

MEDIJI O ZDRAVSTVU

petak, 12. jul 2024.godine

BLIC- Milica koja boluje od ahonodroplazije dobila posao u filijali RFZO u Leskovcu: Ugovor o zaposlenju joj uručila direktorka, prof. dr Sanja Radojević Škodrić

BLIC- NASTAVLJA SE AKCIJA PREVENTIVNIH PREGLEDA Evo šta će građani moći da provere u nedelju sa knjižicom, ali i bez nje

N1- Besplatni pregledi mladeža na Adi Ciganliji – zakazivanje nije potrebno

RTV- Čuvanje lekova na visokim temperaturama

RTV- Filipović: Hitna zdravstvena zaštita o trošku RFZO moguća u više od 20 zemalja

DNEVNIK- JASNE PREPORUKE MEDICINARA POD OVAKVIM TEMPERATURAMA Ne ostavljajte decu u kolima NEMA "SAMO ĆU NA MINUT", NEMA "SAMO ĆU ČASKOM DA SKOČIM"



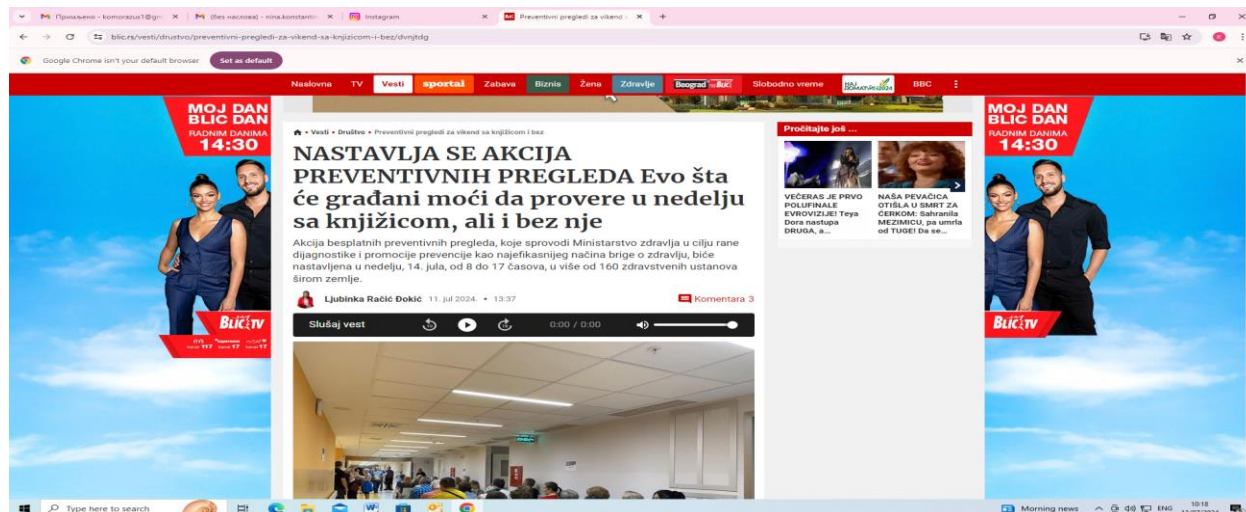
Milica koja boluje od ahondroplazije dobila posao u filijali RFZO u Leskovcu: Ugovor o zaposlenju joj uručila direktorka, prof. dr Sanja Radojević Škodrić

Direktorka Republičkog fonda za zdravstveno osiguranje (RFZO) profesor dr Sanja Radojević Škodrić uručila je ugovor o zaposlenju Milici Bajović koja boluje od ahondroplazije, čija je glavna odlika nizak rast.

Milica od danas radi u filijali RFZO u Leskovcu, gde i živi sa porodicom.

Osim toga što je poslednjih nekoliko godina značajno unapređeno lečenje retkih bolesti o trošku države, RFZO je ovim činom pokazao ne samo da brine o obezbeđivanju zdravstvene zaštite osiguranika, nego im pomaže i na druge načine kako bi im olakšao svakodnevni život.

Nadamo se da će i drugi poslodavci bez predrasuda i stigmatizacije slediti primer RFZO i dati priliku i osobama sa retkim i drugim bolestima da ostvare svoje mogućnosti i budu ravnopravni članovi društva.



NASTAVLJA SE AKCIJA PREVENTIVNIH PREGLEDA Evo šta će građani moći da provere u nedelju sa knjižicom, ali i bez nje

Akcija besplatnih preventivnih pregleda, koje sprovodi Ministarstvo zdravlja u cilju rane dijagnostike i promocije prevencije kao najefikasnijeg načina brige o zdravlju, biće nastavljena u nedelju, 14. jula, od 8 do 17 časova, u više od 160 zdravstvenih ustanova širom zemlje.

Tom prilikom, svi građani, i oni bez zdravstvenog osiguranja, biće u prilici da bez zakazivanja i uputa, obave pregled:

kod specijaliste endokrinologije

urade ultrazvuk štitne žlezde

izmere krvni pritisak

urade EKG

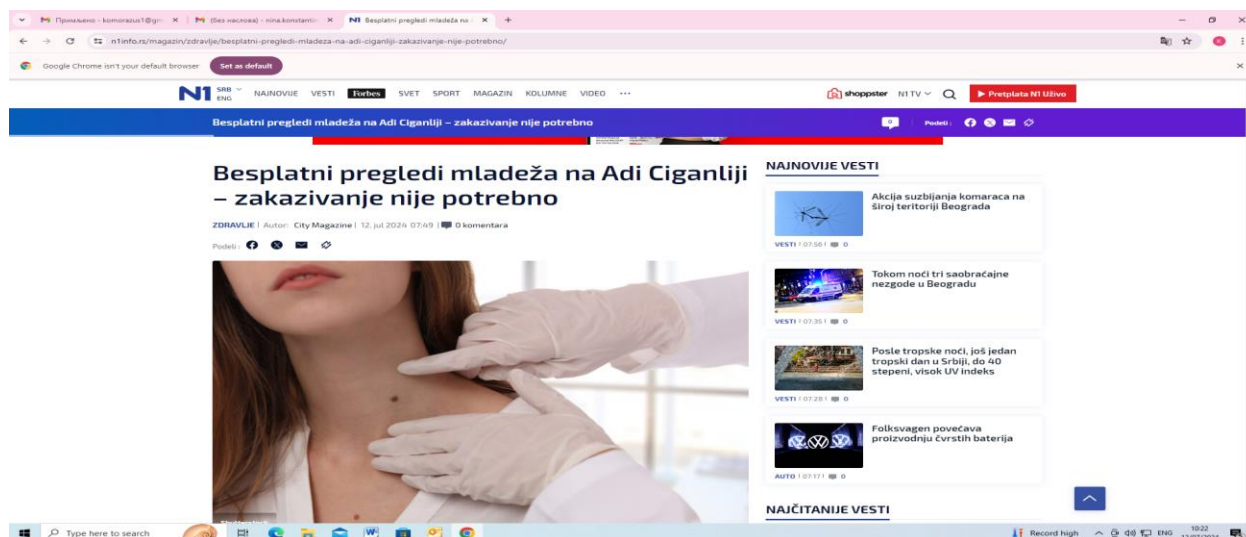
provore nivo šećera u krvi

kompletnu krvnu sliku u laboratorijama.

- Na ovaj način, Ministarstvo zdravlja ispunjava obećano građanima, da će pratiti njihove najvažnije potrebe, pa iako je sezona godišnjih odmora, i ovog vikenda biće sprovedena akcija besplatnih preventivnih pregleda - navodi se u saopštenju Ministarstva zdravlja.

Ministarstvo zdravlja i ovim putem poziva građane da učestvuju u nedeljnoj akciji, obave preventivne preglede i time pozitivno utiču na svoje zdravlje.

(Lista zdravstvenih ustanova koje učestvuju u akciji sa vrstom pregleda koji će biti obavljeni u svakoj ustanovi biće istaknuta na zvaničnoj internet stranici Ministarstva zdravlja <http://www.zdravlje.gov.rs>)



Besplatni pregledi mladeža na Adi Ciganliji – zakazivanje nije potrebno

Besplatni dermoskopski pregledi kože ovog vikenda organizuju se u okviru društveno odgovorne akcije za rano otkrivanje karcinoma kože "Pregled za sve".

Na Adi Ciganliji 13. i 14. jula od 10 do 20 časova svi zainteresovani građani moći će da obave besplatne dermoskopske preglede mladeža u specijalnim ordinacijama koje obezbeđuju privatnost i udobnost tokom pregleda.

Preglede će obavljati dermatovenerolozi, eksperti u oblasti dermoskopije iz vodećih institucija tercijarne zdravstvene zaštite u Srbiji, a specijalne ordinacije biće postavljena na početku šetališta na Adi Ciganliji (sa novobeogradske strane).

Za pregled nije potrebno zakazavanje, samo lična karta.

Besplatni dermoskopski pregledi kože organizuju se u okviru društveno odgovorne akcije za rano otkrivanje karcinoma kože „Pregled za sve“, koju od 2015. godine organizuju Eucerin Srbija i Fond B92, uz podršku Ministarstva zdravlja Republike Srbije i Udruženja Dermatovenerologa Srbije.

Organizatori očekuju da će tokom dva dana besplatnih pregleda na Adi Ciganliji biti pregledano oko 2 000 ljudi.

Na javnim dermoskopskim pregledima koji su u okviru ove kampanje organizovani od 2015. godine pregledano je preko 5.000 osoba, od kojih je 10 odsto je upućeno na dalje konsultacije.

Kod 64 pacijenta potvrđen je melanom, najopasniji rak kože koji se brzo se širi, a lako uklanja jednostavnom hiruškom intervencijom ukoliko se otkrije na vreme.

Tokom skoro 10 godina trajanja kampanje "Pregled za sve" sproveden je niz aktivnosti informisanja građana o važnosti prevencije i redovnih samopregleda kože, kao i dermatoloških pregleda u cilju sprečavanja raka kože.

Istovremeno, za 70 državnih zdravstvenih ustanova u 49 gradova u Srbiji, uključujući najveće zdravstvene centre i zdravstvene ustanove u manjim sredinama koje imaju dermatološke ordinacije, obezbeđeno je 167 ručnih i digitalnih dermoskopa, koji omogućavaju precizniji uvid u promene na koži. Tako je ostvarena nacionalna pokrivenost i dostupnost dermoskopskih pregleda građanima Srbije.

Uporedo sa donacijama dermoskopa, za dermatologe širom Srbije organizovane su besplatne edukacije iz oblasti dermoskopije, kojima je prisustvovalo više od 90 odsto dermatovenerologa iz državnih ustanova i privatne prakse širom Srbije.



Čuvanje lekova na visokim temperaturama

BEOGRAD - Neodgovarajuće čuvanje lekova, usled nedovoljnog stepena zdravstvene edukacije, predstavlja svetski problem, a farmaceuti savetuju da je tokom letnjeg perioda neophodno povećati brigu o zaštiti lekova, s obzirom da većina njih ne podnosi temperaturu višu od 25 stepeni.

Visoke temperature mogu izazvati promenu aktivnih supstanci čime će efikasnost leka biti umanjena, ali mogu dovesti i do promene boje, konzistencije, mirisa, ukusa ili pak izazvati proces razgradnje leka, navode iz Hemofarm-a.

Svetska istraživanja pokazuju da je direktno izlaganje lekova sunčevoj svetlosti zabeleženo u 10,9 odsto domaćinstava, čuvanje lekova u kuhinji, kupatilu i garaži kod 38,3 odsto, a skladištenje na dohvata deca u 76 odsto slučajeva. Lekovi koji se više ne koriste najčešće se nedozvoljeno odlažu u životnu sredinu u 92,1 odsto domaćinstava.

Farmaceuti stoga ističu da se lekovi čuvaju na suvom, tamnom i hladnom mestu, odnosno na temperaturu do 25 stepeni.

Apotekari savetuju i da se antibiotici tokom vrelih dana čuvaju u frižideru, jer bi u protivnom mogli izgubiti stabilnost i efikasnost.

Lekove protiv epilepsije, lekove za srce ili hormonske terapije zbog osetljivosti ne bi trebalo izlagati višim temperaturama ili jačoj svetlosti.

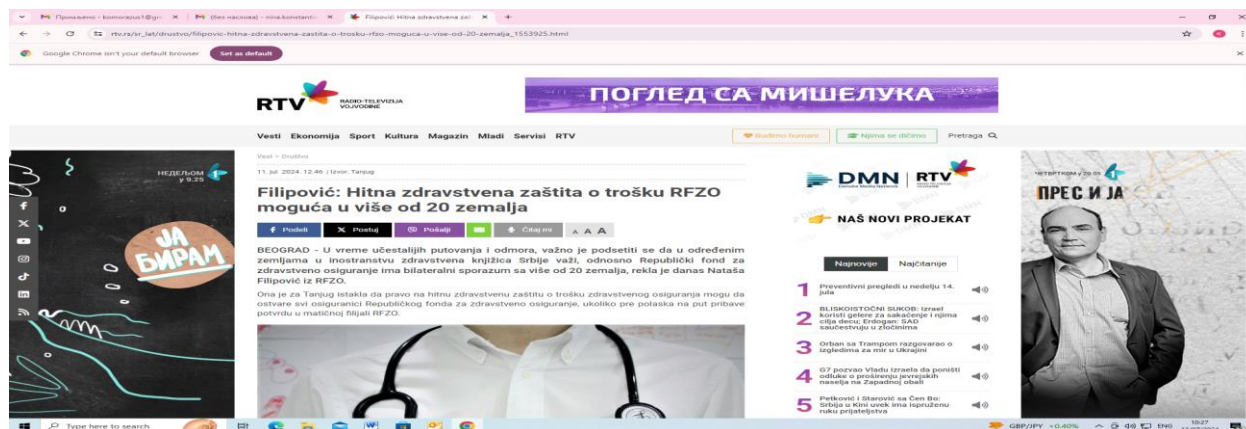
Kapi za nos, kapi za oči i kapi za uši, kao i vaginalne tablete, potrebno je čuvati na temperaturi od dva do osam stepeni, a kapi za oči neophodno je baciti najkasnije 30 dana nakon otvaranja.

Kada je reč o putovanjima, stručnjaci poručuju da se lekovi drže van prtljavnika ili kasete blizu volana, gde temperatura može biti znatno viša.

Ukoliko je potrebno da na put ponesete lekove koji zahtevaju hlađenje poput insulina, ili antibiotika, obavezan je ručni frižider, ali je potrebno voditi računa da lek ne dođe u direktan kontakt sa ledom ili hladnim pakovanjem, čime bi bio izložen pre niskim temperaturama koje bi ga takođe mogle oštetiti.

U skladu sa tim, preporuka stručnjaka je da se kutija leka upakuje u hermetički zatvorenu plastičnu kutiju. Za putovanje avionom savetuju da se lekovi nose u ručnom prtljagu.

Tokom letnjih vrućina, najbolje je za prenos lekova koristiti termo torbe ili futrole za prenos lekova.



Filipović: Hitna zdravstvena zaštita o trošku RFZO moguća u više od 20 zemalja

BEOGRAD - U vreme učestalijih putovanja i odmora, važno je podsetiti se da u određenim zemljama u inostranstvu zdravstvena knjižica Srbije važi, odnosno Republički fond za zdravstveno osiguranje ima bilateralni sporazum sa više od 20 zemalja, rekla je danas Nataša Filipović iz RFZO.

Ona je za Tanjug istakla da pravo na hitnu zdravstvenu zaštitu o trošku zdravstvenog osiguranja mogu da ostvare svi osiguranici Republičkog fonda za zdravstveno osiguranje, ukoliko pre polaska na put pribave potvrdu u matičnoj filijali RFZO.

"Ukoliko postoji međunarodni sporazum sa određenim državama, a RFZO to ima sa više od 20 zemalja, to pravo se ostvaruje bez plaćanja, a u onim državama gde ne postoji sporazum, osiguranik plaća uslugu, a zatim po povratku u Srbiju taj novac refundira podnošenjem zahteva u matičnoj filijali RFZO, ali ukoliko je pre polaska obavio potvrdu", pojasnila je Filipović.

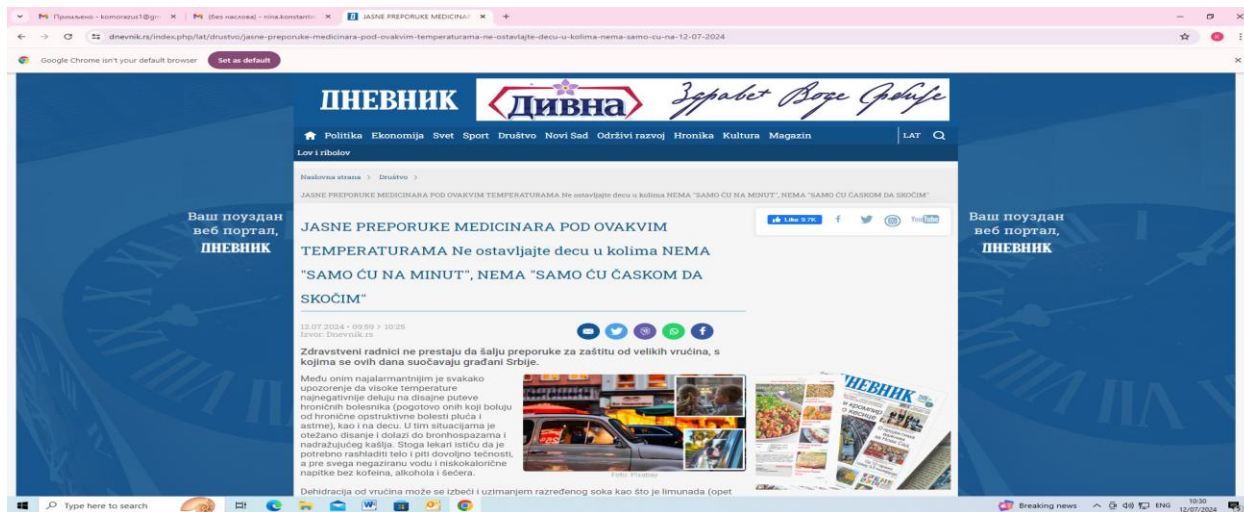
Zemlje sa kojima RFZO ima bilateralni ugovor o socijalnom osiguranju, između ostalih su Austrija, Belgija, Severna Makedonija, Nemačka, Rumunija, Slovačka, Francuska, Hrvatska, Crna Gora, Slovenija, Turska, Tunis...

"Da bi za vreme boravka u inostranstvu mogli da koriste pravo na hitnu medicinsku pomoć o trošku RFZO, osiguranici pre polaska na put treba da dobiju mišljenje izabranog lekara kojim dokazuju da trenutno ne boluju i da u poslednjih 12 meseci ne postoji akutno stanje koje bi zahtevalo lečenje odmah po dolasku u inostranstvo, jer to nije potvrda za lečenje u inostranstvu, već za hitnu zdravstvenu zaštitu. Drugi korak je da to mišljenje lekara i važeću zdravstvenu knjižicu dostavite nadležnoj filijali RFZO da biste dobili potvrdu koju nosite sa sobom na put", rekla je Filipović.

Ona je naglasila i to da osobe koje imaju pravo na izabranog stomatologa, na primer, deca do 18 godina, oni pribavljaju i potvrdu o stanju usta i zuba.

"Na osnovu sve te dokumentacije, naša lekarska komisija izdaje obrazac, odnosno pravo na hitnu zdravstvenu zaštitu za vreme privremenog boravka u inostranstvu i ona važi 90 dana. Takođe, moguće je dobiti obrazac za više zemalja istovremeno, ukoliko neko planira da vreme provede u različitim državama, a sa kojima RFZO ima sporazum", objasnila je ona.

ДНЕВНИК



JASNE PREPORUKE MEDICINARA POD OVAKVIM TEMPERATURAMA Ne ostavljajte decu u kolima NEMA "SAMO CU NA MINUT", NEMA "SAMO CU ČASKOM DA SKOČIM"

Zdravstveni radnici ne prestaju da šalju preporuke za zaštitu od velikih vrućina, s kojima se ovih dana suočavaju građani Srbije.

Među onim najalarmantnijim je svakako upozorenje da visoke temperature najnegativnije deluju na disajne puteve hroničnih bolesnika (pogotovo onih koji boluju od hronične opstruktivne bolesti pluća i astme), kao i na decu. U tim situacijama je otežano disanje i dolazi do bronhospazama i nadražujućeg kašlja. Stoga lekari ističu da je potrebno rashladiti telo i piti dovoljno tečnosti, a pre svega negaziranu vodu i niskokalorične napitke bez kofeina, alkohola i šećera.

Dehidracija od vrućina može se izbeći i uzimanjem razređenog soka kao što je limunada (opet bez šećera), i to odrasli svakih 1-2 sata, a deca svakih 15-20 minuta po 1 do 2 kašike ili gutljaj. „Nemojte čekati osećaj žeđi da biste povećali unos tečnosti, pogotovo kod starijih osoba koje imaju slabiji osećaj žeđi. Takođe, izbegavajte boravak na direktnom suncu u periodu od 10-17 sati, a to se posebno odnosi na decu, trudnice, starije osobe, srčane bolesnike i bolesnike s hroničnim bolestima, kao što su mentalne bolesti, dijabetes i slično”, upozoravaju medicinari.

Osobe koje rade na otvorenom (npr. građevinski radnici) moraju se u uslovima koji sada vladaju mnogo češće odmarati, uz podrazumevajuće sklanjanje u hlad i konzumaciju bar jedne i po čaše vode svakih

pola sata - hladno pivo se apsolutno isključuje! Dakle, izuzetno je važno uzimati dovoljno tečnosti, jer se znojenjem ona gubi, čime dolazi do dehidracije i povećanog viskoziteta krvi, što može izazvati trombozu, moždani udar ili infarkt srca.

Temperaturu prostora u kojem radi klima ne treba podešavati tako da bude ugodno pingvinima: preporuka struke je da se ona ne spušta više od sedam stepeni u odnosu na spoljašnju

Kada je u pitanju tuširanje, preporuka je da se koristi mlaka voda - isto se odnosi i na kupanje. Druga mogućnost je stavljanje na ruke i noge hladnih mokrih peškira ili rashlađivanje mokrim sunđerom, mlakom kupkom za noge i sl. U slučaju odevanja, izbor bi morala biti lagana, široka, svetla odeću od prirodnih materijala. Ako se već mora izlaziti po najvećem suncu, preporuka su šešir širokog oboda ili kape i sunčane naočare, a korisna su zaštita od direktnog sunca i lepeze, pa čak i kišobrani.

Valja koristiti laganu posteljinu, po mogućnosti bez jastuka – ako ne postoji problem s kičmom – kako bi se izbegla akumulacija toplote od tela. Što se hrane tiče, obilne obroke bi trebalo zaboraviti: lekari podsećaju da po ovakvim sunčanim kijametima (mada bi tako trebalo i inače) treba jesti češće, i to male i što svarljivije obroke. Uz to, bilo bi dobro smanjiti unos hrane preboga belančevinama, već se fokusirati na mešano sveže voće, salate ili lagane supe, kako bi se organizmu vratili izgubljeni minerali, vitamini i elektroliti.

I dva upozorenja: Kada radi klima-uređaj, temperaturu treba podesiti tako da ne bude niža od 7 stepeni Celzijusovih od spoljne. I ono najvažnije: NE OSTAVLJAJTE DECU ni sekund u parkiranom automobilu, „samo da trknete do prodavnice”, a isto važi i za kućne ljubimce.