206

săptămâna MEDICALĂ

Anul XII • Nr. 206 • 15 octombrie 2016

2.49 lei

## Ochelarii de vedere

# Primele clipe ale nou-născutului sunt definitorii pentru viață!

## Despre noi și pentru noi

Patologia prostatei la vârstnic 14

Beneficiile saunei 24

Soluții naturale gemoterapice 28

Instrumentele electronice în practica medicală ..... Pag. 8

Terapia hiperplaziei benigne de prostată ..... Pag. 16

# 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) 112 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).

ISO 9001

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

# Costurile îngrijirilor medicale

Leziunile medulare reprezintă stări patologice complexe care afectează profund viaţa indivizilor. Până nu de mult, ele se asociau cu o rată crescută de mortalitate, dar în zilele noastre, în ţările cu nivel ridicat de trai, leziunile medulare nu mai sunt privite ca situaţii terminale sau care afectează profund viaţa activă, ci mai degrabă ca o provocare personală ce poate fi depăşită cu succes.

Această schimbare de optică reflectă o capacitate mult mai bună a sistemului medical, în măsură să asigure supravieţuirea și chiar o viaţă rezonabilă după injuria iniţială, atât datorită creşterii eficacităţii medicinei de urgenţă și de reabilitare, a diversităţii tehnologiilor de asistenţă, precum și existenţei unei reţele de servicii sociale și a unui mediu de viaţă mult mai accesibil. Ca rezultat, mulţi dintre supravieţuitorii unei leziuni medulare au o aşteptare de viaţă prelungită, o viaţă independentă și chiar productivă.

Costurile directe pentru leziunile medulare sunt maxime pe parcursul primului an de la debut, dar rămân crescute pe tot parcursul vieţii.

De exemplu, în Statele Unite costurile medii se estimează la cca 250 000 de dolari în primul an și câte 77 000 de dolari pentru următorii ani. Costul estimat pe parcursul întregii vieţi la un individ de 25 de ani variază între 900 000 și 3 000 000 de dolari, în timp ce pentru un individ de 50 de ani, aceste costuri pot fi între 700 000 și 1700 000 dolari, în funcţie de localizarea geografică a bolnavului și severitatea leziunii.

Probabil vă veţi întreba cum stau lucrurile în ţara noastră; din păcate, îngrijirea medicală a persoanelor cu leziuni medulare, ca și a tuturor celorlalte persoane cu disabilităţi este departe de a reprezenta o prioritate a sistemului medical din România.

Cheltuielile pentru serviciile de reabilitare ar reprezenta resurse bine investite: salvarea vieţii, creşterea calităţii acesteia și redarea productivităţii la această categorie de indivizi, ceea ce reprezintă imperative sociale și umanitare.

*Fragment din articolul "Costurile îngrijirilor medicale pentru pacienţii cu leziuni medulare" publicat în revista "Reabilitare Medicala 2016"*

*Daiana Popa, medic Reabilitare Medicală*

săptămâna MEDICALĂ

## Cuprins


Primele clipe ale nounăscutului sunt definitorii pentru viaţă! ..... 4

Slăbiţi 10 kilograme în 14 zile fără să vă înfometaţi ..... 5

Ochelarii de vedere ..... 6

Instrumentele electronice în practica medicală ..... 8

Abordarea terapeutică a tulburării de stres posttraumatic ..... 10

Despre noi și pentru noi ..... 12

Patologia prostatei la vârstnic (fragment) . 14

Terapia hiperplaziei benigne de prostată .. 16

Crampele musculare și cârceii pot ascunde probleme mari de sănătate. Află care sunt și cum se tratează prin medicina integrată! ... 20

Diagnosticul hepatic neinvaziv, prin biomarkeri serici ..... 22

Beneficiile saunei ..... 24

Fitoterapia ayurvedică în unele afecţiuni respiratorii de sezon .... 25

Tu ştii să abordezi infecţiile urinare? ..... 26

Câteva soluţii naturale gemoterapice pentru cele mai frecvente afecţiuni respiratorii ... 28

MICTAPROX 10 supozitoare 2g ..... 32

Examenul histopatologic vs analiza de imunohistochimie ..... 34


Foto revistă: Shutterstock


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

**Editor:** Fin Watch
Calea Rahovei, nr. 266-268, Sector 5, Bucureşti,*
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

# Primele clipe ale noun-născutului sunt definitorii pentru viață!

**Conferențiar**
**Dr. Simona Vlădăreanu,**
medic primar neonatolog, șef Clinică Neonatologie, Spitalul Universitar de Urgență „Elias", București

## Incidența nașterilor premature este ridicată

Statistica oficială nu este tocmai cea reală. Înainte de 89 nu se declarau nașterile premature, mai ales sub o anumită vârstă de gestație, chiar sub 28 de săptămâni, fiindcă mortalitatea era foarte ridicată la această vârstă de gestație și atunci creștea și rata de decese perinatale, ceea ce nu dădea bine. Din păcate, aceste proceduri încă mai persistă, nu în capitală sau în centrele mari universitare ci în maternitățile mici. Dacă, totuși, prematurul trăiește, supraviețuiește, atunci se declară că s-a născut, este un nounăscut, dacă decedează însă, atunci se declară ca avort. După cum știm, în legislația privind declararea nou-născutului, vârsta la care se declară viabil începe cu 24 de săptămâni împlinite, chiar dacă este un prematur cu greutate foarte mică, trebuie declarat și înregistrat. Dincolo de aceasta, sigur că incidența prematurilor la noi în țară este mare față de țările dezvoltate din Europa și din lume. Procentul este de peste 10-15%.

## Să enunerăm cele mai frecvente cauze care determină nașterea prematură

În primul rând starea de sănătate generală a populației, precară, din păcate. Și aici intervine alimentația deficitară pentru o parte din mediile sociale de unde provin, dealtfel, aceste nașteri premature. O alta cauză este vârsta foarte tânără a mamei la prima naștere. Avem un număr de peste 600 de copii născuți de adolescente cu vârste sub 15 ani. Alți factori sunt cei care țin de educația medicală, și chiar educație în general, și anume faptul ca o femeie care este gravidă ar trebui să consulte medicul de familie, medicul specialist obstetrician, cel puțin de 3-6 ori într-o sarcină. Practic, ar trebui să fie luată în evidență, după care să urmeze controale, analize, investigații după un anumit protocol de urmarire a sarcinii , lucru care nu se întâmplă. Statisticile din țară arata că mai mult de o treime din totalul sarcinilor din România nu sunt luate în evidență. Ne întâlnim și cu situații absolut bizare , când vine femeia la spital și spune că i s-a umflat burta, ea neștiind că este gravidă. Unele consideră că s-au îngrășat, nu se gândesc că ar fi gravide. Culmea este că unele mai au un copil acasă și nu realizează ce li s-a întâmplat.

## Nașterea la o vârstă mai avansată

În principiu, femeia cu vârstă peste 35 - 40 de ani, cum a început și la noi să fie trendul, de a avea prima sarcină, se consideră a fi o sarcină cu risc de prematuritate. Este importantă patologia asociată , pentru că în jurul vârstei de 40 de ani, femeile pot avea hipertensiune, boli renale, diabet etc. care reprezintă factori de risc asociați unei nașteri premature. Dar și în această situație, dacă gravida respectivă este luată în evidență, dacă toată această patologie este cunoscută, gestionată și tratată corect, șansele să nască prematur, scad. Există și în România, în spitale, medicație care asigură prelungirea sarcinii către termen. V-am dat câteva argumente pentru care este absolut necesară urmărirea gravidei pe toată perioada sarcinii.

Va continua.

# Slăbiți 10 kilograme în 14 zile fără să vă înfometați

## O metodă revoluționară de slăbit care într-un timp extrem de scurt dă rezultate extraordinare, fără efect yo-yo, fără înfometare și fără a pune în pericol sănătatea organismului

Liposucția neinvazivă (LN) nu este doar o altă dietă de slăbit pe care să o aplicați câteva săptămâni, după care să reveniți la vechile obiceiuri alimentare. Liposucția neinvazivă este mai mult decât o simplă dietă, este un stil de viață, potrivită pentru toți cei care sunt pregătiți să renunțe definitiv la un mod de alimentație „modern" (a se citi nesănătos) întrucât au înțeles că o astfel de alimentație le distruge sănătatea și contribuie la creșterea în greutate și la apariția obezității. LN nu se aseamănă cu alte diete de slăbit, pentru că la această metodă de slăbit dispare senzația de foame și se instalează sațietatea, însă sunt selectate cu mare grijă alimentele. Și totuși, nu cred că există ceva mai simplu de urmat decât această metodă de slăbit. Trebuie subliniat că LN nu este o dietă proteică, nu se mănâncă carne mai multă decât într-o alimentație standard, în schimb se mănâncă o mare diversitate de legume (care înlocuiesc cu succes alimentele bogate în amidon și gluten) și o diversitate de grăsimi naturale, care asigură nutrienții necesari pentru buna funcționare a organismului, oferind organismului energie și o senzație de sațietate de durată. Într-un final, se mănâncă mai puțină mâncare, dar vă simțiți bine fără a vă înfometa.

### Tratament de slăbire eficientă

Tratamentul de liposucție neinvazivă vă ajută să scădeți în greutate rapid și sănătos. În prima fază este vorba de o dietoterapie restrictivă cu aport de aminoacizi și glucomanan de konjac, a cărui efecte au fost cercetate și aprobate de către EFSA (European Food Safety Authority), FDA (US Food and Drog Administration) și a obținut calificativul GRAS (Generaly Recognised As Safe – considerat ca sigur pentru sănătate). Despre glucomananul de konjac se consideră că ajută la scăderea în greutate și la reglarea glicemiei și colesterolului. Acțiunea sinergică a aminoacizilor și a glucomananului de konjac are ca rezultat activarea metabolismului natural al grăsimilor și reglarea hormonalo-metabolică în țesuturile adipoase, care are ca efect scăderea în greutate prin „topirea" grăsimii din care se produce energie în organism. Simplificat, tratamentul funcționează pe principiul declanșării și accelerării metabolizării grăsimilor, adică organismul se „hrănește" cu propriile rezerve de grăsime. Un ciclu de tratament permite scăderea cu 7-10% din greutatea corporală în doar 14 zile. Ce este esențial, tratamentul este absolut neinvaziv, și sigur pentru sănătate. În timpul tratamentului nu vă este foame, nu scade glicemia și nu vă lipsește energia, vă simțiți bine – kilogramele se pierd rapid, iar după numai 48 de ore sunt vizibile și primele rezultate.

### Scăderea în greutate și refacerea sănătății

În a doua fază, după scăderea în greutate, începe procesul de alimentație sănătoasă, corectă și echilibrată. Odată cu adoptarea modului de alimentare LN, veți putea să scădeți în greutate dar și să vă îmbunătățiți sănătatea. Se stabilizează nivelul de zahăr în sânge, se reglează secreția de insulină, se reglează metabolismul grăsimilor (prin eliberarea grăsimii din celulele din țesuturile adipoase, din care se produce energie) având ca rezultat și o detoxificare a organismului (prin topirea grăsimi se elimină și toxinele acumulate în rezervele de grăsime, știut fiind că grăsimea din organism este mediul preferat de stocare a toxinelor). În loc de glucoză (zahăr) organismul consumă grăsimile pentru a produce energie, astfel că nu vă mai este foame atât de des și nu mai simțiți nevoia de a „ronțăi" constant ceva (mai ales după amiaza și seara). Dispar oboseala cronică și lipsa de energie, nu mai depindeți de mese și gustări dese pentru refacerea energiei, și ea vă este la îndemână din propriile rezerve de energie (grăsimea din organism).

### Abordare individuală

Motivele pentru care dorim să schimbăm modul de viață și de alimentație pot fi diferite, pentru că nu toți cei ce apelează la serviciile noastre doresc numai să slăbească. Abordarea trebuie să fie individuală, și pentru acest lucru aveți la dispoziție nutriționiștii companiei International Health care a adaptat și modernizat metoda liposucției neinvazive, concept ce se regăsește și în protocolul de aplicare a liposucției neinvazive. Puteți afla mai multe despre cum să vă îmbunătățiți stilul de viață accesând informațiile de pe pagina web www.liposuctiealimentara.ro. Alăturați-vă miilor de persoane care au beneficiat de recomandările nutriționiștilor noștri și care, respectând cu strictețe aceste recomandări, au reușit nu numai să scape definitiv de surplusul de kilograme, dar și să își îmbunătățească semnificativ starea de sănătate și vitalitate a organismului.

Mai multe informații se pot obține de pe pagina de Facebook – Liposucție alimentară – dar și la nr. de telefon: +40 356 265 423, +40 773 353 071, +40 311 052 948.

# Ochelarii de vedere

Ochelarii de vedere vă ajută, așa cum le spune și numele, să vedeți bine, corectând anumite afecțiuni ale ochilor precum miopia, hipermetropia, astigmatismul sau presbiopia. În zilele noastre, există foarte multe modele de rame, lentile și tratamente pentru lentile, astfel ochelarii pot fi colorați sau discreți, ușori, mai rezistenți la rupere sau la spargere, răspunzând exigențelor modei, dar și celor practice.

**Dr. Andrei FILIP**
Medic Primar, Specialist Oftalmolog, Doctor în Științe Medicale, Clinica de oftalmologie Ama Optimex
www.amaoptimex.ro
www.scapadeochelari.ro
www.cataracta.ro

Însă, trebuie să rețineți, în primul rând, că ochelarii de vedere sunt un dispozitiv medical, ei trebuie purtați la recomandarea unui medic oftalmolog sau a unui optician, în urma unui consult, în timpul căruia se va stabili afecțiunea de care suferiți și se va prescrie o rețetă pentru ochelari, cu dioptriile potrivite.

După ce aveți indicațiile medicale corecte, puteți alege ramele, lentilele și tratamentele pe care vi le doriți, dar și aici trebuie să ascultați sfatul opticianului, căci, în funcție de afecțiune, sunt anumite modele care vă sunt potrivite. Purtarea unor ochelarii necorespunzători poate cauza amețeli, dureri de cap, senzație de presiune la nivelul ochilor, vedere dublă.

Ramele sunt disponibile în diverse culori, forme și sunt fabricate din diverse materiale. Astfel, sunt rame din metal, inclusiv aur, materiale plastice sau alte materiale precum lemn, carapace de broască țestoasă sau corn de animal. Sunt rame cu contur, perivist (au contur numai la partea superioară), rame glazant (fără contur). Când alegeți ramele ochelarilor, pe lângă partea estetică, este important luați în considerare sistemul optic al ochelarilor, morfologia capului și întrebuințarea acestora. Forma și dimensiunile ramelor trebuie să asigure un câmp vizual adaptat utilizării ochelarilor. Dacă îi scoateți și îi puneți pe cap deseori, ramele trebuie să fie mai rezistente. Dacă în activitățile profesionale aveți nevoie de o vedere bună în sus este indicat să alegeți o ramă care depășește sprâncenele pentru a nu limita câmpul vizual. Ramele ochelarilor trebuie să fie confortabile și stabile.

Lentilele ochelarilor se aleg în funcție de corecția optică de care aveți nevoie, pentru o singură distanță (monofocale), pentru aproape și pentru distanță (bifocale), pentru vedere la aproape, intermediară și la distanță (multifocale), pentru vederea de aproape la diferite distanțe există lentile degresive. Apoi, puteți opta pentru lentile din sticlă, plastic sau policarbonat. În acest stadiu trebuie să luați în considerare stilul de viață și ramele pe care le-ați ales. Lentilele din sticlă se zgârie mai greu, dar se sparg ușor și pot provoca accidente grave. Cele din plastic sunt ușoare, au rezistență bună la lovituri, au tratamente de suprafață și pot fi montate pe orice tip de ramă. Cele din policarbonat sunt foarte rezistente la impact și sunt perfecte pentru copii, sportivi, persoane cu o viață activă.

Tratamentele care se pot aplica lentilelor oferă protecție și claritate. Puteți alege tratament antireflex (elimină reflexiile și oferă confort vizual, protecție vizuală și claritate), tratament pentru lumina albastră (filtrează lumina albastră provenită de la diverse ecrane), tratament durificare (este inclus în tratamentul antireflex, dar poate fi aplicat separat).

Pentru protecția UV, puteți să vă faceți ochelari de soare cu dioptrii sau să alegeți lentile fotocromatice (heliomate) care își deschid sau închid culoarea în funcție de luminozitatea mediului înconjurător. Pentru practicarea sporturilor, există ochelari de protecție cu dioptrii.

Chiar dacă există o anumită limitare impusă de aspectele medicale și practice, domeniul a evoluat atât de mult încât cu siguranță vă veți găsi perechea de ochelari cu care să vă simțiți confortabil și cu care să vă stea bine.

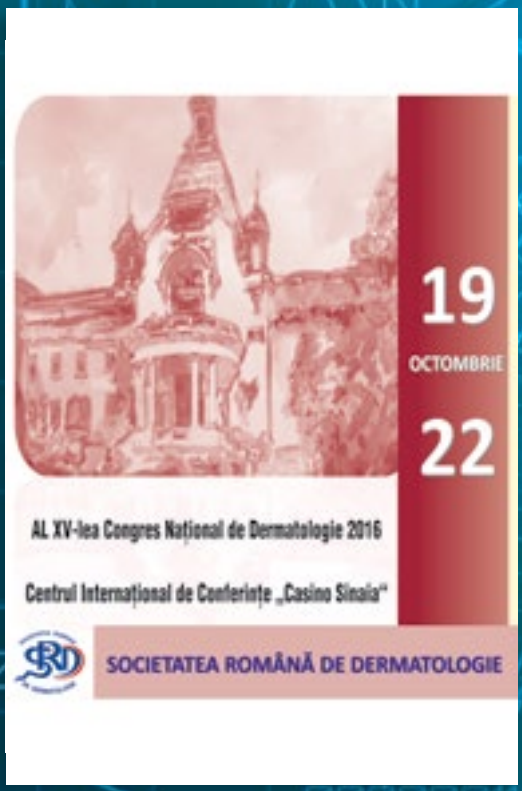
**www.amaoptimex.ro/servicii/8ik-optica-medicala/**

AMA OPTIMEX
Clinică de oftalmologie

**www.cataracta.ro**
**www.scapadeochelari.ro**

Organizator:
Societatea Română de Chirurgie Cardiovasculară
SRCCV 2016
www.srccv.org
Al 12-lea
Congres Național al Societății Române de Chirurgie Cardiovasculară
Al 8-lea Simpozion al Asistenților de Chirurgie Cardiovasculară, ATI și Circulație Extracorporeală
Manifestări însoțite de o expoziție medicală specializată
13 - 16 octombrie 2016
Hotel Sport, Poiana Brașov
RALCOM

2016
CONGRESUL NAȚIONAL DE OTORINOLARINGOLOGIE ȘI CHIRURGIE CERVICO-FACIALĂ CU PARTICIPARE INTERNAȚIONALĂ
BĂILE FELIX | 19-22 OCTOMBRIE 2016
www.orl2016.medical-congresses.ro
Professional Congress Organizer
www.medical-congresses.ro


19
OCTOMBRIE
22
AL XV-lea Congres Național de Dermatologie 2016
Centrul Internațional de Conferințe „Casino Sinaia"
SOCIETATEA ROMÂNĂ DE DERMATOLOGIE

COURS INTENSIF DE CANCÉROLOGIE DIGESTIVE
27-29 octobre 2016, Gura Humorului
FFCD
SRGH
SRCD
www.oncodigest.ro
coursfranco.r@gmail.com

# Instrumentele electronice în practica medicală

În practica medicală volumul de cunoștințe se dublează odată la 4 ani. Este imposibil pentru orice medic să țină pasul cu această dezvoltare a cunoștințelor medicale. Creșterea volumului de informații a dus inexorabil la supraspecializarea medicilor, la îngustarea domeniului de expertiză a acestora, ceea ce a făcut posibil cunoașterea în detaliu a bolilor, a mecanismelor patogenetice și a mijlocelor terapeutice.

**Horia Cristian,**
MP, MD, PhD, Radu B. Comșa, Andreas Kuglis

Totodată această supra specializare ne-a permis să ne focalizăm pe detalii, ceea ce e foarte bine pentru medicii care practică medicina intuitivă[1], poate și pentru cei care practică medicina bazată pe dovezi[2].

Pentru medicii de familie, care practică medicina de precizie[3] o asemenea supraspecializare pe lîngă faptul că este imposibilă ar face ca de multe ori să piardă imaginea mare, de ansamblu, "the bigger picture", care este esențială în diagnostic. Din nefericire medicii care sunt capabili să integreze imaginea de ansamblu, care pot depăși granițele propriei supraspecializări sunt foarte rari și dacă nu schimbăm modul în care privim medicina ei vor dispărea curând.

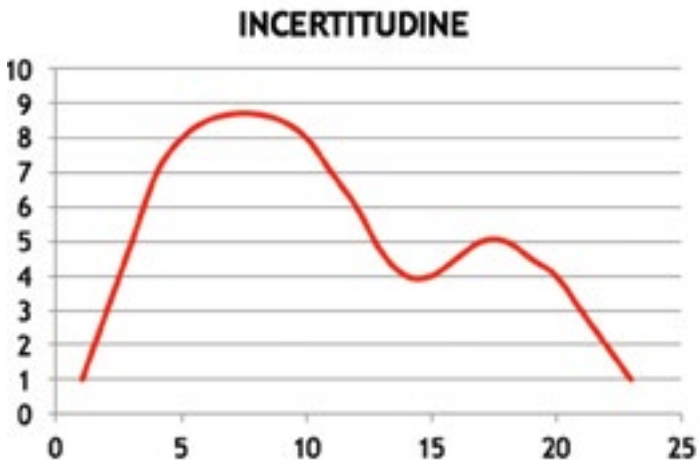
Pentru medicii de familie aparent nu există soluție. Vrem ca ei să stăpânescă toate specialitățile, să poată să integreze informațiile și datele din cardiologie, diabetologie, neurologie, nefrologie, chirurgie și multe alte specialități. Ceea ce este imposibil. Mai ales că, în România, timpul pe care îl are la dispoziție un medic de familie este limitat de practica medicală curentă.

## Definirea problemei

Dezvoltarea cunoștințelor medicale are efecte asupra calității actului medical. În iunie 2005 și respectiv iunie 2006 am făcut o analiză a prescripțiilor înregistrate în CJAS Timiș, ceea ce însemna în jur de 99 - 100.000 rețete în fiecare lună. Analiza a presupus scanarea rețetelor și analiza concordanței între diagnostic și medicația prescrisă. Peste 15% din prescripții erau prescripții off-label[4], doze mai mari decât doza maxim admisă[5] și interacțiuni medicamentoase severe[6]. Evident, medicii prescriptori (medici de familie) au fost chemați pentru a discuta erorile de prescripție și după discuția cu 4-5 medici ne-am dat seama că este aproape imposibil să găsim o rezolvare a problemei prin metodele clasice.

În primul rând pentru că prescripțiile analizate în iulie s-a făcut pe rețetele din CJAS în iunie, care erau înregistrate de farmacii la CJAS în mai și eliberate în aprilie, deci scrise de medicii de familie în martie. Analiza noastră a fost făcută în iulie 2006 și după rezultatele obținute am decis extinderea analizei, comparativ și pe iunie 2005. Primele discuții le-am avut cu medicii în august și imediat a devenit evident că a trecut îngrozitor de mult timp de când medicii au prescris rețetele respective, era luna august și noi vorbeam de prescripții făcute în martie, cu 5 luni înainte. Era imposibil să își aducă aminte de un anume pacient și o anume prescripție.

Apoi, din discuțiile cu ei am realizat că e vorba în majoritatea cazurilor de medicamente care au fost prescrise pacientului pe cel puțin 2 rețete diferite (sau 3), în urma scrisorilor de recomandare de la 2-3 medici specialiști diferiți, care nu știau unul de celălalt și chiar dacă ar fi știut, prescripțiile din alte




specialități depășesc în mod evident competența lor.

Probabil că prima reacție a celor care citesc aceste rânduri este de revoltă și / sau surprindere și mai ales se întreabă ce sancțiuni am aplicat. Dar dacă urmărești soluții și nu vinovați, îți dai seama imediat că în majoritatea covârșitoare a cazurilor era vorba de erori absolut oneste, expicabile prin supraspecializarea medicilor. În mod aparent paradoxal aceste erori de prescripție sunt mai frecvente în centrele universitare dar este perfect explicabil prin faptul că fenomenul de supraspecializare este mai intens.

Lucrurile nu sunt diferite nici când vorbim de diagnostic. În luna mai a fost o dezbatere în Parlament despre bolile inflamatorii intestinale și unul din elementele comune ale poveștilor pacienților era întârzierea în diagnostic: pacienții au mers din medic în medic căutând diagnosticul și le-a luat în medie 2 ani să găsească diagnosticul corect. În acest caz vorbim de boli cu simptomatologie complexă, care debutează cu complicații acute care mimează sau sunt frecvente în multe alte boli, lucru care este aproape patognomonic bolilor din medicina intuitivă.

**În consecință putem defini problema astfel: în interacțiunea dintre pacient și medic apar două mari momente de incertitudine: diagnosticul și tratamentul.**

## Diagnosticul

În momentul în care pacientul intră în cabinet începe dilema: ce boală are? Și pe măsură ce pacientul își înșiră semnele și simptomele incertitudinea crește. Și cu cât boala este mai departe de medicina de precizie, către medicina bazată pe dovezi sau medicina intuitivă, cu atât este mai dificil să ne orientăm. Aceste moment de incertitudine este primul și adesea este foarte dificil pentru medic să își formeze o părere. În cazul medicului de familie această incertitudine dacă nu poate fi rezolvată conduce la timp pierdut de pacient în încercarea sa de a găsi diagnosticul. Cu cât mai complexă boala (și simptome intricate) cu atât durează mai mult diagnosticarea. Momentul de maximă incertitudine este aproximativ în minutul 7 al consultației și apoi cu fiecare întrebare și cu fiecare analiză se conturează diagnosticul probabil.

**Cum putem rezolva problema asta? Există instrumente pe care medicul de familie le poate folosi?**

*Continuare în numărul viitor.*

### Bibliografie

1. Medicina intuitivă este acea medicină complexă practicată de marii profesori universitari, care datorită cunoștințelor și experienței lor au capacitatea de a intui și de a experimenta: acolo unde noi, medicii de rând vedem doar un amalgam de semne și simptome, aceștia au capacitatea de a intui diagnostice și în plus aceștia au capacitatea de a experimenta adică pot aplica tratamente excepționale (adesea off-label) și pot vedea înaintea oricui dacă acestea dau sau nu rezultate.
2. Medicina bazată pe dovezi este acea medicină în care avem protocoale de diagnostic și tratament elaborate pe baza experienței celor care practică medicina intuitivă. Acești algoritmi de diagnostic și tratament ne permit nouă , medicilor specialiști, să tratăm boli complexe utilizând modele de decizie simple.
3. Medicina de precizie: acea medicină în care știm cu exactitate care este patogeneza, știind simptomele și care sunt modificările investigațiilor paraclinice putem stabii cu mare precizie diagnosticul. Și mai ales știm tratamentul corect.
4. Medicamentul era prescris pentru o boală pentru care nu exista indicație înregistrată la EMA (European Medicines Agency)
5. Au fost luate în considerare doar dozle de 2X mai mari decât doza înscrisă la EMA
6. Sunt acele interacțiuni care în peste 5% din cazuri produc spitalizarea sau decesul pacientului.

# Abordarea terapeutică a tulburării de stres posttraumatic

Orice tragedie de genul celei din clubul Colectiv lasă urme fizice și psihice adânci. Recuperarea fizică a pacienților este extrem de dificilă și de lungă durată, însă de asemenea trebuie acordatăo atenție crescută și recuperării psihice. Nu numai cei răniți pot suferi modificări psihice însemnate, dar și toți cei implicați într-un fel sau altul în ceea ce s-a întâmplat în acea seară: participanții la concert care au reușit să iasă nevătămați din club, dar care au fost martori ai tragediei, cadrele medicale, pompierii salvatori sau alte persoane care au ajutat la salvarea tinerilor mutilați de foc.

**Conf. Dr. Cornel Chiriță,**
farmacist specialist în Farmacologie și Farmacie Clinică
Facultatea de Farmacie
UMF "Carol Davila" București

Este absolut obișnuit ca imediat după traumă, persoana expusă să aibă coșmaruri, să se simtă înspăimântată sau să se gândească permanent la ceea ce s-a întâmplat, însă pentru majoritatea oamenilor aceste simptome se ameliorează treptat odată cu trecerea timpului. În cazul în care simptomele se permanentizează, iar sistemul nervos al individului rămâne blocat și nu reușește să-și redobândească echilibrul, situația devine patologică și poartă numele de tulburare de stres posttraumatic (TSPT).

TSPT este o patologie care aparține tulburărilor anxioase și care poate genera atât simptome imediate, cât și reacții pe termen lung, manifestate după luni sau chiar ani de la evenimentul traumatizant.TSPT are câteva semne de diagnostic definitorii, astfel:

- retrăirea evenimentului traumatizant sub forma de gânduri repetitive, imagini (flashbacks) sau coșmaruri;
- evitarea discuțiilor sau activităților care amintesc trauma;
- evitarea oamenilor sau locurilor care ar putea declanșa retrăirea traumei;
- stare afectivă modificată – ex. exprimare redusă a emoțiilor;
- lipsa de interes pentru activitățile care înainte de traumă erau plăcute;
- pesimism legat de viitor, în ceea ce privește statutul social, cariera, etc.;
- concentrare scăzută;
- hipervigilență;
- iritabilitate;
- hiposomnie.

## Prevenirea apariției simptomelor post-traumatice

În scopul prevenirii apariției simptomelor post-traumatice, se poate iniția terapia cognitiv-comportamentală (TCC) țintită pe traumă sau tratamentul farmacologic cu adrenolitice de tip propranolol sau prazosin, pentru reducerea coșmarurilor din timpul nopții. Utilizarea în scop de prevenție a antidepresivelor inhibitoare selective ale recaptării serotoninei (ISRS) de tip sertralină sau escitalopram este controversată, din cauza rezultatelor neconcludente ale studiilor clinice.

## Tratamentul acut al TSPT

Implică intervenții psihologice precum TCC individualizată axată pe traumă sau

desensibilizare și retratare prin mișcări oculare (EMDR), tehnică prin care pacienții sunt ajutați să proceseze amintirile și emoțiile negative suprimate. Tratamentul farmacologic se face în principal cu antidepresive, fie ISRS (paroxetină, sertralină), fie inhibitoare selective ale recaptării noradrenalinei (ISRN) ca venlafaxina, care și-au dovedit superioritatea față de placebo în câteva studii clinice efectuate. Alte medicamente posibil eficace ar putea fi antipsihoticele ca risperidona sau olanzapina, precum și anticonvulsivantul topiramat. Pacienții trebuie consiliați să urmeze tratamentul stabilit cel puțin 12 săptămâni, pentru obținerea unor rezultate cât mai bune.

Trebuie semnalat faptul că benzodiazepinele, frecvent utilizate în tratamentul acut al pacienților cu TSPT, prezintă riscuri care depășesc cu mult posibilele beneficii pe termen scurt, putând precipita sau agrava simptomele bolii și înrăutăți rezultatele psihoterapiei. De asemenea, pot crește potențialul de abuz, și așa crescut în rândul pacienților cu TSPT.

## Tratamentul pe termen lung

trebuie luat în considerare la cel puțin jumătate dintre pacienții care dezvoltă TSPT. S-a constatat că procentul de pacienți care răspund pozitiv crește pe parcursul tratamentului cronic. Se consideră că trebuie inițiat fie un tratament psihologic, fie unul farmacologic, întrucât asocierea celor două se va realiza numai în caz de eșec al tratamentului inițial.

Tratamentul cronic trebuie efectuat cu un medicament care să reducă simptomatologia pacientului și care să prevină recăderile. În cazul unui răspuns pozitiv al pacientului, administrarea va fi continuată cel puțin 12 luni, cu monitorizarea periodică a eficacității și siguranței. Pe termen lung se pot utiliza antidepresive ISRS (fluoxetina, paroxetina, sertralina), iar atunci când se impune se poate asocia olanzapină, risperidonă sau prazosin. În plus, o abordare mixtă farmacologică și psihologică poate da rezultate în cazul pacienților cu simptome rezistente.

În afara intervențiilor din partea medicilor, pacienții trebuie să încerce pe cont propriu să-și învingă teama. Există câteva posibile lucruri care pot ajuta pacienții cu TSPT să redobândească controlul asupra propriilor vieți, cum ar fi cât mai multă mișcare (mers pe jos, alergat, înot), cu concentrarea gândurilor asupra senzațiilor trăite de corp în timpul exercițiului, interacțiunea socială cu oamenii foarte apropiați, învingerea sentimentului de neputință prin ajutor acordat altor oameni aflați în nevoie (voluntariat, donare de sânge, etc.), adoptarea unor comportamente sănătoase de viață precum tehnici diverse de relaxare, o dietă echilibrată, o durată suficientă a somnului și evitarea alcoolului sau a drogurilor.

## Fibromul uterin – problema care afectează tinerele femei

Menstrele dureroase și grele, balonarea și constipația sunt indicatori comuni ai femeilor care au fibrom uterin. Cu toate acestea, multe femei tinere ignora aceste simptome din cauza unei concepții greșite conform cărora fibroamele afectează doar femeile mai în vârstă.

„Fibromul este o tumoră benignă care se localizează în uter și este compus din aceleași fibre musculare netede că peretele uterin, însă acestea sunt mult mai dense decât cele normale care au de obicei forma rotundă. Acest lucru este cauzat de variațiile la nivelul producției de estrogen și progesteron, de aceea afecțiunea apare foarte frecvent la vârste fragede", explică domnul doctor Silviu Ișstoc, medic primar obstetrică-ginecologie.

# Despre noi și pentru noi

Știm toți că omul este un întreg constituit din fizic, psihic și social. Funcționăm sistemic, așa încât mecanismele de compensare și supracompensare sunt permanent active, asta însemnând că, pentru păstrarea echilibrului sistemului, de fiecare dată când neglijăm una dintre componente, o alta sau chiar celelalte două, compensează "minusul" pentru a fi păstrat echilibrul întregului.

**Cristina Fülöp**
Cabinet Individual
de Psihologie
Tel. 0722.509.713
0748.752.538

Legăturile dintre cele trei componente sunt permanente și determină efecte la nivelul celorlalte, continuu. Astfel, un somn insuficient poate produce efecte negative atât la nivel fizic, cât și psihic: scăderea concentrării, atenției, iritabilitate, tulburări de memorie, etc., și de asemenea la nivel social: apatie relațională, comunicare deficitară, reacții și atitudini nepotrivite, etc.

Pentru că viața de zi cu zi se desfășoară pentru mulți dintre noi de luni până vineri, exclusiv între slujbă și casă și, pentru că preocupările cotidiene ne determină să eficientizăm maxim rezolvarea activităților, se întâmplă deseori ca oboseala și suprasolicitarea să se instaleze, cu efecte la toate cele trei nivele: fizic, psihic și social. Efectele acestea apar atunci când resursele noastre sunt depășite de solicitările "ce vin spre noi" și pe care suntem nevoiți să le gestionăm.

Tributari obișnuințelor, uităm că avem la dispoziție modalități complet non-costisitoare de a suplimenta "sursa" de resurse.

Vă amintiți că în copilărie, părinții vă stimulau dezvoltarea bio-psiho-socială implicându-vă în tot felul de activități? Acestea produceau efecte la toate nivelele, chiar dacă, aparent, se adresau doar "fizicului" sau doar "psihicului". Să luăm un exemplu pentru a clarifica orice îndoială. Jocul cu mingea împreună cu alți copii, în parc, dezvoltă motricitatea, coordonarea, interesează ritmul respirator și ritmul cardiac, sistemul osos și muscular, dar în același timp, dezvoltă atenția concentrată și distributivă, spontaneitatea, procesul de luare de decizii, inițiativa, complianța, etc., iar la nivel social acționează în direcția dezvoltării competențelor sociale, a comunicării nonverbale și verbale s.a.m.d.

Așadar, ceea ce vă propun este ca, reamintindu-vă aceste aspecte, să vă stimulați "producerea" de noi resurse. O modalitate foarte eficientă este stimularea analizatorilor în alte direcții și dimensiuni decât o faceți în mod obișnuit. Gustați alimente și băuturi noi, fie pe care nu le-ați gustat niciodată, fie dintre cele despre care ați decis cu multă vreme în urmă, că nu vă plac. Ascultați alte stiluri de muzică decât cele despre care ați declarat că vă sunt preferate, ascultați sunete din natură pe care orașul nu vi le oferă și nu în ultimul rând ascultați oameni vorbind în limbi mai puțin cunoscute și mai puțin vehiculate în mediile tv și radio. Priviți altceva decât ceea ce este în obișnuitul dumneavoastră. Uitați-vă câteva minute "la ce se întâmplă" în iarbă, opriți-vă și priviți îndeaproape frunzele unui copac sau pur și simplu, priviți cum "se fac și se desfac" norii. Să nu uităm de analizatorul kinestezic și de cel vestibular: exersați (prin casă) pasul piticului sau pasul șterngarului, faceți "cumpăna" sau stați "în lumânare" (sunt sigură că va amintiți de toate, din copilărie). Pentru stimularea analizatorului cutanat, descălțați-vă și savurați experiența de a călca desculți pe diferite suprafețe, prin iarbă, pe asfalt sau pur și simplu pe parchet sau gresie, dacă utilizați mereu papuci. Așezați-vă pe podea cu picioarele sprijinite pe pereți, faceți picnic pe covorul din living sau pur și simplu spălați-vă pe dinți cu mâna stângă dacă sunteți dreptaci.

Fiți conștienți când experimentați toate acestea și bucurați-vă de senzațiile produse. Fiți atenți la ce gânduri vă trec prin minte și la cum vă simțiți în legătură cu aceste senzații.

Ieșirea din rutină, chiar dacă în moduri atât de simple, determină conștientizare și reconectare cu sine, relaxare și satisfacerea nevoii de autodeterminare, pentru fiecare dintre noi.

CANMED LASER www.canmed.ro

www.theralase.com theraLASE HEALING AT THE SPEED OF LIGHT

**Termenul LASER este un acronim pentru „amplificarea luminii prin emisia stimulată a radiației" (Light Amplification by Stimulated Emission of Radiation).**

**Este vorba despre radiații electromagnetice.**

**Sursa de lumină este pusă în contact direct cu pielea, lucru ce permite energiei luminii (fotoni) să penetreze țesuturile și să interacționeze cu molecule diferite, restabilind funcția celulară normală.**

**Efectele fiziologice ale terapiei cu laser de intensitate scăzută:**

*Efectele pe termen scurt:*

-reducerea intensității durerii prin stimularea producției și eliberării de beta-endorfine și îmbunătățirea fluxului sanguin local,

*Efectele pe termen lung sau cumulative:*

-îmbunătățirea metabolismului celular,

-vindecarea rapidă a țesuturilor deteriorate

-stimularea macrofagelor, fibroblaștilor și a altor celule;

-mai bună conducere nervoasă, creșterea sintezei de colagen și creșterea fluxului sanguin la nivelul zonei afectate

-stimularea răspunsului imunitar și facilitarea drenajului limfatic, reducând edemele.

Pentru tratarea durerii acute (accidentare, procedură medicală dureroasă) se indică în medie 1-6 ședințe zilnice, iar pentru cea cronică (tendinită, durere lombară, sindrom de tunel carpian) 2-3 ședințe pe săptamână, câteva săptămâni, iar apoi o dată pe săptămână sau la două săptămâni. Durerea articulară moderată spre severă, inflamația sau rigiditatea articulară au nevoie de 10-15 ședințe de tratament pentru a obține rezultate semnificative.

Managementul durerii prin terapia **LASER** furnizează un maxim de eficiență fără risc de lezare tisulară.

**Terapia LASER** de intensitate mică este eficientă în tratarea leziunilor țesuturilor moi și ale articulațiilor, a durerii cronice, rănilor și ulcerelor.

*Cu ajutorul LASER-ului se pot trata:*

Artrita (osteoartrita, artrita reumatoidă)

Durerile de cap, inclusiv migrena; Durerile coloanei vertebrale: cervicale, de spate, durerea lombară; Durerile articulare (genunchi, umăr, coapsă); Durerile musculare și durerea miofascială (durere musculară cronică); Durerea posto-peratorie;

Afecțiunile discurilor intervertebrale;

Sindromul de tunel carpian (cauzat de compresia nervului median la nivelul încheieturii mâinii, manifestat prin durere, amorțeli și furnicături la nivelul mâinii);

Fibromialgia (cauzează durere cronică la nivelul mușchilor, articulațiilor și a țesuturilor moi); Nevralgia (durere severă pe traiectul unui nerv); Neuropatia (cauzată de o leziune nervoasă); Fasceita plantară (durere la nivelul călcâiului); Tendinita;

Accidentările (întinderi musculare, entorse), precum și leziuni cauzate de mișcări repetitive

Refacerea rapidă a țesuturilor bolnave

**Laser-ul este extrem de eficient în numeroase afecțiuni:**

-dureri și inflamații datorate apariției monturilor (hallux-valgus - diformitate a piciorului în care degetul mare este deviat spre exterior)

-artrite (osteoartrita, artrite reumatoide)

-dureri de cap, inclusiv migrene; dureri la nivelul coloanei vertebrale cervicale, de spate sau lombare

-afectiuni ale discurilor vertebrale

-sindromul de tunel carpian

-durerea cronică la nivelul mușchilor, articulațiilor și țesuturilor moi

-nevralgii (durere pe traectul unui nerv); neuropatii (leziunea unui nerv)

-fasceita plantară (dureri la nivelul călcâiului)

-pinteni calcanieni ("ciocuri" la nivelul călcâiului)

-tendinite

-dureri postoperatorii; urmările unor accidente (întinderi musculare, entorse)

-dureri prin suprasolicitare a unor părți ale aparatului osteoarticular

**Dr. Nasreddine Mazen** a absolvit Facultatea de Medicină Generală în anul 1987; Începând din anul 1993 este medic acreditat de **Health & Welfare Canada.**

In anul 1997 a început colaborarea cu Centrul Medical Medsana, ca medic specialist medicină generală, în 2001 consultant al Ambasadei Canadei.

Din anul 2012 a început cercetarea și specializarea în domeniul terapiei laser și a obținut certificarea în Managementul durerii prin terapie laser la Montreal/ Toronto, Canada.

**CONTACT**
**DR. NASREDDINE MAZEN**
FONDATOR
TEL:+40 720 021 122
E-MAIL: **office@canmed.ro**
**WWW.CANMED.RO**

# Patologia prostatei la vârstnic (fragment)

Patologia cardiovasculară la vârstnic reprezintă o temă de interes deosebit având în vedere faptul că, pe de o parte, aceasta reprezintă principala cauza de morbiditate și mortalitate în acest segment de populație, dar și faptul că, în ultimul secol populația cu vârsta mai mare de 65 ani s-a dublat și se estimează că va crește de 2-3 ori în decursul următoarelor 5 decenii. Odată cu îmbătrânirea populației crește numărul bolilor asociate, dar totodată crește și complexitatea abordării și tratamentul adresat acestor boli.

**Nicoleta Lefter,**
medic rezident geriatru

**Georgescu Mircea Alexandru,**
medic rezident geriatru

**Prof. Dr. Ioana Dana Alexa,**
Clinica de Geriatrie şi Gerontologie Spitalul Clinic "Dr. C. I. Parhon" Iasi

O altă grupă de boli importantă în studiul stării de sănătate la pacientul geriatric este boala malignă. Numeroasele metode de prevenţie şi / sau depistare au dus paradoxal la creşterea numărului de cazuri de cancer. Un aspect important în screening îl reprezintă specificitatea. Astfel, introducerea antigenului specific prostatic (PSA) în screeningul cancerului de prostată a dus la o creştere semnificativă a cazurilor, diagnosticate în stadii precoce. Totodată, nu toţi pacienţii cu cancer de prostată în stadii iniţiale vor avea o evoluţie cu expresie clinică.

Procesul de înaintare în vârstă se asociază şi cu modificări importante în manifestările subiective ale bolilor. Astfel, patologia anginoasă prezintă o serie de particularităţi care pot expune medicul la diagnostice fals pozitive/ fals negative de infarct miocardic. Aceste particularităţi se referă, în primul rând, la o preponderenţă a formelor de ischemie silenţioasă, situaţie în care pacientul poate ignora cu desăvârşire evenimentul coronarian sau poate relata simptome care induc în eroare medicul: dispnee, diaforeză (transpiraţie abundentă, n.r.), greaţă, confuzie, durere epigastrică, sincopă („echivalenţe anginoase"). Sunt şi numeroase cazurile în care durerea este atipică, pretând, de cele mai multe ori, la confuzie cu reumatismul cronic degenerativ. Pasul următor în diagnosticul infarctului acut de miocard va fi identificarea modificărilor electrocardiografice. Având în vedere însă că la pacientul vârstnic leziunea nu este mereu transmurală (nu traversează pleura n.r.), modificările electrice pot fi modeste. În aceste condiţii, determinarea biomarkerilor cardiaci devine foarte importantă pentru precizarea diagnosticului şi iniţierea schemei terapeutice. O atenţie deosebită vom acorda creatinkinazei şi izoenzimei MB a acesteia.

Creatinkinaza este o enzima ce se găseşte în concentraţii crescute în citoplasma celulelor de la nivelul miocardului şi muşchilor scheletici şi, în concentraţii mult mai mici, la nivelul creierului.

Determinarea izoenzimei CK-MB reprezintă un test frecvent utilizat, având un rol decisiv în diagnosticarea infarctului miocardic acut. Astfel, creşterea CK-MB începe să devină evidentă la 3-8 ore de la debutul simptomatologiei şi atinge un maximum după 15-24 ore. În primele 72 ore doar la două treimi din pacienţi va mai persista o creştere a CK-MB. Cauzele nivelurilor serice crescute ale creatinkinazei MB fără existenţa infarctului miocardic acut sunt multe, deşi cele mai multe asociază, în esenţă, valori crescute ale creatinkinazei totale. Prin excluderea rezultatelor fals pozitive asociate cu alte patologii cardiace (chirurgie, traume, şoc, boli

inflamatorii, angină instabilă) și tulburări musculare scheletice (distrofii, miopatii, polimiozita, dermatomiozite, delirium tremens etc), cauzele rămase sunt de etiologie sistemică și mai puțin întâlnite. Leziunile sistemului nervos central (neoplazii traume, accidente vasculare cerebrale ș.a.), alcoolismul cronic și hipotiroidismul sunt, fără îndoială, cauzele cele mai clasice; însă și alte situații, cum ar fi hipertermia malignă, sindromul Reye, acromegalia, bronșita cronică, insuficiența renală, febra tifoidă și intoxicația cu monoxid de carbon sau solvenți trebuie să fie luate în considerare.

Pot apărea astfel valori fals crescute ale CK-MB, interpretate mai apoi în contextul unui sindrom coronarian acut cu tablou clinic nespecific.

Creșterea speranței de viață corelat cu introducerea screeningului pentru cancerul de prostată prin dozarea PSA a dus la creșterea importantă a pacienților diagnosticați cu neoplasm de prostată în stadii incipiente de boală. De cele mai multe ori acest lucru duce la supradiagnosticare, deoarece nu toți pacienții vor avea expresie clinică a cancerului de prostată (evoluție mai lentă a procesului neoplazic).

În ceea ce privește testul PSA, el măsoară nivelul sanguin al acestei substanțe, ce este produsă doar la nivelul prostatei, crește semnificativ șansa depistării cancerului de prostată și este de obicei efectuat (la cel puțin 1-2 săptămâni!) după examinarea rectală. Deoarece ejacularea poate crește temporar nivelul PSA, este indicată abstinența sexuală pentru cel puțin 2 zile înainte de recoltarea probei de sânge, iar în cazul în care pacientul a fost supus unei intervenții la nivelul aparatului urinar inferior (chiar introducerea unei sonde), intervalul până la care se poate doza PSA trebuie să fie prelungit. Creșteri ale nivelului PSA se întâlnesc și în cazurile cu adenom de prostată (hiperplazie prostatică benignă) sau inflamație a prostatei (prostatita), ceea ce impune o interpretare corecta a rezultatului în context clinic. Este dovedit faptul că numai 18-30% din bărbații cu valori ale PSA cuprinse între 4-10 ng/mL au cancer de prostată. În cazurile incerte, medicul urolog poate calcula densitatea PSA, velocitatea PSA (viteza) și raportul PSA liber/ PSA total, pentru a crește capacitatea de depistare precoce a bolii maligne. În vederea determinării antigenului specific prostatic, probele trebuie recoltate înainte de biopsie, prostatectomie, ecografie sau tușeu rectal, știut fiind faptul că manipularea prostatei duce la creșteri importante și persistente ale antigenului specific prostatic (chiar până la 3 săptămâni).

Evaluarea pacientului vârstnic cu neoplasm de prostată sau infarct miocardic acut în contextul în care specificitatea biomarkerilor dozați (PSA, CK-MB) nu este absolută, la care se adaugă prezența comorbidităților, simptomatologia atipică, de cele mai multe ori intricată, necesită o abordare complexă printr-o colaborare strânsă interdisciplinară (geriatru, cardiolog, urolog). Corelarea adecvată a simptomatologiei și a datelor de laborator are un rol deosebit de important în diagnosticarea corectă și instituirea tratamentului optim.

Fragment din „CKMB și patologia prostatei la varstnic"- revista Urologie-Medical Market 2016

# Terapia hiperplaziei benigne de prostată

**DR. ȚIGĂRAN DAN**
medic primar urolog,
Clinica Urologică Tim

**DR. CUMPĂNAȘ ALIN**
medic primar urolog,
Clinica Urologică Tim

În ultimele decenii, majoritatea pacienților diagnosticați cu hiperplazie benignă de prostată sunt tratați medicamentos.

În cazul în care este necesar tratamentul chirurgical (de obicei datorită retenței acute de urină repetate, a altor complicații ale hiperplaziei benigne de prostată sau datorită ineficienței tratamentului medicamentos), s-a apelat multă vreme la rezecția transuretrală a prostatei (TURP) monopolar sau bipolar. Cu toate acestea, în ultimii ani, au apărut terapiile minim invazive utilizând laserul pentru vaporizarea țesutului prostatic. Utilizarea pe scară din ce în ce mai largă a acestor metode este explicabilă prin rezultatele obținute la care se adaugă spitalizarea scurtă sau chiar efctuarea acestor proceduri în ambulator.

În clinica privată Urologica Tim din Timișoara am început să utilizăm vaporizarea fotoselectivă a prostatei din 2014, utilizând laserul Green Light produs de compania American Medical Systems. Rezultatele funcționale foarte bune, asociate cu faptul că procedura se poate efectua în regim de spitalizare de zi (pacientul este externat în ziua operației) au făcut ca această procedură să fie preferată de un număr din ce în ce mai mare de pacienți.

Din punctul de vedere al urologului, apreciem faptul că odată parcursă etapa de învățare, procedura este relativ simplă, vaporizarea țesutului prostatic este una sigură, cu puține complicații intraoperatorii semnificative, cu urina limpede la sfârșitul procedurii, permițând extragerea cateterului uretrovezical uneori în aceeași zi sau a doua zi după intervenție. În plus, metoda este extrem de convenabilă în cazul pacienților cu tratament anticoagulant (destul de frecvent întâlniți în activitatea noastră curentă). Din punctul de vedere al rezultatelor, vaporizarea fotoselectivă a prostatei oferă rezultate excelente în cazul hiperplaziei benigne de prostată complicată cu retenție acută de urină. Datele celui mai mare studiu legat de această tehnică, realizat în 29 de centre urologice din Europa indică faptul că rata de reintervenție după TURP la o lună este de trei ori mai mare comparativ cu vaporizarea fotoselectivă prin metoda Green Light. De asemenea, rezultatele metodei sunt comparabile cu cele ale TURP în privința ameliorării simptomatologiei, a debitului urinar maxim și a procentului de țesut prostatic îndepărtat. În plus, metoda este net superioară TURP în privința duratei cateterismului uretrovezical și a reîntoarcerii la ritmul de viață obișnuit.

Pacienții noștri au preferat metoda în primul rând datorită eficienței metodei coroborată cu posibilitatea de a fi efectuată în regim ambulator, la care se adaugă durata foarte scurtă a cateterismului uretrovezical postoperator, a reinserției sociale (și profesionale) rapide.

BÂRZA®

Singurele teste recomandate de Societatea Română de Obstetrică și Ginecologie

Afli

# Rapid și Sigur

cu 5 zile mai devreme

PRECIZIE >99%

Se poate efectua în orice moment al zilei

Afli în câteva minute

9 milioane

Folosit cu încredere de peste 9 milioane de femei

10 mIU

Sensibilitate

www.testulbarza.ro

TELVERDE 0800 822 792

# SUFERI DE HEMOROIZI

## ȘI NU VREI SĂ AJUNGI AICI?

# ACUM AI SOLUȚIA

VEZI ÎN DREAPTA

# PRESTO GEL

# SCAPĂ RAPID DE HEMOROIZI DOAR CU PRESTOGEL

- Elimină instant durerea
- Oprește sângerarea
- Nu conține steroizi

www.prestogel.ro

Disponibil în farmacii

# Crampele musculare și cârceii pot ascunde probleme mari de sănătate. Află care sunt și cum se tratează prin medicina integrată!

Când un mușchi suportă o contractură intensă, involuntară și extrem de dureroasă, cel mai probabil sunteţi afectat de către o crampă sau de un cârcel. Cârceii intervin adesea în toiul unui efort muscular intens, fiind cauzaţi în multe situaţii de cantitatea sporită de acid lactic la nivel local. Aceste spasme determină unele dintre cele mai atroce dureri, care impun încetarea imediată a eforturului, fără ca prin aceasta suferinţa să dispară numaidecât. Dimpotrivă, durerile cauzate de cârcei mai continuă pentru 1-2 minute, după care se diminuează rapid sau mai lent, până la încetare. Doar în circumstanţe rare spasmul muscular se prelungeşte peste o oră, însă un atare fenomen impune prezentarea la medic.

## În ce zone ale corpului apar frecvent cârceii?

Apariţia cârceilor pe parcursul unor activităţi în care efortul fizic nu poate înceta oricând și oricum, așa cum este în natație, poate să producă accidente cu urmări nefericite.

Zona predilectă de afectare este gamba, mai precis mușchiul gastrocnemian, cel care asigură flexia labei piciorului. Acest mușchi destul de voluminos este alcătuit din două părţi, care se unesc, ceva mai jos, pentru a forma legătura cu tendonul lui Ahile.

Cârceii pot să se ivească, însă, și prin hipercontractura altor segmente, precum laba piciorului, mușchii antebraţului, bicepsul, mușchiul trapez și, mai rar, cvadricepșii sau dorsalii.

## De ce apar cârceii?

În activitatea cotidiană, punerea în mișcare a mușchilor timp de 10 minute după fiecare 1-2 ore de repaus și urmarea unui program zilnic de mișcare intensă de peste 30 de minute pot să prevină atât spasmele musculaturii scheletale, cât și accidentările survenite în practicarea sporturilor. Se pare că spasmele se manifestă cu predilecţie la persoanele care greșesc fie prin sedentarism, fie prin eforturi care le depășesc capacitatea musculară.

Spasmele musculare pot ascunde o deshidratare puternică sau lipsa mineralelor din organism

Deshidratarea și lipsa unor minerale care îndeplinesc în organism un rol de electroliţi contribuie, foarte des, la producerea spasmelor de efort.

Insuficienţa sodiului din organsim (ce poate surveni pe vreme caniculară datorită transpiraţiei sporite) poate duce la apariţia cârceilor. Soluţia nu constă, însă, în suplimentarea raţiei de sare de bucătărie, care are, după cum bine știm, efecte nedorite asupra sistemului cardio-circulator (și nu numai!), ci prin folosirea unor alternative sănătoase, precum sucul extras din rădăcina de ţelină, consumat înaintea efortului, în cantităţi de câte 50 de ml.

Aportul suficient de potasiu, magneziu, calciu, zinc și fier poate să prevină carenţele care constituie principala origine a spasmelor musculare. Sursele preferate de minerale vor fi, în primul rând, alimentele organice și integrale, precum cerealele încolţite, verdeţurile, rădăcinoasele și fructele proaspete ori deshidratate și, abia apoi, suplimentele nutriţionale.

Reechilibrarea organismului prin alimentatie sanatoasa și aport corect de minerale și vitamine nu este suficienta pentru disparitia carceilor și relaxare musculara.

Corpul uman este o structura extrem de complexa și functionarea armonioasa presupune și echilibrarea corpurilor subtile implicit a functiei celulare și a corpului energetic.

Diagnosticarea și echilibrarea corpului energetic se face cu ajutorul aparatului de biorezonanta Rayocomp Polar 1000. Dezechilibrul energetic constituie cauza primordiala a oricarui dezechilibru sau manifestari în planul fizic.

Sedintele de echilibrare energetica au rolul de a echilibra corpul informational astfel incat sa asiguram echilibru metabolic celular.

In tratament sunt incluse și remedii homeopate și florale bach care au rolul de a restabili echilibrul psiho-emotional al pacientului.

Emotiile și gandurile negative pot imbolnavi corpul fizic.

Sanatatea reprezinta o stare de echilibru la nivel fizic, mental, emotional, celular și energeti, iar medicina integrata Sciencemed se adreseaza corpului ca în intreg.

**Dr. Mihaela Dascalu**
**București,** Str. Cuza Vodă nr. 132, bl. 1, scara 2, apartament 22, parter, interfon 22, sector 4
Programari la telefon 0723.175.208
**Buzău,** B-dul Unirii, bl. 8C, parter
Programari la telefon 0735.779.330
**Cluj Napoca,** Calea Mănăștur nr.105
Programari la telefon: 0740.204.633
**Timișoara,** Piața Badea Cârțan nr. 1, SAD nr. 1
Programări la telefon: 0728.053.976

SCIENCEMED
ȘTIINȚA ÎN ARMONIE CU NATURA

# FAVIO®

## Adjuvant în tratamentul și dieta persoanelor cu diabet și a familiilor lor

**Aportul constant de Favio® este recomandat deoarece:**

- Ajută la reglarea nivelului de glucoză din sânge
- Menține sănătatea ochilor
- Fortifică imunitatea
- Reduce senzația de oboseală

**La achiziționarea unei cutii Favio în luna octombrie, primiți gratuit o a doua cutie a aceluiași produs.**

Promoție valabilă în limita stocurilor disponibile.

# Diagnosticul hepatic neinvaziv, prin biomarkeri serici

FibroTest®, testul diagnostic universal pentru ciroză și fibroză, face parte din panelul de 5 teste FibroMax®, unicul care măsoară concomitent leziunile hepatice frecvente: fibroza și ciroza, steatoza sau ficatul gras (SteatoTest®) și activitatea inflamatorie legată de virus (ActiTest®), factori metabolici (NashTest®) sau consum excesiv de alcool (AshTest). Testele sunt utile atât în inițierea și monitorizarea pacienților în tratament sau în așteptare, cât și pentru depistarea subiecților aflați la risc din populația generală, permițând astfel apariția cirozei și cancerului hepatic.

În România, protocoalele naționale includ testele FibroMax și FibroTest, ca alternative la puncția biopsie hepatică, atât pentru inițierea tratamentului cât și pentru monitorizarea evoluției pacientului infectat cu virusi hepatici C sau B. FibroTest și FibroMax sunt la nivel mondial cele mai utilizate teste neinvazive pentru evaluarea bolilor hepatice: peste 1,5 milioane de pacienti au fost deja evaluați în mai mult de 7000 de laboratoare, clinici și spitale.

**FibroTest include biomarkeri serici specifici fibrozei hepatice ajustați în funcție de vârsta și sex.** FibroTest identifică cu precizie nu numai fibroza importantă și ciroza, dar și stadiile incipiente ale fibrozei. FibroMax include în plus și biomarkeri specifici metabolici și pentru alcool: glicemie, tranzaminazele, colesterol, trigliceride, alături de greutate și înălțime.

**Toţi biomarkerii serici ai FibroTest și FibroMax sunt standardizaţi, automatizaţi și eficienţi din punctul de vedere al costurilor,** fiind ușor de dozat pe platformele tehnice standard ale laboratoarelor medicale. Un sistem expert analizează fiecare test și parametri săi pentru a se asigura de fiabilitatea rezultatului.

**FibroTest și testele din panelul FibroMax, sunt teste de primă linie în hepatitele cronice cu virus C și B,** dovedindu-și robusteţea în practica clinică și prin validarea în populaţii speciale: pediatrice sau cu vârste peste 65 de ani, pacienţi adulţi coinfectaţi cu HIV, cu transplant hepatic, cu insuficienţă renală sau transplant renal, cu hemofilie.Lansat în 2002 în Franța, FibroTest, testul pionier de fibroză, este acum recomandat și de ghidurile asociației europene pentru studiul ficatului (EASL).

**În afara hepatitelor cronice virale, imensa utilitate a panelului de teste FibroMax, constă tocmai în depistarea riscului de steatohepatită, ciroză și cancer** la subiecţi din populația generală, risc legat de consumul excesiv de alcool și/sau de factori metabolici ignoraţi: exces ponderal, exces de colesterol sau trigliceride, hipertensiune arterială sau diabet.

**Astfel, FibroMax, prin diagnosticul steatozei și fibrozei, oferă răspunsuri clarificatoare pacienţilor cu leziuni incipiente fără risc imediat,** cum este steatoza fără fibroză, și permite instituirea precoce a măsurilor de prevenire a cirozei și a cancerului hepatic în caz de fibroză asociată.

*Sursa: www.biopredictive.com/ro*

# Veneris®

SENSI blu

## Testează-te acasă!

Depistează în urină cele mai frecvente infecţii genitale:

- candidoza,
- vaginita bacteriană,
- tricomoniaza.

Precizie peste 98,4%

Afli în câteva minute

Îl poţi face în intimitatea căminului

Preţ accesibil

Prezent în peste 2000 de farmacii

Poţi cumpăra online

www.veneris.ro

TELVERDE 0800 800 176

# Beneficiile saunei

cele mai vechi saune din europa s-au descoperit în finlanda, ţara în care se spune că există câte o saună în fiecare casă.

**Dr. Fătulescu Simona,**
medic specialist BFKT,
Centrul Medical Sanconfind

Pentru a demonstra beneficiile saunei s-au făcut chiar numeroase studii clinice de către cercetători recunoscuţi în lumea medicală.

Efectele saunei umede şi uscate se aseamănă într-o proporţie mare. Ambele încălzesc corpul uman, produc transpiraţie abundentă (aşa numita "baie de transpiraţie"), cu vasodilataţie la nivelul pielii şi furt din circulaţia sanguină generală.

Cardiologii ne spun că sauna are un efect benefic prin scăderea risului cardiovascular la anumiţi pacienţi. S-a demonstrat că sauna regulată scade tensiunea arterială, reduce rata decesului datorat bolilor cardiovasculare sau accidentelor vasculare cerebrale. Alte studii au arătat beneficiul terapeutic la pacienţii cu nivel crescut al colesterolului din sânge (hipercolesterolemie) şi/sau diabet.

Cercetătorii sugerează că cel puţin o şedinţă pe săptămână de saună poate produce recondiţionarea cadiovasculară echivalentă unui program de exerciţii fizice de intensitate medie prin creşterea frecvenţei cardiace (pulsului) cu până la 30%.

Bineînţeles că nu se recomandă înlocuirea programului de exerciţii fizice cu sauna dar se îmbunătăţeşte semnificativ calitatea vieţii şi scade riscul de deces datorat bolilor cardiovasculare dacă şedinţele de exerciţii fizice sunt însoţite şi de cel puţin o saună pe săptămână.

De asemenea şedinţele regulate de saună nu substituie recomandarea de dietă, menţinerea greutăţii corporale, scăderea colesterolului din sânge şi a tensiunii arteriale, ci doar ajută la îmbunătăţirea şi menţinerea lor.

La nivel musculoscheletal sauna produce relaxare musculară şi reduce durerile articulare fiind benefică la pacienţii cu artroze, fibromialgie, contracturi musculare.

Persoanele cu insomnie, anxioase sau cu un nivel crescut de stres au semnalat o îmbunătăţire a calităţii vieţii, scăderea perioadelor de insomnie şi reducerea semnificativă a stresului.

Sauna umedă este favorabilă şi persoanelor cu afecţiuni pulmonare prin fluidizarea mucusului, creşterea expectoraţiei, eliberarea sinusurilor. Nu se recomandă în astm bronşic deoarece poate produce criza de astm.

Deasemenea sauna uscată produce o hidratare tegumentară crescută la persoanele cu piele uscată. Persoanele cu pielea de tip mixt sau grasă beneficiază mai bine de sauna uscată.

**Cele mai importante precauţii pentru saună sunt:**

- Evitarea consumului de alcool înainte şi imediat după saună
- Măsurarea tensiunii arteriale înainte de a intra în saună
- Şedinţa de saună să fie de maxim 15-20 de minute iarna şi de 10 min în perioadele călduroase
- După terminarea saunei, corpul trebuie răcit gradat
- Hidratare înainte şi după saună (se beau cel puţin două pahare de apă după terminarea şedinţei)

Sauna este contraindicată pacienţilor care au suferit recent un infarct miocardic, au angină instabilă, hipertensiune arterială necontrolată medicamentos, aritmii cardiace, insuficienţă cardiacă avansată, boli valvulare cardiace ce necesită intervenţie chirurgicală, femeilor însărcinate, pacienţilor cu vârste foarte înaintate, post intervenţie chirurgicală recentă (în cazul în care nu s-au scos firele de sutură), plăgi tegumentare deschise, stări febrile, cancer. Se acordă o atenţie deosebită pacienţilor hipotensivi şi diabetici.

Pentru a beneficia de efectele maxime ale saunei este bine ca pacientul să consulte un medic care să recomande tipul adecvat de saună, timpul de expunere dar şi celelalte proceduri necesare unei recuperări complete.

CENTRU MEDICAL SANCONFIND

# Fitoterapia ayurvedică în unele afecțiuni respiratorii de sezon

**Această perioadă a anului poate fi numită sezonul bolilor aparatului respirator, boli ce apar sau se acutizează în perioadele caracterizate prin temperaturi scăzute, umiditate ridicată etc. Pentru locuitorii marilor orașe se adaugă praful și poluarea care sensibilizează mucoasa căilor respiratorii, iar pentru cei alergici și pentru astmatici are efecte dramatice.**

**Prevenire:**

• Evitați stresul și extenuarea fizică și psihică; un organism cu un tonus bun se apără singur!

• Vitaminizați-vă cât mai temeinic; consumați fructe și legume proaspete, miere, polen, propolis. Evitați vitaminele și polivitaminele de sinteză. Produsele naturale și suplimentele preparate la rece sunt mult mai eficiente.

• Dormiți suficient și găsiți modalitatea de a „sparge" programul zilnic cu câteva reprize de relaxare de 5 -10 minute.

• Nu neglijați gimnastica, alergările sau măcar plimbările în aer liber.

**Tratament:**

• Nu luați antibiotice la primele semne de boală; ele sunt o opțiune doar în ultimă instanță și doar țintit.

• De cele mai multe ori este suficient ceaiul de tei călduț, cu lămâie, îndulcit cu miere.

• Există varianta suplimentului ayurvedic Coughend, eficient nu doar împotriva tusei, ci și în creșterea imunității.

**Coughend Sirop** este un remediu ayurvedic, marca AYURMED, produs de STAR INTERNAȚIONAL MED, din plante medicinale ayurvedice (Ayurveda este medicina tradițională indiană, cu o traditie de peste 5000 de ani, ce are la bază remediilie naturale din plante).

**COUGHEND Sirop** este util în toate tipurile de tuse (uscată, productivă, convulsivă), fiind totodată un stimulent al secreției bronșice. Acționează prin decongestionarea căilor respiratorii, stimularea secreției bronșice, determinând fluidificarea mucusului și normalizând mișcarea cililor vibratili. Favorizează expectorația și prin fragmentarea macromoleculelor de mucus. Este complementar în terapia bronșitelor acute și cronice, cât și în terapia astmului bronșic. Efectul este stabil în timp.

Preparatul este un amestec unic de extracte din plante medicinale obținute prin presare la rece pentru conservarea principiilor bioactive și a proprietăților curative. Dintre aceste plante vom menționa:

*Pistacia integerrima (Kakra singhi)* - are proprietăți expectorante, fiind adjuvant în astm, tuse și alte probleme respiratorii. Susține sistemul digestiv. Este o plantă recomandată în stări de emaciere și malnutriție.

*Adhatoda vasica (Vasa)* - contribuie la relaxarea mușchilor traheali, acționează ca un bronhodiatator și contribuie la protecția împotriva bronhospasmului cauzat de histamină. Fluidizează secrețiile bronșice.

*Cyperus rotundus (Nagarmotha)* – rizomul conține substanțe active ce au efect astringent, diaforetic, analgezic, antispasmodic, carminativ, antitusiv, sedativ. Are proprietăți antibacteriene.

*Ocimum sanctum (Busuioc indian)* – extractul din părțile aeriene ale plantei susține funcția pulmonară. Este una dintre principalele plante care, datorită efectului bronhodilatator și expectorant, antialergic și antiinflamator este utilizată în caz de tuse și răceală. Uleiul ei esențial conține substanțe bioactive care elimină congestia respiratorie.

*Glycyrrhiza glabra (Lemn dulce)* - extractul de rădacină contribuie la fluidificarea secrețiilor traheobronșice și faringiene, precum și la calmarea iritațiilor mucoasei tractului respirator. Este benefic mai ales la copii și bătrâni. Lemnul dulce este util în tusea seacă și productivă. Zingiber officinale (Ghimbir) - rizomul conține ulei esențial care este deosebit de eficient în tusea productivă (favorizează expectorația) și în problemele respiratorii alergice, cum este astmul. Decongestionează căile nazale superioare, umezește mucoasa gâtului. Ghimbirul ajută în răceli și gripe prin acțiunea sa diaforetică.

*Abies webbiana (Talispatra)* – extractul din frunze conține principii active care sunt utile în tulburări respiratorii cronice, tuse și răceli, datorită acțiunii bronhodilatatoare și antiinflamatoare. Scade secreția de mucus și îmbunătățește respirația.

*Solanum xanthocarpum (Kantakari)* - extractul din părțile aeriene ale plantei are acțiune antitusivă în tusea nespecifică și astm bronșic prin diminuarea eliberării histaminei de la nivelul plămânilor. Planta este utilă în febră, tuse, astm și dureri de gât.

*Sarcostemma brevistigma (Somlata)* - menține sănătatea sistemului respirator prin efectele sale energizante, antihistaminice, antispasmodice, expectorante, imunostimulente.

*Viola odorata (Toporași)* - planta este utilizată de multă vreme în răceli și gripe, deoarece ajută la refacerea rapidă a sistemului respirator, dezinfectându-l. De asemenea, este utilizată și în cazul excesului de mucus, tuse, astm bronșic, dureri de cap. Mentha piperita (Mentă) – extractul din mentă ajută la eliminarea excesului de mucus și reglează temperatura corpului în caz de febră. În cazurile de astm, timolul - unul dintre compușii mentei - acționează ca un antitusiv natural.

**Coughend sirop contribuie la:**

menținerea stării de sănătate a aparatului respirator; - fluidificarea secrețiilor bronșice și eliminarea lor, reducerea uscăciunii și iritației la nivelul gâtului și bronhiilor; - diminuarea tuturor formelor de tuse și a efectelor neplăcute datorate ei; - facilitarea procesului de respirație prin decongestionarea căilor respiratorii; - ameliorarea simptomelor astmului bronșic (bronhodilatator); - menținerea capacității naturale de autoapărare a organismului și de adaptare la condițiile de mediu.

# Tu știi să abordezi infecțiile urinare?

**Infecția urinară este o afecțiune des întâlnită, la persoane de ambele sexe:**

- cel puțin 50% dintre femei suferă măcar o dată în timpul vieții de o formă de infecție de tract urinar;
- bărbații cu vârste peste 50 ani, cu probleme ale prostatei, sunt mai expuși riscului de infecții urinare;
- 8% dintre fetițe și 2% dintre băieții până în 5 ani, fac cel puțin o dată o astfel de infecție.

**Semnele infecției urinare sunt:**

- Durere sau arsură în timpul urinării;
- Frecvența mare a urinărilor în timpul zilei, uneori chiar și în timpul nopții;
- Nevoia imperioasă de a urina, chiar și cantități mici de urină;
- Urina tulbure, cu miros neplăcut;
- Dureri în zona pelvină.

Infecțiile de tract urinar netratate, pot duce la complicații grave ale rinichilor.

Avem convingeri greșite despre cauzele și tratamentul lor. Pentru exemplificare, iată câteva dintre „miturile" și datele științifice care le contrazic:

- Răcelile aparatului genital pot duce către o infecție de tract urinar
- Faptul că ne așezăm cu șezutul pe suprafețe reci, poate fi motivul unei infecții

Nimic mai greșit. Infecțiile sunt datorate unor bacterii, nicidecum frigului. Ele nu sunt sezoniere, ci neglijența și lipsa unei igiene intime corecte, pot favoriza pătrunderea bacteriilor în tractul urinar, determinând astfel infecții la acest nivel.

Metoda frecventă de tratament este cea în care se administrează antibiotice, recomandate după un consult de specialitate. Folosite repetat, cresc rezistența organismului la diferiți agenți infecțioși și slăbesc capacitatea de apărare a organismului.

Astfel, este recomandat un tratament complementar care să crească eficiența antibioticului și să prevină recurența infecțiilor.

Hibistad Forte® este co-tratamentul ideal în toate tipurile de infecții de tract urinar, având în compoziție extract brevetat ElliRose®.

Ellirose® este extract standardizat patentat din planta Hibiscus Sabdariffa, folosită de sute de ani în tratamentul bolilor aparatului urinar.

Hibistad Forte® este adjuvant în tratamentul infecțiilor urinare și în prevenirea recidivelor acestora prin 3 mecanisme de acțiune cu efect sinergic:

**1. Mecanism bacteriostatic (adică stopează înmulţirea microbilor) prin:**

- Împiedicarea aderării microbilor la pereții tractului urinar
- Acidifică urina de la un PH 7,5-8 la un PH 5,6 și creează astfel un mediu „ostil" pentru microbi

**2. Mecanism bactericid (adică distruge unele bacterii patogene din tractul urinar):**

- Are un mecanism de acțiune similar cloramfenicolului, un antibiotic de sinteză, cunoscut pentru potența sa – dar fără a avea efectele secundare ale acestuia.

**3. Mecanism antiinflamator și analgezic**

- Calmează durerile și disconfortul asociat unui episod de infecţie urinară

Hibistad Forte® prin extractul unic patentat Ellirose® are o concentrație mare de antioxidanţi – doza echivalând cu 40 de căni de ceai de hibiscus. Se absoarbe rapid și își exercită imediat efectul terapeutic la nivelul aparatului urinar.

Hibistad Forte® ameliorează disconfortul și diminuează sensibilitatea tractului urinar, reprezentând astfel soluția naturală și eficientă în prevenirea infecțiilor de tract urinar. În același timp, crește eficiența antibioticului, prin acțiunea sa complementară, reduce riscul recurențelor, este un produs foarte eficient, sigur, fără reacții adverse și interacțiuni medicamentoase.

Hibistad Forte® poate fi indicat în toate fazele tratamentului unui episod de infecţie urinară: prevenţie, tratament în faza acută, post tratament pentru prevenirea recidivelor.

Mod de administrare: 1 capsulă de 2 ori pe zi. Poate fi administrat de la 7 ani.

**Hibistad Forte® - O compoziţie unică ce are multiple beneficii: poate fi indicat și în prevenţia infecţiilor urinare și ca terapie adjuvantă.**

# HIBISTAD® forte

## PROTECŢIE EFICIENTĂ
## împotriva infecţiilor urinare!

**Formulă CONCENTRATĂ: doar 2 capsule pe zi!**

- **Uşor de administrat**
- **Ameliorează rapid simptomele infecţiilor urinare**
- **Previne recidivele**

Pentru mai multe informaţii:
www.hibistad.ro
www.facebook.com/Hibistad

STADA

www.hibistad.ro

# Câteva soluții naturale gemoterapice pentru cele mai frecvente afecțiuni respiratorii

La intrarea în anotimpul rece afecțiunile de căi respiratorii superioare (nas, gât) și de la nivelul urechii, sunt cele care predomină ca solicitare în cabinetele medicilor și în farmacii.

**Farm. sp.**
**Carmen Ponoran**
Secretar general
Asociația Română
de Gemoterapie și
Homeopatie
www.gemoterapie.ro

Tot mai mult, gemoterapia se dovedește o opțiune extrem de eficientă, atât ca mijloc de prevenție, cât și ca prim ajutor în diverse afecțiuni sau ca terapie naturală de suport în cazurile care necesită obligatoriu tratament medicamentos.

Vă propunem din gama de gemoterapice complexe, "Polygemma", câteva produse naturale la care puteți apela pentru a interveni de la primele semne de dezechilibre apărute la nivel respirator.

POLYGEMMA 5 - CAVITATE BUCALĂ, GÂT este preparatul foarte util de la primele semne de " roșu în gât" - unul dintre cele mai frecvente diagnostice din sezonul rece. Efectele urmărite sunt antiinflamator, antiinfecțios și cicatrizant, prin extractele gemoterapice de Viță de vie, Măceș și Afin, la care se adaugă și sucul de Echinacea purpurea.

Gemoterapicele de Afin și Măceș aduc un aport important de vitamine, în special vitamina C naturală. Vitaminele naturale se absorb în proporție de până la 98% (în special cele care se prezintă în soluție – forma cu cea mai mare biodisponibilitate), în timp ce vitaminele obținute în urma proceselor tehnologice s-a constatat că se absorb doar într-un procent de până la 20%. Extractele din plante conțin o serie de alți compuși biochimici care acționează sinergic sau completează efectul acestora. Sucul de Echinacea purpurea este cunoscut pentru efectele imunostimulator, antibacterian, antiviral. Dintre speciile de Echinacea, Echinacea purpurea are eficiența cea mai mare, iar metoda de fabricație care asigură o extracție optimă este prelucrarea plantei proaspete ca suc obținut prin presare la rece. Este importantă acțiunea gemoterapicului din muguri de Viță de vie, eficient și în faringitele streptococice.

Recomandăm administrarea preparatului Polygemma 5 – Cavitate bucală și gât de 3 ori pe zi, câte 2 ml pentru adulți și 1 ml pentru copii. În cazuri recidivante, se recomandă cure de 1-2 luni, pentru creșterea rezistenței organismului. Copiilor slăbuți, anemici, li se poate completa acest tratament natural cu administrarea gemoterapicului din muguri de Porumbar, care va duce la creșterea poftei de mâncare, iar prin acțiunea reechilibrantă, scurtează perioada de convalescență.

Pentru răcelile care afectează sinusurile, POLYGEMMA 4 – SINUSURI combină efectele antiinflamator, antialergic și cicatrizant al extractelor gemoterapice de Coacăz negru, Arin negru, Carpen și Mesteacăn pufos. Este un preparat ce intervine atât asupra germenilor de la nivelul mucoaselor cât și asupra supurației adunate în cavitățile sinusale, zone unde antibioticele penetrează mai greu și, în plus, susține procesul de eliminare a toxinelor acumulate la nivelul sinusurilor. Astfel, putem spune că acest preparat urmează calea corectă a direcției de vindecare a organismului, din interior spre exterior. Acțiunea preparatului Polygemma 4 - Sinusuri se manifestă rapid, din prima sau a doua zi de administrare, iar efectul este de durată. Se recomandă 4-5 administrări în prima zi, după care doza se reduce la 3 administrări pe zi, câte 1 ml pentru adulți și 10-15 picături pentru copii. Se poate administra și în asociere cu tratamentul antibiotic, atunci când se consideră necesară introducerea unui antibiotic în schema de tratament. În sinuzitele cronice, inclusiv cele alergice, se recomandă cure de 2 luni.

Puteți folosi cu eficiență Polygemma 4 - Sinusuri și în cazul otitelor, situație în care asociați administrării și aplicațiile locale cu picăturile otice, MULLEIN OIL. Acestea au la bază un extract de Lumânărică, cu acțiune antiinflamatoare. Apelați însă neapărat la medic, dacă aveți dureri de ureche intense sau care se prelungesc mai multe zile, dacă în ureche există un corp străin sau puroi, sau dacă din ureche se scurge sânge sau un alt lichid.

POLYGEMMA 3 – TUSE, o combinație de extracte gemoterapice din Carpen, Călin și Caprifoi negru, ajută la ameliorarea tusei (seacă sau productivă), prin efectele multiple: scade inflamația de la nivelul mucoaselor respiratorii, repară zonele lezate de germeni, favorizează eliminarea mucusului, reglează tonusul bronșic și are efect antialergic la nivelul căilor respiratorii. Poate fi utilizată și în cazul laringitelor, în special datorită Caprifoiului negru, cu efect cicatrizant la acest nivel. De asemenea, Carpenul și Caprifoiul negru acționează și la nivelul ficatului și splinei, crescând rezistența organismului, iar Călinul acționează și pe componenta neurovegetativă, cu acțiune de calmare a tusei și de liniștire generală. În primele 2-3 zile preparatul se va administra mai des, continuându-se administrarea câteva zile și după ce tusea s-a oprit, pentru un efect de durată.

De dorit este să ne cunoaștem organismul, să îl fortificăm, astfel încât să trecem cu toții cu bine prin epidemiile de viroze respiratorii, de la cei mai mici, până la cei de vârsta a treia.

PlantExtrakt®

natura sănătății tale

**POLYGEMMA 3 - TUSE**

Soluția naturală în tusea seacă sau productivă și în laringită

**POLYGEMMA 4 - SINUSURI**

Reduce inflamația, cicatrizează mucoasa
și susține eliminarea toxinelor acumulate la nivelul sinusurilor

**POLYGEMMA 5 - CAVITATE BUCALĂ ȘI GÂT**

Efect rapid de la primele semne de "roșu în gât"

www.plantextrakt.ro

# ZEOLIT

## Detoxifierea naturală a organismului

**Cele mai multe afecţiuni se declanşează atunci când organismul acumulează un exces de toxine şi deşeuri, datorate stilului de viaţă haotic, dietei alimentare necorespunzătoare, precum şi sedentarismului.**

**Există mai multe semne prin care organismul ne transmite că are nevoie de o detoxifiere:**

- somnolenţă, trezitul greu dimineaţa, energie scăzută
- stări de oboseală nejustificată
- stări de anxietate, nervozitate, depresie
- digestie lentă
- lipsa puterii de concentrare
- afecţiuni cronice precum: psoriazis, acnee, hemoroizi, constipaţie, artrită, cancer, diabet
- obezitate

Formulă cu Extract Standardizat
Zeolit
83% clinoptilolit

Pentru a-i reda organismului energia, puritatea şi vitalitatea de care are nevoie pentru a funcţiona în condiţii optime, **zeolitul** este un remediu foarte eficient, sigur şi natural.

**Zeolitul** poate fi considerat o **„sită moleculară"** pentru organism, datorită structurii sale complexe fiind capabil să lege şi să elimine substanţele toxice. Folosirea Zeolitului în terapie este o tradiţie cu o vechime de câteva mii de ani, acest mineral fiind un remediu important în medicina Ayurveda (medicina tradiţională indiană), în medicina tradiţională chineză, precum şi în medicina populară rusească.

**Zeolitul** este un mineral, un aluminosilicat, format cu milioane de ani în urmă, din interacţiunea dintre lava fierbinte emisă de către vulcani şi apa de mare. În lume sunt cunoscute zeci de tipuri de zeoliţi, cu structuri şi compoziţii chimice diferite, dar în terapie s-a folosit până acum unul singur, numit clinoptilolit. **Clinoptilolitul** se foloseşte în toată lumea pentru uzul uman, ca supliment cunoscut de peste 20 de ani drept **una dintre cele mai bune substanţe pentru purificarea şi detoxifierea organismului.**

## Zeolitul şi detoxifierea

Datorită structurii de fagure a clinoptilolitului, zeolitul **atrage şi absoarbe metalele grele şi toxinele încărcate pozitiv,** fără a elimina însă electroliţii benefici şi vitali. Acest fenomen este cunoscut sub numele de "schimb cationic" şi are o mare capacitate de schimb de cationi care oferă multe beneficii pentru sănătatea corpului.

Acumularea toxinelor duce la apariţia acidozei în organism, astfel că zeolitul pe lângă eliminarea toxinelor, **restabileşte şi nivelul PH-ului.** Zeolitul ajută la echilibrarea nivelului de PH din organism prin limitarea acidităţii, iar astfel este un real ajutor în boli precum hiperaciditate, artrită sau candidoză şi contribuie, totodată, la creşterea cantităţii de oxigen şi implicit a nivelului energetic. Zeolitul normalizează secreţiile digestive şi are un efect benefic asupra ţesuturilor epiteliale care protejează stomacul.

## Zeolitul în tratarea cancerului

Zeolitul lucrează la nivel celular şi este **cel mai eficient remediu** pentru **decontaminarea radioactivă a organismului.** Acesta este un excelent antitumoral deoarece odată ajuns în organism se ataşează de celulele maligne pe care le distruge, stimulând totodată activitatea sistemului imunitar. Se recomandă ca zeolitul să fie administrat în tratamentul clasic pentru cancer, reducând semnificativ efectele secundare cumplite care apar de obicei în tratamentele oncologice clasice.

### Cele mai importante beneficii ale zeolitului sunt:

- redă puritatea organismului
- are efect detoxifiant datorită capacităţii de eliminare a metalelor grele, a toxinelor şi a ureei
- susţine sistemul imunitar
- previne îmbătrânirea prematură
- antiinflamator natural
- normalizează tensiunea arterială
- inhibă dezvoltarea celulelor maligne
- remineralizează organismul
- anticancerigen
- combate acţiunea radicalilor liberi
- energizează organismul
- echilibrează PH-ul organismului
- îmbunătăţeşte starea generală a organismului
- susţine digestia
- creşte capacitatea de asimilare a vitaminelor şi mineralelor în organism
- oferă protecţie sistemului articular
- adjuvant în infertilitate masculină
- adjuvant în herpes, psoriazis, infecţii intestinale
- regenerează organele interne.

### ZEOLIT este adjuvant în:

- boală canceroasă în general
- tumori cerebrale
- deficienţe imunitare
- fumat
- reumatism
- luxaţii
- fracturi
- sport de performanţă

Aflaţi mai multe informaţii despre produsele de la Herbagetica la adresa www.herbagetica.ro sau la telefon 0372.918.888.

HERBAGETICA®

*puterea extractelor*

Extracte Standardizate

Medicină Integrativă

# ZEOLIT

## Antitumoral
## Detoxifiere

Formulă cu Extract Standardizat

Zeolit

83% clinoptilolit

*detoxifiere*

*antitumoral*

*chimio-radio terapie*

**Elimină metalele grele din organism**

0372. 918. 888 | herbagetica.ro

HERBAGETICA®

# MICTAPROX Produs 100% natural

## Indicaţii:

MICTAPROX este un dispozitiv medical realizat din extracte de plante utilizat pentru:

- tratarea și menținerea proprietăților fiziologice ale prostatei (hiperplazie benigna de prostată, prostatită)
- proprietăţi benefice asupra funcţiilor fiziologice ale tractului urinar (inflamaţii acute și cronice ale tractului urinar, cistite)
- proprietăţi benefice în ușurarea urinării la pacienţii cu tulburări de micţiune (disurie, polakiurie).
- extractele din plante aduc beneficii valoroase celor care suferă inflamaţii pelvine acute sau cronice. (cistite, hemoroizi, inflamaţii ale aparatului genital)
- produsul este util în caz de constipaţie ușoară și este adecvat pentru utilizarea de scurtă durată în cazul constipaţiei ocazionale.

## Compoziţie:

Un supozitor de 2 grame MICTAPROX conţine:

- Hesperidina, extract uscat de Boswellia, extract uscat de pin maritime francez, licopen, Serenoa repens.

## Condiţiile de utilizare și posologie

se recomandă a se folosi un supozitor pe zi, de preferat seara, înainte de ora de somn.

Pentru a asigura efecte mai bune, se recomandă ca dispozitivul medical să fie aplicat în mod corect, verificând ca acesta sa fie inserat în cea mai adâncă parte a rectului (ampula rectala).

Este recomandabil să se utilizeze inițial doza minimă prevăzută. Se reamintește faptul că o dietă bogată în lichide facilitează efectele produsului.

## Reacţii adverse cunoscute

În general, nu s-au înregistrat efecte secundare specifice pe termen scurt, mediu si lung.

Dispozitivul nu are nici o influenţă asupra capacităţii de atenţie (nu scade nivelul de atenţie, capacitatea de a conduce vehicule etc).

În cazul în care apar efecte, cum ar fi iritarea excesivă, durerea sau orice altă afecţiune care pare a fi legata de administrarea Mictaprox se suspendă imediat tratamentul și se consultă medicul.

## Interacţiuni cu alte medicamente sau dispozitive

- laxativele pot reduce timpul de staţionare în intestin și în consecinţă, se poate reduce absorbţia altor medicamente administrate simultan pe cale orală. Prin urmare, se recomandă să se aștepte cel puţin 2 ore inainte de a utiliza un laxativ, după ce a luat un medicament pe cale orală. În măsura în care este posibil, să evite administrarea produsului Mictaprox în timpul utilizării altor dispozitive sau medicamente. În orice caz, consultaţi medicul înainte de a folosi MICTAPROX în timpul tratamentelor farmacologice existente.

## Contraindicaţii și restricţiile de utilizare

- nu utilizaţi sub 12 ani
- Utilizarea dispozitivului nu este recomandată în caz de hipersensibilitate cunoscută la substanţa activa

**Nu se foloseste în caz de:**

- dureri abdominale acute sau de origine necunoscută,
- greaţă și vărsături,
- obstrucţie intestinală sau stenoză,
- sângerare rectală de origine necunoscută,
- în stadiul acut al hemoroizilor manifestat cu durere și sângerare,
- stare gravă de deshidratare.

Mictaprox poate fi utilizat în timpul sarcinii sau alăptării, dar în astfel de cazuri este recomandat a se folosi numai în cazuri de necesitate reală și după consultarea medicului dumneavoastră.

Pacientii vârstnici sau cei care nu sunt în stare bună de sănătate trebuie să consulte medicul înainte de a utiliza Mictaprox.

**Producator:**
Giam Pharma, Genova, Italia

## **MICTAPROX** 10 Supozitoare a 2 g

**Indicații terapeutice:**

Mictaprox e un dispozitiv medical realizat din extracte de plante utilizat ca adjuvant și tratament pentru menținerea si reglarea proprietăților fiziologice ale prostatei, pentru proprietățile benefice asupra funcțiilor urinare în cazuri de cistita si inflamatii pelvine acute sau cronice, pentru mictiune dificila

Se depozitează sub 25 ° C.

**Mod de utilizare:** Se foloseste un supozitor zilnic, preferabil seara înainte de culcare.

**Compoziție:** Hesperidina, E.S.Boswelia, E.S.pino maritime francez, licopen, E.Serenoa.

Acesta este un dispozitiv medical

**Distribuitor pentru România**

Mastefa Consult SRL, Bulevardul 1 Mai, Nr. 28, sector 6, Bucuresti

Tel. 0747027288, email: office@mastefaconsult.ro, www.mastefaconsult.ro

**PRODUCATOR:**
GIAM PHARMA, GENOVA, ITALIA

# Examenul histopatologic vs analiza de imunohistochimie

## Întrebare pacient

**Bună ziua.**

În urma extirpării unui nodul s-a efectuat examenul histopatologic cu următorul rezultat: fragment de glandă mamară care prezintă o structură ductală dilatată de o proliferare tumorală cu pattern de creștere papilar. Proliferarea tumorală prezintă axe fine conjunctivo-vasculare, tapetate de celule de talie medie cu citoplasmă eozinofilă și nuclei ușor măriți în volum, cu membrană nucleară evidentă, veziculoși, nucleolați, suprapuși și dispuși perpendicular pe membrana bazală. Concluzie: aspectele histopatologice pledează pentru un carcinom intraductal papilar. Pentru evidențierea posibilelor arii de microinvazie sunt necesare reacții imunohistochimice. Rezultatul imunohistochimic este urmatorul: receptorii de estrogen și progesteron sunt pozitiv difuz, uniform cu intensitate mare în toate celulele modificate neoplazic. Indicele de proliferare ki67 este 10%. Reacția imunohistochimică pentru Her 2/neu este 2+ în structurile cu pattern papilar și cribriform. Reacțiile p63 și CK5 sunt pozitive în strat continuu la periferia structurilor glandulare proliferate papilar precum la nivelul majorității structurilor papilare cu reacție negativă în structurile cu pattern cribriform. Componența cribriformă și papilară are o întindere de 2mm. Concluzie: reacțiile imunohistochimice corelate cu aspectele histopatologice înclină diagnosticul spre un papilom intraductal cu zone de hiperplazie ductală atipică. Întrebarea mea este următoarea: este posibil ca un examen histo să nu fie în concordanță cu imunohistochimia? Primul rezultat pledează pentru un carcinom iar al doilea rezultat înclină spre o hiperplazie. De altfel, niciunul din rezultate nu spun cu certitudine ce este (înclină, pledează). Credeți că aceste analize nu sunt făcute bine? Ar trebui să le repet? Vă mulțumesc din suflet. Sper ca răspunsul dvs. să mă liniștească sau cel puțin să știu ce am de facut.

## Răspuns medic

**"Stimată Doamna,**

De obicei rezultatul la testele imunohistochimice primează în fața rezultatului la examenul histopatologic la parafină, deoarece testele imunohistochimice dezvaluie detalii suplimentare, de finețe, ale probei. Marea majoritate a diagnosticelor histopatologice se lămuresc la analiza la parafină. Dar, sunt și situații în care, datorită unor aspecte microscopice la limita între 2 sau mai multe diagnostice, este necesară analiza de imunohistochimie, care, cum spuneam, relevă detalii mai fine, care permit concluzionarea diagnosticului sau chiar schimbarea diagnosticului la parafină. Diferențele de diagnostic între cele 2 analize apar, de obicei, datorită limitării pe care o are analiza la parafină. Ar fi indicat să mergeți cu cele 2 buletine de rezultat la medicul care a făcut recoltarea și să le discutați împreună. Medicul Dvs. clinician cunoaște toate datele medicale, clinice, paraclinice, imagistice etc, poate integra în context clinic cele 2 rezultate și vă poate îndruma referitor la diferența de diagnostic. Puteți discuta și cu medicii anatomopatologici, dar vă recomandăm să vorbiți chiar cu cei care au parafat buletinele de rezultat, deoarece dumnealor știu cel mai bine să vă explice ce au văzut în probă. De asemenea, puteți să repetați una sau ambele analize într-un alt laborator. Dacă doriți să repetați doar una dintre analize, este recomandat să repetați analiza de imunohistochimie; practic veți obține a doua opinie. În speranța că v-am fost de ajutor, vă dorim sănătate deplină! Dr. Renata Pitulea"

# PRESTO GEL

## Formula inovatoare
## împotriva Hemoroizilor și Fisurilor anale

- Elimină instant durerea
- Oprește sângerarea
- Recomandat și femeilor gravide

PM INNOVATION LABORATORIES

*Disponibil în farmacii*

*www.prestogel.ro*

# PRESTO GEL

## Rezultatul a peste 35 de ani de cercetare clinică

**Acum aliatul tău în lupta cu Boala Hemoroidală**

*Disponibil în farmacii*

*www.prestogel.ro*