

MEDIJI O ZDRAVSTVU

sreda, 30.januar 2019.godine

RTS: Niški specijalisti jednom nedeljno u vranjskom Zdravstvenom centru

BLIC: UBRIZGAJU KISEONIK I OZON I BOL PRESTANE Nova moderna terapija u KC Srbiji spas za sve koji imaju problema sa kičmom

B92: Dnevno oko 23 poziva za SOS liniju: Kol-centri smanjuju smrtnost

RTV: Dom zdravlja u Kikindi akreditovan na sedam godina

DNEVNIK: Kontrolnim pregledima do manje smrtnosti

DNEVNIK: Olakšane kontrole zdravlja u Domu zdravlja u Novom Kneževcu

RTS: Modafinil – droga za budnost, studenti nesvesni posledica

*****DZ NOVI SAD-** „Šetnja za zdravlje žena“

*****DZ NOVI SAD-** Nacionalni dan bez duvanskog dima

*****DZ VOŽDOVAC-** „ZAŠTITIMO SE OD DUVANA“



Niški specijalisti jednom nedeljno u vranjskom Zdravstvenom centru

Od naredne nedelje pacijenti oboleli od malignih bolesti iz Pčinjskog i Kosovsko-pomoravskog okruga terapiju će ponovo dobijati u Zdravstvenom centru u Vranju, gde će jednom nedeljno dolaziti onkolozi iz niškog kliničko-bolničkog centra.

Pacijenti sa malignitetom morali su, zbog prestanka rada onkološkog konzilijuma, da putuju do Niša i Kličničko-bolničkog centra. Tamo su terapiju dobijali i oboleli iz Pčinjskog okruga, a i iz Kosovskog pomoravlja, čijih su 37.000 osiguranika, oslojeni na vranjsku bolnicu.

„Za njih je to bilo zaista, možemo reći, maltreiranje, zaista naporno, i za njih i članove porodica, da ne govorimo o i materijalnim troškovima kojima je bio izložen Republički fond za zdravstveno osiguranje”, kaže dr Slobodan Milenković, gradonačelnik Vranja.

„Imali smo velike probleme, recimo transport do Niša, prelaz administrativne linije, veliki broj pacijenata, živimo u vanrednim uslovima, trudili smo se da im maksimalno pomognemo”, navodi Zoran Perić, direktor Zdravstvenog centra Gnjilane.

Problem je rešen, uz podršku Ministarstva zdravlja: dogovoren je da onkolozi iz Niša svake nedelje u Vranju primaju pacijente.

„Onkolozi će prisustvovati konzilijumima jednom nedeljno u Vranju gde ćemo ljudi iz Vranja i Kosovsko-pomoravskog okruga ovde ordinirati”, objašnjava prof. dr Zoran Radovanović, direktor Kliničkog centra Niš. „Ono što je bitno zbog građana je da ćemo jednom nedeljno imati konzilijum za dojku, sledeće nedelje za gastro, pa ginekološki sledeće nedelje.”

„Znamo da se, nažalost broj pacijenata onkoloških povećava, na taj način ćemo omogućiti da ti ljudi sve vezano za terapiju, sem radiološke, dobijaju u dnevnoj bolnici”, navodi dr Ljiljana Antić, direktorka ZC u Vranju.

Sporazum o saradnji Niškog kliničkog centra i vranjskog zdravstvenog obuhvata i edukaciju medicinskih radnika, novi hirurški blok ima savremenu opremu i osam sala i sve uslove za složenije operacije.



UBRIZGAJU KISEONIK I OZON I BOL PRESTANE Nova moderna terapija u KC Srbiji spas za sve koji imaju problema sa kičmom

U Kliničkom centru Srbije danas je prvi put u Srbiji i regionu urađena minimalno invazivna kiseonik - ozon terapija za lečenje diskus hernije i ostalih stanja, koja se karakterišu lumbalnim bolom.

Demonstraciju ove metode kao i tretman prvog pacijenta metodom kiseonik-ozon terapije u KCS obavio je svetski priznat neuroradiolog prof. Mario Muto iz Napulja.

Kako za "Blic" kažu u KCS, kiseonik-ozon terapija podrazumeva da se u određenu regiju tela, odnosno bolno mesto, koje je detektovano skenerom, ubrizgava određena kombinacija kiseonika i ozona, koja ima jako širok spektar pozitivnih dejstva.

Dr Kristina Davidović, šef Odseka za dijagnostiku bolesti centralnog nervnog i lokomotornog sistema i koordinatorka projekta, kaže za "Blic" da "su danas imali čast da prof. Mario Muto iz Napulja, koji je veliko ime u svetskoj neuroradiologiji, izvede prvu proceduru minimalno invazivne kiseonik - ozon terapije diskus hernije".

- Danas smo imali čast da prof. Mario Muto iz Napulja, koji je veliko ime u svetskoj neuroradiologiji, izvede prvu proceduru minimalno invazivne oksigen-ozon terapije diskus hernije. Iako se ne koristi dugo u rutinskoj kliničkoj praksi, oksigen ozon terapija se pokazala kao vrlo uspešna u poređenju sa drugim metodama u lečenju sindroma bolnih ledja. Uspešnost metode merena kliničkom ishodom, u do sada urađenim studijama varira od 75 do 85% već posle prve intervencije. Imala sam čast da provedem nekoliko meseci na odeljenju prof Maria Muto-a u bolnici Cardarelli u Napulju i da tom prilikom naučim ovu proceduru, koju bismo već od ponedeljka uveli u našu kliničku praksu. Veliku zahvalnost dugujemo

Ministarstvu zdravlja koje je prepoznalo naše napore da ovu proceduru uvedemo u svakodnevnu kliničku praksu. Na taj način Urgentni centar i Klinički centar Srbije su prvi centar u celom regionu koji će raditi ovu proceduru - rekla je dr Davidović.

Prof. dr Muto ističe da se ovom metodom eliminiše ili umanjuje bol kod pacijenata, koji imaju problem sa diskus hernijom, i to bez operacije.

- Drago mi je da sam danas u Kliničkom centru Srbije i što imam priliku da svojim kolegama iz Srbije prenesem svoja znanja i iskustva u primeni kiseonik-ozon terapije. Mislim da je saradnja koju smo uspostavili od velikog značaja za pacijente, jer je ta terapija zaista dobar način lečenja diskus hernije - naveo je on.

Prof. dr Ružica Maksimović iz Centra za radiologiju i magnetnu rezonancu KCS kaže da je tretman prvih pacijenata ovom terapijom početak uvođenja ove metode u našoj zdravstvenoj ustanovi.

- Uvođenje te terapije u KCS predstavlja značajan pomak u lečenju pacijenata koji imaju problema sa bolom u lumbalnom delu i diskus hernijom, jer se ova terapija pokazala kao vrlo efikasna, i bolovi u 85 odsto slučajeva prestaju već nakon prve terapije. Zahvaljujući dobrim kratkoročnim i dugoročnim rezultatima, ovom terapijom se poboljšava kvalitet života pacijenata koji nisu kandidati za hirurušku intervenciju, a eventualno se odlaže i vreme do intervencije - kaže dr Maksimović.



A screenshot of a computer screen displaying a news article from the B92 website. The page has a dark blue header with the B92 logo and various menu options like NOVO, INFO, SPORT, AO2019, BIZ, ŽIVOT, SUPERŽENA, KULTURA, AUTO, TEHNOPODCAST, SAGA, and 92PUTOVANJA. Below the header, there's a navigation bar with links to Aktuelno, Preverzija, Roditeljsvo, Mentalno zdravlje, Ishrana, Esteretika, Alternativa, Moja borba, and Ordinacija. The main content area features a large orange banner with the text "150 MINUTA RADNIM DANIMA 13h". Below the banner, the headline reads "Dnevno oko 23 poziva za SOS liniju: Kol-centri smanjuju smrtnost". A smaller text below the headline states: "Klinika za psihijatrijske bolesti "Dr Laza Lazarević" je od 16. januara, kada je otvorena prva nacionalna SOS linija za prevenciju samoubistava, imala 320 poziva, rekla je direktorka bolnice Ivana Stašević Karličić." There are also social media sharing buttons and a small image of a hand holding a device.

Dnevno oko 23 poziva za SOS liniju: Kol-centri smanjuju smrtnost

Klinika za psihijatrijske bolesti "Dr Laza Lazarević" je od 16. januara, kada je otvorena prva nacionalna SOS linija za prevenciju samoubistava, imala 320 poziva, rekla je direktorka bolnice Ivana Stašević Karličić.

Prema njenim rečima, nisu se obraćali samo oni zbog kojih je broj prevashodno pokrenut, već i građani koje muči loš san, svakodnevne teškoće, mentalne smetnje....

Zvali su i ljudi sa naznakama neke životne krize, a obučeni stručnjaci koji dežuraju na toj liniji 24 sata sedam dana u nedelji im daju podršku i savetuju da izlaz postoji.

"Ono što sigurno znamo jeste da ovakav rad, odnosno kol-centri smanjuju stopu samoubistava za 30 odsto. Kroz vreme koje nam sledi videćemo koliko smo uradili", rekla je dr Stašević Karličić za Tanjug.

Stopa suicida u celom svetu raste i to je posledica civilizacijskog toka, stope depresije i anksioznog poremećaja zbog načina života nametnutog savremenom čoveku, kažu u ovoj instituciji.

Samoubistvo je medicinski problem i preko devedeset posto ljudi koji su izvršili samoubistvo već su bolovali od duševne bolesti koju nisu lečili ili su je lečili neadekvatno, pokazuju istraživanja.

"Šezdeset posto samoubica bolovalo je od nekog oblika depresije, a ostatak suicida uzrokovano je zbog bolesti zavisnosti, poremećaja ličnosti i šizofrenije kao najteže duševno oboljenje", ističe direktorka "Dr Laze Lazarević".

Glavni medicinski tehničar na adolescentnom odeljenju ove ustanove i jedan od dežurnih na ovoj liniji Aleksandar Stolić kaže da se na njihov broj javljaju razni profili ljudi od onih koji traže pogrešnu pomoć do onih koji su ozbiljni u svojoj nameri da izvrše ili samopovređivanje ili suicid.

"Mi smo tu da ih saslušamo, pružimo podršku, uputimo ih gde mogu da se jave, ali nama je sam poziv nada da nekome možemo da pomognemo i da ga sprečimo u nameri", kaže Stolić.

Statistike pokazuju da se u Srbiji godišnje izvrši oko 1.500 samoubistava, što jeste više u odnosu na period od pre 50 godina.

Srbija se nalazi na 13. mestu u Evropi po stopi samoubistava i ne pripada supkulturnama koje imaju visoke stope suicida.

"Broj nije mali i moramo da radimo na tome da ga smanjimo", zaključuje direktorka bolnice "Dr Laza Lazarević".

Na telefonski broj 011/7777-000 mogu se javiti oni koji pomišljaju na samoubistvo ili njihova porodica, a sa njima će razgovarati stručnjaci iz oblasti mentalnog zdravlja - psihijatri, psiholozi, socijalni radnici.



The screenshot shows a news article titled "Dom zdravlja u Kikindi akreditovan na sedam godina". The article discusses the Dom zdravlja u Kikindi's seven-year accreditation, mentioning staff issues and the director's statement. To the right, there is a sidebar with a list of top stories and a video player.

Dom zdravlja u Kikindi akreditovan na sedam godina

KIKINDA -

Dom zdravlja u Kikindi dobio je akreditaciju na sedam godina. Predan rad svih zaposlenih i početak rešavanja problema manjka lekara doprineli su visokim ocenama koje je ova zdravstvena ustanova dobila. Prvi put je akreditivna i Stomatološka služba, što se veoma retko dešava.

Dugogodišnji problemi nedostatka lekara, usled manjka specijalizacija, počeo je da se rešava. Kadrovi su se menjali, dolazili su mladi lekari i to je bio jedan od važnih faktora u postupku akreditacije, objašnjava direktorka kikindskog Doma zdravlja Biljana Marković.

"Uspeli smo da prevaziđemo taj problem, da radimo malo više, ako treba i prekovremno, da bismo zadovoljili naše ocenjivače", rekla je dr Biljana Marković, direktorka Doma zdravlja Kikinda

U prethodnom postupku, Dom zdravlja dobio je na akreditaciju na tri godine. Ovoga puta dozvola za rad trajeće sedam godina, što govori da se u prethodnom periodu predano radilo na unapređenju kvaliteta, a Svetlana Drča iz Agencije za akreditaciju ističe da je to donelo dobre rezultate.

"Ono što je bilo najveći benefit kroz sve ove godine je što je kroz postupak akreditacije unašpredio vaš timski rad i jedan veliki entuzijazam da radite na unapređenju kvaliteta rada, da budete dostupni korisnicima", rekla je Svetlana Drča iz Agencije za akreditaciju zdravstvenih ustanova.

Akreditacija je potvrda kvaliteta, ali i obaveza da se u narednom periodu svaka služba dovede na još viši nivo, naglašava koordinatorka Akreditacije Gordana Rodić.

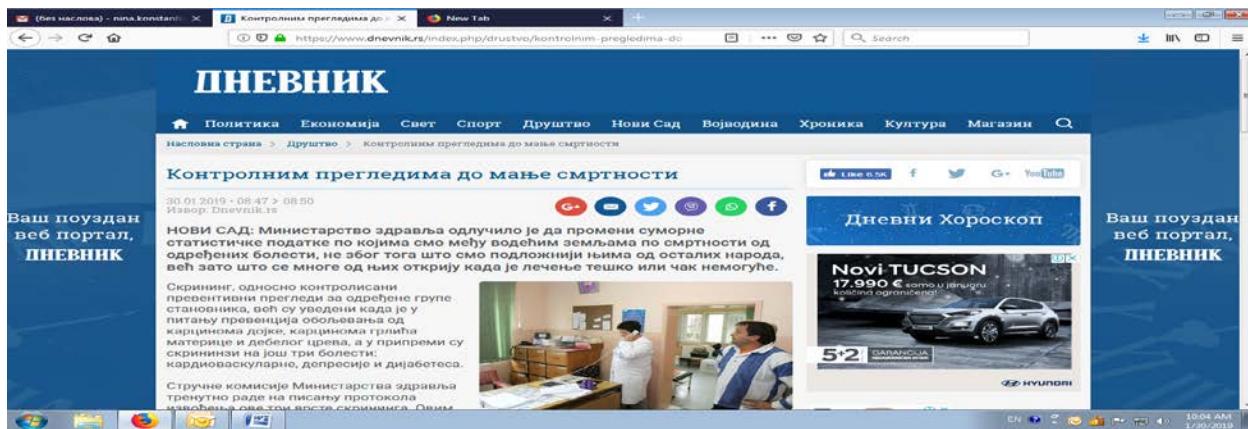
"Svesni svojih mogućnosti i nedostataka, latentnih i objektivnih. U narednom periodu ćemo nastojati da popravimo i idemo dalje i poboljšamo svoj rad i kvalitet usluga, na opšte zadovoljstvo i zaposlenih i korisnika naših usluga", izjavila je dr Gordana Rodić, koordinatorka Akreditacije.

Milovan Blažić iz Saveta za zdravstvo Grada Kikinde doda je da su zaposleni u Domu zdravlja imali važnu ulogu i u akreditaciji najveće zdravstvene ustanove u Severnom Banatu.

“Zahvaljujući Domu zdravlja i svom entuzijazmu, izneli su ogroman teret akreditacije bolnice. Imali smo ogromnu fluktuaciju stručnog kadra”, kazao je dr Milovan Blažić iz Saveta za zdravstvo Grada Kikinde.

Kako je istaknuto, očekuje se da problem nedostatka kadrova bude rešen kroz dve godine. Interesantno je dodati i to da je ove godine prvi put akreditovana i Stomatološka služba, što je raritet, jer svega pet zdravstvenih ustanova na primarnom nivou ima akreditovanu Stomatologiju.

ДНЕВНИК



Kontrolnim pregledima do manje smrtnosti

NOVI SAD: Ministarstvo zdravlja odlučilo je da promeni sumorne statističke podatke po kojima smo među vodećim zemljama po smrtnosti od određenih bolesti, ne zbog toga što smo podložniji njima od ostalih naroda, već zato što se mnoge od njih otkriju kada je lečenje teško ili čak nemoguće.

Skrining, odnosno kontrolisani preventivni pregledi za određene grupe stanovnika, već su uvedeni kada je u pitanju prevencija oboljevanja od karcinoma dojke, karcinoma glijca materice i debelog creva, a u pripremi su skrininzi na još tri bolesti: kardiovaskularne, depresije i dijabetesa.

Stručne komisije Ministarstva zdravlja trenutno rade na pisanju protokola izvođenja ove tri vrste skrininga. Ovim protokolima definisane se kategorije ljudi koji će biti pozivani na preglede, kao i koje će se vrste pregleda i analiza raditi u okviru skrininga.

Takođe, za nove skrininge biće definisane i uzrasne grupe, ali i periodika pregleda, odnosno, koliko će često ljudi biti pozivani na kontrolni pregled na određenu bolest ili sindrom.

Ministarstvo zdravlja i Vlada Srbije do sada su znatan novac uložili u poboljšanje uslova u zdravstvenim ustanovama sve tri kategorije. Ipak, činjenica da Domovi zdravlja sad imaju savremenu opremu malo znači ako tu opremu nema ko da koristi. Zato je važno uvesti skrininge na najčešće bolesti, kao i na one

koje značajno doprinose negativnoj statistici. U tu svrhu u pripremi je i predlog novog Zakona o zdravstvenoj zaštiti, za koji se očekuje da će se uskoro naći pred poslanicima Skupštine Srbije. A tim predlogom prevencija bolesti od kojih Srbija najčešće boluje, stavljena je u prvi plan.

Na meti su programi za prevenciju dijabetesa, od koje, po procenama, boluje svaki deseti građanin, odnosno ima je oko 710.000 ljudi. Ono što brine jeste procena po kojoj čak polovina obolelih nije svesna da boluje od dijabetesa, a problem s ovim oboljenjem je i u tome što je ireverzibilan: drugim rečima, kad se jednom oboli od šećerne bolesti, nema povratka, već samo načina da se organizam što duže sačuva, uz lekove i zdrav život po uputstvima lekara. Dijabetes je zato ekonomski izazov jer troškovi lečenja i zdravstvene zaštite obolelih od šećerne bolesti dva do tri puta su veći u odnosu na troškove zdravstvene zaštite pacijenata koji nemaju dijabetes, i iznose 12 posto ukupnih troškova u zdravstvu, kažu u Ministarstvu zdravlja. Zato se u Domove zdravlja vraćaju Savetovališta za dijabetes, sa čijom praksom održavanja Vojvodina, koja je zbog specifične ishrane i načina života dijabetesom najviše pogodjena u Srbiji, nikad nije ni prekidala.

Takođe, u Srbiji je u toku izrada registra obolelih od dijabetesa, čime će se njihovo lečenje i zdravstvena zaštita umnogome olakšati. Na spisku olakšica je i stavljanje nove generacije insulinskih lekova na pozitivnu listu, što takođe unapređuje život dijabetičara, smanjuje broj dana provedenih na bolovanju, produžava životni vek i smanjuje ukupne troškove za lečenje.

Posle Rusije i Ukrajine, Srbija

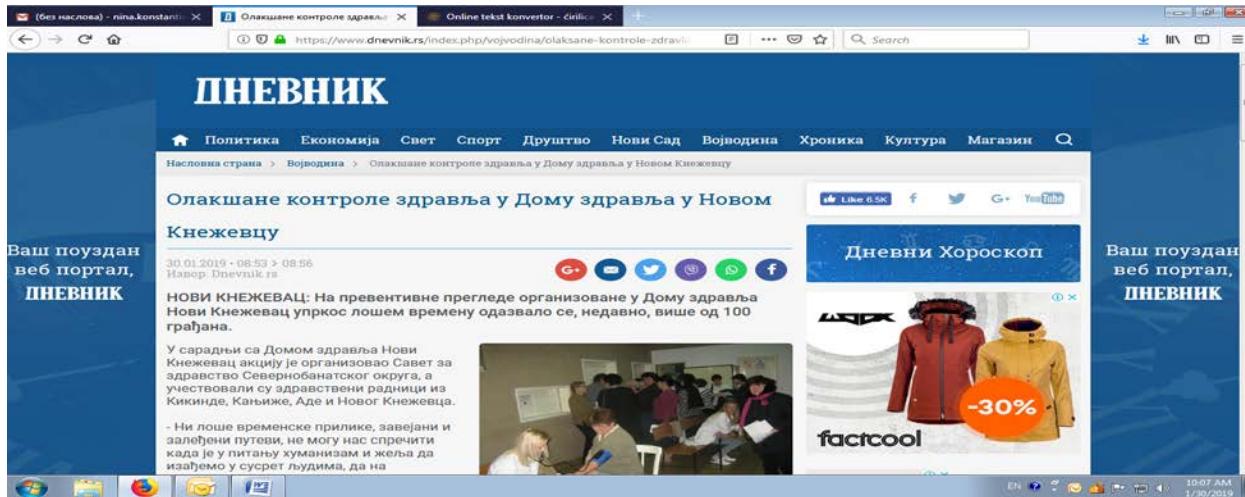
U Srbiji su kardiovaskularne bolesti po zlu poznate kao vodeći uzrok smrtnosti od neke bolesti. Neslavna statistika svrstala je našu zemlju na treće mesto u svetu po broju umrlih, posle Rusije i Ukrajine.

Od bolesti srca i krvnih sudova u Srbiji svakog dana umre 147 osoba, a samo prošle godine kardiovaskularne bolesti bile su uzrok smrti 53.668 ljudi. Vodeći faktori rizika za nastavanak kardiovaskularnih bolesti su pušenje, nepravilna ishrana, nedovoljno fizičke aktivnosti.

Pravilna ishrana, fizička aktivnost i prestanak pušenja, ključni su u borbi za zdravo srce i krvne sudove.

Od depresije boluje oko 420.000 građana Srbije, a skrining se uvodi jer je ovo oboljenje u porastu, što je u velikom neskladu sa društvenim stavovima kad je ova bolest u pitanju jer i dalje vladaju predrasude, a oboleli su stigmatizovani i izolovani, pa izbegavaju odlazak kod psihijatra, nalazeći načina da dođu do lekova za smirenje, čija je upotreba kod nas u porastu. Psihijatri kažu da je u porastu i broj upotrebljenih antidepresiva, što znači da se nešto ipak menja u stavu Srbije prema psihičkim poremećajima, ali da su oboleli od depresije i dalje osuđeni na to da je bolje čutati, u strahu od opšteg odbacivanja i straha od gubitka posla.

ДНЕВНИК



Olakšane kontrole zdravlja u Domu zdravlja u Novom Kneževcu

NOVI KNEŽEVAC: Na preventivne preglede organizovane u Domu zdravlja Novi Kneževac uprkos lošem vremenu odazvalo se, nedavno, više od 100 građana.

U saradnji sa Domom zdravlja Novi Kneževac akciju je organizovao Savet za zdravstvo Severnobanatskog okruga, a učestvovali su zdravstveni radnici iz Kikinde, Kanjiže, Ade i Novog Kneževca.

- Ni loše vremenske prilike, zavejani i zaleđeni putevi, ne mogu nas sprečiti kada je u pitanju humanizam i želja da izađemo u susret ljudima, da na neposredniji, brži i efikasniji način prekontrolišu zdravlje, dođu do dijagnoze i odgovarajuće terapije - kaže predsednik Saveta za zdravstvo Severnobanatskog okruga specijalista interne medicine dr Milovan Blažić.

Blažić napominje da na ovakvim preventivnim akcijama ljudi iskoriste priliku da prekontrolišu svoje zdravstveno stanje, bilo da je reč o onima kod kojih su dijagnoze utvrđene, kod nekih se otkrivaju i nove bolesti, a sve je u funkciji da zdravstveno stanje ljudi bude što kvalitetnije.

U Kneževac je došla ekipa od 20 zdravstvenih radnika iz Kikinde, pridružile su se ekipe domova zdravlja iz Kanjiže i Ade, kao i Specijalne bolnice „Sveti враче“ iz Novog Kneževca, tako da je vredno radilo preko 30 medicinara. Rađena je kompletna dijagnostička internistička traka pregleda: merenje krvnog pritiska, nivoa šećera u krvi, EKG nalaz, ultrazvuk štitne žlezde i dojke.

- Sve to ide u jednom neprekidnom lancu, kao na traci, tako da i pored toga što se odazvao veliki broj građana niko ne čeka na red. Sa nalazima i dijagnozom koje građani dobiju na ovim preventivnim pregledima ide preporuka za dalje dijagnostičke procedure i dodatna ispitivanja, kao i terapija - objašnjava dr Blažić.

Pored pružanja zdravstvenih usluga u sedištu opštine Dom zdravlja Novi Kneževac gde ima dovoljan broj lekara opšte medicine, u većim naseljima u opštini - Banatskom Aranđelovu i Srpskom Krsturu ambulante rade svaki dan, dok se u ostalim selima radi jednom nedeljno.

- Radimo na tome da zdravstvena zaštita bude poboljšana, a tome pomaže i ovakve preventivne akcije, jer bude svest kod pacijenata. Zahvalni smo kolegama iz zdravstvenih ustanova iz okolnih opština koje su došle da nam pomognu. To je jedna uigrana ekipa koja jako dobro radi i uvek je na usluzi u ovakvim prilikama - kaže direktorka Doma zdravlja Novi Kneževac specijalista radiologije dr Renata Mikloš.

Direktorka Doma zdravlja Kanjiža Karolina Đolai kaže da imaju pozitivna iskustva preventivnih akcija koje su organizovali u Horgošu, Kanjiži i drugim mestima, a da je pohvalno da se zdravstveni radnici međusobno ispomažu i zajednički rade da se pomogne i izade u susret pacijentima u pružanju zdravstvenih usluga.

Njen pomoćnik i zamenik predsednika Saveta za zdravstvo Severnobanatskog okruga Elvir Malićević najavio je da će naredna preventivna akcija biti u toku februara u Senti.



A screenshot of the RTS website (www.rts.rs) showing an article titled "Modafinil – droga za budnost, studenti nesvesni posledica". The page includes the PTC logo at the top, a navigation bar with links like Vesti, Sport, Magazin, Televizija, Radio, Emisije, RTS, Veliki Rat, and OZVO. The main content area features a banner for "ЗЛАТИБОРАЦ" (Zlatiborac) with the text "ДОКАЗАНО АУТЕНТИЧАН" (Proven Authentic) and "ABSOLUTELY AUTHENTIC". Below the banner, the article title is displayed in large, bold, black font. A small note below the title states "UTORAK, 29. JAN 2019, 15:57 -> 18:48". The article text discusses the use of Modafinil by students and young people. On the right side of the page, there is a weather forecast for Belgrade (Beograd) showing 1°C, a sidebar with news headlines, and a search bar.

Modafinil – droga za budnost, studenti nesvesni posledica

Doktorka Katarina Crnić iz Specijalne bolnice za bolesti zavisnosti u Beogradu navodi da "modafinil" najčešće koriste tinejdžeri i studenti za poboljšanje koncentracije i budnosti. Istočе da nije registrovan kao lek na našem tržištu, ali da se lako naručuje preko interneta i stiže na kućnu adresu.

Doktorka Katarina Crnić je, gostujući u emisiji "Ovo je Srbija", navela da je modafinil u SAD registrovan kao lek – tablete koje se koriste za lečenje poremećaja sna, a mladi u Srbiji ih, kako kaže, zloupotrebljavaju i koriste za poboljšanje koncentracije i budnosti.

Dodaje da modafinil nije registrovan kao lek na tržištu pa se, kako kaže, zloupotrebljava.

Istiće da modafinil najčešće koriste tinejdžeri i studenti za poboljšanje koncentracije i budnosti jer deluje pretežno stimulantno na mozak i dovodi do prolaznog i pogrešnog osećaja "poboljšanih" psihičkih funkcija.

Mladi koji odluče da probaju ovu opasnu supstancu nisu ni svesni posledica, upozorava dr Crnić:

"Može se poremetiti stanje budnosti, doći do povećanog srčanog pritiska, ubrzanog lutanja srca, aritmije, napada panike, paranoje, strahova, halucinacije."

Dodaje da u Srbiji postoji par pacijenata koji su koristili modafinil.

"Postoje parcijalni slučajevi, nije to nešto što je to kod nas u bolnici uzelo maha. Ima pojedinačnih slučajeva, to je uglavnom elitna grupa ljudi koja ima novca, način da dođe do te supstance jer se uzima na ilegalnom tržištu", objašnjava Crnićeva.

Najvažnija je preventiva, ističe Crnićeva, i poziva roditelje da obrate pažnju na decu, i prilikom najmanje promene u ponašanju konsultuju nastavnike, pedagoge, a po potrebi i stručna lica:

"Treba da pratimo dete, kad se osami, kada je nervozno, kad neće da razgovara, to su sve znaci da se nešto dešava i da moramo da budemo upućeni u njegovo društvo – kuda ide, s kim se druži."

Prevencija bolesti zavisnosti je najvažnija, ističe dr Crnić:

"Ta bolest je hronična, recidivantna i negde kada dođe i kada neko uđe u sve to jasno je da je to veoma težak proces, izlečenje je daleko. Prevencija je nešto što treba negovati, da se roditelji pre svega uključe, da brinu o svojoj deci, da se njima bave na najbolji moguć način, i mi smo naravno tu, imaju našu pomoć 24 časa dnevno."

Istiće da je zavisničko ponašanje samo po sebi problematično, produbljuje se, tako da treba posegnuti za nekim drugim rešenjem.



„Šetnja za zdravlje žena“

Preventivni centar Doma zdravlja "Novi Sad" je u sredu 30.01.2019. godine povodom Evropske nedelje borbe protiv raka grlića materice organizovao šetnju po Fruškoj gori pod nazivom „Šetnja za zdravlje žena“.

Osim Preventivnog centra učestvovaće Institut za javno zdravljje Vojvodine, studenti iz Internacionalnog centra za profesionalne studije (ICEPS) i osnovnih strukovnih studija zdravstvene nege. Polazak je sa glavne autobuske stabnice u Novom Sadu u 07:50 sati, autobus broj 64 za Bukovac ili u 08:05h sa stanice kod okretnice u Bukovcu.

Maršruta: Bukovac - Vilina voda - Astal (grebenski put - hajdučki izvor - Brankov grob - Stražilovo - Bukovac) - Norcev - spomenik - Paragovo.

Dužina staze: 13 (16) km. srednje zahtevna.

Vodič: Branko Ilić, mob. 064-35-65-114

Pozivamo sve zainteresovane građane da se priključe šetnji.



Dom zdravlja Novi Sad

Nacionalni dan bez duvanskog dima

Dom zdravlja "Novi Sad" će u četvrtak 31.01.2019. časova na više mesta u gradu obeležiti Nacionalni dan bez duvanskog dima.

Promotivni centar će od 10:00 do 12:00 časova u TC Promenada, zajedno sa Institutom za javno zdravlje Vojvodine, studentima iz Internacionalnog centra za profesionalne studije (ICEPS) i studentima osnovnih strukovnih studija zdravstvene nege sprovesti preventivnu akciju.

Svim prisutnim građanima na raspolaganju će biti:

- pregled nivoa šećera iz kapi krvi
- merenje visine krvnog pritiska
- izračunavanje indeksa telesne mase - BMI
- kontrola CO (ugljen monoksida) Smokerlyserom u izdahu pušača.

Ista vrsta zdravstvenih pregleda biće na raspolaganju i građanima koji **od 09:00 do 11:00 časova dođu u "Univerexport" objekat „Alba“.**

Takođe, tog 31.01.2019. Nacionalni dan bez duvanskog dima javnim časom obeležiće i Savetovalište za mlade Doma zdravlja „Novi Sad“ **u srednjoj medicinskoj školi „Dositej Obradović“ od 09:50 do 10:35 časova.** U okviru javnog časa organizovaćemo sledeće zdravstveno vaspitne aktivnosti:

- podjela zdravstveno promotivnog materijala (flajeri)
- upoznavanje sa istorijatom upotrebe duvana u svetu
- upoznavanje sa štetnim posledicama korišćenja nargile
- upoznavanje sa sadržajem i štetnostima duvanskog dima,
- podizanje nivoa znanja mladih o uticaju pušenja i udisanja tuđeg duvanskog dima (pasivno pušenje) na zdravlje
 - edukacija o faktorima rizika za zloupotrebu duvana i posledicama
 - evaluacija razloga zbog kojih mladi počinju da puše duvan
 - upoznavanje sa veštinama odupiranja socijalnim pritiscima
 - podizanje svesti mladih o značaju zdravih stilova života

Cilj javnog časa je usmeren na formiranje ispravnih stavova i ponašanja u vezi sa zdravljem, informisanje o štetnim posledicama zloupotrebe duvana i korišćenja nargile, kao i podizanje nivoa svesti o važnosti održavanja zdravih alternativa kod mladih.

DOM ZDRAVLJA



„ZAŠTITIMO SE OD DUVANA“

U Srbiji se već duže od 20 godina svakog 31. januara obeležava Nacionalni dan bez duvana. Aktivnosti u okviru obeležavanja Nacionalnog dana bez duvana upozoravaju javnost na štetne efekte upotrebe duvana kao i izlaganja duvanskom dimu.

Ove godine, Nacionalni dan bez duvana se obeležava pod sloganom „Zaštitimo se od duvana“ i posebno višestruke posledice po zdravlje ljudi i okoline i neophodnost jačanja multisektorske saradnje na ovom polju.

U okviru obeležavanja Nacionalnog dana bez duvana, ističu se i novi izazovi u kontroli duvana kao što su upotreba nargila i elektronskih cigareta među mladima.

U organizaciji Službe za polivalentnu patronažu pozivamo Vas da 31. januara 2019. godine od 7. „Kutku zdravlja“ (ul. Ustanička 16, u holu kod laboratorije): 30 do 1000 časova, u

- Proverite stepen nikotinske zavisnosti FAGERSTROM testom;
- Dopunite saznanja o štetnosti duvanskog dima „Kako ostaviti pušnjenje i unaprediti zdravlje“;
- Na izložbenom štandu delićemo promotivni materijal „Vaš vodič za odvikavanje od pušenja“.

Osnovni rezultati koji ukazuju na veličinu problema i potrebu jačanja multisektorske saradnje

Rezultati istraživanja Global Youth Tobacco Survey (GYTS) koje je sprovedeno 2017. godine od strane Instituta za javno zdravlje Srbije „Dr Milan Jovanović Batut“ i Ministarstva zdravlja, uz finansiranje Svetske zdravstvene organizacije, među učenicima starosti od 13 do 15 godina na reprezentativnom uzorku svih škola u Srbiji ukazuju na potrebu jačanja multisektorske saradnje u cilju zaštite zdravlja mlađih.

Osnovni rezultati ovog istraživanja pokazuju:

- 61% mlađih izloženo je duvanskom dimu na zatvorenim javnim mestima
 - 11% učenika puši cigarete, podjednako devojčice i dečaci
- 37% učenika je bar jednom probalo cigarete, a 43% neki duvanski proizvod
 - 9% mlađih puši nargile
 - 6% koristi elektronsku cigaretu
- 6 od 10 sadašnjih pušača pokušalo je da prestane sa pušenjem u prethodnih 12 meseci.
- 70,4% učenika koji sada puše cigarete dolazi do cigareta tako što ih kupuje u prodavnicima, samoposlugama ili na kioscima.
- 82,6% onih učenika koji kupuju cigarete nije bilo sprečeno da ih kupi zbog svojih godina.
 - 82,2% učenika podržava zabranu pušenja u zatvorenim javnim mestima.

U svetu ima više od jedne milijarde pušača, od toga skoro 80% živi u zemljama sa niskim i srednjim prihodima. Upotreba duvana u svetu usmrti preko 19 000 ljudi svaki dan. U Srbiji trenutno puši oko 2,5 miliona odraslih stanovnika, a Svetska zdravstvena organizacija procenjuje da će preko 800 000 sadašnjih pušača prevremeno umreti ukoliko se ne primene snažnije mere kontrole duvana.

Posledice upotrebe duvana i izloženosti duvanskom dimu:

- Duvanski dim ugrožava novorođenčad i pre i posle rođenja
- Pušenje u trudnoći povećava rizik za komplikacije u trudnoći. Ugljen monoksid prisutan u duvanskom dimu onemogućava da fetus koji se razvija dobije dovoljno kiseonika
- Duvan je drugi vodeći faktor obolevanja od kardiovaskularnih bolesti, odmah iza povišenog krvnog pritiska, a 17% smrtnih slučajeva izazvanih bolestima srca i krvnih sudova nastaje zbog upotrebe duvana i izloženosti duvanskom dimu
- Pušenje povećava rizik oboljevanja od raka pluća i drugih malignih bolesti kao što su rak usne i usne šupljine, ždrela, grkljana, jednjaka, želuca, mokraćne bešike, bubrega i mokraćovoda, gušterače, debelog creva, jetre, grlića materice i akutna mijeloidna leukemija
- Udisanje duvanskog dima iz okoline značajno remeti normalno funkcionisanje srca, krvi i čitavog vaskularnog sistema. Čak i kratka izloženost duvanskom dimu iz okoline može da ošteti zidove krvnih sudova
- Ne postoji bezbedan nivo izloženosti duvanskom dimu iz okoline. Duvanski dim iz okoline uzrokuje brojne zdravstvene probleme kod odojčadi i dece, uključujući češće i jače napade astme, respiratorne infekcije, infekcije uha, i druge bolesti
- Kod odraslih, duvanski dim iz okoline uzrokuje, i koronarnu bolest srca, moždani udar (šlog) i rak pluća i brojne druge zdravstvene probleme
- Nepušači koji su izloženi duvanskom dimu kod kuće ili na poslu imaju za 25-30% veći rizik da razviju koronarnu bolest srca
 - Rizik obolovanja od bolesti srca i krvnih sudova se povećava sa svakom popušenom cigaretom
- Duvan ne predstavlja opasnost po zdravlje samo onih koji ga koriste i onih koji su izloženi duvanskom dimu već se njegovi uticaji odražavaju na one koji učestvuju u proizvodnji duvanskih proizvoda kao i na životnu sredinu
- Postoji kontinuirano oštećenje životne sredine tokom svih faza životnog ciklusa duvana, od pripreme terena za gajenje duvana, preko gajenja, prerade duvana, proizvodnje duvanskih proizvoda i distribucije, do efekata potrošnje i otpada nakon upotrebe duvanskih proizvoda, čime se ugrožava i zdravlje stanovnika uključujući i decu

- Cigarette zagađuju i ugrožavaju kvalitet vazduha, ali i dugo nakon njihove upotrebe, kada su ugašene, nastavlja se štetan uticaj po životnu sredinu u obliku ne-biorazgradivih filtera kojih se milioni kilograma odbacuju svake godine i u obliku čestica duvana zadržanih u zatvorenim pa i otvorenim prostorima.