

116

FIN
WATCH

săptămâna MEDICALĂ

EXEMPLAR
GRATUIT

An VI • Nr. 116 • 29 septembrie - 12 octombrie 2010


miracolul plantelor®
...născut dintr-un vis

Homegast®

Tratează natural afecțiunile
aparaturii digestive

hiperaciditate gastrică
dureri gastrice și balonări
ulcer gastric și duodenal
gastrită superficială
gastrită cronică
disconfort gastric
gastrită erozivă
dureri epigastrice
dispepsie

www.homegast.ro
0256.223.511



detalii în pagina 27



Farmacia pe
care v-o
recomandăm:

CONFERINȚA NAȚIONALĂ de Medicină a Familiei

BUCUREȘTI, 28-30 OCTOMBRIE 2010
PALATUL NAȚIONAL AL COPIILOR

Participanții beneficiază de:

1

Taxa de participare **redușă cu 20%**, adică 150 lei, până la data de 1 octombrie 2010.

2

Cotizația gratuită pentru anul 2010 și statut de membru SAMF. **Cadou:** card laminat de membru și insigna (pin) oficială a SAMF.

3

Numărul curent al revistei PRACTICA MEDICALĂ și **abonament GRATUIT** pentru 1 an la această publicație oficială.

4

Un exemplar **GRATUIT** al lucrării **ESENȚIALUL ÎN MEDICINA DE FAMILIE** - ediția a II-a coordonată de Prof. Dr. Dumitru Matei.



5

Credite EMC, diploma fiind acreditată de Colegiul Medicilor din România.



TEMA PRINCIPALĂ:

PROMOVAREA SĂNĂTĂȚII (DE LA PREVENȚIE LA TRATAMENT) ÎN SOCIETATEA CONTEMPORANĂ.

TEMA SECUNDARĂ:

CAZURI CLINICE CARE CONTRAZIC GHIDURILE!

SECȚIUNI:

1. PATOLOGIE RESPIRATORIE.
2. IMUNOPROFILAXIE / INFLAȚIE.
3. ANTIBIOTERAPIE ȘI PATOLOGIE INFECTO-VIRALĂ.
4. DIABET ZAHARAT ȘI BOLI ENDOCRINE.
5. PATOLOGIE PEDIATRICĂ ÎN MEDICINA DE FAMILIE.
6. PATOLOGIE CARDIOVASCULARĂ.
7. REUMATOLOGIE. HEMATOLOGIE. BOLI SISTEMICE.
8. HEPATO-GASTROENTEROLOGIE.
9. PATOLOGIE PSIHIATRICĂ ÎN MEDICINA DE FAMILIE.
10. OBSTETRICĂ ȘI GINECOLOGIE ÎN MEDICINA DE FAMILIE.



detalii și înscrieri on-line*: www.medica.ro



CUPRINS

Știri	4
Punct de vedere	5
Recomandări medicale	12
Neurologie	12
Estetică	18
Recuperare medicală	19
Nutriție	20
Investigații medicale	21
Oncologie	22
Psihiatrie	23
Ayurveda	24
Terapii complementare	25
Terapii naturale	27
Jurnal de sarcină	28
Unități medicale	29

EDITOR



Aleea Negru Vodă nr.6, bl. C3,
sc. 3, parter, 030775, sector 3,
București
Tel: 021.321.61.23
Fax: 021.321.61.30
redactie@finwatch.ro
P.O. Box 4-124, 030775
Tiraj: 25.000 ex.
ISSN 2067-0508

Tipar:
MEGAPress

Spitalele vor fi clasificate pe niveluri de competențe!

Se dorea de multă vreme (atât de către medici cât și de către pacienți), clasificarea unităților medicale funcție de nivelul de competență și acum, în sfârșit, noul ministru pare că a luat taurul de coarne. Au fost anunțate criteriile de clasificare și este de așteptat, în ceea ce privește spitalele, aplicarea acestora. Spitalele vor fi încadrate pe 5 niveluri de competență, după criteriile precum numărul de paturi (capacitatea spitalului), dotarea cu aparatură medicală, numărul medicilor, varietatea și complexitatea serviciilor medicale, contribuția la activitatea de învățământ și cercetare medicală (contracte cu universități de medicină) precum și aria geografică de prestare de servicii medicale (locală, județeană, națională). Nu știu dacă acest mod de clasificare a spitalelor este perfect dar oricum el va stimula competiția și creșterea calității serviciilor.

Acest tip de evaluare pare a fi unul general, reflectând mai mult volumul activității medicale (numărul de paturi, de medici, aria geografică) a unui spital și mai puțin competențele medicale pentru un anumit act medical. Un spital mic, fără anvergură și clasificat cel mai probabil la nivelul de competențe medii sau limitate poate să exceleze într-un anumit tip de serviciu medical, datorită fie unei dotări excepționale, fie unei calificări deosebite a medicului respectiv. Acest lucru nu va putea fi evidențiat de sistemul propus de clasificare a unităților spitaliere. Ar trebui să fie stabilite în plus, niveluri de competență pe specialități medicale, pentru că un pacient vine la un spital motivat de reputația acestuia în rezolvarea problemei sale medicale nu pentru faima și prestigiul general, care rezultă ca un cumul al serviciilor spitalului.

S-ar mai putea spune că acolo unde sunt mulți pacienți nivelul de competență crește datorită supraspecializării favorizate de o cazuistică abundentă. În acest sens, probabil că viitorul va fi al spitalelor specializate, care constituie un teren fertil pentru dotări și echipe medicale complexe pentru o singură specialitate. În multe specialități medicale există deja unități dedicate: cardiologie, pneumologie, obstetrică-ginecologie, psihiatrie, dermatologie, neurochirurgie, ortopedie, ORL, oftalmologie etc. Aici într-adevăr se poate vorbi de o clasificare corectă și de termeni de comparație riguroși între diferite spitale de aceeași specialitate pentru că se compară mere cu mere și pere cu pere!

■ Călin Mărcușanu

Fundația Română a Inimii a pus inimile la treabă !

26 septembrie 2010- Fundația Română a Inimii și Societatea Română de Cardiologie a sărbătorit Ziua Mondială a Inimii printr-un eveniment național dedicat conștientizării și educării populației asupra comportamentului preventiv prin adoptarea unui regim de viață sănătos

Ziua Mondială a Inimii a fost anunțată printr-o Conferință de Presă susținută pe 22 septembrie la hotel Radisson. Personalitățile invitate precum: Prof. Dr. Dan Gaiță - Președintele Fundației Române a Inimii, Dr. Dan Deleanu - Președintele Societății Române de Cardiologie, Prof. Dr. Dragoș Vinereanu - Șef Comisie Cardiologie din Ministerul Sănătății, Dr. Raed Arafat - Ministru Secretar de Stat, Prof. Dr. Mircea Cintează, Conf. Dr. Florin Mitu și Dr. Ileana Penea au reușit să aducă în atenția jurnaliștilor nevoia unui management modern al bolilor cardiovasculare, reducerea incidenței acestora prin prevenție urmărind scăderea mortalității cauzate de bolile cardiovasculare cu 10% până în 2015.

“Noi ne punem inima la treabă, tu ce faci?” A fost întrebarea adresată celor peste 1500 de persoane

prezente la corturile de monitorizare a tensiunii arteriale, a riscului cardiovascular (Heartscore) în București, Timișoara și Iași. Cei monitorizați au putut să câștige la Tombola Inimii, consultații medicale la medicul specialist cardiolog din cadrul centrelor medicale Medcover și analize specifice în rețeaua laboratoarelor Synevo.

Această inițiativă educațională preventivă este o atitudine necesară susținută de expertiza celor 1300 de specialiști cardiologi, membrii ai Societății Române de Cardiologie.

“România ocupa locul 3 în topul mortalității cardiovasculare la nivel mondial” a declarat Prof. Dr. Dan Gaiță Președintele Fundației Române a Inimii.

Fundația Română a Inimii înființată de Societatea Română de Cardiologie are ca obiectiv principal implementarea strategiei naționale în domeniul prevenției bolilor cardiovasculare.

Sponsorii Zilei Mondiale a Inimii au fost AstraZeneca, Unilever și Romtelecom.



CMU va fuziona cu Euroclinic pentru a deveni cel mai complex furnizor de servicii medicale din România



Eureko semnează acordul de vânzare a pachetului de acțiuni Euroclinic Hospital & Medical Centers către CENTRUL MEDICAL UNIREA (CMU). Finalizarea tranzacției face obiectul aprobărilor de către autoritățile competente.

CENTRUL MEDICAL UNIREA (CMU) va fuziona cu Euroclinic pentru a crea cel mai complex furnizor de servicii medicale private din România

Clienții Eureko care dețin asigurare de sănătate vor beneficia de servicii medicale extinse

CMU, operatorul de servicii medicale private cu cea mai mare acoperire din țară, anunță preluarea Euroclinic. Concret, Euroclinic înseamnă: primul spital privat din România, servicii medicale de ambulatoriu livrate în cele trei policlinici din București și în spital, un laborator clinic și abonamente medicale pentru companii. Abonații și pacienții CMU și EUROCLINIC vor avea la dispoziție o echipă formată din peste 1000 de medici permanenți și colaboratori în cele trei spitale și peste 23 de policlinici. Sunt 26 de instituții medicale private, prezente în București și în țară, care au o capacitate de: 150 de paturi, 10 săli de operație, naștere și travaliu și peste 60 de specialități.

Copiii iau lucrurile în serios

Beneficiile portului lentilelor de contact de către copii sunt, practic, aceleași ca și pentru adulți: estetice (de imagine), alternativa ideală în cazul practicării sporturilor, vedere mai naturală, precum și preferința multor pacienți față de ochelari. S-a dovedit, de altfel, că aproximativ 35% dintre copiii care poartă ochelari sunt agresați de către colegi de aceeași vârstă sau mai mari, ceea ce poate oferi un argument în plus pentru această preferință.

O echipă de la Ohio State University a analizat modul în care portul lentilelor de contact a schimbat percepția asupra propriei persoane în cazul copiilor între 8 și 11 ani având miopie. Au constatat că portul lentilelor de contact de către acești copii i-a făcut să se simtă mai bine în privința propriei imagini, a abilităților sportive și a acceptării sociale comparativ cu alți copii de vârsta lor purtători de ochelari. Studii anterioare au indicat că portul lentilelor de contact a îmbunătățit considerabil calitatea vieții copiilor și adolescenților, în special modul în care își percep aspectul fizic, satisfacția privind corecția vederii și activitățile de socializare.

Percepția generală este că adaptarea cu lentile de contact a copiilor este mai dificilă, durează mai mult și, în plus, copiii sunt dispuși chiar mai puțin decât adulții să respecte instrucțiunile de folosire și întreținere a lentilelor de contact, precum și recomandările medicului. Realitatea infirmă aceste prejudecăți.

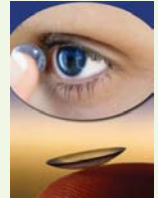
În mod surprinzător poate, copiii dovedesc un grad de complianță mult mai ridicat. În primul rând, sunt obișnuiți să învețe, sunt mai atenți când li se explică și recunosc autoritatea medicului și a părinților. Mai ales atunci când relația părinte-copil funcționează pe principiul unui parteneriat, gradul de succes este foarte ridicat. În al doilea rând, deși preferă lentilele de contact ochelarilor din considerente subiective, motivația de a se conforma reco-

mandărilor este cu atât mai puternică. Copiii iau lucrurile în serios!

25 % dintre specialiști adaptează cu lentile de contact copiii cu vârste cuprinse între 8-12 ani. Poate tocmai considerentul îmbunătățirii calității vieții este cel care determină utilizarea mai corectă a lentilelor de contact pe termen lung de către copii comparativ cu adulții.

Într-o etapă din viață când imaginea și aspectul fizic sunt considerate elemente determinante ale *succesului*, la rândul lor, adolescenții pot fi reticenți să poarte ochelari, ceea ce duce adeseori și la **refuzul** sau **inconsecvența** de a-i purta. Lentilele de contact îmbunătățesc percepția de sine și le permit flexibilitatea de a-și 'schimba' aspectul în funcție de starea de spirit, stilul dorit sau de preferințele personale. Lentilele cosmetice sunt populare în rândul tinerilor și necesită respectarea aceluiași instrucțiuni de întreținere, motiv pentru care este categoric de preferat să fie furnizate prin canale profesionale decât prin cele comerciale.

Date și informații preluate din prezentarea Prof. Bruce Evans, Children and contact lenses în cadrul Conferinței BCLA 2010 și din articolul: Andrew J.Elder Smith, Do teenagers deserve contact lenses?



Optimed
OPTICA

- Consultații oftalmologice complexe pentru adulți și copii
- Prescripții ochelari, lentile de contact moi și dure
- Terapie LASER pentru glaucom, diabet și cataractă secundară
- Câmp vizual
- Pahimetrie
- Topografie corneeană
- Biometrie
- Ecografie
- Refractometrie
- Angiofluorografie
- Potențiale vizuale evocate
- Electroretinografie
- Gonioscopie

Telefon: 021 32 39 731 sau 021 32 39 759
Email: opticab@optimed.ro
www.opticaoptimed.ro

Tomografia în coerență optică în practica oftalmologică curentă



Dr. Cristina David
Medic primar oftalmolog
Clinica Oftalmologică
NOVAOPTIC
cristina@novaoptic.ro

Tomografia în coerență optică (pe scurt, OCT) ne introduce în medicina de înaltă tehnologie, unde progresele revoluționare în imagistica oftalmică au schimbat definitiv modul cum „vedem” retina și putem spune că „vedem prin retină”! OCT **revoluționează depistarea precoce și tratamentul afecțiunilor oculare**, cum ar fi găuri retiniene, membrane preretiniene, edem macular și afectarea nervului optic în glaucom. OCT asigură în timp real imagini de înaltă rezoluție sub formă de secțiuni ale retinei similare cu secțiunile histopatologice „in vivo”.

Examinând clinic și corelând cu angiografurile și OCT, am avut surpriza să realizăm câte „informații” ne lipseau fără OCT, modificând modul în care efectuăm analiza retinei.

Funcționarea OCT se bazează pe o tehnică de măsurătoare optică numită „interferență prin coerență joasă”. OCT utilizează o sursă de lumină monocromatică cu care se baleiază retina și se analizează lumina reflectată de vitros, straturile retinei și nervul optic. Achiziția imaginii OCT este foarte rapidă, iar lumina emisă de sursă este în spectrul infraroșu, astfel că nu produce disconfort pacienților.

Tehnologia modernă **OCT în domeniul spectral** poate scana de 65 de ori mai rapid decât cea convențională, iar captarea și analiza unor arii retiniene de 6 x 6 mm se realizează în câteva secunde, cu rezoluție înaltă a imaginii (5 microni) și beneficiind de tehnici computerizate de prelucrare a **imaginii 3D**, adăugând în plus și compensarea mișcărilor oculare.

Rezultatele OCT-ului pun în evidență schimbările anatomice și de structură ale retinei. Există o multitudine de cauze care generează modificări anatomice ale retinei: degenerescența maculară, edem macular, fibroză retiniană. Pentru retinopatia diabetică este foarte utilă depistarea precoce a edemului macular, iar în fazele avansate tracțiunile vitreo-retiniene.

Edemul macular este cea mai frecventă cauză de scădere a vederii la pacienții cu diabet zaharat. După



aspectul de leakage evidențiat angiografic, edemul macular poate fi focal sau difuz. Tehnicile convenționale bidimensionale ca fotografia retiniană și AFG oferă o imagine topografică a retinei ce ajută la stabilirea leziunilor tratabile, dar nu evidențiază schimbările care apar în interiorul straturilor retiniene. OCT conferă o imagine în interiorul straturilor retinei și poate detecta acumularea de fluid, formarea de spații chistice, exudatele dure și decolarea seroasă de retină.

Mai mult, OCT este capabil să diagnosticheze tracțiunea maculară, membrana hialoidă îngroșată, tensionată și găurile maculare lamelare.

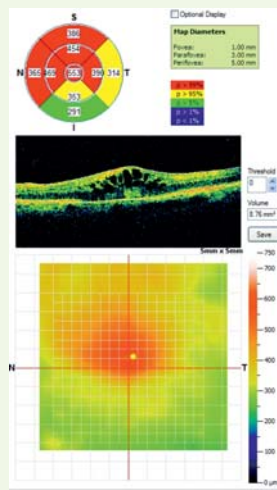
Rolul OCT în edemul macular diabetic

Definirea aspectului leziunilor. Edemul macular diabetic are 5 pattern-uri distincte în OCT:

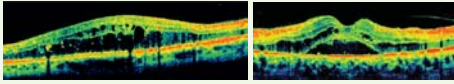
- Îngroșarea retiniană, cu aspect spongios
- Edemul macular cistoid
- Decolarea seroasă a retinei
- Decolare retiniană foveală tracțională
- Tensionarea (întinderea) membranei hialoide posterioare.

OCT este util în monitorizarea răspunsului după terapie: cuantificarea grosimii retiniene, realizarea volumului central foveal și a hărților retiniene, ajută monitorizarea efectelor terapiei (LASER, injecții intraretiniene cu Triamcinolon sau Avastin).

OCT definește indicații pentru tratamentul chirurgical: vitrectomie prin pars plana. Edemul macular cistoid secundar tracțiunii foveale și îngroșarea-întinderea membranei hialoide nu beneficiază de foto-coagulare laser și reprezintă o indicație pentru vitrectomie.

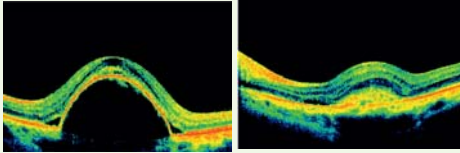


Harta grosimii maculare în edemul macular cistoid



Edem macular diabetic:
spații chistice,
exudate dure,
hiperreflective

Edem macular
diabetic și decolare
seroasă de
neuroepiteliu



Decolare seroasă EPR,
asociată cu decolare
de neuroepiteliu

Membrană neovasculară
coroidiană, ruptură EPR

Diagnosticul degenerescenței maculare

Degenerescența maculară legată de vârstă este o afecțiune care afectează primar stratul coriociapilar, membrana Bruch și epitelul pigmentar retinian. **În forma nonneovasculară**, drusenii moi se evidențiază pe OCT ca elevații focale ale epitelului pigmentar. Acestea apar ca undulații ale EPR, fără margini nete, fără con de umbră posterior, imagini care confirmă faptul că drusenii rezultă din acumularea unui material sub retina neurosenzorială și în interiorul membranei Bruch.

Atrofia geografică este un stadiu avansat al degenerescenței maculare nonneovasculare caracterizată prin atrofia bine delimitată a epitelului pigmentar și stratului coriociapilar. OCT arată o reflectivitate optică crescută a coroidii datorită pătrunderii luminii prin retina atrofică.

Forma neovasculară a degenerescenței maculare este caracterizată prin membrane neovasculare coroidiene clasice, oculte sau mixte, decolare seroasă sau hemoragică de epitelul pigmentar și/sau neuroepiteliu, cicatrice fibrovasculare. La pacienții cu membrană neovasculară coroidiană bine definită (clasică) apare o disrupție sau o îngroșare a benzii continue înalt reflectivă, care reprezintă complexul RPE-coriociapilară, iar straturile retinei interne pot prezenta îngroșări cu spații cistoide sau fluid subretinian.

Rolul OCT în diagnosticul degenerescenței maculare

Precizează forma de boală: OCT localizează leziunile patologice din straturile retinei. Odată cu introducerea inhibitorilor VEGF ca o terapie eficientă în forma neovasculară, OCT a devenit un mijloc de monitorizare a răspunsului terapeutic și de evaluare a necesității de

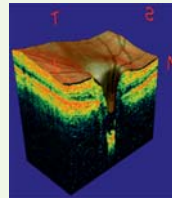
a repeta injecțiile atunci când evidențiază fluid subretinian și îngroșarea retinei.

Formele de membrană neovasculară ocultă beneficiază de **diagnostic mai precoce prin OCT**, față de angiografică.

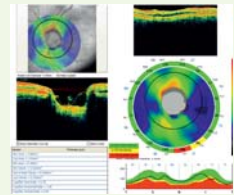
Evidențiază leziunile asociate: edemul macular cistoid, ruptura EPR, atrofia retinei neurosenzoriale.

Monitorizarea tratamentului: răspunsul la tratamentul cu anti-VEGF sau terapia fotodinamică (PDT) este monitorizat prin repetarea examinărilor OCT.

Rolul OCT în diagnosticul glaucomului



Analiza 3D
a discului optic



Măsurarea parametrilor
discului optic și stratului
fibrelor nervoase

Glaucomul este considerat în prezent o neuropatie optică ce rezultă din moartea progresivă a celulelor ganglionare, pierderea stratului fibrelor optice retiniene cu aspect caracteristic la nivelul discului optic și deficit de câmp vizual. OCT permite măsurarea obiectivă a grosimii stratului fibrelor nervoase retiniene, a parametrilor discului optic și a grosimii complexului celulelor ganglionare maculare.

Diagnosticul precoce al glaucomului este posibil acum prin tehnologia OCT. Primele modificări induse de glaucom implică pierderea fibrelor nervoase retiniene, care precede deficitul funcțional. Aici OCT se dovedește extrem de util în detectarea reducerii stratului fibrelor nervoase chiar în lipsa unui aspect de disc optic suspect sau presiunii oculare mărite, deci detecția precoce a glaucomului chiar înaintea instalării deficitelor de câmp vizual.

Evaluarea progresiei glaucomului. OCT reprezintă o metodă obiectivă de urmărire a pacienților prin evidențierea deteriorărilor structurale în timp, detectând progresia bolii mai devreme decât analiza câmpului vizual.

Pentru polul anterior, OCT este folosit în: imagistica unghiului camerei anterioare, managementul glaucomului cu unghi închis, screeningul keratoconusului, aplicații de chirurgie refractivă, implanturi corneene și patologii corneene.

Recunoscută ca fiind una dintre primele zece inovații medicale, **OCT este un instrument deosebit de valoros în diagnosticarea precoce a afecțiunilor cu mare risc în pierderea ireversibilă a vederii:** degenerescența maculară, retinopatia diabetică și glaucomul.

Despre "musculițele zburătoare" - Miodezopsii

Mulți dintre pacienții care se prezintă la medicul oftalmolog acuză prezența în câmpul vizual a unor puncte, linii, virgulițe care se deplasează odată cu mișcările globului ocular, denumite generic "musculițele zburătoare" (denumirea științifică fiind miodezopsii). Acestea produc umbre ce impresionează retina - structura fotosensibilă a ochiului care trimite semnale vizuale creierului, rezultând formarea unor imagini.

Aceste imagini sunt mai bine percepute atunci când privim spre o suprafață luminoasă, uniformă (coala albă de hârtie, perete alb, zăpada). Se pot resimți una sau mai multe „musculițe” la un ochi sau la ambii. Ele nu seamănă cu petele pe care le vedem când privim o sursă de lumină.

Miodezopsiile pot apărea la orice vârstă, sunt mai frecvente la pacienții cu miopie și se înmulțesc odată cu înaintarea în vârstă.

Apariția miodezopsiilor poate fi legată (cel mai frecvent) de modificările degenerative care se produc în mod normal în corpul vitros (structura cu aspect de gel transparent din interiorul globului ocular), modificări ce pot fi precipitate de prezența miopiei, după traumatisme oculare, postoperator. În aceste cazuri nu există un tratament specific, medicul oftalmolog poate recomanda diverse complexe de vitamine ce pot ameliora simptomatologia.

Există și situații patologice în care prezența lor trădează unele afecțiuni grave cum ar fi o ruptură retiniană, o decolare de retină, o inflamație sau o hemoragie intraoculară. În aceste cazuri se impune instituirea rapidă a tratamentului de specialitate.

Concluzia este că pacientul cu miodezopsii trebuie să consulte un specialist oftalmolog în momentul apariției acestora, nu să le ignore.

Numai un consult ocular minuțios (care să cuprindă examinarea fundului de ochi prin pupilele dilatate), eventual însoțit de efectuarea unei ecogra-

fii oculare poate stabili un diagnostic corect. Dacă este vorba numai de o degenerare vitreană, pacientul e sfătuit să nu se îngrijoreze, să învețe să le ignore.

Apariția ori înmulțirea bruscă a "musculițelor", eventual însoțită și de alte simptome, cum ar fi scăderea vederii, ceață, apariția unor "scânteii" sau "fulgere" în câmpul vizual trebuie semnalată prompt medicului oftalmolog. În unele cazuri absența unui tratament de urgență adecvat poate avea consecințe grave asupra acuității vizuale



■ **Dr. Ana-Maria Balsanu**
Medic Specialist Oftalmolog
Clinica Amaoptimex



Clinica de Oftalmologie AMA Optimex - înființată în 1991
ISO 9001





Consultatii și investigații
 Operații de cataractă cu ultrasunete și implant de cristalin artificial personalizat
 Operații pentru reducerea dioptriilor
 Operații pentru corectarea presbiopiei
 Operații de glaucom, strabism, pterigion
 Tratament pentru degenerescența maculară legată de vârstă (DMLV), retinopatie diabetică
 Tratamente laser
 Optică medicală
 Dispozitive de ajutor pentru slab văzătorii

Adresa: Strada Toamnei nr. 54, sector 2, București, România

Programări și informații la telefoanele:
 021- 211 16 22, 021-610 36 47, 0372 708 708, 0723 889 315
Fax: 0372 708 733, **E-mail:** office@amaoptimex.ro
Web: www.amaoptimex.ro, www.cataracta.ro, www.drflilip.ro

Echipe de medici:
 Conf. Dr. Mircea FILIP, Dr. Andrei FILIP, Dr. Carmen DRAGNE, Dr. Minuna NICOLAE
 Dr. Cornel ȘTEFAN, Dr. Grigoriuș TRIANTAFYLIDIS
 Anestezist: Dr. Magdalena GHIULEA



Doppelherz® Aktiv Magneziu + Calciu + D3

Queisser Pharma, producătorul german de produse farmaceutice prezent de peste cinci ani pe piața din România cu suplimentele nutritive Doppelherz® Aktiv, lansează pe piața suplimentele Doppelherz® Aktiv Magneziu + Calciu + D3, tablete efervescente cu gust de portocale și maracujă.

Calciul și magneziul sunt mineralele care fac parte din numeroase procese metabolice ale organismului nostru:

- **Magneziul** ajută la funcționarea normală a sistemului nervos și a funcției normale a sistemului muscular, inclusiv a miocardului și este un element indispensabil celulelor. Principalele semne ale carenței de magneziu sunt: dureri de cap; senzație de oboseală; tremurături; furnicături sau amorțeli ale membrelor; cărcei; aritmie cardiacă; stări de depresie și nervozitate; fragilitate a părului, a unghiilor și a dinților.
- **Calciul** este important în menținerea structurii osoase, a funcției musculare, precum și în coagularea sângelui. Ca semne ale carenței de calciu amintim: senzația de furnicături sau amorțeli la nivelul membrelor; cărcei; tulburări ale ciclului menstrual; osteoporoză; lentoare în vindecarea ranilor; rahitism și tulburări de creștere; spasmodic; nervozitate.



Combinarea este importantă!

Tabletele efervescente de la **Doppelherz® Aktiv** contin, pe langa **Calciu** si **Magneziu**, si factorul de depunere al calciului **Vitamina D3**.

- Important: **Vitamina D3** ghidează preluarea calciului și sprijină menținerea substanței osoase. **Vitamina D3** poate fi produsă de către organism prin acțiunea luminii solare, însă de cele mai multe ori această producție este insuficientă.

O suplimentare cu **Doppelherz® aktiv Magneziu+Calciu+D3** tablete efervescente este recomandată în cazul unui aport insuficient din alimentație sau în cazul unui consum crescut, de exemplu prin:

- efort fizic crescut (de exemplu sport de performanță)
- un mod de viață nesănătos (consum de tutun și alcool)

Pentru persoanele în vârstă și femei la menopauză suplimentarea alimentară a acestor substanțe nutritive poate fi foarte importantă, deoarece organismul nu mai poate valorifica calciul în mod optim. Doar o tabletă de la **Doppelherz® aktiv Magneziu + Calciu+ D3** acoperă necesarul zilnic al unui adult din această substanță.

Tabletele efervescente **Doppelherz® aktiv Magneziu + Calciu + D3** se găsesc în farmacia la pretul de 24 lei.

Importanța diagnosticului precoce și monitorizarea pacienților cu degenerescență maculară legată de vârstă



Dr. Simona Radu

Medic primar
oftalmolog
EURO-OPTICS
București

De generescența maculară legată de vârstă (DMLV) este principala cauză de pierdere a vederii la persoanele trecute de 60 de ani.

Deși există multe proceduri și medicații care ajută la încetinirea pierderii vederii centrale, nu există deocamdată niciun tratament pentru vindecarea acestei afecțiuni. De aceea, depistarea precoce și măsurile profilactice sunt esențiale.

Boala se manifestă prin pierderea vederii de precizie (citit, scris, șofat) și are drept cauză atrofierea celulelor fotoreceptoare din zona centrală a retinei.

Se descriu două forme:

- Forma uscată (atrofică) apare în aproximativ 85% dintre cazuri și determină o scădere progresivă a vederii, de obicei la ambii ochi, inegal.

- Forma umedă (exudativă) este mult mai gravă, deoarece suferința maculei induce formarea unei membrane fibrovasculare ale cărei vase sunt fragile. Hemoragiile și exudatele care apar duc adesea la o scădere bruscă și severă a vederii. Este adesea precedată de forma uscată.

Factorii de risc sunt: vârsta, sexul feminin, fumatul, ereditatea, bolile cardiovasculare, hipercolesterolemia, ochii deschiși la culoare, expunerea îndelungată la lumina solară, obezitatea abdominală.

Depistarea bolii trebuie să înceapă de la identificarea primelor simptome:

- Forma uscată: pacienții necesită mai multă lumină pentru citit, culorile sunt atenuate, imaginea este imprecisă în zona centrală.

- Forma umedă: liniile drepte sunt percepute ondulate, obiectele par micșorate, scăderea vederii centrale este adesea brutală.

Investigațiile oftalmologice:

- Testarea vederii de aproape cu ajutorul grilei Amsler (poate fi folosită și acasă pentru autoevaluare), a câmpului vizual și a simțului cromatic.

- Examenul biomicroscopic al fundului de ochi
- Angiografia cu fluoresceină sau verde de indocianină - cu ajutorul substanței de contrast se identifică zonele atrofice, vasele de neoformație și gradul de exudație.
- Tomografia în coerența optică (OCT) este o metodă neinvazivă, scanarea având rezoluție axială de 4-10 μm. Poate identifica drusenul, decolările de epiteliu pigmentar retinian, edemul cistoid și poate monitoriza răspunsul terapeutic la terapia fotodinamică sau anti-VEGF.

Tratamentul

Legumele colorate, spanacul, uleiul de pește din dietă par să joace un rol protector. Formulele medicamentoase propuse sunt asocierile de vitamine antioxidante (C,E,A), zinc, cupru, carotenoizi (luteina și zeaxantina), dar și acizi grași nesaturați omega 3, coenzima Q10, flavonoidele din Ginkgo biloba, afine, semințe de struguri.

Pentru forma umedă au fost folosite în timp și proceduri chirurgicale: fotocoagularea LASER a neovaselor, extragerea membranelor subretiniene și translocații maculare, dar în prezent cele mai bune rezultate se obțin prin terapie fotodinamică și prin injecții intravitreene repetate cu agenți anti-VEG, care inhibă creșterea vaselor de sânge aberante.

În cazurile foarte avansate sunt utile dispozitivele optice măritoare, conectate la monitoare sau portabile.

Se fac cercetări promițătoare și în domeniul restaurării vederii în formele severe cu ajutorul unor implanturi intraoculare telescopice, precum și în direcția refacerii țesutului retinian cu ajutorul celulelor stem.

Monitorizarea semestrială a acuității vizuale și a modificărilor retiniene și tratamentul precoce oferă cele mai bune perspective de conservare a vederii.



Str. Dr. Iatropol Nr.21 Sector 5 București
Tel. 021. 410 91 10



Epifora - cauze și tratament

Epifora este definită ca un exces de lăcrimare care indică o funcționare anormală a aparatului lacrimal.



Dr. Daniela CIOPLEAN
Medic Primar Oftalmolog
Președintele Societății
Române de Strabologie
și Oftalmopediatrie
Clinica Oftapro
www.oftapro.ro

Cauzele ei sunt:

- un exces de secreție produs în mod reflex din cauza iritației corneene sau conjunctivale, care poate fi unilaterală (stimularea nervului trigemen în prezența unui factor iritativ: corp străin, abraziune, keratită) sau bilaterală, frecvent asociată cu conjunctivita cronică sau recurentă, blefarită sau alte boli ale suprafeței oculare.

- compromiterea căilor de drenaj prin obstrucția mecanică a acestora: punctele lacrimale, canaliculele, sacul lacrimal sau ductul lacrimo-nazal sau prin deficitul de pompă cauzat de laxitatea pleoapei inferioare sau a mușchiului orbicular.

Epifora poate fi cauzată de o afecțiune congenitală sau poate fi dobândită.

Afecțiunile congenitale sunt: obstrucția congenitală a ductului lacrimo-nazal, atreziile de punct, canalicul, absența sacului lacrimal.

Afecțiunile dobândite sunt: obstrucția primară dobândită de duct lacrimo-nazal, dacriolitiază, traumatismele orbitei și ale căilor lacrimale, infecția cu actinomices, obstrucția canaliculară consecutivă infecției herpetice, entropion etc.

Simptomele epiforei variază de la o senzație intermitentă de umezeală la un flux permanent de lacrimi care curg pe obraz. Lăcrimatul unilateral este perceput mai neplăcut decât cel bilateral. Incidența epiforei crește odată cu înaintarea în vârstă. Diagnosticul este clinic, dar stabilirea cauzei poate necesita investigații cum ar fi: testul cu fluoresceină, sondajul și irigarea sacului, examinarea radiologică - dacriocistografia, scintigrafia, CT, MRI, endoscopie nazală și lacrimală. Tratamentul epiforei este diferențiat în funcție de etiologie.

Atunci când are la bază un exces de lăcrimare determinat de iritația nervului trigemen, tratamentul se referă la afecțiunea de bază.

În cazul obstrucției mecanice a căilor de drenaj tratamentul este individualizat în funcție de localizarea și cauza obstrucției.

Obstrucția congenitală de duct lacrimo-nazal se tratează sub vârsta de 6 luni prin tratament conservator - masaj hidrostatic. Dacă simptomatologia persistă, este recomandat sondajul căilor lacrimale, intervenție cu rată mare de succes dacă este făcută în intervalul 6-12 luni; uneori, sondajul trebuie repetat. Obstrucțiile recidivate mai mult de 2-3 ori, cele care au fost temporizate după vârsta de 12 luni și cele însoțite de episoade de dacriocistită acută beneficiază de rezultate excelente prin implantarea unui tub de silicon, care se păstrează pe traiectul căilor lacrimale între 2 și 6 luni, asigurând o permeabilizare definitivă a ductului. Există mai multe metode, cele mai cunoscute fiind Crawford și, mai nou, Ritleng - tubaj bicanalicular siliconic cu rezultate excepționale. În prezența infecției acute a sacului lacrimal este necesar tratamentul antibiotic pe cale generală.

Traumatismele canaliculelor lacrimale soldate cu secționare sau dilacerare necesită tratament microchirurgical reconstructiv, utilizându-se tuburi speciale de tip Monoka, cu ajutorul cărora se reconstituie lumenul canaliculului.

Obstrucția dobândită primară de duct lacrimo-nazal este o afecțiune a adultului și a cărei cauză nu este bine elucidată. Se incriminează, în anumite situații, inflamații ale structurilor de vecinătate-sinuri, cavitate nazală. Este însoțită frecvent de infecția cronică a sacului lacrimal, numită dacriocistită cronică. Intervenția care se practică este dacrocistostomia, care se poate face extern sau endoscopic, prin endoscopie nazală asistată sau nu de laser.

Spasmul punctului lacrimal beneficiază de «plug»-uri speciale perforate de silicon, care păstrează punctul lacrimal deschis și sunt ușor de aplicat în cabinet.

Femeile și epilepsia

Femeile și epilepsia

Hormonii sexuali feminini pot afecta excitabilitatea neuronilor (celulele creierului), astfel încât crizele epileptice pot fi influențate de nivelul hormonilor:

- în cursul ovulației (la jumătatea ciclului menstrual), când organismul produce estrogen în cantități mai mari, iar nivelul de progesteron este scăzut;

- chiar înaintea sau în primele zile ale menstriei, nivelul de progesteron având cel mai scăzut nivel.

O evidență exactă a crizelor suferite în aceste perioade poate ajuta specialistul neurolog să ajusteze tratamentul.

Contracepția și epilepsia

Femeile cu epilepsie pot utiliza orice metodă contraceptivă, inclusiv contracepția orală. Totuși, alegerea medicației contraceptive poate fi influențată de tipul tratamentului antiepileptic urmat.

- unele medicamente antiepileptice (inductori enzimatici) pot reduce eficacitatea contracepției, fiind necesară utilizarea unui contraceptiv, cu conținut ridicat de estrogen;

- unele contraceptive orale pot, de asemenea, să reducă concentrația și eficacitatea medicamentelor antiepileptice.

De aceea, alegerea metodei contraceptive optime pentru fiecare caz în parte se poate face doar cu consultarea medicilor specialiști neurolog și ginecolog.

Sarcina și epilepsia

Sarcina produce modificări hormonale, metabolice și psihologice profunde. La femeile cu epilepsie acestea pot duce la schimbări în frecvența crizelor, în eficacitatea medicației și pot afecta copilul. Ele pot să poarte sarcina în condițiile optime ale planificării atente cu specialiștii neurolog și obstetrician.

Riscul defectelor congenitale la copiii mamelor cu epilepsie este ușor crescut, din cauza unor factori care țin atât de boala în sine cât și de tratamentul ei. Unele medicamente au un risc mai mare de a produce defecte congenitale, cazuri în care tratamentul poate fi schimbat înaintea unei sarcini programate, după consultarea specialiștilor. La sarcinile neprogramate nu este recomandată oprirea sau schimbarea medicației. Medicamentele trebuie luate

în continuare, cu un supliment de acid folic, fiind necesară evaluarea de specialitate pentru eventuala ajustare a tratamentului. Sarcina poate crește însă numărul de crize de epilepsie (în 15-30% din cazuri). Aceasta se întâmplă din cauza creșterii stresului și anxietății și a modificărilor hormonale care pot schimba concentrația medicamentelor antiepileptice. În multe cazuri medicația este întreruptă de mamă pentru a nu afecta copilul. Este foarte important de știut că menținerea tratamentului este esențială, crizele epileptice reprezentând un risc pentru copil. Medicul neurolog trebuie să ajusteze tratamentul în funcție de nevoie, atât doza cât și tipul de substanță administrată.

Alăptarea și epilepsia

Unele medicamente antiepileptice pot să treacă în laptele matern. De aceea, posibilitatea alăptării depinde de tipul de medicament administrat. Înainte de alăptare, trebuie consultat medicul specialist neurolog.

Copiii alăptați de mame care urmează tratament antiepileptic trebuie supravegheați cu atenție, urmărindu-se mai ales dacă suferă de somnolență excesivă.

Menopauza și epilepsia

Datorită importanței pe care o au hormonii sexuali în excitabilitatea neuronilor, schimbările hormonale din cursul menopauzei pot să modifice frecvența crizelor epileptice. De obicei apare o creștere a numărului de crize în perioada care precede menopauza și o ameliorare în timpul menopauzei. Totuși, sunt necesare mai multe studii pentru a stabili exact legătura dintre instalarea menopauzei și crizele de epilepsie. Efectul terapiei de substituție hormonală la femeile cu epilepsie nu a fost studiat în detaliu, dar ea poate fi indicată de specialist atunci când este nevoie - prevenția osteoporozei în cazurile cu risc crescut.

www.lafelcanoi.ro





Andrea

a învins teama de epilepsie
și privește în viitor
cu mai multă încredere

La UCB, pasiunea de a oferi soluții inovatoare este inspirată de dorința de a crea cu adevărat o diferență pentru viața oamenilor cu epilepsie, cum este Andrea.

Pentru mai multe informații vizitați www.ucb.com



THE EPILEPSY COMPANY™

Excesul de fosfor în organism, un pericol pentru pacienții dializați

Principala sursă de fosfor este alimentația. Odată ingerat, fosforul este absorbit de intestin și distribuit sub formă de fosfat în întreg corpul. Cea mai mare parte a aportului de fosfor este folosită de organism în formarea oaselor și a dinților. Pe lângă rolul său de creștere a rezistenței și menținere a sănătății sistemului osos, în combinație cu calciul, fosforul contribuie activ și în metabolismul energetic al corpului, prin stocarea, generarea și utilizarea de energie, datorită influenței pe care o exercită asupra metabolizării polizaharidelor și lipidelor.

Însă, când rinichii își pierd capacitatea de a funcționa corespunzător din cauza insuficienței renale, în organism se poate acumula o cantitate în exces de fosfor, provocând alte complicații de sănătate.

Pericolele excesului de fosfor (fosfați)

Calciul nu intră doar în componența oaselor și a dinților, ci este și un element important în coagularea normală a sângelui, fiind necesar pentru funcționarea mușchilor și a nervilor. Excesul de fosfor în organism are efecte directe asupra nivelului de calciu din oase, împiedicând fixarea acestuia. De aceea, încă de la începutul tratamentului de dializă, medicul nefrolog vă va recomanda să urmați o dietă redusă în fosfor. Motivul este reprezentat de faptul că, din cauza insuficienței renale, rinichii nu mai reușesc să mențină în echilibru nivelurile de fosfor și calciu.



Dr. Mihaela Baciu,
Manager Serviciu Pacienți,
Fresenius Nephrocare România,
0723.550.123;
mihaela.baciu@fmc-ag.com

Una dintre afecțiunile determinate de excesul de fosfor este **osteodistrofia renală**, o boală localizată la nivelul oaselor. Din nefericire, este o boală asimptomatică, procesul de afectare a oaselor putând începe cu mulți ani înainte de apariția primelor simptome. De aceea, pentru prevenție sunt foarte importante analizele și testele medicale periodice. Printre manifestările acestei afecțiuni se numără durerile osoase, în special la nivelul articulațiilor, fragilitatea oaselor și predispoziția la fracturi.

O altă consecință a unei cantități prea mari de fosfor în organism este apariția calcificărilor extra-scheletice, care presupun formarea de mase osoase anormale, în afara scheletului, la nivelul țesuturilor moi. Acestea pot afecta vasele de sânge, inima, ochii, plămânii și alte organe. De exemplu, prezența de calcificări la nivelul arterelor crește riscul de infarct și accident vascular cerebral, deoarece din cauza depunerilor de calciu arterele devin rigide și se îngustează, nemaipermițând sângelui să circule corespunzător.

Pentru a preveni astfel de boli este necesar să înțelegeți mecanismul care le determină. Deoarece rinichii nu mai funcționează corespunzător, 24 de ore din 24,, în sânge rămân mai mulți fosfați decât are nevoie organismul. Această cantitate în exces de fosfor (fosfați) stimulează glandele paratiroidiene (4 glande situate în regiunea gâtului) să producă mai mult hormon paratiroidian, responsabil cu „extragerea” calciului din oase pentru a mări nivelul acestuia în sânge. Mai precis, producerea în exces a acestui hormon implică automat o decalcificare a oaselor, acestea devenind fragile. Aceste procese se produc în timp, fără să simțiți vreo durere sau schimbare.

Prin urmare, cu cât cantitatea de fosfor (fosfați) crește, cu atât cea de calciu scade. Astfel, organismul apelează la rezerva de calciu din oase pentru a întreține mușchii și nervii, oasele noastre devenind fragile și crescând riscul de fracturi.

Cum puteți preveni?

Ca primă măsură, **discutați cu medicul dumneavoastră**. Cereți informații! Puneți întrebări! Încercați să aflați cât mai multe despre aceste afecțiuni și să le înțelegeți! Informându-vă despre boala de care suferiți și complicațiile acesteia, veți reuși să luați controlul și să vă conservați pentru mai mult timp starea de bine a organismului.

Chiar dacă nefrologul dumneavoastră vă cunoaște cel mai bine starea de sănătate, și dumneavoastră trebuie să jucați un rol activ și să faceți parte din echipa de dializă. Mai exact, trebuie să transmiteți în permanență personalului medical orice problemă de sănătate cu care vă confrunțați.

În al doilea rând, **urmați cu strictețe tratamentul de dializă!** Încercați să nu săriți peste ședințe și să respectați indicațiile echipei medicale și, nu în ultimul rând, să respectați în permanență **alimentația recomandată de medic, deoarece aceasta este raportată la rezultatele analizelor dumneavoastră!** Mai precis, **trebuie evitate alimentele bogate în fosfor**. Din păcate, acest mineral se regăsește în majoritatea alimentelor și, de fiecare dată când mâncați, acumulați și mai mult fosfor.

Principalele produse de care trebuie să vă feriți, deoarece reprezintă surse majore de fosfați alimentari, sunt:

- mezelurile și conservele. Fosfații sunt aditivi alimentari, fiind folosiți drept conservanți pentru a îmbunătăți textura alimentelor și a ameliora efectele antioxidanților. În plus, ei favorizează retenția apei în produsele de carne, de aceea fiind utilizați foarte mult în industria de mezeluri. Prin urmare, de câte ori aveți ocazia, alegeți **alimentele proaspete, neprelucrate!**
- laptele și produsele lactate precum cașcavalul, brânza topită
- carnea, în special vânat, organe precum ficatul, rinichii, pate
- peștele (hering, sardină, macrou, scrumbie, scoici, creveți)
- cerealele care conțin tărațe de grâu, germeni de grâu, nuci
- biscuiții, ciocolata, nucile, alunele, strugurii
- băuturile carbogazoase.

Încercați să înlocuiți aceste produse cu alimente cu un aport mai scăzut de fosfați gen: piept de pui, curcan, ton, crenvurști, orez, brânză de vaci etc. Pentru mai multă siguranță, cereți medicului un tabel cu conținutul de fosfor al alimentelor și informații despre cantitatea de fosfor maximă pe care nu trebuie să o depășiți. Mai mult, vă puteți face chiar un jurnal alimentar, contorizând cantitatea de fosfor alimentară consumată zilnic. Astfel, veți putea deveni propriul dumneavoastră specialist. În plus, atunci când mergeți la cumpărături, puteți verifica pe ambalajul produselor cantitatea de fosfați. Îi veți regăsi sub mai multe forme: fosfați, difosfați, trifosfați, polifosfați.

Concluzie

Dacă urmați un tratament de dializă, este foarte important să acordați o atenție deosebită alimentației, alegând doar acele produse care să nu vă pună sănătatea în pericol. Dacă însă observați că nu reușiți să țineți nivelul de fosfor sub control prin dietă, adresați-vă medicului! Prin intermediul analizelor și testelor medicale periodice, acesta este la curent cu starea dumneavoastră de sănătate și deci cel mai în măsură să vă reevalueze schema de tratament. Totodată, chiar dacă discutați problema și cu ceilalți pacienți, cea mai bună sursă rămâne medicul dumneavoastră, de aceea nu ezitați niciodată să-i cereți ajutorul! **Multă sănătate!**



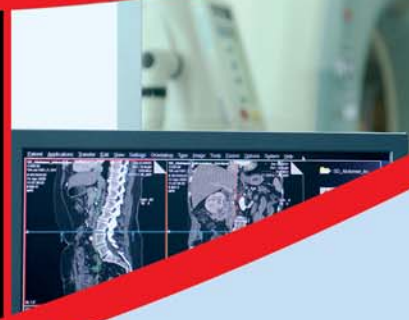
Cea mai extinsă rețea de imagistică medicală din București

HIPERDIA

medical high tech



4 clinici ultramoderne pentru un diagnostic de încredere



Str. Ritmului 24, sector 2

Call-Center – 021.250.67.85

Fax: 021.250.73.20

office@pro-life.ro

B-dul. Mărăști 17, sector 1

(Spitalului „Elias”)

Call-Center – 021.250.67.85,

Fax: 021.250.73.20

office@pro-life.ro

Șoseaua Berceni 10-12, sector 4

(Spitalului „Bagdasar – Arseni”)

Call-Center: 021.334.37.30, 021.334.37.31

bucuresti.bagdasar@hiperdia.ro

Șoseaua Ștefan cel Mare 19-21, sector 2

(Spitalului „Colentina”)

Tel.: 021.311.73.71, 021.311.73.72

bucuresti.colentina@hiperdia.ro

www.hiperdia.ro

www.pro-life.ro

Investigații de performanță:

Angio CT. CT Cardiac. Colonoscopie virtuală.

Reconstrucții 3D. Screening metastaze.

Angio RMN. RMN cord. RMN sân. RMN abdomen și pelvis. RMN ficat și căi biliare. Uro RMN.



- 4 Computere Tomograf** • **4 echipamente de Rezonanță Magnetică** • **Radiologie convențională - RX** • **Mamografie**
- **Osteodensitometrie DXA** • **Electromiografie**
- **Neurosonologie** • **Ecografie Doppler** • **Ecografie Generală**
- **Cardiologie** • **Medic de familie** • **Laborator analize medicale**
- **Second Opinion**

Pentru un diagnostic de încredere

17 centre de diagnostic imagistic și laborator în rețeaua națională HIPERDIA

Brașov - Bistrița - București - Cluj-Napoca - Galați - Ploiești - Satu Mare - Timișoara - Turda

Calendarul și chirurgia estetică

Chirurgia estetică nu este influențată de anotimpuri, de temperatură (cald-rece) sau de alți factori meteorologici cum ar fi umiditatea sau intensitatea radiațiilor solare. Există tratamente și conduite postoperatorii care contracarează toate neajunsurile provocate de factorii menționați mai sus.

Totuși, dacă suntem stăpâni pe timpul nostru și ne permitem să alegem momentul programării unei intervenții sau operații estetice este bine să ținem seama de câteva aspecte tehnice pe care vi le vom aduce la cunoștință în cele ce urmează. Vom face câteva asocieri logice între anotimpuri și tipurile de intervenții practicate frecvent.

În cazul operațiilor care vizează fața este ideal ca acestea să se realizeze în anotimpurile intermediare (primăvara-toamna) când temperaturile nu tind către extreme, protejând în acest mod țesuturile interesate în timpul operației și dându-le posibilitatea de a se reface mai repede și în mai bune condiții.

În cazul operațiilor de lifting facial, ulterior intervenției trebuie purtat un pansament compresiv (elastic) la nivelul feței, pentru o perioadă destul de lungă de timp, fiind mai comod de purtat când temperaturile nu sunt foarte ridicate.

Tratamentele de întinerire a feței, de tipul injecțiilor cu toxină botulinică sau mesoterapie, pot fi făcute aproape timpul anului, procedurile fiind mai superficiale.

Implanturile sau transplanturile de păr se recomandă a fi făcute într-o perioadă a anului când acoperirea capului nu este neapărat obligatorie. Mesoterapia la nivelul scalpului (pielii capului) poate fi efectuată cu succes în orice perioadă a anului.

La nivelul trunchiului și membrelor, putem vorbi despre expandări tisulare, lipoaspirații, liftinguri, mărimi sau micșorări ale sânilor, remodelări ale diferitelor părți anatomice cu sau fără implant, abdominoplastii.

În cazul expandărilor tisulare se recomandă o perioadă a anului în care temperatura exterioară să nu agreseze în nici un fel țesutul la nivelul căruia s-a efectuat intervenția. Hainele groase pe timp de iarnă pot crea disconfort, așa cum pansamentele aplicate în astfel de intervenții pot cauza neplăceri la temperaturi ridicate.


Operațiile estetice la nivelul sânilor implică purtarea unor bustiere care vara sunt mult mai greu de tolerat de către pacienți. Aceeași recomandare este valabilă și în cazul lipoaspirațiilor și a abdominoplastiilor, unde avem de a face cu o perioadă postoperatorie în care purtarea unui corset este iminentă și obligatorie pentru un succes de 100% al tratamentului chirurgical.

În cazul rinoplastiilor, este bine să se evite sezonul rece, deoarece implică purtarea unei atele pe nas, iar o eventuală răceală sau gripă ar crea probleme în purtarea acesteia.

În realitate, de cele mai multe ori suntem foarte grăbiți și aglomerați, iar timpul nu ne permite să ținem cont de toate aceste indicații.

Vestea bună este că, în aceste condiții, specialiștii în chirurgie plastică și estetică vă stau la dispoziție mereu cu sfaturi, sugestii și răspunsuri la întrebările dumneavoastră.

Articol realizat cu sprijinul: **Clinica Aesthetic Line - www.aestheticline.info tel: 021.211.29.98**



**Clinica de Chirurgie Plastică
Estetică și Reconstructivă**

AESTHETIC LINE®

www.marire-sani.ro

B-dul Dacia nr 51, sector 1, Bucuresti.
Tel: 021-2112998, Fax: 021-2114416
www.aestheticline.info www.chirurgie-estetica.ro
 Email: info@aestheticline.info
 Accreditat Health On The Net Foundation, Geneva

Investigațiile utile în diagnosticarea herniei de disc, obiective și modalități terapeutice



**Dr. Tache
Georgiana-Ozana,**
Medic primar recuperare
medicală,
Doctor în Științe
medicale
0723.626.289

Radiografia standard de coloană lombară nu furnizează semne directe de hernie de disc. Semnele indirecte clasice sunt descrise în triada Barr: rectitudinea coloanei lombare, prezența scoliozei lombare și pensarea spațiului discal.

Mai multe date privind sediul herniei și dimensiunea ei sunt oferite de **mielografia cu substanță de contrast**, care se efectuează prin introducerea în canalul vertebral a unor substanțe hidrosolubile pe bază de iod care vor opacifica conturul canalului. Substanța de contrast se oprește la nivelul la care discul prolabază în canal la o hernie masivă sau ocolește nodulul herniar la o hernie mai mică. Discul intervertebral afectat poate fi investigat și prin injectarea direct în el a substanței de contrast, investigație denumită **discografie**.

Tomografia computerizată mai poate stabili diagnosticul, dar atunci când se pun probleme de diagnostic diferențial, în special cu tumori sau metastaze localizate la nivel lombar.

Electromiografia este o investigație foarte utilă în herniile de disc asociate cu suferințe radiculare, pentru stabilirea cu certitudine a teritoriului afectat și pentru evaluarea în dinamică a progresiei sau regresiei modificărilor fiziopatologice.

Principalele obiective terapeutice ale herniei de disc sunt: combaterea durerii, corectarea dezechilibrelor musculare între agonisti și antagonisti, restabilirea controlului adecvat al mișcării și profilaxia recidivelor.

Mijloacele de tratament sunt cele igienico-posturale, medicamentoase și fizicokinetice.

Tratamentul igienico-postural: repausul absolut - în suferințele acute; repaus relativ - în formele comune, pe pat tare, în posturile delordozante - decubitul dorsal sau lateral cu membrele inferioare flectate, în doite la piept.

Se recomandă regim alimentar hipocaloric în caz de exces ponderal. În medicația antiinflamatoare se indică regim hiposodat.

Tratamentul medicamentos - în formele simple - analgezice obișnuite, oral sau intrarectal, (algalamin); antiinflamatoare nesteroidiene (AINS): indometacin, diclofenac, piroxicam, aspirina, fenilbutazona, ketoprofen. Antiinflamatoarele steroidiene (AIS): în formele hiperalgice, ținând cont de contraindicații și de efectele adverse. Decontracturantele (diazepam, clorzoazon, mydocalm, muscaltm) - cu multă prudență, doar la bolnavii spitalizați. Combaterea contracturii musculare reactive care fixează coloana lombară poate favoriza hernierea discului intervertebral.

Alte clase de medicamente : vitaminele din grupul B, antidepresivele etc.

Pentru infiltrații paravertebrale se vor folosi xilina 0,5-1% asociată cu produse cortizonice cu efect prelungit de tipul Diprophosului.

Tratamentul fizical constă în electroterapie, adjuvant în herniile de disc lombare, fără înlocuirea celorlalte forme de tratament. Efecte favorabile ale diferitelor forme de curenți electrici în discopatiile lombare: analgic, antiinflamator, hiperemiant, decontracturant. Curenții diadinamici (CDD) sau TENS au efecte spectaculoase în lumbago nediscogen, curentul galvanic este folosit în sciatalgii sub forma galvanizărilor simple, iar media frecvență sub forma curenților interferențiali este mai puțin eficientă în faza acută, dovedind însă un bun efect decontracturant. Ultrasunetul sau unde scurte se folosesc în formele subacute sau cronice recidivante, cu suferințe musculotendinoase, miofasciale sau cu manifestări vasculo-vegetative. Curenții exponențiali se folosesc pentru stimularea musculaturii total sau parțial denervate în herniile de disc cu deficit motor.

Masajul se poate efectua în scop sedativ sacro-fesier și de-a lungul membrului inferior. În formele hiperalgice se evită folosirea tehnicilor de masaj.

Obiectivele kinetoterapiei diferă în funcție de stadiul suferinței: stadiul acut, în care se aplică metode sau posturi de relaxare generală și de relaxare a musculaturii lombare; subacut, în care începe programul propriu-zis de kinetoterapie, cel mai cunoscut fiind programul Williams; cronic; de remisiune completă.

MEDICAL CARE

Centrul de
Recuperare Medicală

Intr: Tudor Stefan nr. 42-44
(Dorobanti) sector 1, Bucuresti
Tel.: 021/2339727, 021/2305200
Mobil: 0723/626289, 0744/876026
Site: www.medicalcare.ro
E-mail: contact@medicalcare.ro

- ◆ Medicină Fizică și de Recuperare Medicală
- ◆ Laserterapie
- ◆ Drenaj venolinfatic
- ◆ Masaj terapeutic, anticefalic, de întreținere și de relaxare
- ◆ Gimnastică medicală și kinetoterapie de recuperare
- ◆ Electrostimulare terapeutică
- ◆ Electroginmastică de întreținere și scădere ponderală
- ◆ Fitness terapeutic

Reduce 100% natural colesterolul!



ATHERO STOP, O combinație 100% naturală și unică de fitosteroli, extrem de eficientă împotriva colesterolului

Când sănătatea este la mijloc, trebuie să știm ce poate și ce nu poate să facă un supliment nutritiv pentru noi. În astfel de situații este mai bine să utilizezi suplimente nutritive cu rezultate documentate și de la companii care își pot susține afirmațiile făcute la adresa produselor pe care le au (www.chemomed.ro).

AtheroStop este un astfel de supliment nutritiv **100% natural produs în Japonia, ce conține o combinație unică de fitosteroli** (beta-sitosterol, campesterol, stigmasterol, brassicasterol) și este probabil cel mai eficient supliment nutritiv natural ce **reduce absorbția colesterolului în sânge, esențial în optimizarea nivelu-**



AtheroStop



Unic importator: CHEMOMED Intertrading SRL, Bucuresti, Tel: 021 332 7102; 332 7164, Mobil: 0723 646 710; e-mail: medici@chemomed.ro Vizitati: www.chemomed.ro

lui colesterolului din organism și eliminarea colesterolului depus pe vasele de sânge.

În absența fitosterolilor, colesterolul este absorbit din celulele superioare ale intestinului subțire și transferat în sânge prin intermediul acizilor biliari.

În prezența fitosterolilor această absorbție este **inhibată**. Fitosterolii se lipesc așa de tare de acizii biliari (interferă cu solubilizarea structurii micelare a colesterolului în intestine) astfel încât **colesterolul nu mai poate fi absorbit decât parțial**. Colesterolul neabsorbit este excretat (eliminat).

AtheroStop asigură în mod natural reducerea nivelului colesterolului total prin creșterea HDL, scăderea LDL și nivelului trigliceridelor.

Studiile realizate la nivel internațional, au dovedit că **produsul natural AtheroStop, prin conținutul său unic de fitosteroli**, este extrem de eficient și recomandat pentru:

- Reducerea absorbției colesterolului în sânge,
- Optimizarea nivelului colesterolului din sânge
- Prevenirea și eliminarea depunerilor de colesterol
- Reducerea riscul apariției osteoporozei, cancerului de sân, colon sau prostată
- Susținerea sănătății aparatului cardiovascular

Această combinație optimă de fitosteroli în alimentație este calitativ la fel de importantă în scăderea nivelului colesterolului precum reducerea consumului de grăsimi și oferă o alternativă reală, naturală, în reglarea colesterolului din organism.

Achiziționând un pachet de tratament optim de 4 cutii ATHERO STOP, veți plăti doar 3 cutii.

Ofertă valabilă până la 15 octombrie 2010 – în limita stocului.

Puteți achiziționa produsul din farmacia, inclusiv farmaciile DONA, sau **CONTACTAȚI IMPORTATORUL!**

Ce poate face Medicina Integrată Sciencemed pentru diagnosticarea și tratarea Sindromului vertiginos?

Sindromul vertiginos este o afecțiune care aparține mai multor specialități medicale (neurologie, ORL) și se manifestă prin amețeli, senzația că se învâрте totul în jur, dezechilibru. Aceste episoade de vertij au o intensitate mai mică sau mai mare, în funcție de afecțiunea de bază care le produce.

Cum se manifestă sindromul vertiginos?

De cele mai multe ori, vertijul apare din senin și durează câteva minute. Se asociază cu slăbiciune generalizată, care poate să se repete și de mai multe ori pe zi, având consecințe importante asupra activității zilnice.

Cauzele vertijului sunt numeroase :

De cele mai multe ori, vertijul apare din cauza unei probleme a urechii interne, alteori ca urmare a tulburărilor de circulație cerebrală, a tulburărilor artrozice ale coloanei vertebrale cervicale, a hipotensiunii arteriale etc. Urechea internă poate suferi de labirintită, o infecție provocată de răceală, gripă sau otită. Rareori sindromul vertiginos poate fi determi-

nat de boli grave: scleroză multiplă, accident vascular cerebral, traumatisme craniene, tumori localizate la cap.

Diagnosticarea și tratarea cu ajutorul Medicinii Integrate Sciencemed

Cu ajutorul EIS se pot evidenția posibile implicații digestive (probleme biliare) sau tulburări funcționale ale coloanei vertebrale cervicale care pot sta la baza tulburărilor de echilibru și vertijului. Scăderi sau creșteri ale conductivității electrice de la nivelul tractului digestiv sau coloanei, sugerând inflamații acute sau cronice, asociate cu modificări ale presiunii oxigenului la nivelul țesutului cerebral, cu modificări ale acidității cerebrale sau ale nivelului neuro-mediatorilor cerebrali, pot arăta cauza Sindromului vertiginos. Tulburările circulației intracraniene, depresia, anxietatea, pot fi cauze ale acestui sindrom invalidant.

Biorezonanța Paul Schmidt pune în evidență perturbările energetice de la nivelul tuturor organelor ce pot fi implicate în producerea amețelilor, dezechilibrului, vertijului. Poate evidenția blocaje energetice mari la nivelul urechii, al coloanei vertebrale, circulației arteriale, organelor tractului digestiv. Datele obținute, coroborate cu informațiile oferite de EIS și consultul clinic obiectiv al pacientului, oferă un tablou exact al cauzei Sindromului vertiginos.

Odată aflate cauzele suferinței, cu ajutorul Medicinii Integrate Sciencemed se poate realiza un tratament eficient și individualizat, utilizând medicamentul homeopatic, ședințe de echilibrare energetică cu aparatul de biorezonanță Rayocomp PS 1000 Polar, tratament fitoterapic, gemoterapic, remedii florale Bach. Cu aceste metode se acționează asupra unor cauze diferite și individualizat de la caz la caz.



Știința în armonie cu natura



Clinica ScienceMed Bucuresti

Bucuresti, B-dul Constantin
Brancoveanu Nr.14, Bloc 5B, parter,
sector 4
Tel: 0723.175.208
e-mail:
sciencemed.bucuresti@yahoo.com

Clinica ScienceMed Buzau

Buzau, B-dul Unirii, Bloc 9F, Ap. 2,
parter
Tel: 0735.779.330
e-mail:
sciencemed.buzau@yahoo.com



CANCERUL a mai pierdut un pas!



Bio Bran 1000/ MGN-3,
probabil cel mai puternic
imunostimulator
și imunomodulator,
100% natural

Tehnici moderne de rafinare a produselor alimentare îndepărtează, de cele mai multe ori, fibrele și celelalte componente nedigerabile, care sunt considerate că slăbesc calitățile gustative, rezultând materii prime alimentare, care au fost asociate cu creșterea ratei îmbolnăvirilor în cazuri de hiperlipidemie, diabet, cancer de colon și afecțiuni cardiace ischemice, toate afecțiuni care pun mari probleme de tratament.

După o profundă analiză a fibrelor dietetice, s-a demonstrat că ingerarea acestora este strâns legată de o stare bună de sănătate, fibrele ajutând la menținerea homeostazei și jucând un rol terapeutic. Dr. Ghoneum M. din Departamentul de Imunologie al Universității DREW din Los Angeles a avut ideea de a reduce greutatea moleculară a **Arabinosilanului**, extras din **tărâța de orez prin hidroliză parțială enzimatică**, operație ce a dus la fracțiuni moleculare parțial solubile care pot fi absorbite din intestin într-o cantitate semnificativă ca imuno-modulator limfocitar. Hidroliza este efectuată cu un extract din **ciuperca schiitake (Lentium M)**, utilizată în Japonia în tratamentul cancerului.

Imunoterapia este foarte importantă în tratamentul cancerului. S-a efectuat un studiu amplu la Clinica Sano-Japonia, pe 205 pacienți cu cancer progresiv aflați în stadiile avansate III - IV, cu leziuni neoperabile sau metastaze rămase după intervenția chirurgicală. Leziunea primară a fost localizată la plămâni (31 pacienți), ficat (18), uter (7), sâni (33), prostată (4), rect (28), stomac (34), noduli limfatici (11) și altele (29). Tuturor pacienților li s-a măsurat activitatea celulelor NK, index patologic pentru cancerul progresiv, parametru al măsurării imunității. S-a observat o dublare a activității limfocitelor NK (natural killer-ce distrug celulele can-

ceroase) după o săptămână de administrare a 3g **MGN-3 Arabinosilan**/zi și o triplare după numai 2 luni.

Alte studii demonstrează o **creștere a activității limfocitelor B și T cu 200%**, respectiv, cu **150%**, în timp ce nivelele de interferon și TNF (factor de necroză tumorală) cresc semnificativ, făcând din **MGN-3 Arabinosilan** probabil cel mai puternic imunostimulator **100% natural (GMO free)**.

INDICAȚII TERAPEUTICE:

- Adjuvant în terapia cancerului, indiferent de stadiu (efect antitumoral)
- Recomandat în curele de radio/chimioterapie (**le îmbunătățește efectele, le reduce efectele negative**)
- Hepatite B și C, ciroză
- Reumatism cronic
- Infecții cronice (bacteriene, virale, fungice)
- Diabet noninsulino-dependent
- Tabagism, etilism, persoane cu deficite imunitare.

Achiziționând un pachet de
tratament standard de 4 cutii
Bio Bran 1000, veți plăti doar 3 cutii.

Ofertă valabilă până la 15 octombrie 2010 -
în limita stocului.

Puteți achiziționa produsul din farmacii,
 inclusiv farmaciile DONA, sau
 CONTACTAȚI IMPORTATORUL!

Șansa unui nou început!



Unic importator: CHEMOMED Intertrading SRL, Bucuresti,
Tel: 021 332 7102; 332 7164, Mobil: 0723 646 710;
e-mail: medici@chemomed.ro Vizitati: www.chemomed.ro

Ortorexia nervoasă

- Tulburare de comportament alimentar -



Dr. Emilia Țiț
Medic primar
psihiatru

Se studiază și se publică în prezent despre o nouă atitudine obsesiv - compulsivă în domeniul comportamentului sau obiceiului de alimentare.

În societatea noastră modernă există o mare varietate de alimente atrăgătoare la un preț rezonabil, ușor de obținut, care cresc riscul obezității și al afecțiunilor asociate ei.

Presiunea societății conduce către o preocupare excesivă, obsesivă, asupra aspectului corpului, deci asupra mâncatului, a mâncării sub toate formele: comportament alimentar, natura și conținutul alimentelor.

Obezitatea și consecințele ei, tulburările alimentare fiind în creștere, există efecte colaterale multiple în domeniul social, psihologic, medical și economic.

Se creează și se întărește relația între tulburările de comportament alimentar și nevroză obsesiv-compulsivă, afecțiune care însoțește de obicei aceste tulburări.

Secolul 20-21 a contribuit la apariția unor noi tulburări nevrotice în domeniul comportamentului alimentar.

Ortorexia nervoasă (Bratman 1977) este una dintre recentele apariții în cadrul acestor manifestări cu aspect obsesiv-compulsiv.

Frica și grija în legătură cu sănătatea fizică duc la o preocupare excesivă asupra mâncatului și a calității alimentelor. Se dezvoltă o obsesivitate, o fixație privind mâncarea sănătoasă, cât și o dependență psihică de aceasta.

Pare a fi o tulburare mai puțin gravă în acest domeniu psihopatologic, dar în cadrul acestui sindrom apar simptome care definesc un comportament nevrotic al dependenței, anxietății (cu frică și îngrijora-

re asupra calității alimentelor), obsesivității asupra dietei, care poate controla întreaga viață.

În cadrul ortorexiei nervoase apar tulburări mentale și fizice importante din cauza unor restricții exagerate în dietă și a hiperatenției asupra alimentelor, precum și asupra rolului lor (sunt ignorate alte preocupări de viață necesare unui psihic și fizic echilibrat și deci sănătos). Pacientul uită să fie fericit.

Factorii patologici care se dezvoltă sunt frica hipochondriacă de boli fizice și de moarte, anxietatea (neliniștea permanentă creată de un pericol potențial adus de aliment sau de modalitatea de alimentare), fobii sociale, ideeație paranoia (amplificarea irațională a pericolului pe teme alimentare), izolare socială cu amplificarea tuturor simptomelor nevrotice secundare.

În prezent există o creștere a experiențelor psihiatrice în cadrul acestui sindrom.

Psihiatrii discută despre aceste simptome ca despre o tulburare nevrotică a comportamentului alimentar de sine stătătoare (Ortorexia nervoasă) sau ca latura nouă a tulburării obsesiv-compulsive cu care se înrudește sau se asociază.

Această tulburare alimentară trebuie tratată ca orice element obsesiv care ne parazitează și ne invadează viața, lipsindu-ne de libertate și chiar de bucuria de a trăi.

PSIHOTOP
CABINET PSIHIATRIC



Cabinet medical de psihiatrie

- Examinare psihiatrică, psihodiagnostic, indicații pentru tratament de specialitate
- Terapie de susținere
- Control psihiatric periodic
- Tratament psihorelaxant centrat pe pacient

Str. Av. Iuliu Tetraț nr. 23, (Piața Dorobanți)
Sector 1, București,
Tel. / Fax: 021.230.96.12
E-mail: cabinet@psihotop.ro
www.psihotop.ro

Artrisal - Un remediu ayurvedic de nădejde împotriva suferințelor reumatice

Bolile reumatice constituie un adevărat complex de entități nosologice care au determinat geneza unei specialități medicale, **reumatologia**. În pofida acestei diversități, patologia reumatismală are ca numitor comun două simptome care constituie și principala sursă de suferințe pentru bolnavul reumatic: **fenomenele inflamatoare** ale sistemului locomotor și, în conjuncție cu acestea, **fenomenele dureroase** (algezice).

Artrisal este un remediu natural obținut din factorii bioactivi extrași pe cale **nedistructivă** din plante medicinale aparținând florei medicinale a Indiei. Principalii factori antiinflamatori și antitumorosi din acest remediu sunt: **acidul boswellic** obținut din planta **Boswellia serrata** și **curcumina** și alți derivați ai săi ce provin din specia indiană **Curcuma longa**, specie larg răspândită în India. Lucrări științifice de notorietate publicate în prestigioasele reviste **Revista Indiană de Cercetări Medicale** (75, 1982) și **Planta Medica** (49, 1984) atestă efectele antiinflamatoare și respectiv antibacteriene, deci antiinfecțioase, ale principiilor bioactive din **Curcuma longa**.

În afara efectelor medicinale menționate mai sus, **Artrisalul**, care conține și molecule bioactive din alte șase specii de plante din patrimoniul botanic medical al Indiei, exercită și alte efecte medicinale, cum ar fi:

- Efectul reconfortant, tonifiant în combaterea efectelor stresului psihic și/sau fizic, a efectelor unor diverse suprasolicități exprimate prin stări generale de disconfort, diferite nevroze reactive, surmenaj, dezadaptare;
- Efect benefic în colite cronice dureroase, spastice și în Boala Crohn;
- Efect antitoxic, hepato-protector, efect antiemetic, acțiune antihelmintică;
- Efecte imunostimulatoare, antihistaminice și antialergice.

Aceste acțiuni medicinale adiacente sunt promovate de **concepția sofisticată ayurvedică holistică** a **Ayurvedei**, sistemul de medicină tradițional din In-

dia, care, considerând organismul ca un tot unitar ("holos" = întreg), preconizează și tratamente care favorizează în ansamblul său "starea de sănătate" a organismului.

De reținut: efectul antireumatic se bazează îndeosebi pe importantele calități ale extractului obținut de la planta deosebit de valoroasă **Boswellia serrata**:

A fost eficient și în tratamentul antireumatic al unor pacienți care nu au răspuns la tratamentele antireumatice convenționale (chimioterapeutice) – este vorba de un număr de 260 de pacienți cuprinși în 11 programe de cercetare clinică care s-au desfășurat în Germania.

Nu a fost însoțit de nici unul dintre efectele secundare adverse (îndeosebi la nivelul tractului digestiv) produse de antiinflamatoarele cu structură moleculară steroică sau nesteroidică.

Nu a determinat nici deteriorarea cartilajilor articulare, nici la nivel molecular al colagenului.

A avut un bun efect asupra redoarei (rigidității) matinale a pacienților suferinzi de poliartrită cronică evolutivă.

Este eficient și în reumatismul abarticlar care afectează sistemul musculo-tendinos (miozite, tendinite, sinovite etc.).

Toate produsele firmei STAR INTERNATIONAL MED sunt obținute din plante medicinale native din India, cultivate în condiții ecologice și prelucrate prin procedee tehnologice netermice, la standarde internaționale de calitate (ISO), fiind avizate de I.B.A.

PRODUSELE SE GĂSESC ÎN TOATE FARMACIILE ȘI UNITĂȚILE PLAFAR DIN BUCUREȘTI ȘI DIN ȚARĂ SAU ÎN MAGAZINUL PROPRIU DIN BD. CAROL I NR. 46 (VISA-VIS DE BISERICA ARMENEASCĂ)

Star International Med
www.ayurved.ro
natural@star-ayurveda.ro
Tel./Fax: 021.313.94.81
021.303.80.44; 021.311.33.11

STAR
international med

Evaluări ayurvedice și recomandări pe tipuri constituționale oferite de medici specialiști în Ayurveda

În fiecare marți și miercuri
între orele 9:00 și 17:00

Programări la Tel.: 021 313 94 81; 021 303 80 44
Str. D. Bolintineanu nr. 5, sector 3, București



O memorie tânără cu ajutorul produselor naturale Elidor

Cunoașterea ca formă de înțelegere a universului înconjurător se structurează pe forma materială organică numită sintetic "materia cenușie". Ea este compusă dintr-o rețea de neuroni interconectați, care fac ca informațiile să fie stocate în fișiere diverse ce pot fi accesate și folosite în situațiile existente.

Apariția memoriei coincide cu apariția lumii vii.

Oricât de jos este situată pe scara evoluției, entitatea biologică dispune de memorie care îi permite să evite pericolele vitale. Memoria actuală se suprapune cu memoria filogenetică și se creează o memorie caracteristică fiecărui individ în parte.

Lipsită de această memorie, vietatea dispare pentru că nu mai poate deosebi situațiile banale de cele cu adevărat periculoase. Prin dezvoltarea speciilor, memoria capătă valențe adaptative, recunoscându-se că memoria omului este cu totul alta decât cea a maimuței sau delfinului.

Creierul uman stochează informațiile în raport cu mediul înconjurător, socioprofesional, prin lanțuri de algoritmi complecși care se modifică de la o pe-



Dr. Sorin Godeanu
Laboratoarele
Elidor

rioadă la alta. Îmbunătățirea memoriei este factorul esențial în aprofundarea cunoașterii.

La orice vârstă neurotonicele sunt binevenite.

- **ERGONIC (ELIDOR)** stimulează memoria atât prin vasodilatație cerebrală cât și prin stimulare metabolică persistentă (adaptogeni și produse apicole).

- **NEUROFORTE (ELIDOR)** prin aportul de CĂTINĂ, lecitină, propolis alături de ginkgo biloba, ameliorează vizibil activitățile neuronale.

- Menținerea unei mase active neuronale este o condiție importantă pentru evitarea deteriorării neurologice. Menținerea unor vase elastice, lipsite de plăcile adenomatoase (INFRALIPID), reprezintă calea spre antiaging neuronal.

- Cu ajutorul produselor antioxidante **URSO-MAX - ELIDOR (3-6 cpr./zi)** și **CAROFORT PLUS - ELIDOR (3-6 cpr./zi)** se evită în mare măsură îmbătrânirea creierului.

LABORATOARELE ELIDOR

ERGONIC

NEUROFORTE

INFRALIPID

URSO-MAX

CAROFORT PLUS

www.elidor.ro

Telefon: 021.335.95.63

GINSENG COREAN & GHIMBIR – Remediul tradițional asiatic!



În prezent, în mai toată lumea, ginsengul și ghimbirul sunt folosite ca suplimente alimentare, dar și în alimentație.

Ginsengul este utilizat în alimentație și terapie de peste 5.000 de ani, fiind o plantă perenă originară din Asia de Răsărit, Siberia și America de Nord. Pentru multiplele sale proprietăți terapeutice, chinezii o consideră o plantă-minune. Mai este cunoscut și sub denumirile de rădăcina vieții, regina plantelor, rădăcina-om și sarea pământului.

În comerț există mai multe tipuri de ginseng (coreean, chinez, american, siberian), toate făcând parte din familia Araliaceae.

În primul rând, ginsengul coreean este *tonic general* – fizic, și psihic și *tonic sexual*. Poate fi utilizat pentru creșterea forței și a capacităților de concentrare, pentru menținerea atenției, pentru creșterea randamentului, pentru crearea unei stări de bună dispoziție. Totodată, ginsengul conține și steroizi. Chinezii numesc această plantă **“esența bărbaților”** (gin=bărbat, seng=esență). De aceea, este un bun *afrodisiac*, prevenind disfuncțiile sexuale atât ale bărbaților cât și ale femeilor. Sporește fertilitatea femeilor și potența bărbaților. Sporește motilitatea spermei și crește nivelul de testosteron.

În al doilea rând, ginsengul coreean este *adaptogen*, combatând stresul și ajutând la obținerea unui somn liniștit.

În plus, ajută la *încetinirea proceselor de îmbătrânire* datorită substanțelor conținute numite saponine. Este *reglator al sistemului cardiovascular*, combatând tulburările de circulație sangvină și reglând tensiunea arterială. Asta înseamnă că bolnavii cardiovasculari găsesc în ginseng un remediu de încredere. Este și *reglator al aparatului digestiv*. Dozele mari de ginseng coreean sunt utile atât în *scăderea colesterolului cât și a glicemiei*.

Astfel, efectele senzaționale ale ginsengului coreean sunt cunoscute de milenii, în medicina Orientului îndepărtat fiind considerat un adevărat panaceu.

Ghimbirul este, asemenea ginsengului coreean, o plantă asiatică ai cărui rizomi conțin uleiuri volatile și compuși fenolici care *tonifică sistemul digestiv*. Pot *înlătura senzația de vomă* (prin inhibarea centrului vomiei) și *cresc pofta de mâncare*, fiind buni stimulenți stomahici.

Ghimbirul, ca și ginsengul, este un bun *tonic general și sexual*. Chinezii consideră ghimbirul drept unul

din cele cinci ingrediente principale în dietoterapie, alături de oțetul de orez, vinul de orez, sare și miere. În medicină și estetică, ghimbirul este folosit datorită acțiunilor sale *stimulente, tonice și energizante*. Prin stimularea metabolismului, această plantă ajută la eliminarea toxinelor, precum și la intensificarea arderii grăsimilor. Ghimbirul este util persoanelor deprimare, fără poftă de viață, lente, letargice, aducând tonus, energie și optimism. El crește rezistența organismului la oboseală și stres – adaptogen.

Din punct de vedere sexual, crește *fertilitatea masculină* prin stimularea spermatogenezei și a motilității spermatozoizilor.

Recunoscut de asiatici încă din secolul I ca o plantă medicinală cu efecte rapide asupra *problemei reumatice și digestive*, ghimbirul este studiat acum în vestite laboratoare de medicii europeni.

Ținând cont de efectele miraculoase ale ginsengului coreean asociat cu ghimbir, **LABORATOARELE MEDICA** au creat un nou produs bazat pe această asociere - **GINSENG COREAN & GHIMBIR**.

Dr. Ionuț Moraru vă PROpune utilizarea produsului ca:

- tonic general și sexual;
- pentru a încetini procesele de îmbătrânire;
- reglator al sistemului cardiovascular și digestiv;
- adaptogen;
- ajutor în menținerea glicemiei și colesterolului în limite normale.



Pentru mai multe detalii și comenzi contactați-ne la telefon 021.351.47.77, accesați site-urile noastre: www.medicalab.ro și www.pronaturashop.ro sau scrieți-ne pe adresa medica@softnet.ro !

Homegast

Tratează natural afecțiunile gastrice și biliare

Trăim într-o lume care evoluează exponențial, dar nu fără urmări. Ritmul zilnic al vieții noastre crește, suferim de prea mult stres, avem din ce în ce mai puțin timp disponibil, dieta noastră este tot mai săracă, drept urmare apariția bolilor de stomac nu este deloc surprinzătoare.

Deși pe piață au apărut unul după altul numeroase produse noi pentru afecțiuni gastrice, aceste produse nu vindecă cauza ci doar atenuează simptomele bolilor, efectul terapeutic nefiind satisfăcător.

Cei trei factori principali implicați în apariția bolilor gastrice sunt:

1. Stresul psihic, care cauzează disfuncții ale tractului gastro-intestinal și ale secreției glandelor sale;

2. Oboseala fizică și mentală generează hipofuncția sistemului metabolic și carențe de nutrienți necesari, iar una dintre consecințe va fi producerea unor modificări patologice ale țesutului gastric;

3. Hipofuncția sistemului imunitar, urmată de reducerea capacității mecanismului de prevenire a bolilor gastrice.

Homegast este un produs naturist prescris conform unei rețete care și-a dovedit eficiența în peste 10.000 de cazuri studiate clinic în 12 centre universitare. Rezultatele au relevat faptul că poate îmbunătăți funcția cerebrală de reglare a echilibrului și promova restabilirea funcționării normale a tractului gastro-intestinal și a glandelor acestuia; produsul amplifică funcția exercitată de nutrienți în organism, accelerând în consecință recuperarea după producerea modificărilor patologice gastrice; acesta sporește funcția imunologică a organismului, rezistența la boli și previne în mod eficient dezvoltarea bolilor gastrice. În plus, eficiența produsului Homegast a fost demonstrată în cazurile de gastrită atrofică, o modificare patologică cu tendință destul de ridicată de dezvoltare malignă. Așadar, produsul are un efect clinic semnificativ în prevenirea cancerului gastric.



miracolul plantelor[®]
...născut dintr-un vis

Rezultatele studiilor au relevat eficiența terapeutică de excepție, absența toxicității chimice și a efectelor secundare.

Acțiune:

1. **Homegast** intensifică metabolismul cerebral al proteinelor sintetizate și funcția de reglare a echilibrului; astfel reglează activitatea gastro-intestinală și secreția glandulară (de exemplu de pepsină) și susține recuperarea după afecțiunile gastrice.

2. **Homegast** susține sinteza proteinelor la nivelul diverselor organe, ajută microcirculația și îmbunătățește aportul de nutrienți către țesuturile afectate. În acest mod oprește modificările patologice cauzate de gastrita atrofică și ajută procesul de vindecare.

3. **Homegast** accelerează semnificativ sinteza nucleoproteinelor din timus, a celor de la nivelul splinei și a ADN-ului timusului, sporind astfel imunoreglarea organismului.

Indicații:

În special pentru diverse gastrite cronice, de exemplu gastrita superficială, gastrita erozivă și gastrita atrofică etc., ulcer gastric și duodenal, dureri gastrice și balonări, hiperaciditate gastrică și disconfort gastric, afecțiuni biliare.

Tel.: 0356 883 453
www.homegast.ro



Piciorul plat - platfus

Ce înseamnă?

Piciorul plat presupune prăbușirea bolții plantare, în special a arcurilor longitudinal și transversal ale piciorului, ceea ce determină extinderea suprafeței sale de sprijin.

Evoluează în trei faze:

1. Picior plat reducibil
2. Picior plat contractat
3. Piciorul plat fixat

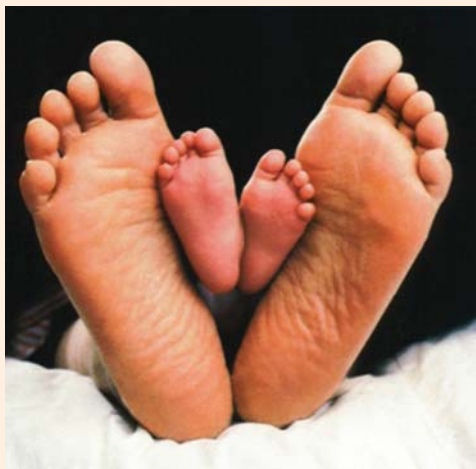
Ce observă părinții?

Părinții sunt îngrijorați (deranjați) de aspectul picioarelor copilului, care calcă pe marginea internă a piciorului, distanța dintre maleolele interne fiind mai mică decât de obicei. Uneori, observă uzură excesivă a marginii interne a pantofului, iar rareori copilul se plânge de oboseală anormală la mersul pe jos.

La copiii mai mari, de 12 - 13 ani, pot să apară contracturi musculare dureroase, localizate la nivelul piciorului sau părții antero-laterale a gambei, care determină apariția unui mers șchiopătat.

Când poate fi observat?

Odată cu primii pași ai copilului, deci în jurul vârstei de un an, părintele poate sesiza sprijinul defectuos. Factorul care îngreunează diagnosticarea este reprezentat de stratul adipos ce ocupă spațiul în care, ulterior, se va forma bolta plantară. Acest strat adipos va dispărea odată cu creșterea, ceea ce



permite stabilirea cu certitudine a diagnosticului de platfus după vârsta de 3 ani. Până la această vârstă se poate vorbi de un picior plat fiziologic.

Este grav?

Piciorul plat este o problemă obișnuită, foarte frecventă, despre care se spune că evoluează bine fără tratament, odată cu creșterea, în 90% până la 97% dintre cazuri. Doar în 3 până la 10% din cazuri piciorul plat este deranjant și poate necesita chiar tratament chirurgical.

Care sunt cauzele apariției platfusului?

Cauzele sunt foarte diverse. Pot fi reprezentate de modificări ale structurilor osoase de la nivelul piciorului, modificări ale mușchilor sau ligamentelor ori boli neurologice sau metabolice care pot determina secundar apariția platfusului.

Cui trebuie să se adreseze părinții?

Trebuie să se adreseze specialiștilor în recuperarea medicală (medici sau kinetoterapeuți), sau ortopezilor.

Ce se poate întâmpla dacă nu duc copilul la control?

În cazurile cele mai bune (când vă aflați între cei 90 % despre care vorbeam mai sus), nimic, adică problema se va rezolva de la sine, odată cu creșterea. Dar, dacă va încadrați în celelalte 10 procente, problema se poate agrava, necesitând ulterior tratament chirurgical. Mai grav este faptul că, fără un control de specialitate, puteți rata depistarea altor tipuri de deformații ale picioarelor (piciorul talus valgus, piciorul convex), care necesită o atenție mai deosebită.

În ce constă tratamentul?

În funcție de faza de evoluție a platfusului și de vârsta pacientului, tratamentul poate să fie bazat pe kinetoterapie și masaj, purtarea unor mijloace corective (talonete, ghete ortopedice) sau chirurgical.

Ion Constantin Felician
Kinoterapeut principal
www.kinetobebe.ro

Clinici medicale

**CENTRUL MEDICAL
MATEI BASARAB**



Str. Matei Basarab nr. 45,
sector 3, București
Tel: 021 302,94,34

Analize de laborator
Ecografie
Morfologie fetală
Obstetrică-ginecologie
Pneumologie/
Somnologie
Neurologie
Endocrinologie
Cardiologie/
Medicină internă
ORL
Dermatologie
Acupunctură

Stomatologie
Medicina muncii

**CENTRELE
MEDICALE PULS**

www.PULSMEDICA.ro
Str. Tunari, nr. 37
tel: 212.40.40
0745.12.99.44
0723.180.968
Str. Teiul Doamnei, nr. 2
tel: 242.13.76
0745.12.99.55
0723.180.969
Str. Turda, nr. 127
tel: 224.01.87
0741.20.99.65
0723.180.979

Specialitati medicale:
- Alergologie; - Chirurgie
- Cardiologie;
- Dermatologie
- Endocrinologie
- Gastroenterologie;
- Medicina internă;
- Medicina de familie;
- Medicina muncii;
- Neurologie; - Nefrologie;
- Orl- Audiometrie;



**Centrele Medicale
HIPERDIA
ȘI PROLIFE**

• Str. Ritmului, nr.2, sector 2
Tel./Fax: 021. 250.67.85,
021.250. 73.20
office@pro-life.ro
• Sos. Berceni, nr. 10-12,
sector 4 (Spitalul Bagdasar-
Arseni)
Tel./Fax: 021. 334.37.30,
021. 334.37.31
bucuresti.bagdasar@hiper-
dia.ro

• Bdul Marasesti, nr.17, s 1,
Tel./Fax: 021.250.67.85,
021.250.73.20
office@pro-life.ro
• Sos. Stefan Cel Mare, nr.
19-21, sector 2
(Spitalul Colentina)
Tel./Fax: 021. 311.73.71,
021. 311.73.72
bucuresti.colentina@hiper-
dia.ro

- computer tomograf • rezonanta magnetica
- radiologie conventionala • mamografie
- osteodensitometrie DXA • electromiografie
- neurosonologie • ecografie doppler • ecografie
generală • cardiologie • medicina de familie
- laborator analize medicale.



CENTRUL MEDICAL UNIREA

**CENTRUL MEDICAL
UNIREA**

CMU BANEASA: Str. Ion
Ionescu de la Brad, Nr. 5B,
sector 1, Bucuresti
Programari imagistica: 021
304 04 18

CMU ARCUL DE TRIUMF:
Policlinica si spital : Str.
Clucerului, nr. 55, sector 1,
Bucuresti

CMU BUCHAREST BUSI-
NESS PARK: Sos Bucuresti-
Ploiesti, nr.1 A, corp A,
parter, Bucuresti

CMU DOROBANTI - spital de
copii si pediatrie integrata:
Calea Dorobantilor,nr. 240,
sector 1, Bucuresti

CMU KIDS - policlinica pen-
tru copii: Str. Costache
Negri, nr. 5, sector 5,
Bucuresti

CMU ENESCU: Str. George
Enescu, nr. 12, sector 1,
Bucuresti

CMU IRIDE: Str. Dimitrie
Pompeiu, nr. 9-9A, cladirea
16, parter, sector 2,
Bucuresti

CMU IRIDE. MEDICINA
MUNCII: Str. Dimitrie
Pompeiu, nr. 9-9A, cladirea
1, parter, sector 2,
Bucuresti

CMU UNIREA: B-dul Unirii,
nr. 57, sector 3, Bucuresti

MATERNITATEA CMU Regina
Maria - Spital de Obstetrica
si Ginecologie: Str. Brodina
nr. 3, sector 1, Bucuresti
Programari: 021 304 04 04

CMU SEMA PARC: Splaiul
Unirii, nr. 319, parter,
Bucuresti

CMU FLOREASCA: Calea
Floreasca, nr. 169A

SPECIALITATI:

Alergologie
Boli de nutriție și diabet
Boli infecțioase
Cardiologie
Chirurgie
Chirurgie
cardiovasculară
Chirurgie estetica
Chirurgie oncologica
Dermatologie
Ecografie
Endocrinologie
Fizioterapie
Fiblogie
Gastroenterologie
Hematologie
Mamografie
Medicina de familie
Medicina generala
Medicina internă
Medicina muncii
Nefrologie
Neuro-chirurgie
Neurologie
Obstetrica ginecologie
Oftalmologie
Orl
Ortopedie
traumatologie
Osteodensitometrie
Pediaterie
Pneumoftiziologie
Proctologie - chirurgie
Psihiatrie
Psihologie
Psihoterapie
Radiologie
Reumatologie
Stomatologie
Urologie

Pentru programari
accesati www.cmu.ro sau
sunati la 9CMU (9268).

- Oftalmologie
- Obstetrică-Ginecologie
- Oncologie - Ortopedie
- Pediatrie - Pneumologie
- Psihiatrie - Psihologie
- Reumatologie - Urologie

TOTAL RADIOLOGY

Calea Dudești, nr. 104-122,
Sector 3, București (în incinta
Policlinicii Vitan)
Telefon: 021/322.38.00 /
0372. 918. 565
www.total-radiology.ro

- tomografie computerizată
- osteodensimetri
- mamografie
- ecografie (generală, sân, tiroidă)

Investigații medicale

LIL MED CLINICA MEDICALA

Bucuresti, Suzana nr. 7, corp
1, sector 5
Telefon: (021) 420.60.55
Fax: (021) 420.58.28
www.lilmed.ro
office@lilmed.ro

Laborator de analize
medicale (hematologie, coag-
ulare,
imunohematologie, imunolo-
gie,
biochimie, microbiologie,
parazitologie,
citologie: examen
Babes Papanicolau)
Recoltare probe de sange
Recoltare probe de
microbiologie:
Exudat faringian,
Exudat lingual,
Exudat nazal, Sputa,
Urocultura,
Sediment urinar,
Coproductura,
Examen coproparazitologic
Radiologie –
imagingistica medicala
• Ecografii:
abdominala, parti moi,
obstetrică-ginecologie,
vasculara doppler

Chirurgie estetică

AESTHETIC LINE

Clinică de chirurgie estetică,
plastică și reconstructivă

Bd Dacia nr 51,
Sector 1, București

Programări:
9-18 luni-vineri

Telefon: 021-211 29 98

info@aestheticline.info
www.aestheticline.info

Ginecologie



Telefon: 021-2339776,
0720-260.024, 0788-900.909
Adresa:
Str. Tudor Ștefan 42-44,
sector 1, București
(Piața Dorobanți)
e-mail: clinica_elite@yahoo.com
www: www.clinica-elite.ro

Medicină alternativă

ECOMED CLINIC

Sos. I. C. Bratianu nr. 44, sc.
A, ap. 1, sector 3,
Tel. 021.314.00.54;
0745.123.623;
Fax 021.314.00.54
Email:
ecomed_clinic@yahoo.com
Web: www.ecomedclinic.ro

Fizioterapie,
Homeopatie,
Acupunctura, electroterapie,
unde scurte,
ultrasunt, EMG,
EMG + stimulare,
laserterapie, magnetoterapie,
drenaj venolimfatic, masaj
terapeutic,
terapie cu lumina polarizata
tip bioptron, acupunctura-
electroacupunctura

Oftalmologie

AMA OPTIMEX

Str. Toamnei, nr. 54, sector 2
Tel: 021-610 36 47;021-211
16 22;0723 889 315;0372
708 708
Fax: 0372 708 733
E-mail: office@amaoptimex.ro
clinica@cataracta.ro
www.amaoptimex.ro

- Investigatii oftalmologice:
Biometrie, Ecografie,
Tonometrie oculara, Examen
de camp vizual computerizat,
Pahimetrie, Dioptron,
Keratometrie, Determinarea
diametrului pupilar,
Determinarea diametrului
corneean, Topografie
corneean, Biomicroscopie
Speculara (masurarea
celulelor endoteliale)
- Operatii: de Cataracta, de
Glaucom, de Pterigion, de
Strabism, ale Pleoapelor.
Reducerea dioptriilor
cu laser - LASEK, PRK
(miopie, hipermetropie, astig-
matism), reducerea dioptriilor
forte
(miopie, hipermetropie)
- Tratamente Laser
- Tratamentul DMLV
(degenerescenta maculara
legata de varsta)
- Analize necesare pentru
operatie:
Hemoleucograma,Coagulogra-
ma, Glicemie, Uree, VSH,
AST, ALT, Bilirubina totala,
HVB, HVC, HIV, Consult cardi-
ologic, EKG,dispozitive de
ajutor vizual pentru slab
vazatori
- Optica Medicala

OPTICA 87

1. Calea Victoriei nr.
16 - 20, pasaj Vilacrosse,
sector 3
Tel: (021) 313.91.80

Salon de prezentare, Cabinet
de Optometrie, Atelier

2. Piata Al. Lahovari nr. 1A,
sector 1
Tel: (021) 212.34.81

Punct de prezentare,
primire eliberare comenzi sit-
uat langa spitalul de ochi

3. Soseaua Berceni nr. 8,
sector 4 - in incinta
policlinicii Medcenter.
Tel: (021) 331.05.99
www.optica87.ro

- Punct de prezentare,
primire eliberare comenzi
- Produse: rame, lentile,
lentile de contact,
ochelari de soare

Psihiatrie

PSIHOTOP

CABINET PSIHIATRIC

Bucuresti
Str. Av. Iuliu Tetrat nr. 23,
Sector 1
Tel./Fax: 230 96 12
Email: cabinet@psihotop.ro
www.psihotop.ro

- Examinare psihiatrica,
psihodiagnostic cu indicatii
pentru tratament de
specialitate
- Control psihiatric periodic
- Tratament psiho-relaxant
centrat pe pacient

Recuperare

MEDICAL CARE CENTRU DE RECUPERARE MEDICALĂ

Intr. Tudor Stefan
nr.42-44 (Dorobanti),
Sect.1, București
Tel.: 233.97.76
0723 626 289
www.medicalcare.ro
contact@medicalcare.ro

Medicina fizică
și de recuperare
medicală,
Laserterapie,
Masaj terapeutic
și de relaxare,
Gimnastică medicala, Fitness
terapeutic
Kinetoterapie

Organizatori:



Societatea de
Științe Farmaceutice
din România



Universitatea de
Medicină și Farmacie
Târgu Mureș

Sub egida:

Federației Europene pentru Științe Farmaceutice
Ministerului Educației, Cercetării și Inovării
Ministerului Sănătății
Academiei de Științe Medicale
Colegiului Farmaciștilor din România
Agenției Naționale a Medicamentului

Congresul Național de Farmacie din România

Cu tema "Farmacia Românească de azi,
pregătită pentru schimbările de mâine?"

13-16 Octombrie 2010

Hotel President, Târgu-Mureș, România

Management Congres:



Ralcom Medical este Divizia de Evenimente Medicale
a companiei Ralcom Exhibitions srl

Str. Răspântiilor Nr. 20A, Sector 2, București, România
Tel.: +40 21 210 58 14, 212 27 02, 210 65 40; Fax: +40 21 212 27 02
E-mail: registration@cnfr2010.ro

CNFR
2010

www.cnfr2010.ro



**SOCIETATEA ROMÂNĂ
DE CARDIOLOGIE**

Al 49 - lea CONGRES NAȚIONAL DE CARDIOLOGIE

7-9 octombrie 2010, Sinaia
Casino/Hotel Internațional

www.cardioportal.ro



Societatea Română de Cardiologie

Str. Avrig 63, Sector 2, București

Tel./Fax: 021.250.01.00 / 021.250.50.86 / 021.250.50.87

www.cardioportal.ro

Cazări:

Media Med Publicis

Tel. 031.101.32.21 Fax 031.101.32.24

office@mediamed.ro

www.mediamed.ro