala Parkinson și inflamații.

Într-un studiu pe șobolani, extractele de ***Withania*** și de Panax ginseng au fost comparate pentru abilitatea lor de a atenua anumite efecte ale stresului cronic. Ambele medicamente botanice au reușit să scadă numărul și severitatea ulcerelor induse de CS, inhibarea inversă a comportamentului sexual masculin indusă de CS și inhibarea efectelor negative ale CS asupra reținerii sarcinilor învăţate. Ambele medicamente botanice au inversat, de asemenea, imunosupresia indusă de CS. Activitatea extractului Withania a fost aproximativ egală cu activitatea extractului de Panax ginseng.

Adaptogenii îmbunătățesc răspunsul la stres și ajută organismul la normalizarea proceselor fiziologice în momente de stres crescut. **Ashwagandha** este una dintre cele mai bune plante medicinale pentru acest scop și este comparată bine cu Eleutherococcus senticosus (Ginsengul Siberian), Panax Ginseng (chineză / coreeană Ginseng) pentru activitățile sale adaptogenică și antistres, de aici popular cunoscut sub numele de ginseng indian.

Ashwagandha susține somnul datorită alcaloizilor și glicozidelor impotriva stimulilor care pot afecta elementele sistemului nervos central și ale sistemului imunitar. Un principiu activ important al ***Withania somnifera*** este Withaferin-A, care a demonstrat că posedă o gamă remarcabilă de proprietăţi terapeutice și anume: antistres, antioxidant, imunomodulator. Din aceasta se vede că va fi folosită în Vata Dosha Pradhana Samprapti.

Withanolidele servesc ca precursori hormonali importanți care se pot transforma în hormoni fiziologici umani, după cum este necesar. **Ashwagandha** este considerat a fi amfoteric; adică poate ajuta la reglarea proceselor fiziologice importante. Teoria este că atunci când există un exces de un anumit hormon, precursorul hormonului pe bază de plante ocupă locurile receptorilor de membrană celulară, astfel încât hormonul real nu se poate ataşa și își poate exercita efectul. Dacă nivelul hormonului este scăzut, hormonul din plante exercită un efect mic. Alte studii au arătat că ashwaganda are un efect imunostimulator. Într-un studiu pe animale care evaluează acțiunile anxiolitice și antidepresive ale **ashwagandha** în comparație cu medicamentele prescrise în mod obișnuit, un extract din rădăcină a fost administrat pe cale orală șobolanilor o dată pe zi timp de cinci zile. Rezultatele au fost comparate cu un grup care a administrat lorazepamul benzodiazepinei pentru activitatea anxiolitice și imipramină antidepresivă triciclică pentru investigarea antidepresivă. Atât grupul **ashwagandha**, cât și

grupul cu lorazepam au demonstrat scăderea nivelului creierului unui marker de anxietate clinică. **Ashwagandha** a prezentat, de asemenea, un efect antidepresiv comparabil cu cel indus de imipramină în testele „disperare comportamentală" indusă de înot și „învățarea neputinței".

Pulberea de rădăcină de Withania somnifera din compozitia produsului **ASHWAGANDHA Rasayan Tab** conține substanțe bioactive cu proprietăți adaptogene care contribuie la tonifierea generală și la obținerea de performațe fizice și mentale normale în condiții de stres și oboseală, încetinește îmbătrânirea. Este neuroprotector, fortifică structurile nervoase, îmbunătățește concentrarea și memoria. Susține sistemul imunitar și sistemul antioxidant endogen, crește rezistența și ajută organismul la adaptarea la condițiile de mediu. Mărește vitalitatea sexuală atât la femei cât și la bărbați. Ajută la distrugerea celulelor anormale (tumori benigne și maligne)

Chlorophytum arundinaceum (Safed musli) - pulberea de rădăcină este o sursă bogată de fitonutrienți care susțin sistemul muscular (crește masa musculară). Este tonic, afrodisiac, susținător al libidoului. Se utilizează pentru a vindeca bolile fizice și slăbiciunea, ca agent de afrodisiac și revitalizant, ca tonic sexual general, remediu pentru diabet, artrită și imunitate sporită a corpului, curative pentru probleme natale și postnatale, pentru reumatism și dureri articulare, creșterea lactației la mame, ca agent antimicrobian, antiinflamator, antitumoral, utilizat de asemenea în diaree, dizenterie, gonoree, leucoree etc. Are proprietăți spermatogene și se dovedește utilă în vindecarea impotenței, acum este considerată o alternativă „Viagra". Rădăcina acestuia conține saponine

steroide și triterpenoide, sapogenine și fructani, care acționează ca agenți terapeutici și joacă un rol vital în numeroase aplicații terapeutice.

Extractele din tuberculi de ***Chlorophytum arundinaceum*** s-au dovedit a fi bune in utilizarea ca agent antistres. Această proprietate este evaluată prin stresul de anduranță la înot și testul anorexic la șobolani. Efectul dozei orale unice a extractelor a fost evaluat pentru 30, 100 și 300 mg/kg. S-a constatat că extractul alcoolic crește în mod semnificativ timpul de înot și reduce indicele de ulcer, comparativ cu cel al grupului de control. Un efect semnificativ ($p < 0{,}001$) pentru ambele extracte alcoolice și apoase a fost observat pentru toate dozele.

Panda și colab au raportat eficacitatea extractului metanolic de ***Chlorophytum arundinaceum*** în tratarea durerii. Studiul lor s-a bazat pe pretenția tradițională de utilizare a acestei plante împotriva artritei reumatoide. Această activitate ar putea fi parțial atribuită componentelor steroidice din plantă. C. *arundinaceum* are multe efecte benefice suplimentare, incluzând proprietățile adapogene, imunomodulatorii și anti-îmbătrânire și este, de asemenea, o sursă bogată de zinc și fier. Zincul sporește activitatea celulelor killer naturale și stimulează producerea de anticorpi ca răspuns la infecție. Deoarece zincul este necesar pentru producerea enzimei antioxidante superoxid dismutaza, care neutralizează radicalii liberi potențial dăunători. Fierul ajută la formarea hemoglobinei, care este prezentă în celulele roșii din sânge, și a mioglobinei, o moleculă care transportă oxigenul în mușchi. Previne anemia, stimulează sistemul imunitar, îmbunătățeste performanțele musculare și atletice și împiedică oboseala. Rădăcinile conțin 42% carbohidrați, 8-9% proteine, 3-4% fibre și 2-17% saponine

Asparagus racemosus (Shatavari) - substanțele bioactive din rădăcină au proprietăți afrodisiace, echilibrează sistemul hormonal și susțin fertilitatea. Fitoestrogenii din plantă ajută la reglarea nivelului hormonal în premenopauză și după instalarea menopauzei.

(Pharm. eng. Liviu Horoba)

Depresia la copil și adolescent

Depresia este una dintre condițiile prioritare acoperite de Programul de acțiune pentru Sănătate Mintală al OMS (mhGAP).

Dr. Raluca Ghionaru,
medic primar MF

Programul ne afirmă că, cu o îngrijire adecvată, asistență psiho-socială și medicație, zeci de milioane de oameni cu tulburări psihice, inclusiv depresie, ar putea începe să ducă o viață normală - chiar și în cazul în care resursele sunt limitate.

Statisticile arată că numărul de vizite la medic (la cabinete medicale, ambulatorii de spital și departamentele de urgență) cu tulburare depresivă majoră ca diagnostic primar: 8.0 milioane (media anuală 2009-2010 în SUA). De asemenea, tot peste ocean, numărul de decese prin suicid în 2014 a fost 42773 (13.4 la 100000 persoane).

Depresia afectează oameni de toate vârstele, din toate categoriile sociale, în toate țările. Tulburarea depresivă provoacă suferință mintală și are impact asupra capacității oamenilor de a efectua chiar și cele mai simple sarcini de zi cu zi, uneori cu consecințe asupra relațiilor cu familia și prietenii și asupra capacității de a-și câștiga existența. Formele severe de depresie pot duce la suicid (a doua cauză de deces în rândul tinerilor în vârstă de 15-29 de ani la nivel mondial).

Cu toate că sunt cunoscute tratamente eficiente pentru depresie, mai puțin de jumătate dintre cei afectați în lume (în multe țări, mai puțin de 10%) primesc astfel de tratamente. Barierele în îngrijirea eficientă includ: lipsa de resurse, lipsa de furnizori instruiți în îngrijirea sănătății și stigmatul social asociat cu tulburările psihice. O altă barieră pentru îngrijire eficientă este evaluarea incorectă. În multe cazuri, persoanele care sunt afectate de depresie nu sunt diagnosticate corect.

Depresia poate apărea până la 1% dintre preșcolari, 2-3% dintre școlari și 5-8% dintre adolescenți. Repartiția pe sexe este egală până în jurul vârstei de 15 ani când fetele sunt de două ori mai afectate decât băieții. Îngrijirea acestor copii presupune efortul unei echipe interdisciplinare care implică familia, medicul de familie, medicul psihiatru, psihologul.

Dacă la adolescent tabloul clinic al depresiei este superpozabil cu cel de la adult, la copil particularitățile dezvoltării influențează și modifică aspectul clinic al acestor manifestări. Exprimarea depresiei la copii ia aspectul iritabilității și nemulțumirii, al tristeții, cu scăderea performanțelor școlare și scăderea apetitului, al autoînvinovățirii și dorinței de moarte, cu frecvente gesturi suicidare, pierderea energiei, insomnie sau hipersomnie. Adolescenții care suferă de depresie sunt adesea expuși consumului de alcool, stimulente sau alte droguri. Manualele de specialitate definesc semne de alarmă (așa numitele „red flags") pe care atât medicul, cât și familia trebuie să le urmărească astfel încât diagnosticul și intervenția terapeutică să fie precoce.

Copilul sau adolescentul cu depresie poate beneficia de: tratament farmacologic adecvat și/sau psihoterapie, în funcție de forma clinică și de severitatea afecțiunii, iar consilierea familiei face parte din prima etapă a tratamentului, fiind foarte importantă la copii și adolescenți.

Medicina integrată Sciencemed tratează cu rezultate foarte bune alergia, palpitațiile și migrenele!

Pacienta C.I, varsta 39 ani se prezinta in clinica Sciencemed Bucuresti avand urmatoarele probleme:

- alergie (urticarie) alimentara
- menstruatie neregulata, dureri in primele 3 zile, fiind nevoita sa ia antiinflamatoare
- dureri in hipocondrul drept la oboseala si suparare
- senzatie de apasare pe piept si palpitatii noaptea
- migrene de la varsta de 20 ani
- anxietate, lipsa de incredere in fortele proprii
- ITU repetate de la 16 ani

In clinica noastra pacienta a afectuat o consultatie completa de medicina integrata pentru stabilirea dezechilibrelor energetice (cu ajutorul aparatului de biorezonanta) si stabilirea dezechilibrelor de functie celulara la nivelul tuturor aparatelor si sistemelor (cu electrosomatografia interstitiala).

Aparatul de biorezonanta ne-a indicat dezechilibre energetice maxime la nivelul sistemului nervos vegetativ, dezechilibre energetice usoare si semnificative la nivelul sistemului endocrin, la nivelul creierului, sistemului limfatic, aparatului digestiv si organelor genitale feminine.

Electrosomatografia interstitiala ne-a indicat dezechilibre de functie celulara semnificative si moderate la nivelul, stomacului, intestinului subtire, ficatului, sistemului nervos vegetativ si organelor genitale feminine.

In cadrul discutiei cu pacienta (anamneza homeopata) s-a stabilit un remediu homeopat care actioneaza la nivel fizic,mental si emotional ;eficienta acestui remediu a fost testata pe loc cu ajutorul aparatelor.

Pacienta a primit tratament cu tablete impregnate informational cu aparatul de biorezonanta (acestea au rolul de a restabili echilibrul informational la nivelul tuturor aparatelor si sistemelor ce prezinta dezechilibre la scanare), remediu homeopat cu rol in restabilirea echilibrului fizic,mental si emotional, remediu floral bach pentru echilibru emotional, remedii gemoterapice si fitoterapice adaptate simptomelor pentru care s-a prezentat.

Dupa 3 luni de tratament in care pacienta a efectuat un numar de 12 sedinte de echilibrare energetica in cadrul clinici noastre, starea generala s-a imbunatatit considerabil, pacienta nu mai este anxioasa, s-au remis senzatia de balonare, durerea in hipocondrul drept si arsura la mictiune.Pacienta nu a mai prezentat dureri, migrene, senzatie de greata si frison in timpul menstruatiei din prima luna de tratament iar menstruatia dupa o luna de tratament s-a reglat (29 zile). Episoadele alergice au scazut in intensitate, pacienta reusind sa consume alimente care inainte ii faceau rau.La revenirea la control (dupa perioada celor 3 luni de zile) pacienta zambeste, are alt tonus, nu mai prezinta starea de anxietate si incordare si ne-a comunicat ca este pentru prima data cand vede totul altfel (a inceput sa aiba incredere in ea).

Medicina integrata Sciencemed este o metoda holistica de diagnosticare si tratament si tine cont atat de problemele fizice cat si de latura mental – emotionala a omului.

www.sciencemed.ro
Clinici Sciencemed în Romania:
Bucuresti 0723175208
Buzau 0735779330
Cluj Napoca 0740204633

SCIENCEMED
ȘTIINȚA ÎN ARMONIE CU NATURA

Paturi de recuperare pentru sanatorii

Calitate și siguranță

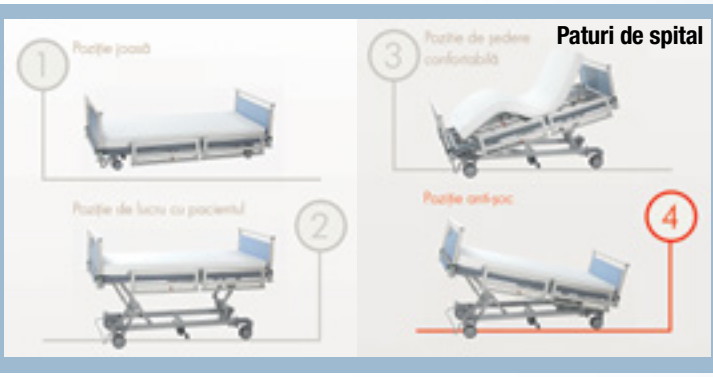
Ayleen, „sora mai mică“ a seriei **Impulse** oferă un grad de flexibilitate și securitate la fel de mare, la un raport performanță-preț convenabil. Cu o sarcină de lucru în condiții de siguranță de 180 kg, Ayleen convinge lesne de calitățile inalte de stabilitate și funcționalitate.

Paturile Ayleen corespund cerințelor actuale de siguranță în exploatare.

Materialele de înaltă calitate, utilizate la fabricare, confera produselor robustețe și durabilitate.

Concept de ajustare pe 4 nivele

- Somiera din 4 secțiuni independente cu compensare saltea
- Somieră rabatabilă ergonomică
- Măsuri de prevenire a efectelor unor poziții prelungite
- Ajustarea automată a spătarului și a secțiunii picioare pentru mobilitatea pacientului
- Reglare automată pentru confort în poziția de ședere
- Trei modele de somieră, în funcție de preferința clientului



Paturi de îngrijire la domiciliu

Produse de calitate, fabricate în Germania

Malsch International SRL
Str. Thomas Masaryk 9, ap. 3,
Sectorul 2, 20983, București, România

Tel. +40 (21) 2122004
Fax +40 (21) 2118159

E-Mail: info@malsch-int.com
Web: www.Malsch-int.com