

# MEDIJI O ZDRAVSTVU

sreda, 30. avgust 2023.godine

**KZUS-** U toku je javna rasprava o Nacrtu zakona o zdravstvenoj dokumentaciji i evidencijama u oblasti zdravstva

**RTS-** Banje u Srbiji nepristupačne za osobe sa invaliditetom – šta će država učiniti da se to promeni

**BLIC-** Direktorka RFZO Sanja Škodrić: "Država izdvaja 30 miliona evra za lečenje retkih bolesti i lečenje u inostranstvu"

**RTV-** RFZO: Sirup "aerius" se kupuje isključivo na recept i ne izdaje se o trošku RFZO

**RTV-** Edukativne radionice o prevenciji maloletničke trudnoće počinju od 7. septembra

**RTV-** Projekat Doma zdravlja u naseljima Bangladeš i Veliki rit

**DNEVNIK-** POJAVIO SE VIRUS od koga najviše obolevaju DECA Evo koji su simptomi

**NOVOSTI-** OBOLEVAJU RATARI, RUDARI, GRAĐEVINARI I DOMAĆICE: Dr Dušica Simić Panić o opasnostima i terapijama osteoartritisu kuka u zrelijem dobu



## **U toku je javna rasprava o Nacrtu zakona o zdravstvenoj dokumentaciji i evidencijama u oblasti zdravstva**

Obaveštavamo Vas da je u toku javna rasprava o Nacrtu zakona o zdravstvenoj dokumentaciji i evidencijama u oblasti zdravstva. Tekst Nacrta dostupan je na sajtu Ministarstva zdravlja <https://www.zdravlje.gov.rs/tekst/380765/nacrt-zakona-o-zdravstvenoj-dokumentaciji-i-evidencijama-u-oblasti-zdravstva-.php>

Svi zainteresovani građani i stručna javnost pozvani su da uzmu učešće u javnoj raspravi. Primedbe, predlozi i sugestije mogu se dostavljati elektronskim putem na adresu: [zakon.RIZIS.javnarasprava2023@zdravlje.gov.rs](mailto:zakon.RIZIS.javnarasprava2023@zdravlje.gov.rs) ili putem redovne pošte na adresu Ministarstva zdravlja, Nemanjina 22-26, sa naznakom „Za javnu raspravu o Nacrtu zakona o zdravstvenoj dokumentaciji i evidencijama u oblasti zdravstva“ ( rasprava traje do 18. septembra 2023. godine) .

Pored toga, biće organizovane i prezentacije Nacrta i rasprave na sastancima u Beogradu, Novom Sadu, Nišu i Kragujevcu, prema sledećem rasporedu:

**U Beogradu, danas,** 30. avgusta 2023 godine, u periodu od 10 do 13 časova, u prostorijama Privredne komore Srbije, Beograd, Resavska 13-15, sala I

**U Novom Sadu,** 31. avgusta 2023. godine, u periodu od 10 do 13 časova, u prostorijama Medicinskog fakulteta, Novi Sad, Hajduk Veljkova 3, Amfiteatar III – nova zgrada

**U Nišu,** 11. septembra 2023. godine, u periodu od 12 do 15 časova, u prostorijama Medicinskog fakulteta, Niš, Bulevar dr Zorana Đinđića 81, Svečani amfiteatar AO

**U Kragujevcu,** 14. septembra 2023. godine, u periodu od 12 do 15 časova, u prostorijama Grada Kragujevca, Kragujevac, Trg slobode 3, Skupštinska sala.

Molimo vas da uzmete učešće u konsultativnom procesu.



## Banje u Srbiji nepristupačne za osobe sa invaliditetom – šta će država učiniti da se to promeni

Nijedna banja u Srbiji nije u potpunosti pristupačna za osobe sa invaliditetom i to mora da se menja. To su rezultati istraživanja na temu koliko su banje pristupačne za te ljude. Kupljeno uz pomoć Evropske unije Udruženju distrofičara Srbije, premijerka je uručila posebno vozilo. Ana Brnabić kaže da država neće biti dobra i snažna ukoliko svaki njen građanin ne može da ostvari snove i potencijale.

Kraljevčanin Radomir Stefanović od prošle godine je u invalidskim kolicima. Zbog dijabetesa ostao je bez desne noge, ali se, kaže, bori, i oporavak u banji mu je od presudne pomoći. Međutim, u nekim je to nemoguće jer nemaju uslove za osobe sa invaliditetom.

"U Merкуру nema. Išao sam tamo na kontrolu, oni nemaju. Mogu da uđem u hol, pa liftom da idem u ambulantu na pregled", rekao je Radomir Stefanović iz Kraljeva.

U Mataruškoj banji, za pristup bolnici, izgrađene su dve rampe.

"Što se tiče pristupa samim prostorijama terapijskim i, naravno, postoje liftovi u zgradi pristup do soba je omogućen. Međutim, imamo malih problema sa sprovođenjem hidroterapija koja je glavni faktor kada neko dođe u banju", navela je dr Maja Urošević iz SB "Agens" u Mataruškoj banji.

Osim fizičkih barijera prisutne i finansijske prepreke

Problemi sa kojima se suočavaju osobe sa invaliditetom su brojni, a sem fizičkih barijera, prepreke su i finansijske.

"Razlozi zbog kojih osobe sa invaliditetom ne idu u banje su višestruke. Jedan je taj što banje nisu prilagođene osobama sa invaliditetom. Ne mogu da funkcionišu u sobama, u kupatilima, nemaju stolicu za ulazak u bazen, izlazak iz bazena. I drugi razlog zbog čega ne idu je što je mnogim osobama izmenom pravilnika o pravu na banjsko lečenje uskraćeno to pravo 2012. godine. Mi tražimo tri stvari – prva je da se napravi plan uklanjanja barijera u banjama i da se sprovodi. Druga je da se izmeni pravilnik o pravu na banjsko lečenje", rekla je Ljupka Mihajlovska, predsednica Upravnog odbora Saveza za pristupačnost Srbije.

"U velikom broju slučajeva je u pitanju nerazumevanje i nepoštovanje standarda pristupačnosti. Vi vidite dobru nameru, negde i postoji obezbeđena pristupačnost, a onda sve to upropastite, a to je imate rampu na koju ste stavili klizave pločice i onda još samo fali natpis - pazi klizavo", navela je Branikica Janković, poverenica za zaštitu ravnopravnosti.

A Udruženju distrofičara Beograda uručeno je specijalno vozilo za prevoz.

"Ovo je vozilo koje će našim članovima omogućiti slobodu kretanja da svaki dan odu u školu na posao kod lekara na rehabilitaciju i u banju", rekao je Dušan Trojanović, predsednik Udruženja distrofičara Beograda.

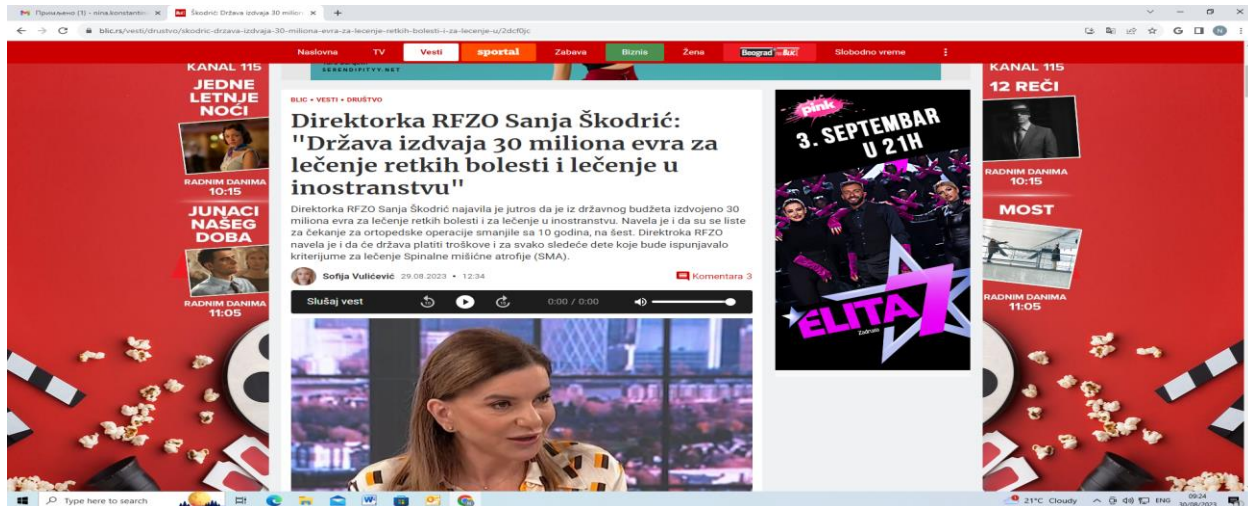
Premijerka najavila renoviranje Sijarinske banje

Svim onim što je Evropska unija uradila u Srbiji, zadovoljan je šef delegacije.

"Kombi koji smo donirali, biće od izuzetnog značaja za socijalno uključivanje ovih ljudi i približiće nam osobe sa invaliditetom u svakodnevnom životu, unaprediti njihova prava i obezbediti im dostojanstvo kakvo imaju ljudi u Evropskoj uniji", rekao je Emanuel Žiofre, šef delegacije EU u Srbiji.

"Nijedna zemlja ne može biti dobra za svoje građane, ne može biti jaka i uspešna ukoliko ne obezbedi da svaki pojedinac u toj zemlji i tom društvu može da ostvari sve svoje snove. Imamo prvi pilot projekat Sijarinske banje koji takođe radimo sa jednom evropskom institucijom – to je Razvojna banka Saveta Evrope, gde ćemo potpuno rekonstruisati i renovirati Sijarinsku banju da bude potpuno pristupačna za osobe sa invaliditetom i tako dati primer kako treba da se rade druge banje", rekla je Ana Brnabić, predsednica Vlade.

U Srbiji živi gotovo 800.000 osoba sa invaliditetom i oni su među najugroženijim kategorijama stanovništva. Svega devet odsto njih je zaposleno, a brojne su prepreke zbog kojih teško ostvaruju svoja prava.



## Direktorka RFZO Sanja Škodrić: "Država izdvaja 30 miliona evra za lečenje retkih bolesti i lečenje u inostranstvu"

Direktorka RFZO Sanja Škodrić najavila je jutros da je iz državnog budžeta izdvojeno 30 miliona evra za lečenje retkih bolesti i za lečenje u inostranstvu. Navela je i da su se liste za čekanje za ortopedske operacije smanjile sa 10 godina, na šest. Direktorka RFZO navela je i da će država platiti troškove i za svako sledeće dete koje bude ispunjavalo kriterijume za lečenje Spinalne mišićne atrofije (SMA).

Osvrnuvši se na slučaj malog Lava Todorovića koji je bio kandidat za jedan od najskupljih lekova na svetu, Zlogensmu, Škodrić je istakla da je dečak primio lek u Tiršovoj i da je tada doneta odluka da država plaća troškove za svako dete koje bude ispunjavalo kriterijume.

- Procena struke je da se oko petoro do šestoro dece rodi sa ovom retkom bolešću godišnje. Po statističkim podacima se spinalna mišićna atrofija ovog tipa javlja na jedno novorođeno dete na 10.000 rođenih. Ono što, ponavljam, najvažnije je da postoji sva terapija i dete u skladu s tim, za koju terapiju je kandidat, dobiti taj lek - kaže Škodrić.

Istakla je i da je veoma važno što postoje mogućnosti da se ovaj redak lek primi i u Srbiji, ali da tu nije kraj lepim vestima.

- Kao što je predsednik najavio, tu nije naravno kraj lepim vestima, do kraja ove godine izdvaja se dodatnih 30 miliona evra za lečenje retkih bolesti i lečenje u inostranstvu. To je zaista ogroman iznos. Nevezano za ovaj iznos da podsetim da poslednjih godina u neverovatnom broju raste broj dece koja se upućuju na lečenje u inostranstvo i koja dobijaju svoju terapiju, zahvaljujući tome što država svake godine izdvaja sve veća sredstva - rekla je Škodrić.

Kada je u pitanju lečenje dece od retkih bolesti, pošto država izdvaja takođe novac i za lečenje nekih retkih bolesti kod odraslih, 2011. godine nijedno dete nije lečeno od retkih bolesti, od 2012. osmoro, da bi 2023. 181 dete od retkih bolesti bilo na terapiji o trošku države, istakla je direktorka RFZO Sanja Škodrić.

#### Smanjene liste čekanja

Liste čekanja za operaciju kuka i kolena, nakon pandemije kovida 19 znatno su se smanjile. Kako su nedavno pisali mediji, poslednji na listi trebalo je da čeka čak 10 godina na novi kuk, a kako kaže Sanja Škodrić, dve mere koje su preduzete da se lista čekanja smanji već su dale rezultate.

- Sada je operisano već 180 osoba bez ijedne komplikacije. Nakon završetka pandemije kovid, nismo želeli da gubimo vreme u raznim analizama i pripremama, već smo paralelno krenuli u dve mere. Prva mera je da smo preusmeravali pacijente koji čekaju na listi duže od četiri godine iz ustanova u kojima je najduže čekanje, u tom momentu je to bila Banjica, u ustanove u kojima će dobiti najbrže moguću operaciju. Vodilo se računa da to budu rutinski slučajevi, i drugo da se prebacuju u ustanove koje su najbliže njihovom mestu boravka. Druga mera koju smo preduzeli jeste ažuriranje lista čekanja, što još uvek radimo - kaže Škodrić.

Ističe i da će do kraja oktobra biti operisano 700 osoba, a 750 je upućeno na pripreme za operaciju.

- Rade se pregledi, analize i oni su u planu da se operišu do kraja ove godine. Kada je u pitanju sama lista, ona je ažurirana, sklonjeni su sa liste osobe koje su u međuvremenu uradile operacije, nažalost neki su i preminuli, ali ono što je najveći problem bio što smo uočili, jeste što se na listama nalaze osobe koje u tom momentu, pa čak i u bliskoj budućnosti nisu za operaciju. Dakle, to su osobe koje su za operaciju tek nakon narednih 5 do 10 godina i to je ono što je zbunjivalo. Tako da lista čekanja od 10 godina sada je smanjena na 6 godina - kaže Sanja Škodrić.

#### Deficit lekova

Kada je u pitanju deficit lekova, Škodrić kaže da nema mesta za brigu. Iako je deficitarnost nešto što uvek postoji, nema naznake da može doći do neke krize.

- Još pre šest meseci je rečeno da će u Evropi biti problema sa deficitom nekih lekova. Trenutna deficitarnost postoji kao posledica kovida i posledica raznih reformi u svim industrijama. Zemlje Evrope, uopšte zemlje sveta, zadržavaju veće zalihe za sebe. Smanjeni su kapaciteti proizvodnje nekih lekova zbog povećane cene energenata, problema sa nabavkom ambalaže, transportom... Mi smo, zahvaljujući domaćoj proizvodnji, rešili mnoge mnoge lekove, povećali smo domaću proizvodnju i šta još radimo, povećali smo zalihe, a imamo i alternativna tržišta - rekla je Škodrić za "Pink".



Промени (1) - nina.konstantin x RFZO: Sirup "aerius" se kupuje isključivo na recept i ne izdaje se o trošku rfzo, 1471558.html

RTV RADIO-TELEVIZIJA VOJVODINE DMN RTV NAŠ NOVI PROJEKAT

Vesti Ekonomija Sport Kultura Život Mladi Servisi RTV

Будимо humani Нјима се дијимо Pretraga

Вест • Друштво

30 август 2023. 09:22 | Izvor: Tanjug

### RFZO: Sirup "aerius" se kupuje isključivo na recept i ne izdaje se o trošku RFZO

Podeli Tvituj Pošalji Čitaj mi A A A

BEOGRAD - Republički fond za zdravstveno osiguranje ne nabavlja sirup "aerius", ni za potrebe državnih niti za potrebe privatnih apoteka, već se lek kupuje isključivo na recept i ne izdaje se o trošku RFZO, saopšteno je iz ove institucije.

O nestaćici sirupa "aerius" se prethodnih dana govorilo u medijima, a kako navode iz RFZO, po zakonu su apoteke dužne da se u slučaju problema u vezi sa snabdevanjem obrate relevantnim institucijama koje su u nadležnosti Ministarstva zdravlja.



РАДИО ДАНИМА У 10.05 Палета

РАДИО ДАНИМА У 10.05 Палета

1 Министarstvo poljoprivrede priprema izmene i dopune Zakona o divljači i lovu

2 RFZO: Sirup "aerius" se kupuje isključivo na recept i ne izdaje se o trošku RFZO

3 Odbojkaši Srbije večeras protiv Švajcarske startuju na Evropskom prvenstvu

4 Dodik: Rasvetlavanje suđbine nestalih u proteklom ratu nacionalni interes Republike Srbije

5 Sutra promocija knjige "Umetnost je naš posao" autorke Milene Trobočić Garfild

0:00 / 0:00

21°C Cloudy 09:31 30/08/2023

### RFZO: Sirup "aerius" se kupuje isključivo na recept i ne izdaje se o trošku RFZO

BEOGRAD - Republički fond za zdravstveno osiguranje ne nabavlja sirup "aerius", ni za potrebe državnih niti za potrebe privatnih apoteka, već se lek kupuje isključivo na recept i ne izdaje se o trošku RFZO, saopšteno je iz ove institucije.

O nestaćici sirupa "aerius" se prethodnih dana govorilo u medijima, a kako navode iz RFZO, po zakonu su apoteke dužne da se u slučaju problema u vezi sa snabdevanjem obrate relevantnim institucijama koje su u nadležnosti Ministarstva zdravlja.

RFZO obaveštava građane da su u apotekama dostupne zamene ovog leka iste efikasnosti - aerogal, cetirizin, levocetirizin i rupatidin.



## Edukativne radionice o prevenciji maloletničke trudnoće počinju od 7. septembra

NOVI SAD - Dom zdravlja "Novi Sad" u saradnji sa Gradskom upravom za zdravstvo Grada Novog Sada realizuje projekat "Edukacija adolescentkinja u cilju prevencije maloletničke trudnoće" serijom predavanja u Gradskom centru za unapređenje reproduktivnog zdravlja u Almaškoj br. 4.

Predviđena su predavanja za adolescentkinje od 15 do 19 godina života, a sve u cilju očuvanja reproduktivnog zdravlja mladih budući da je prema poslednjim podacima Instituta za javno zdravlje Srbije "Dr Milan Jovanović Batut" broj maloletničkih trudnoća i abortusa u Srbiji znatno veći od zvaničnog. U svakodnevnom preventivnom i savetodavnom radu u Gradskom centru za unapređenje reproduktivnog zdravlja beleži se veći broj maloletničkih trudnoća kod devojaka mlađih od 19 godina, što ranije nije bio slučaj.

Trudne adolescentkinje suočavaju se sa mnogo više problema od žena kod kojih je trudnoća željena i planirana. Edukacijom se predviđa pravilna upotreba metoda zaštite od trudnoće, polno prenosivih bolesti koje se mogu videti u praksi i najčešće predstavljaju uzrok neplodnosti u odrasloj dobi, kao na primer lečenje hlamidije, prekancerske lezije koju detektujemo i kod devojaka od 17 godina.

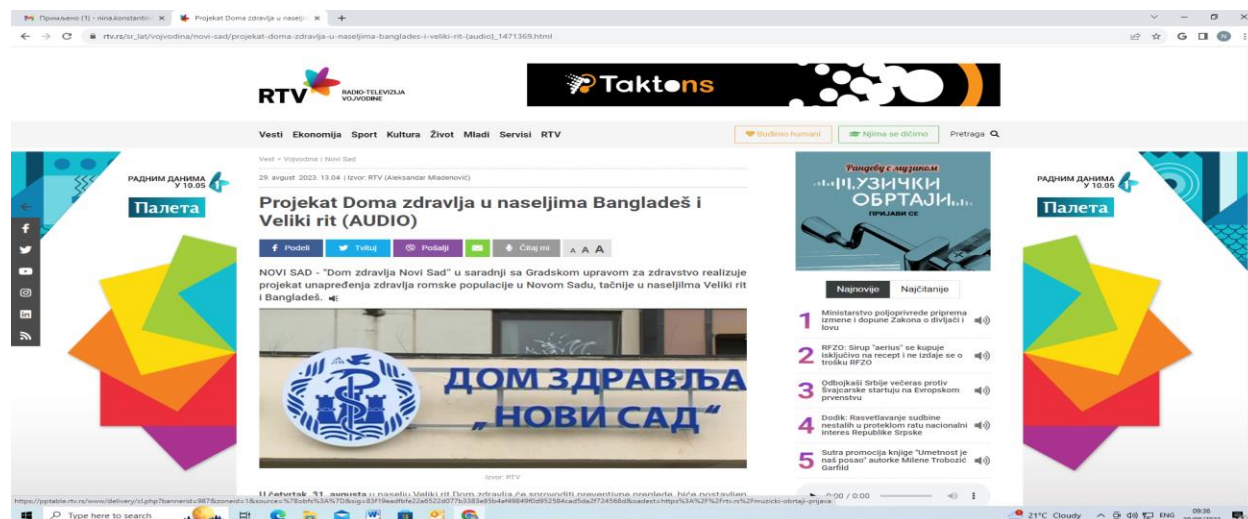
Predavanja se organizuju svakog četvrtka od 18 časova, počevši od 07. septembra, pa do kraja projekta koji će biti u decembru ove godine.

Budući da seksualno obrazovanje i vaspitanje i dalje izostaje u školama, a da predstavlja veliki problem, projektom je obuhvaćena edukacija učenika medicinske škole „7. april“, Srednjoškolskog doma u



Nikolajevskoj br. 1 kao i mladih iz Dečijeg sela "Dr Milorad Pavlović" u Sremskoj Kamenici, a sve zahvaljujući podršci njihovih vaspitača i nastavnog kadra.

Zainteresovani se mogu javiti na telefon 021/4879657 ili na e-mail toncic.sanja@dzns.rs ili doći na konsultacije u prisustvu jednog od roditelja, ili sa partnerom, u Gradski centar za unapređenje reproduktivnog zdravlja u Almaškoj br. 4.



### Projekat Doma zdravlja u naseljima Bangladeš i Veliki rit

NOVI SAD - "Dom zdravlja Novi Sad" u saradnji sa Gradskom upravom za zdravstvo realizuje projekat unapređenja zdravlja romske populacije u Novom Sadu, tačnije u naseljima Veliki rit i Bangladeš. audio icon

U četvrtak, 31. avgusta u naselju Veliki rit Dom zdravlja će sprovesti preventivne preglede, biće postavljen veliki šator Doma zdravlja, gde će stanovništvo moći proveriti šećer u krvi, krvni pritisak, izmeriti telesnu masu, visinu, izračunati Body Mass Index (BMI) i savetovati se sa patronažnim sestrama, napominje Kristina Nedeljković iz „Doma zdravlja" Novi Sad u Jutarnjem programu Radio Novog Sada.

Veliki rit i Bangladeš su naselja u Novom Sadu sa pretežno romskom populacijom, a stanovništvo ovih naselja živi ispod svih standarda dostojanstvenog života što predstavlja faktor rizika po zdravlje. Po podacima, čak preko 20 odsto stanovnika nema zdravstveno osiguranje.



## POJAVIO SE VIRUS od koga najviše obolevaju DECA Evo koji su simptomi

Reč je o BRNU virusu i može biti uzrok teške kliničke slike, pa i zapaljenja mozga.

Pedijatri kažu da je bolest ruku, nogu i usta virusno oboljenje, koje se najčešće javlja kod dece do pet godina starosti, a ređe kod odraslih.

Prema njihovim rečima, bolest počinje povišenom telesnom temperaturom, smanjenim apetitom, bolom u grlu, zatim se javlja malaksalost, ospe na dlanovima, stopalima, ustima, a ređe na kolenima, laktovima i genitalijama.

Pedijatar dr Saša Milićević kaže za Informer da se ovaj virus prenosi direktnim kontaktom sa obolelom osobom.

BRNU virus je nalik malim boginjama, što dodatno stvara paniku među roditeljima. Primetan je povećan broj zaraženih, među kojima su uglavnom deca stara oko pet godina. Ona su i najugroženija grupa, mada se virus može javiti i kod starijih.

- Prvo se javljaju simptomi poput visoke temperature, bolova u grlu, malaksalosti, a zatim se po telu pojavljuje sitna ospa ili plikovi. U većini slučajeva bolest je blaga, ali u onim najtežim slučajevima može doći i do ozbiljnije kliničke slike, kao što su zapaljenje mozga i poremećaj nervnog sistema – naglašava dr Milićević.

Prema njegovim rečima, ne postoji odgovarajuća terapija za ovaj virus već mora da prođe sam od sebe, odnosno da se organizam izbori sam.

- Osim vitamina, lekova za temperaturu, dosta tečnosti i krema i talka protiv osipa, nema ništa drugo. Zato je bitno da roditelji pojačaju higijenu kod dece i da slede sve savete lekara kako bi se izbeglo još veće širenje zaraze ili došlo do inficiranja plikova i osipi – ističe naš sagovornik.

## вечерње НОВОСТИ



### **OBOLEVAJU RATARI, RUDARI, GRAĐEVINARI I DOMAĆICE: Dr Dušica Simić Panić o opasnostima i terapijama osteoartritisa kuka u zreljem dobu**

U ZRELIJEM godinama kosti ljudskog bića postaju krhkije, a samim tim i sklonije upalama i prelomima. Degenerativna promena kuka (osteoarthritis) najčešća je bolest zglobova i, ujedno, najčešći uzrok hronične onesposobljenosti starijih osoba. Procenjuje se da trenutno u svetu više od 250 miliona ljudi boluje od degenerativnog oboljenja kuka, što ovo oboljenje stavlja u sam vrh svetskih zdravstvenih problema.

Istraživanja pokazuju da od degenerativnog oboljenja kuka najčešće pate poljoprivredni i građevinski radnici, rudari, kao i osobe koje se dominantno bave poslovima u domaćinstvu. Aktivnosti koje se dovode u vezu sa ovim oboljenjem su: klečanje, čučanje, dugotrajno stajanje, podizanje teških predmeta i penjanje uz stepenice.

- Degenerativno oboljenje kuka manifestuje se bolom koji dovodi do smanjenja obima pokreta, slabosti mišića pokretača kuka i ukočenosti zgloba. Još uvek ne postoji lek koji može u potpunosti da izleči osteoarthritis kuka, ali postoje razne vrste fizikalne terapije koje mogu ublažiti simptome, smanjiti bol i održati ili povratiti funkciju zgloba - ističe dr Dušica Simić Panić iz Klinike za medicinsku rehabilitaciju Univerzitetskog kliničkog centra Vojvodine u Novom Sadu.

Šta su primarna i sekundarna oboljenja zgloba kuka i može li se u oba slučaja utvrditi tačan uzrok?

- Kod primarnog osteoartritis kuka tačan uzrok nije poznat, mada se veruje da postoje faktori rizika za razvoj bolesti kao što su: genetska predispozicija, gojaznost i starija životna dob. Nastanku oboljenja pogoduju i hronične bolesti poput reumatoidnog artritisa. Kod sekundarnih degenerativnih oboljenja kuka uzrok bolesti je poznat. To su: neleženi razvojni poremećaj kuka u dečjem uzrastu, duža hronična upotreba kortikosteroida, profesionalni sport, prethodni prelomi i iščašenja zgloba kuka, infekcije zgloba kuka i prethodne operacije.

Koji simptomi nagoveštavaju oboljenje i, ako se pacijent blagovremeno obrati lekaru, može li se terapijama zaustaviti napredovanje bolesti?

- Prvi znaci bolesti su umor i smanjena snaga mišića pokretača kuka, kao i veoma blagi bolovi koji se javljaju samo pri dužem opterećenju i hodu. Tegobe se posle odmora vrlo brzo smiruju. Nekada to mogu biti bol i ukočenost nakon ustajanja iz kreveta, pri prvim pokretima, u toku stajanja ili hoda, kao i za vreme fizičkog rada. Bolovi se javljaju u preponi, ali i u sedalnoj regiji, a mogu se širiti duž natkolenice ili u samom kolenu. Nekada su bolovi prisutni samo pri hodu po neravnom terenu, hodu uz stepenice ili pri dužem stajanju na jednom mestu.

U nedostatku terapije koja bi u potpunosti zaustavila proces nastanka oboljenja zglobova, na koji način se intenzitet bola može umanjiti?

- Ako se pacijent blagovremeno javi lekaru, postoji niz mera i postupaka kojima se smanjuju tegobe obolelog, popravljaju funkciju zgloba i sprečavaju onesposobljenost. Korišćenje pomagala kao što su - štap, ulošci u cipelama, ortoze, mogu značajno olakšati kretanje i smanjiti rizik od povreda, popraviti biomehaniku i usporiti dalje napredovanje bolesti. Za uspostavljanje dijagnoze neophodan je detaljan fizikalni pregled. Fizikalna terapija ima poseban značaj u lečenju degenerativnog oboljenja zgloba kuka jer utiče na najznačajnije aspekte bolesti - smanjuje bol, poboljšava funkciju zgloba i usporava progresiju bolesti.

Koja se vrsta fizikalne terapije najčešće primenjuje na lečenje osteoartritis kuka?

- Uz primenu lekova i edukaciju bolesnika, fizikalna terapija je osnov konzervativnog lečenja degenerativnih promena kuka koje zahvataju sve strukture zgloba - hrskavicu, koštano tkivo ispod hrskavice, kapsulu zgloba i okolne mišiće. Primenjuju se razni oblici fizikalne energije u cilju prevencije, lečenja i rehabilitacije. Kineziterapija, recimo, koristi pokret u cilju lečenja i prevencije bolesti. Glavni cilj je poboljšanje funkcije i stabilnost zgloba kroz povećanje obima pokreta, mišićne snage i izdržljivosti. Fizička aktivnost i vežbanje ima pozitivan uticaj na smanjenje bola i psihološko zdravlje bolesnika.

Koliko su efikasne terapeutske vežbe i kakav program najčešće preporučujete pacijentima?

- Redovno vežbanje pozitivno utiče na hronične bolesti koje su često prisutne kod obolelih zbog nedostatka fizičke aktivnosti, kao što su kardiovaskularne bolesti, dijabetes i gojaznost, a mogu imati zaštitni uticaj na hrskavicu. Program vežbi se sastoji iz tri dela: zagrevanje od pet do 10 minuta, koje uključuje vežbe za povećanje obima pokreta niskog intenziteta. Sledi faza treninga vežbi snage,

izdržljivosti i obima pokreta većeg intenziteta. Na kraju je hlađenje vežbama istezanja u trajanju od oko pet minuta. Pacijente motivišemo i da vežbe redovno praktikuju u kućnim uslovima.

Koje su prednosti izvođenja vežbi u vodi?

- U vodi se mogu sprovoditi vežbe snage i vežbe za povećanje obima pokreta, vežbe istezanja i opšte kondicije. Specifična svojstva vode daju određene prednosti pri izvođenju vežbi: voda ima visok specifični toplotni kapacitet i sposobnost prenosa toplotne energije, što dovodi do bržeg smanjenja bola i mišićnog spazma. Sila potiska dovodi do prividnog smanjenja težine tela, što omogućuje izvođenje pokreta sa značajno manjim mišićnim angažmanom i mnogo manjim opterećenjem za zglob kuka. Povećani otpor kod kretanja u vodi može doprineti jačanju mišića pokretača kuka.

Kakvi se efekti postižu transkutanom električnom nervnom stimulacijom?

- To je metoda lečenja bola električnim draženjem senzitivnih nervnih završetaka u koži. Zasniva se na činjenici da informacija o bolu do mozga stiže sporije nego informacija o dodiru. Stimulišući čulo dodira ponavljanim, bezbolnim i bezbednim električnim impulsima, TENS suštinski blokira prijem i obradu informacija o bolu. Zato pacijenti sa bolom u kuku mogu da osele znatno olakšanje u toku ovog tretmana. U ostale metode fizikalne terapije koje mogu otkloniti bol i usporiti napredovanje degenerativne bolesti kuka spadaju magnetoterapija, terapijski ultrazvuk i laseroterapija. Takođe se preporučuje i upotreba ortopedskih pomagala radi rasterećenja zahvaćenog zgloba.

Prilagodljiva terapija

Dopušta li fizikalna terapija kreiranje pojedinačnih programa za svakog pacijenta ponaosob?

- Najbolji rezultati postižu se upravo kada se program fizikalne terapije kreira individualno za svakog pacijenta, uzimajući u obzir njegove želje, potrebe, profesionalne aktivnosti, stepen oštećenja zgloba kuka i pridružene bolesti. Fizikalna terapija omogućava multimodalni pristup lečenju degenerativnog oboljenja zgloba kuka, uz postizanje maksimalnih rezultata i minimalna neželjena dejstva.