

MEDIJI O ZDRAVSTVU

utorak, 23.AVGUST 2022.godine

**BLIC: Veliki broj poziva Hitnoj zbog BOLA U GRUDIMA:
Žale se i potpuno zdravi, evo koji TAČNO SIMPTOMI
PALE ALARM**

**NOVOSTI: RFZO: Od početka godine 5.250 parova u
postupku vantelesne oplodnje**

**N1: Poverenik pokrenuo kontrolu KC Niš zbog „virenja“ u
karton rijaliti zvezde**

**POLITIKA: Za sedam meseci Kosovo i Metohiju napustilo
400 medicinskih sestara**

**POLITIKA: Koronavirusom zaražene još 4.582 osobe,
preminulo devet pacijenata**

**N1: Nauka i medicina: Moždana stimulacija može da
produži pamćenje za mesec dana, pokazalo istraživanje**



Veliki broj poziva Hitnoj zbog BOLA U GRUDIMA: Žale se i potpuno zdravi, evo koji TAČNO SIMPTOMI PALE ALARM

Tokom prethodne noći, Hitnoj pomoći u Beogradu u većem broju su se javljali pacijenti sa bolovima u grudima, astmatičari, ali i oni zbog sumnje na moždani udar. Promena vremena, leto, postkovid, ili sve skupa, intenzivirali su pojedine probleme kod hroničnih bolesnika. Ipak, ne treba zaboraviti da se ovi problemi mogu javiti i kod zdravih ljudi.

Direktor Klinike za kardiovaskularne bolesti u UKC Niš, doc. dr Tomislav Kostić objašnjava za „Blic“ da promene vremena i te kako utiče na hronične bolesnike, pa to svakako može biti jedan od razloga zašto je nečiji organizam burno reagovao.

- Generalno, određeni broj pacijenata, a uglavnom su to hronični bolesnici, jessu oni koji reaguju na promenu vremena. Oni reaguju na vremenske temperaturne razlike i tada dolazi do ispoljavanja nekih simptoma koji mogu biti i nespecifični. To opet ne znači da svaki pacijent mora otići kod lekara, ali postoje specifični simptomi koje je neophodno ispratiti od strane oridinirajućeg lekara, što se pre svega odnosi na hronične bolesnike. Takođe, osim kod hroničnih bolesnika, tegobe se javljaju i kod pacijenata koji su preležali koronu, u sklopu postkovid sindroma, kao i kod pacijenata koji boluju od povišenog krvnog pritiska - objašnjava dr Kostić.

Bol u grudima je jedan od simptoma koji bi trebalo ispitati, naročito ako se radi o intenzivnom bolu. Takođe treba napomenuti, smatra lekar, da nije svaki bol vezan za kardiovaskularni sistem, i to je ono što ponekad zbuni pacijenta.

Koji tačno simptomi pale alarm

- Bol u grudima može da bude vezan i za koštano-mišićne strukture, za simptome digestivnog trakta, priraslica, adhezivnih promena na srčanoj i plućnoj maramici... Obavezno se treba javiti lekaru kada se bol razvije po sredini grudi, koji ne prolazi ni nakon promene položaja tela, kada je konstantan i širi se ka donjoj vilici, kroz ceo grudni koš, u levo rame i ruku, nakon fizičkog napora na određenim stupnjevima, sve to treba ispitati. Tako se prvo ide na neinvanzivne dijagnostičke metode, kada se radi test opterećenja, ultrazvuk srca, laboratorijske analize, EKG.... I ono što dalje sledi, ako se postavi sumnja na koronarnu bolest, onda je zlatni standard za dijagnozu koronarnih bolesti, koronarna angiografija koja se radi, između ostalog i u našem centru, gde imamo godišnje oko 3.500 zahvata, objašnjava dr Kostić.

Problemi i kod zdravih

U određenom procentu ovakve tegobe javljaju se i kod zdravih ljudi, što može biti prva manifestacija.

- To se sada najčešće javlja kod takvih ljudi u sklopu postkovida i to iznenada, te je važno uspostaviti pravu dijagnozu i početi sa lečenjem. Postkovid je doneo mnogo nespecifičnih simptoma, različitih kliničkih slika koje mogu zavarati, i u tom okviru problemi uglavnom traju od 3 do 6 meseci - objašnjava dr Kostić.

Kada morate posetiti lekara

Iako je nekada važno pravilo da se tegobe ovog tipa javljaju u poznijim godinama života, danas je statistika drugačija te bi i mladi ljudi trebalo da obrate pažnju na određene simptome. Puls koji prelazi 80 otkucaja u minutu, aritmije, preskakanja, to su znaci koji ukazuju da treba posetiti lekara, ali ne treba paničiti jer mogu biti samo trenutne tegobe.

Takođe, loše navike i genetika najčešće utiču na razvoj kardiovaskularnih bolesti kod mladih ljudi, ali i stil života.

Savremeni način ponašanja, neredovna ishrana, brza hrana koja je puna soli i masnoća, dnevno-noćni ritam života izmenjen kasnim izlascima u grad, uz smanjenu fizičku aktivnost i konzumaciju različitih stimulativnih supstanci, utiču na izmenjeno lučenje hormona koji kontrolišu osnovne funkcije organizma.

Simptomi koje ne smete ignorisati

Bez obzira na pol i godine, da li ste nekada imali problem sa srcem ili ne, ovo su simptomi koje ne smete da ignorišete.

Bol u grudima, stezanje ili osećaj pečenja

Bol u ramenu, levoj ruci koji se širi kao donjoj vilici

Prethodni simptomi praćeni mućninom ili povraćanjem, gušenjem, hladnim znojem, vrtoglavicom, otežanim govorom i zamagljenim vidom.

Gojazni

Među mladima koji imaju probleme sa kardiovaskularnim sustemom je i onih gojaznih, ćemu doprinosi pasivnost, sedenje, ali i loša ishrana. Prema rećima lekara, potrebno je prekontrolisati krvnu sliku, pre svega nivo holesterola, krvni pritisak, i obavezno uraditi EKG.

Što se rizika tiće, tu mogu spadati mladi ljudi koji su u porodici imali već nekoga ko je u mlaćdem dobu imao kardiovaskularni problem.

Hladna voda nikako posle fizićke aktivnosti

Lekari apeluju da je potrebno biti oprezan prilikom ispijanja hladne vode iz frižidera naroćito odmah nakon fizićke aktivnosti. Takoće, konzumiranje energetskih pića svakoga dana i to više od preporučene doze moće biti veoma štetno, kao i ispijanje kafe u velikim kolićinama, kao i masna i prezaćinjena hrana.

Šta moće biti od koristi

Brzi hod je izuzetno zdrava navika, i to u onom periodu dana kada je temperatura pogodna za izlazak iz kuće. Kada je prevencija srćanih bolesti u pitanju, recimo, dnevno 45 minuta šetnje je tu kao preporuka. Što se starosnih granica tiće ogranićenja ne postoje, odlićno je za krvne sudove, stres i kondiciju.

Prestanite da pušite

Svi oblici srćanih bolesti i bolesti krvnih sudova, od aritmija, slabljenja srćanog mišića, infarkta ili šloga mogu biti povezane sa pušenjem cigareta, s druge strane savetuju farmakolozi.

Pušenje generalno smanjuje imunitet i povećana sklonost ka zapaljenjskim bolestima. Samo jednu godinu od prestanka pušenja rizik od šloga i infarkta je drastićno manji. Za dve godine od prestanka, rizik da se dobije šlog biće skoro isti kao i kod nepušaća.

Svakako, nije svaki znak signal za uzbunu, zato ne treba panićiti, već ako imate odrećeni problem, odlazite redovno na kontrole i uzimajte redovnu terapiju, univerzalni su saveti za sve hroniće bolesnike, gojazne, pušaće...



RFZO: Od početka godine 5.250 parova u postupku vantelesne oplodnje

REPUBLIČKI fond za zdravstveno osiguranje (RFZO) saopštio je danas da je od početka godine 5.250 parova uputio na postupak vantelesne oplodnje, što je u odnosu na isti period lane za 800 parova više.

RFZO ističe da je, od trenutka kada je podignuta starosna granica za žene sa 43 na 45 godina života za postupak vantelesne oplodnje do danas, na vantelesnu oplodnju upućeno oko 90 žena koje imaju više od 43 godine.

Podseća se da je, u skladu sa demografskom politikom države, RFZO ove godine dva puta proširio prava iz oblasti vantelesne oplodnje.

Sada žene do 45 godine sa svojim partnerom, koje apliciraju za vantelesnu oplodnju, za prvo dete imaju pravo na neograničeni broj stimulisanih postupaka vantelesne oplodnje, neograničeni broj krioembriotransfera i pravo na neograničeni broj zamrzavanja embriona, dok za drugo dete imaju pravo na dva stimulisana postupka, tri krioembriotransfera i pravo na neograničeno zamrzavanje embriona. Navedeno je da je postupak vantelesne oplodnje omogućen i parovima kod kojih muški partner ima problem sa azospermijom, a koji prethodno imaju zamrznut materijal.

Usluge vantelesne oplodnje na teret sredstava obaveznog zdravstvenog osiguranja u 2022. godini se pružaju u sedam državnih ustanova, kao i u 13 privatnih ustanova, što je za tri više nego u prethodnoj godini, saopštio je RFZO.



Poverenik pokrenuo kontrolu KC Niš zbog „virenja“ u karton rijaliti zvezde

Poverenik za informacije od javnog značaja i zaštitu podataka o ličnosti pokrenuo je vanredni inspeksijski nadzor u Univerzitetском kliničkom centru (UKC) Niš pošto su iz medija saznali da su hiljadu zaposlenih u UKC kao i novinar jednog tabloida, imali uvid u karton rijaliti zvezde Miljane Kuljić koja se tu lečila, objavio je list "Danas".

Vanredna kontrola će biti obavljena u utorak 21. avgusta, a o rezultatima će javnost biti blagovremeno obavještena, navedeno je u odgovoru Danasu iz kancelarije Poverenika.

Neimenovani sagovornik tog lista, koji je doktor, naveo je međutim da je „gotovo nemoguće“ da je hiljadu ljudi moglo da uđe u karton pacijentkinje.

„Sistem je takav da samo ordinirajući lekar ima šifru da uđe u ‘Heliant’ (sistem) odnosno u karton nekog pacijenta. To ne može ni medicinska sestra. Međutim, taj informacioni sistem beleži svaki ulazak, što znači da je moguće da je bilo hiljadu ulazaka, ali ne i da je toliko ljudi pristupilo kartonu“, rekao je sagovornik lista „Danas“.

ПОЛИТИКА

Ponedjeljak,
22.08.2022. u 11:21

Za sedam meseci Kosovo i Metohiju napustilo 400 medicinskih sestara

Od početka godine s Kosova i Metohije otišlo je oko 400 medicinskih sestara u potrazi za poslom što je dvostruko više nego u istom periodu prošle godine.

„Za pet godina neće biti medicinskih sestara, one odlaze svaki dan“, rekao je predsednik Komore medicinskih sestara Kosova Naser Rustemaj, navodeći da su niske plata i loši uslovi glavni razlozi njihovog odlaska.

Najviše zabrinjava to što su medicinske sestre s 20 godina staža danas prinuđene da napuštaju posao zbog dostojanstvenije plate, zbog loših uslova rada i noćnih dežurstava, prenosi Beta.

Zdravstvenog osoblja, uglavnom medicinskih sestara, nedostaje i u Urgentnoj ambulanti Univerzitetskog kliničkog centra Kosova gde se u jednoj smeni obrađuje više od 300 slučajeva.

Naser Silja, direktor ove klinike, rekao je da je u poslednje dve godine odatle otišlo šest medicinskih sestara, a od 33 specijalista urgentne medicine njih 14 je otišlo van Kosova

Za sedam meseci Kosovo i Metohiju napustilo 400 medicinskih sestara

Od početka godine s Kosova i Metohije otišlo je oko 400 medicinskih sestara u potrazi za poslom što je dvostruko više nego u istom periodu prošle godine.

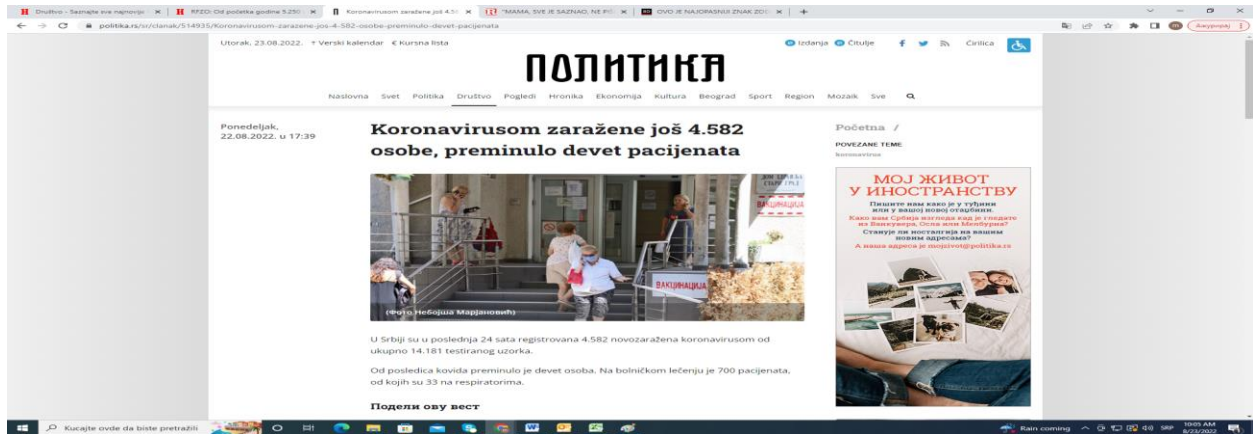
„Za pet godina neće biti medicinskih sestara, one odlaze svaki dan“, rekao je predsednik Komore medicinskih sestara Kosova Naser Rustemaj, navodeći da su niske plata i loši uslovi glavni razlozi njihovog odlaska.

Najviše zabrinjava to što su medicinske sestre s 20 godina staža danas prinuđene da napuštaju posao zbog dostojanstvenije plate, zbog loših uslova rada i noćnih dežurstava, prenosi Beta.

Zdravstvenog osoblja, uglavnom medicinskih sestara, nedostaje i u Urgentnoj ambulanti Univerzitetskog kliničkog centra Kosova gde se u jednoj smeni obrađuje više od 300 slučajeva.

Naser Silja, direktor ove klinike, rekao je da je u poslednje dve godine odatle otišlo šest medicinskih sestara, a od 33 specijalista urgentne medicine njih 14 je otišlo van Kosova

ПОЛИТИКА



Koronavirusom zaražene još 4.582 osobe, preminulo devet pacijenata

U Srbiji su u poslednja 24 sata registrovana 4.582 novozaražena koronavirusom od ukupno 14.181 testiranog uzorka.

Od posledica kovida preminulo je devet osoba. Na bolničkom lečenju je 700 pacijenata, od kojih su 33 na respiratorima.



Nauka i medicina: Moždana stimulacija može da produži pamćenje za mesec dana, pokazalo istraživanje. Naučnici su otkrili da je moguće poboljšati ljudsko pamćenje za najmanje mesec dana stimulacijom delova mozga strujnim talasima, koji nisu štetni za čoveka.

Dobrovoljci, koji su učestvovali u istraživanju, pokazali su se bolje u igrama pamćenja reči, kojima je testirana njihova „radna“ i dugoročna memorija, utvrdili su stručnjaci.

Još nije otkriveno da li bi to moglo da utiče na njihovu svakodnevnicu i u kojoj meri.

Ali postoje ideje da se ovaj metod iskoristi kako bi se pomoglo starima, čije pamćenje slabi, kao i za lečenje bolesti i pomoć kod spremanja ispita.

Ova tehnika stimulacije predstavlja „potpuno drugačiji pristup u izolovanju i poboljšavanju funkcija delova mozga“, koji je otvorio „potpuno novi spektar mogućnosti za lečenje“, opisao je doktor Robert Rejnhart sa Univerziteta u Bostonu.

Učesnici u istraživanju nosili su na glavama kacige sa elektrodama.

Kontrolisani strujni talasi, koji su stvarali osećaj sličan golicanju ili svrabu, upotrebljavani su za precizno usmeravanje moždanih talasa u određene delove mozga.

Dobrovoljci su četiri dana uzastopno 20 minuta dobijali ovakve stimulacije.

Tokom istraživanja trebalo je da zapamte niz reči, a mesec dana kasnije stručnjaci su ih zamolili da ih ponove.

Ova tehnika stimulacije bi „mogla da dovede do selektivnog poboljšanja pamćenja, koje traje najmanje mesec dana“, kaže doktor Rejnhart.

Rezultati studije objavljeni su u magazinu Priroda neurologije, a pokazali su da su najbolji napredak ostvarili oni koji su na početku eksperimenta imali najviše problema u igrama memorije.

Kako funkcionise pamćenje

Električni signali su promenili ritam moždane aktivnosti u delovima mozga koji su izabrani.

Naučnici smatraju da su četiri ture stimulacija pojačale ovu radnju i dovele do dugotrajnog napretka pošto se mozak prilagodio i uspostavio nove veze, a ova pojava poznata je i kao neuroplastičnost.

„To je način povezivanja sa takozvanim moždanim jezikom, koji preko električnih impulsa komunicira sa sobom“, kaže Rejnhart.

Međutim, potrebni su različiti načini stimulacije da bi se popravili različiti tipovi pamćenja:

Radna memorija je prisutna sada i ovde. Pomoću nje zadržavamo informacije u umu, poput zapisivanja na času, i ona je ključna za rešavanje problema i donošenja odluka.

Za poboljšanje ovog tipa pamćenja potrebne su stimulacije moždane kore niske frekvencije u predčeonom delu, na prednjoj strani mozga.

U dugoročnoj memoriji skladištimo informacije – ona nam pomaže da upamtimo prvi dan u školi ili venčanje.

Ona se unapređuje stimulacijama visoke frekvencije u parijetalnom delu moždane kore, koja se nalazi u zadnjem delu mozga.

Kod igara sa rečima dugoročno pamćenje se koristi na početku, a posle mesec dana upotrebljavamo radnu memoriju.

Svih 150 dobrovoljaca bili su zdravi, nisu imali kognitivnih problema i imali su između 65 i 88 godina kada je eksperiment sproveden.

Zaboravljanje je često znak starenja, a još nije poznato da li ovaj način stimulacije može da pomogne mozgu da se izbori sa godinama u stvarnom svetu, mimo igara sa rečima.

Bolesti demencije, u koje spada i Alchajmerova bolest, izaziva odumiranje moždanih ćelija, što dovodi do problema sa pamćenjem.

Istraživači pokušavaju da ustanove da li ovaj metod može da se iskoristi za lečenje Alchajmerove bolesti stimulacijom preživelih ćelija, ali i šizofrenije i opsesivno kompulzivnog poremećaja.

„Ne znamo da li tehnike stimulacije imaju potencijal da pomognu ljudima sa demencijom, ali sprovode se istraživanja u toj oblasti“, rekla je Suzan Kolhas, direktorka istraživanja u Istraživačkom centru za Alchajmerovu bolest Velike Britanije.

U ovom trenutku ta tehnika može da se koristi samo u istraživačkim laboratorijama.

Dakle, ako razmišljate da upotrebite ovo poboljšanje saznavnih kapaciteta da biste položili ispit ili da pobedite u kvizu, to još nije moguće – naučnici kažu da bi takve aplikacije za kućnu upotrebu mogle da budu daleka budućnost.

Ipak, istraživač Šrej Grover smatra da bi ova tehnika poboljšanja pamćenja mogla da se koristi uz tradicionalnije metode koje ljudi primenjuju za održavanje oštine uma, poput rešavanja ukrštenica ili sudokua.

„Svi pokušaji da ostanemo kongnitivno požrtvovani su uvek dobrodošli, a ovaj pristup je verovatno nešto što se može dodati na spisak stvari koje ljudi već rade.“