

# MEDIJI O ZDRAVSTVU

četvrtak, 01. septembar 2022.godine

**RTS-** Svako peto dete u Srbiji gojazno

**BLIC-** 4 KORONA SAVETA PRED JESEN Deca polaze u školu, ljudi se masovno vraćaju u kolektive, evo čega se TREBA PRIDRŽAVATI od 1. septembra

**POLITIKA-** U Srbiji još 3.710 novozaraženih, preminulo 12 pacijenata



## Svako peto dete u Srbiji gojazno

Predsednik Udruženja pedijatara Srbije Georgios Konstantinidis kaže za RTS da imamo više gojazne dece nego pre dve decenije, u poslednje četiri decenije broj gojaznih se povećao 10 puta i svako peto dete u Srbiji je gojazno.

Koliko su nam zdrava deca? Da li nova školska godina donosi povećane rizike za širenje koronavirusa i drugih respiratornih infekcija? Zašto bolesti odraslih – poput gojaznosti, visokog krvog pritiska ili povišenog šećera u krvi, sve češće pogađaju i mlađu populaciju?

Predsednik Udruženja pedijatara Srbije Georgios Konstantinidis rekao je, gostujući u Dnevniku RTS-a, da se stanje kod dece pogoršava kada je reč o bolestima koje su zavisne od fizičke aktivnosti – sada imamo više gojaznih nego pre dve decenije, u poslednje četiri decenije broj gojaznih se povećao 10 puta i svako peto dete u Srbiji je gojazno.

"Problem je i porast šećerne bolesti. To je po pravilu dijabetes tipa 1. Najveći pik ove bolesti je 2021. za vreme kovida, kada je sa 13 obolelih na 100.000 porastao broj na 17,1. Znamo da su virusne infekcije okidač za pojavu šećerne bolesti", naglasio je Konstantinidis.

Napomenuo je da pedijatri ističu korist od odlaska u školu, bez obzira na opasnost od kovida, a kovid, i ako se desi, imaće blaži oblik.

Kada je reč o vakcinaciji protiv kovida, ističe da je u svetu najmanji uspeh postignut kod dece.

Kaže da se i zaboravljene bolesti vrebaju iza ćoška i apelovao je da se obavi redovna vkcinacija kod dece.

Govoreći o HPV vakcini, napomenuo je da je to preporučena vakcina koja se daje i devojkicama i dečacima i u 90 odsto slučajeva sprečava rak grlića materice, ali i rak usne duplje, grkljana, karcinom penisa i kondilome.



#### **4 KORONA SAVETA PRED JESEN Deca polaze u školu, ljudi se masovno vraćaju u kolektive, evo čega se TREBA PRIDRŽAVATI od 1. septembra**

Bliži se 1. septembar i polazak u školu, te vam donosimo četiri važna saveta kako da izbegnete probleme koje još uvek epidemija nosi sa sobom.

Naime, kako omikron soj za većinu populacije ne predstavlja veliki problem, kao što je nekada činio delta soj, došlo je do opuštanja i potpunog zanemarivanja osnovnih preporuka, kao što su zaštitne maske i distanca. Iako mnogima korona neće načiniti značajnu štetu, možete biti prenosilac, i na taj način ugroziti onoga ko je u riziku, a to su stariji, hronični bolesnici, kao i svi oni koji imaju neku osnovnu bolest.

Počinje škola

Školsko zvono oglašice se za nekoliko dana, a đaci će se vratiti u klupe, što predstavlja dobru podlogu da virus nastavi da cirkuliše, samo jačim intenzitetom. Takođe, mnogi su se vratili sa odmora a neki od njih su zaraženi iako nemaju simptome. Za početak, budite oprezni u komunikaciji sa starijima.

Svakako, školska deca nisu ugrožena jer se prema trenutnim pokazateljima jasno vidi da su razvili dobar odgovor, što se odnosi na decu koja nemaju neku osnovnu bolest. S druge strane, i ostatak populacije, bilo vakcinacijom ili prirodnim prokužavanjem stekao je imunitet, ali svakako to ne znači da je korona iskorenjena, jer će se to, prema rečima lekara, postići samo masovnom vakcinacijom i to onim vakcinama koje su prilagođene novim sojevima.

### 1. Nosite masku u zatvorenom

Ukoliko spadate u kategoriju onih sa slabijim imunitetom i podložni ste infekcijama, najbolja preporuka za vas je da nosite masku u zatvorenom prostoru gde cirkuliše veliki broj ljudi. N95 je maska koju preporučuju lekari, a kako nam dolazi jesen, i otvara se mogućnost širenja zaraze, moguće je da će u nekom momentu ako dođe do porasta brojeva, ova mera i biti vraćena kao obavezna. Ipak, to je još uvek neizvesno, ali svakako stoji kao preporuka.

Epidemiolog i član Kriznog štaba prof.dr Branislav Todorović već je u razgovoru za „Blic“ u nekoliko navrata isticao da treba nositi masku ukoliko se nalazite u nekom prostoru gde cirkuliše veliki broj ljudi.

- Oni koji spadaju u rizičnu grupu, a imaju potrebu da odu u neku prostoriju zatvorenog tipa, poput tržnice, pošte, banke, prodavnice, neka nose masku. To se i primećuje kod starijih ljudi, oni nisu ni prestali da ih nose kada odlaze do prodavnice ili kada ulaze u neku instituciju zatvorenog tipa, objasnio je nedavno profesor Todorović za „Blic“.

Dakle, ako ste u riziku, ili pak sumnjate da ste možda zaraženi, iako nemate simptome, pre nego što krenete „među ljude“ stavite masku, znaćiće i vama, ali i onima koji su u riziku.

### 2. Dete ne šalžite u školu ako ima simptome

Ukoliko kod deteta primetite simptome koje mogu ukazivati da je zaraženo koronom, ima blagu temperaturu, dijareju bolove u mišićima, ili slično, koliko god simptomi bili blagi, ne šalžite dete u školu. Drugo, odvedite ga lekaru, kako biste precizno utvrdili o čemu se radi.

-Ako dete ima simptome, ne treba da ide u školu, objasnio je profesor Todorović.

Iako školske dece nema u velikoj meri među zaraženima, to ne znači da se virus neće širiti dalje. Oni, prema sadašnjim pokazateljima, nisu ugroženi, ali u problemu mogu biti bake i deke, ukoliko spadaju u one sa visokim rizikom.

### 3. Primite četvrtu dozu

Iako među proizvođačima vlada trka oko novih vakcina, odnosno onih koje su prilagođene novim sojevima, ne treba zaboraviti na one koje već imamo i koje su već dostupne. Ukoliko neko nije primio četvrtu dozu, a radi se o osobi koja spada u visokorizičnu, ne bi trebalo da čeka nove vakcine, već bi trebalo da primi svoju buster dozu.

Nove vakcine, trebalo bi da budu dostupne u jesen, ali se još uvek ne zna tačan period kada bi se to moglo desiti. Naravno, starih vakcina ima na raspolaganju i ako je protekao određeni period od treće doze, svako ko želi može primiti četvrtu dozu.

#### 4. Javite se lekaru ako osećate tegobe zbog postkoviida

Postkovid polako postaje globalni problem, jer sve više je onih koji osećaju razne tegobe koje su izazvane postkovidom. Lupanje srca, probadanje, zamor, ali problemi sa koncentracijom, bolovi u mišićima, sve su to simptomi koji ukazuju da bolujete od produženog koviida.

Infektolog prof. dr Vilijam Šafner sa Vanderbilt univerziteta u Nešvilu u Tenesiju izjavio je da produženi kovid oredstavlja problem za veliki broj ljudi. Neke studije pokazuju da 30 odsto ljudi koji su se oporavili od akutnog koviida imaju i dalje simptome. Nekada su oni umereni, nekada vrlo složeni i traju duže od tri meseca posle izlečenja.

- Neki od njih imaju simptome koje nazivamo umerenim, poput gubitka čula ukusa i mirisa što vremenom ide na bolje. Neki ljudi imaju fizičke posledice poput stalnog bola u zglobovima i mišićima, zatim osećaj kratkog daha, a postoje i ljudi koji imaju problema sa koncentracijom. Zato nam je potrebna čitava paleta specijalista koja radi sa njima kako bi se nosili sa tim simptomima na duži rok - pojasnio je Šafner za Juronjuz.

Osim tromboze i promena na plućima korona može ostaviti neurološke posledice, ali i promene na zglobovima. Tako pacijenti koji imaju "Brain fog" ili "maglu u glavi", ne mogu da se koncentrišu, žale se ne mogu ni da odgledaju film, ne mogu da čitaju knjigu, ne mogu da uče, imaju teški poremećaj spavanja, piše Juronjuz Srbija.

Postkovid sindrom se najčešće javlja kod pacijenata koji su imali teži oblik koviida, lečeni su u jedinicama intenzivne nege, bili na visokim protocima kiseonika.

Kardiovaskularni bolesnici mogu osetiti posledice

Kod hroničnih kardiovaskularnih bolesnika poznato je da će nakon što se zaraze imati veće šanse da njihova bolest uznapreduje i nakon „izlečene“ korone. Ipak, kovid-19 od samog početka deluje individualno, ali se svakako kroz postkovid period ogleda višestruko delovanje.

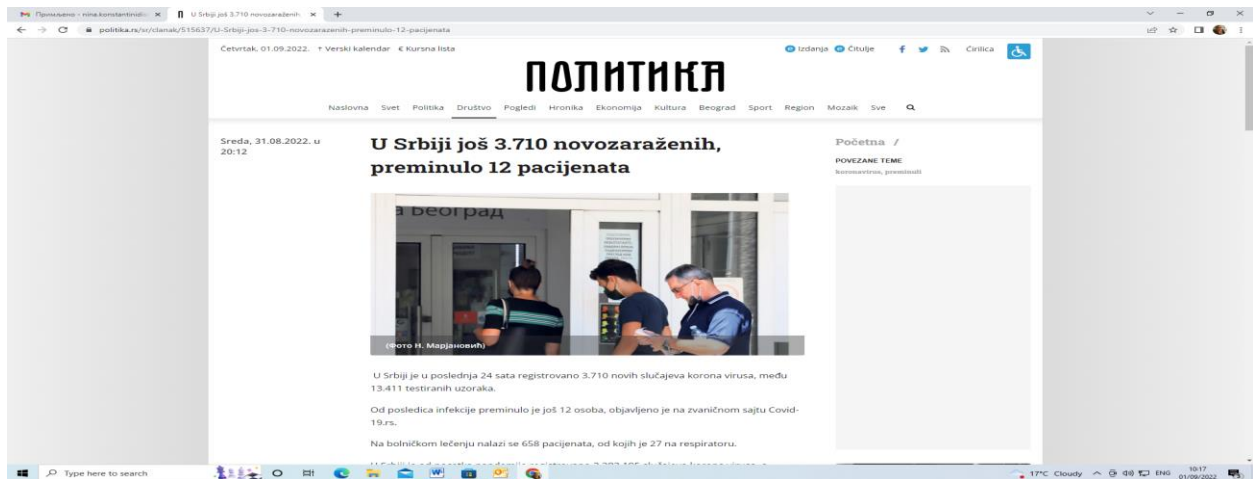
Doc. dr Tomislav Kostić, direktor Klinike za kardiovaskularne bolesti UKC Niš objasnio je za „Blic“ da se tegobe u postkovid periodu mogu javiti kod hroničnih bolesnika, kod onih koji su imali teži oblik infekcije, ali da se može javiti i kod potpuno zdravih ljudi.

- Osim što su te tegobe karakteristične za postkovid period kod hroničnih bolesnika, sve se to može manifestovati i kod zdravih ljudi i to iznenada. Postkovid nam je doneo mnogo nespecifičnih simptoma, različitih kliničkih slika koje mogu zavarati, tako da otprilike tegobe traju od tri do šest meseci. Ako se jave bolovi, obavezno se treba javiti lekaru, oni koji već imaju svoju terapiju treba da je uzimaju na vreme, da ne preskaču, ali i da odlaze na redovne preglede. Generalno, kada se javi bol u središnjem

delu srca, koji se širi ka donjoj vilici, kroz grudni koš, levo rame i ruku, ali i nakon fizičkih aktivnosti treba ispratiti, proveriti i lečiti, zato je važno uspostaviti dijagnozu i to na vreme, kaže dr Kostić.

EKG, ultrazvuk srca, test opterećenja, laboratorisjke analize, pa i koronarna angiografija koji predstavlja zlatni standard, sve su to metode koje služe da se najpre precizno postavi dijagnoza, a zatim i pristupi lečenju.

# ПОЛИТИКА



## U Srbiji još 3.710 novozaraženih, preminulo 12 pacijenata

U Srbiji je u poslednja 24 sata registrovano 3.710 novih slučajeva korona virusa, među 13.411 testiranih uzoraka.

Od posledica infekcije preminulo je još 12 osoba, objavljeno je na zvaničnom sajtu Covid-19.rs.

Na bolničkom lečenju nalazi se 658 pacijenata, od kojih je 27 na respiratoru.

U Srbiji je od pocetka pandemije registrovano 2.283.195 slučajeva korona virusa, a testirano je 10.677.222 ljudi.

Do sada su preminule 16.684 osobe.