ACIBADEM | SISTINA

Plus

ВАШИОТ БЕСПЛАТЕН ПРИМЕРОК

ISSN 2671-3055

БРОЈ 47 • СЕПТЕМВРИ 2022

БРОЈ 47

СПОЈ НА НАЈСОВРЕМЕНА ТЕХНОЛОГИЈА И ВРВНИ ЕКСПЕРТИ

ЕДИНСТВЕН ВО РЕГИОНОТ

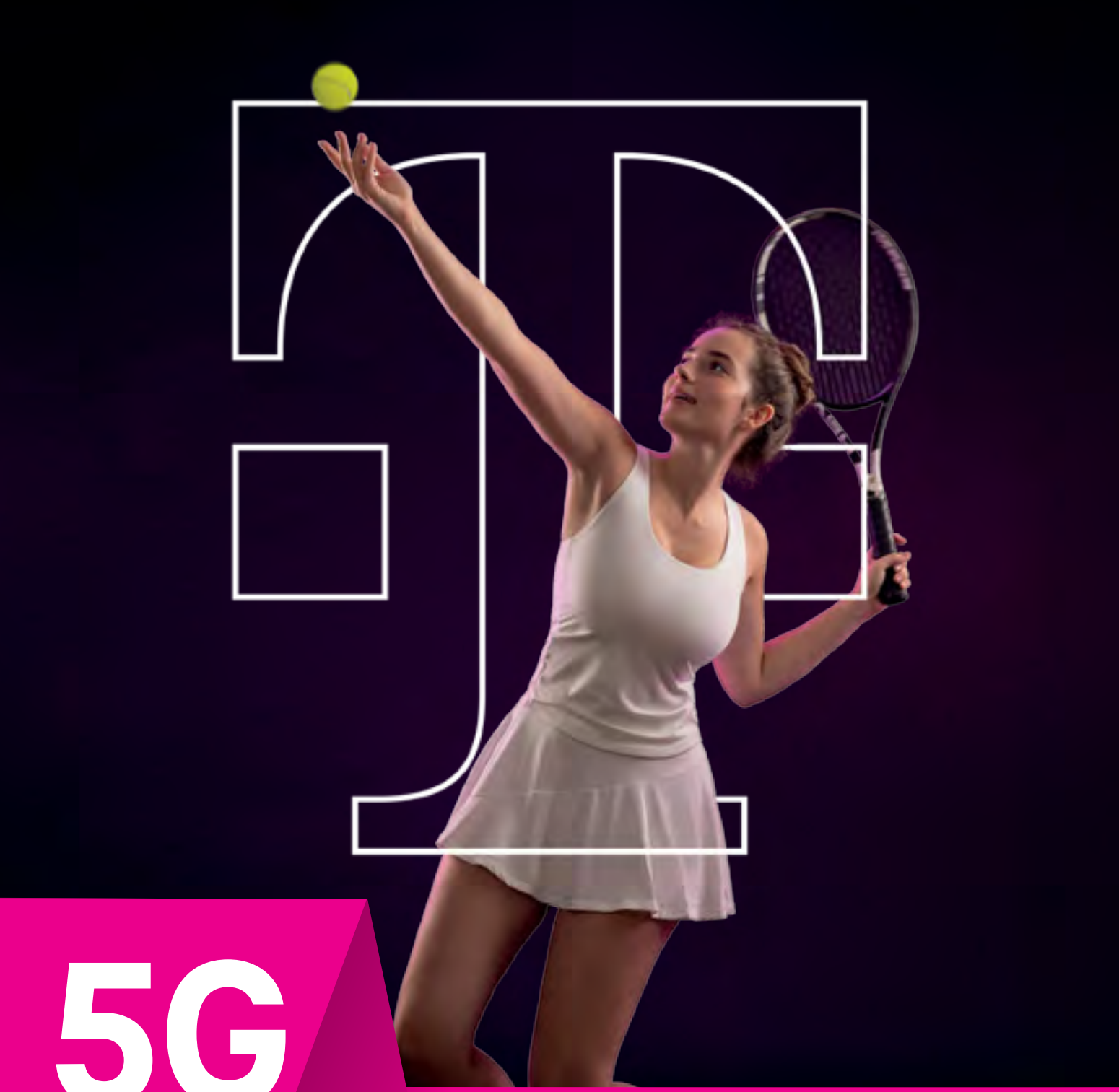
НОВ КОМПЈУТЕРСКИ ТОМОГРАФ

СТОРИЈА

УСПЕШНА ОПЕРАЦИЈА НА МАЛИОТ ДАВИД ВЕДНАШ ПО РАЃАЊЕТО

CHECK-UP ПАКЕТИ НАВИКА, ЗА ДОБРО ЗДРАВЈЕ!

Brief summary of Acibadem Sistina Plus in English is available inside



5G

Гигабитни брзини.
Најголема покриеност.
На најдобрата мрежа.

Телеком е телекомуникациски оператор со услуги од највисок квалитет, според истражувањето „Перцепција на телекомуникациските оператори во Северна Македонија", спроведено во јануари 2022 година во РСМ, на национално репрезентативен примерок, од агенцијата за истражување на пазарот ИПСОС.

Брзиот напредок на медицинската технологија во светски рамки, како никогаш досега, овозможи бројни предности за пациентите во поглед на рано откривање на болестите, притоа зачувувајќи го квалитетот на нивното здравје. Современите дијагностички апарати се развиваат во насока да овозможат комфор, брзина на снимање и она што за нас дијагностичарите е најважно – квалитетна снимка со примена на што помала зрачна доза.

Во таа насока, со цел да ја овозможиме најдобрата и најбезбедна грижа за нашите пациенти, Клиничка болница „Ацибадем Систина“ низ годините инвестира во последната генерација медицински апарати за дијагностика и третман. Со сериозна инвестиција од над 20 милиони евра од отворањето на болницата до денес, го создадовме Дијагностичкиот имиџинг центар опремен со најсовремена технологија (ПЕТ/КТ, компјутерска томографија, магнетна резонанца, линеарен акцелератор, апарати за ултразвук, дигитални рендген-апарати, мамограф, ангиографски апарати...). Целокупната опрема е набавена од најголемиот светски производител на медицинска опрема „GE Healthcare“.

Од неодамна, единствени во регионот инвестиравме во најновиот модел на компјутерски томограф Revolution Apex CT 512 пресеци. Благодарение на неговата моќна технологија, скратено е времето на снимање, а најважно е што пациентите добиваат и до 80% помала зрачна доза, помала количина контрастно средство и анестезија. Апаратот нуди можност за безбедно снимање на бебиња од најмала возраст, пациенти со прекумерна тежина, пациенти со срцеви болести и нарушување на срцевиот ритам, како и пациенти со бубрежна слабост. Revolution Apex CT 512 пресеци поседува систем за директен мониторинг на пациентот при изведување на комплексни интервентни процедури, а неговиот уникатен софтвер се користи и за планирање на интервенции на големите крвни садови како што е TAVI-процедурата.

Покрај медицинската технологија, од исклучителна важност во дијагностиката се стручноста на тимот и визијата за континуиран развој. Нашите идни планови се насочени во делот на интервентната онкологија, васкуларната и неваскуларната интервентна радиологија. Со гордост најавувам дека во рамките на болницата ќе биде отворен центар за третман на болка, пред сè, за пациентите со малигни болести, како и центар за третман на мозочен удар, со што ќе овозможиме мултидисциплинарен пристап во грижата на животозагрозувачки состојби кои бараат итен третман.

ПРОФ. Д-Р ЗОРАН ТРАЈКОВСКИ
Специјалист по радиодијагностика

Plus

ACIBADEM | SISTINA

Претседател на бордот на директори: Мехмет Али Ајдинлар
Главен извршен директор на Клиничка болница „Ацибадем Систина”: Ѓун Ѓунсој
Главен и одговорен уредник: Ѓорѓи Томиќ
Медицински уредник: прим. д-р Љупчо Стојковски
Дизајн: Дарко Дојчиновски, Марјан Крстев
Новинари: Фросина Маневска, Данка Пецаноска, Елица Блажевска

Фото: Иван Матеничарски, архива на Клиничка болница „Ацибадем Систина“ и Shutterstock

Маркетинг и реклама: „ОК ИДЕА ДООЕЛ“ Сашо Нефовски, Симона Негриевска
Е-адреса: office@okidea.mk

Издавач: „ОК ИДЕА ДООЕЛ“ за потребите на Клиничка болница „Ацибадем Систина“
Адреса: ул. Скупи 3А, 1000 Скопје
Контакт: +389 2 3099 640

Печати: ПЕЧАТНИЦА БРАНКО ГАПО Скопје

стр. 30

ПРОФ. Д-Р АЛЕКСАНДАР НИКОЛИЌ

Дипломирал во 1990 година на Медицинскиот факултет во Нови Сад, Србија. Магистрирал во 2000 година на Медицинскиот факултет во Белград, Србија. Во 2002 година завршил обука по општа хирургија и специјалност по кардиоваскуларна хирургија FEBTCS на Европскиот одбор на торакални и кардиоваскуларни хирурзи. Во 2005 година станал доктор на медицински науки на Медицинскиот факултет во Белград, Србија.

стр. 36

ДОЦ. Д-Р РИСТО СИМЕОНОВ

Дипломирал во 1997 на Медицинскиот факултет во Скопје. Специјализација по детска хирургија завршува во 2014 година на Медицинскиот факултет во Скопје. Во 2009 година заминува во Турција на шестмесечна едукација за трансплантација на бубрези. Во 2018 година станува доктор на науки на Медицинскиот факултет во Скопје.

ПРИМ. М-Р Д-Р ВАЛЕРИЈА КИРОВА-УРОШЕВИЌ

Дипломирала во 1993 година на Медицинскиот факултет на Универзитетот „Св. Кирил и Методиј“ во Скопје. Специјализација по инфектологија завршила во 2000 година, а магистрирала во 2010 година на истиот факултет.

стр. 14

ДОЦ. Д-Р ДЕВА ПЕТРОВА

Дипломирала во 1996 година на Медицинскиот факултет во Скопје. Специјализација по радиотерапија и онкологија завршила во 2005 година, а во 2012 станува доктор на науки на истиот факултет.

стр. 44

стр. 36

Д-Р СТАНКА ТАНЧЕВА КРСТЕВСКА

Дипломирала во 2000 година на Медицинскиот факултет во Скопје. Специјализација по педијатрија завршила на истиот факултет во 2007 година.

стр. 10

Д-Р ДУШКО МИХАЈЛОСКИ

Дипломирал во 1996 година на Медицинскиот факултет во Скопје. Специјализација по радиологија завршил во 2004 година на истиот факултет.

М-Р Д-Р АНЕТА ДЕМЕРЏИЕВА

Дипломирала во 1991 година на Медицинскиот факултет на Универзитетот „Св. Кирил и Методиј“ во Скопје. Специјализација по педијатрија завршила во 2000 година на истиот факултет. Во 2002 година магистрирала по педијатрија, а во 2012 година станала доктор на науки од областа на педијатријата.

стр. 32

Д-Р ЉУЉЗИМ АГАИ

Дипломирал во 1987 година на Медицинскиот факултет во Приштина. Во 1996 година специјализирал неврохирургија на Медицинскиот факултет на Универзитетот „Св. Кирил и Методиј“ во Скопје.

стр. 22

LABORATOIRE

modilac®

Depuis 1984

Произведено во Франција

Најблиску на мојата природа

Modilac млечни формули за доенчиња повеќе од **35 години** ги следи најсовремените истражувања од областа на нутрицијата.

Важно известување: Мајчиното мleко е најдобра храна за доенчиња. Млечните формули се користат само по препорака на стручни лица во областа на медицината, фармацијата и нутриционисти, или друго стручно лице задолжено да се грижи за мајката и детето.

Hemofarm
STADA GRUPA

стр. 48

Д-Р АЛЕКСАНДАР МИЦКОВСКИ

Дипломирал во 2002 година на Медицинскиот факултет во Скопје. Специјализација по урологија завршил во 2008 година на истиот факултет.

стр. 74

Д-Р ДРАГАН СМИЛЕВСКИ

Дипломирал во 1995 година на Медицинскиот факултет во Скопје. Специјализација по хирургија завршил во 2001 година на истиот факултет.

Д-Р НАДИЦА БОЖИНОВСКА-ДИМОВА

Дипломирала во 2012 година на Медицинскиот факултет на Универзитетот „Св. Кирил и Методиј" во Скопје. Специјализација по ендокринологија завршила во 2019 година на Универзитетската клиника за ендокринологија, дијабетес и метаболички болести.

стр. 56

ПРИМ. Д-Р ДУШКО ФИДАНОВСКИ

Дипломирал во 1985 година на Медицинскиот факултет во Скопје. Специјализација по педијатрија завршил во 1994 година, а докторат одбранил во 2006 година на истиот факултет.

стр. 36

стр. 60

М-Р СРЕЌКО РАЈОВСКИ

Дипломирал во 2013 година на Природно-математичкиот факултет во Скопје насока биологија - биохемија и физиологија. Во 2016 година магистрирал на Универзитетот во Белград насока биологија-молекуларна биологија и физиологија.

стр. 26

Д-Р МЕД. НАУКИ МАРИНА ЈУРУКОВСКА

Дипломирала во 1986 година на Медицинскиот факултет во Скопје. Специјализација по интерна медицина завршила во 1995 година, а супспецијализација по кардиологија во 2007 година на Медицинскиот факултет во Скопје. Магистрирала во 2001 година, а докторат одбранила во 2008 година на истиот факултет.

Д-Р ПАВЛЕ ДИМЧЕВ

Дипломирал во 1986 година на Медицинскиот факултет во Скопје. Специјализација по гинекологија и акушерство завршил во 1996 година, на истиот факултет.

стр. 52

Д-Р БИЉАНА ЌУРЧИЌ

Дипломирала во 1998 година на Медицинскиот факултет во Скопје. Специјализација по медицинска микробиологија и паразитологија завршила на истиот факултет во 2006 година.

стр. 60

стр. 36

Д-Р РАДИЦА МУРАТОВСКА-ДЕЛИМИТОВА

Дипломирала во 1999 година на Медицинскиот факултет на Универзитетот „Св. Кирил и Методиј“ во Скопје. Специјализација по педијатрија завршила во 2007 година на Универзитетска клиника за детски болести.

стр. 40

Д-Р ЗЛАТАНА ПЕТКОВСКА

Дипломирала во 2006 година на Медицинскиот факултет во Скопје. Специјализација по интерна медицина завршила во 2013 година, а супспецијализација по кардиологија завршила во 2022 на истиот факултет.

М-Р Д-Р ДАНИЕЛА ПРОЈЕВСКА

Дипломирала во 1990 година на Медицинскиот факултет во Скопје. Специјализација по интерна медицина завршила во 1997 година, а во 2001 година магистрирала. Супспецијализација по кардиологија завршила во 2008 на истиот факултет.

стр. 18

Д-Р ДИМИТАР АНДРЕЕВ

Во 2009 година дипломирал на Југозападен универзитет Неофит Рилски“,Благоевград, Бугарија. Специјализирал на Воената медицинска академија, Софија на спортски повреди. Во 2010 година магистрирал на кинезитерапија во ортопедија и трауматологија при Националната спортска академија Васил Левски“. Во 2022 година докторира во областа на кинезитерапија на Југозападниот универзитет Неофит Рилски“, Бугарија.

стр. 68

стр. 72

М-Р АНА АНТОВСКА

Дипломирала во 2014 година на Технолошко-техничкиот факултет во Велес, насока нутриционизам. Магистер по нутриционизам станува во 2019 година. Комплетна обука по диететика, клинички и амбулантен нутриционизам завршила во болницата „Ацибадем Маслак“, Р Турција.

стр. 68

КАТЕРИНА ИЛИЕСКА

Во 2008 година завршила средно медицинско училиште отсек физиотерапевт, а во 2011 година дипломирала на Високата школа за медицина во Битола. 2015 се стекнува со стручен назив специјалист за рехабилитација за хирургија, трауматологија и ортопедија.

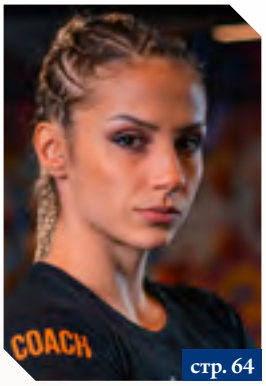
КОСТА СПАСОВСКИ

Дипломирал на Факултетот за физичка култура на Универзитетот „Св. Кирил и Методиј“ во 2012 година. Сертифициран TRX инструктор и функционални тренинзи CFT1, CFT2. ISSA Strength and conditioning trainer.

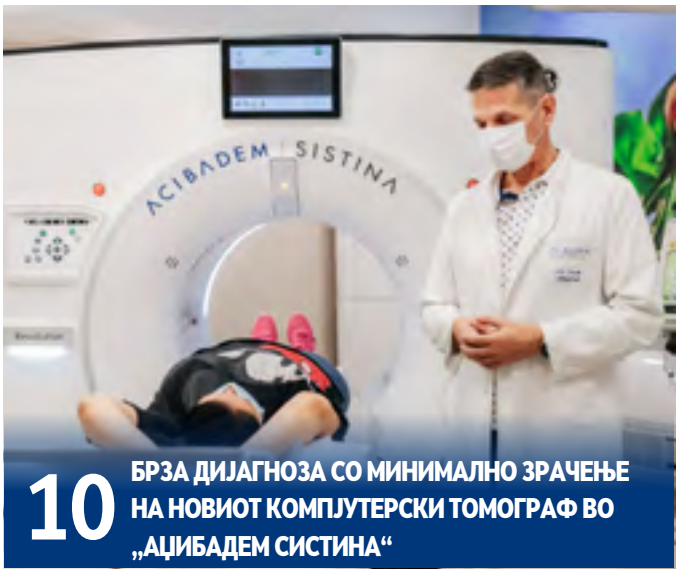
стр. 64

СИЛВАНА ВЕЛЈАНОВСКА

Аерокик инструктор во Премиум спортскиот центар. Сертифициран специјалист по функционален тренинг (HFS академија) со повеќегодишно искуство како натпреварувач и тренер во кикбокс.



стр. 64



10 БРЗА ДИЈАГНОЗА СО МИНИМАЛНО ЗРАЧЕЊЕ НА НОВИОТ КОМПЈУТЕРСКИ ТОМОГРАФ ВО „АЦИБАДЕМ СИСТИНА“

74 НА ХИРУРГОТ Д-Р СМИЛЕВСКИ ЏЕЗОТ МУ Е ВО ДУША

22 НАЈЧЕСТИ БОЛЕСТИ НА ’РБЕТОТ

64 СО АЕРОКИК ОСЛОБОДЕНИ ОД СТРЕС И ДО СОВРШЕНА ФИГУРА

СОДРЖИНА

3 ЕДИТОРИЈАЛ

4 СОРАБОТНИЦИ

14 КРАЈ НА ПАНДЕМИЈАТА НА КОВИД- 19? НОВИТЕ СОЕВИ СѢ ПОСЛАБИ

18 CHECK-UP ПАКЕТИ, НАВИКА ЗА ДОБРО ЗДРАВЈЕ!

26 ДЕТАЛЕН ПРИКАЗ НА СРЦЕТО СО НОВИОТ КОМПЈУТЕРСКИ ТОМОГРАФ REVOLUTION APEX 512 ПРЕСЕЦИ

30 ФОЛК ПЕЈАЧОТ КРУМЕ СПАСОВСКИ ПО ОПЕРАЦИЈАТА: МИ ГО ПРОДОЛЖИВТЕ ЖИВОТОТ И СЕГА СРЦЕТО МИ ПЕЕ

32 УЧИЛИШНАТА ГОДИНА, ПРЕДИЗВИК ЗА РОДИТЕЛИТЕ И ДЕЦАТА

36 БРЗАТА ИНТЕРВЕНЦИЈА И СТРУЧНОСТ КЛУЧНИ ЗА ЖИВОТОТ НА МАЛИОТ ДАВИД

40 СИМПТОМИ, ДИЈАГНОЗА И ТРЕТМАН НА СРЦЕВА СЛАБОСТ

44 КАРЦИНОМОТ НА ДОЈКА Е ИЗЛЕЧЛИВ АКО СЕ ОТКРИЕ НАВРЕМЕ

48 ПРЕДНОСТИ НА 4 НАЈЧЕСТИ УРОЛОШКИ ЛАПАРОСКОПСКИ ИНТЕРВЕНЦИИ

52 СПОЈ НА НАЈСОВРЕМЕНА ТЕХНОЛОГИЈА И ВРВНИ СПЕЦИЈАЛИСТИ

56 ДЕБЕЛИНАТА СѢ ПОЧЕСТ ПРОБЛЕМ КАЈ ЛУЃЕТО

60 ТОКСОПЛАЗМА НАЈЗАСТАПЕНИОТ ПАРАЗИТ КАЈ ЧОВЕКОТ

Brief summary in English 81

HiPP

За највредното во животот.

За здрав раст, на вашето дете му треба 7 пати повеќе витамин Д од вас.

HiPP 3 JUNIOR COMBIOTIC® содржи сè што им е потребно за здрав раст.

- ✔ Изобилство од дополнителни количини на витамин Д за развој на коските и на забите
- ✔ Витамини Б и Ц за имунитет.

За ова гарантирам со моето име. Stefan Rijs

HiPP.mk hippmacedonia hippmacedonia

hipp.mk

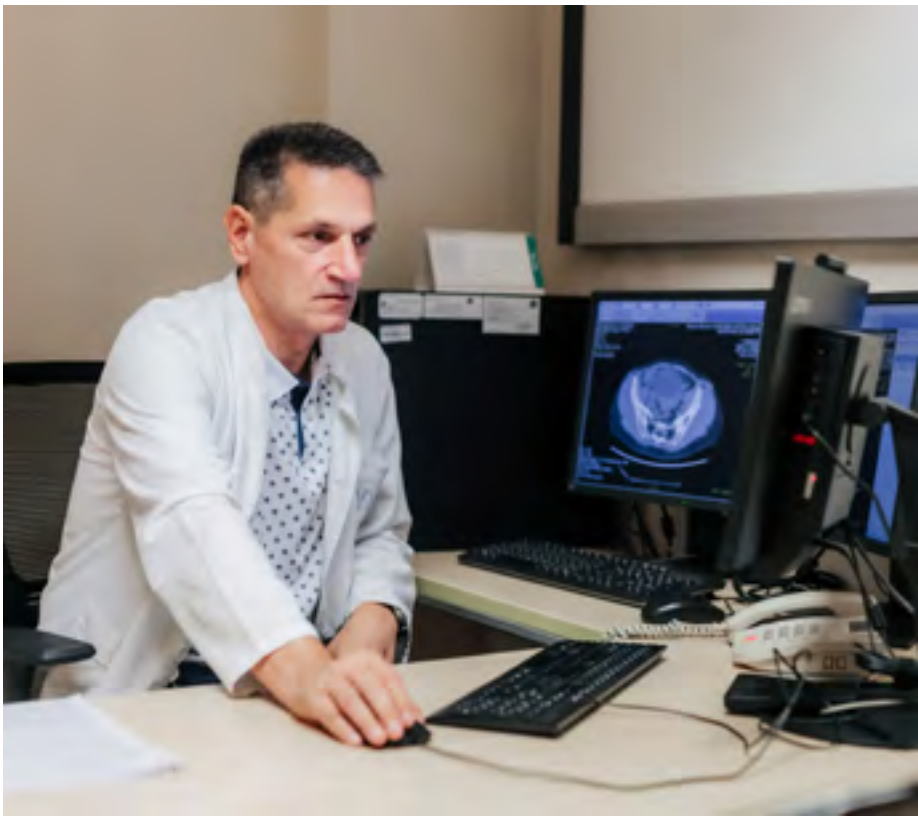
БРЗА ДИЈАГНОЗА СО МИНИМАЛНО ЗРАЧЕЊЕ НА НОВИОТ КОМПЈУТЕРСКИ ТОМОГРАФ ВО „АЏИБАДЕМ СИСТИНА“

Клиничка болница „Аџибадем Систина“ е прва болница во регионот која инвестираше во најнова генерација компјутерски томограф Revolition Apex CT 512 пресеци. На овој апарат може безбедно да се снимаат и бебиња од најмала возраст, пациенти со нарушување на срцевиот ритам, пациенти со стентови, пациенти со прекумерна тежина, пациенти со бубрежни болести. Она што е најважно е дека сите снимања се изведуваат со ултраниска зрачна доза до 80% помала од претходните апарати. За предностите за пациентите од оваа нова технологија разговаравме со д-р Душко Михајлоски, радиолог од Клиничка болница „Аџибадем Систина“.

ВО КЛИНИЧКА БОЛНИЦА „АЏИБАДЕМ СИСТИНА“ ОД НЕОДАМНА Е ИНСТАЛИРАН НОВ МОДЕЛ НА КОМПЈУТЕРСКИ ТОМОГРАФ, КОИ СЕ ПРЕДНОСТИТЕ НА ОВОЈ НОВ АПАРАТ?

„Во рамките на дијагностичкиот-имиџинг центар во болницата, инвестиравме во нов апарат Revolition Apex CT 512 пресеци кој претставува најнова генерација компјутерски томограф. Со тоа станавме единствена болница во регионот која ја поседува оваа моќна алатка за дијагностика и третман. Инсталирањето на новиот апарат носи голем број бенефициии, не само за пациентите туку и за нас, дијагностичарите, бидејќи нуди одлични можности за работа. Апаратот е еден од најбрзите томографи со 512 пресеци во една ротација, што ни овозможува краток преглед, кој се мери во секунди и кој благодарение на технологијата има значително помало зрачење. Една од главните предности за пациентите е што добиваат прецизна дијагноза за многу кратко време. Со новиот апарат, дијагностиката на болестите се мери во секунди. Раната дијагноза е од исклучителна важност и дава можност за понатамошен успешен трет-

ман. Благодарение на брзината со која ги процесира снимките, се намалува и потребата од поголеми дози анестезија и контрастно средство, со што дополнително се заштитува здравјето на пациентот. Друга исто така важна предност на Revolition Apex CT 512 пресеци е тоа што пациентите за време на снимањето добиваат ултраниска зрачна доза до 80% помала, во споредба со другите апарати за компјутерска томографија. Значајна предност е и комфорот на пациентот за време на снимањето, бидејќи овој апарат има зголемен дијаметар на самиот отвор, со што сега можеме без пречки да снимаме и пациенти со прекумерна тежина. За нас лекарите што работат во дијагностика, од големо значење е извонредниот квалитет на сликата која ја испорачува апаратот“ вели д-р Михајлоски.

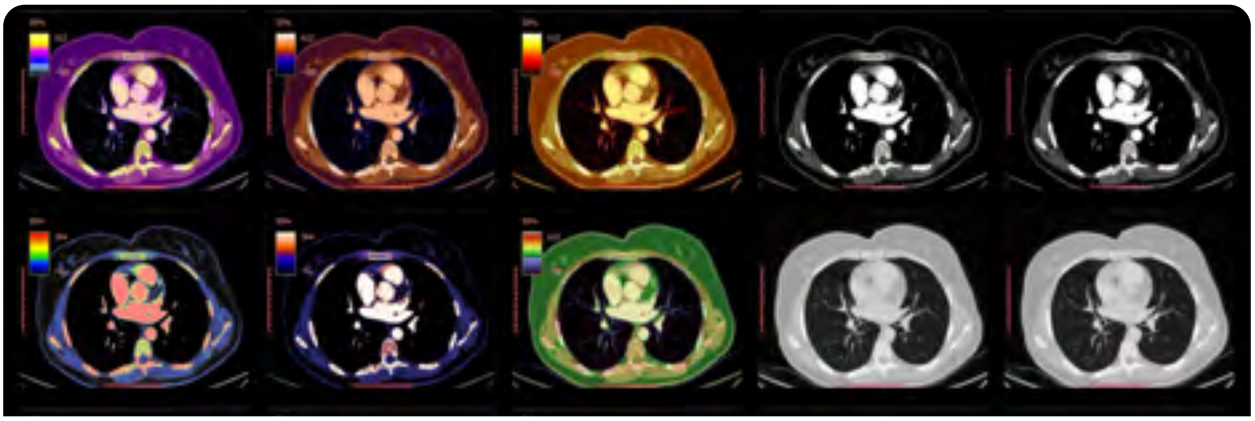


КОЛКУ ВРЕМЕ МУ БЕШЕ ПОТРЕБНО НА ТИМОТ ДА СЕ АДАПТИРА НА НОВАТА ТЕХНОЛОГИЈА И КОЛКУ Е ВАЖНА ПОДГОТВЕНОСТА НА ТИМОТ?

Стручноста на кадарот е еднакво важна како и самата технологија, бидејќи не ви е во полза да ја имате и најдобрата опрема ако нема кој да раководи со неа. „Во делот на обуката најзасегнати беа радиолошките технолози бидејќи тие се клучниот фактор за да имате добар преглед. Сите технолози веќе ги поминаа обуките за софтверот и се комплетно подготвени, а периодот за адаптација беше исклучително брз. Нашиот тим е составен од исклучително талентирани луѓе кои ја разбираат медицинската технологија и лесно се адаптираат на новите процеси. Обука помина и целокупниот радиолошки тим. Голема предност е што и претходниот компјутерски томограф е од истата компанија GE Healthcare и генерално предност е тоа што соработуваме со светски реномирана компанија за медицински апарати од која добиваме максимална поддршка во секој поглед. Досега на новиот апарат се изведени доста процедури и сè одеше беспрекорно. Она што ни претстои е специјална обука за спектрален имицинг“ вели д-р Михајлоски.

НАОЃА ПРИМЕНА И ВО ПЕДИЈАТРИЈАТА, ОДНОСНО НУДИ ПРЕДНОСТИ ЗА НАЈМАЛИТЕ ПАЦИЕНТИ. ЗА ШТО ТОЧНО СТАНУВА ЗБОР?

„Една од главните предности на новиот компјутерски апарат е можноста за снимање на бебиња и од најмала возраст. Поради брзината на снимање и брзата подготовка, се намалува и потребата за анестезија што го прави снимањето едноставно и безбедно. На апаратот досега имаме изведено голем број снимања на деца. Првите искуства се навистина позитивни, досега имаме направено и неколку биоптични и дренажни процедури кај деца каде што максимално го скративме времето за анестезија, со скратено време на снимање речиси на половина. Благодарение на КТ-флуороскопија го скратувате времето за подготовка и позиционирање на пациентите за речиси две третини, бидејќи многу бргу контролирате, а брзината на интервенцијата ви дава комодитет точно да ги позиционирате инструментите“ објаснува д-р Михајлоски.



ИНТЕРЕСЕН Е ФАКТОТ ШТО ПОРАДИ БРЗИНАТА НА СНИМАЊЕ, МОЖЕ ДА СЕ СНИМИ ЦЕЛОТО СРЦЕ БУКВАЛНО ЗА НЕКОЛКУ СЕКУНДИ

Моќната технологија на Revolition Apex дава можност за детален приказ на срцето за исклучително кратко време. Уникатната технологија сега овозможува и пациентите што имаат нарушен срцев ритам да можат без никаква подготовка да направат снимање. „На постарите генерации парати за компјутерска томографија, ваквите пациенти се лимитирани, бидејќи прво требаше да се смири срцевиот ритам со лекарства, па да се следи ритамот со ЕКГ, што го усложнува целиот процес. Сега, на Revolition Apex 512 пресеци не ви треба никаква подготовка, брзината на апаратот ви овозможува без никаква подготовка да снимате пациенти и со нарушен срцев ритам. Исто така, без проблем може да се снимаат и пациенти што имаат стентови, а сега со новиот апарат добивате јасна слика за состојбата на стентот. Исто и кај калцификатите на коронарните артерии, со совршеноста на сликата може да видите каде е калцификатот, колкав е луменот на крвниот сад, добивате реконструкција на целиот коронарен крвен сад од аортата до периферија.

Со еден збор, со новиот софтвер може да се направи детална проценка на крвните садови. Кога станува збор за приказ на срцето, апаратот се користи и за да се утврди комплексноста на вродените срцеви аномалии, бидејќи најчесто кај бебињата кај кои е детектирана срцева аномалија, тука не е изолирана само една срцева малформација туку збир од неколку кои првенствено се детектираат со ултразвук. Целосната слика ја добивате со помош на КТ на срцето и големите крвни садови. Кај овие мали пациенти, апаратот има извонредна можност и предност бидејќи пациентите се мали и нив е многу тешко да ги смирите и да ги ставите под анестезија. Со овој апарат за неколку секунди добивате претстава за комплексните аномалии каде што се гледаат и шуплините на срцето и големите крвни садови. Планот и подготовката за детска кардиохируршка интервенција се исклучиво со ултразвучен преглед и компјутерска томографија. Уникатниот софтвер се користи и за планирање на интервенции на големите крвни садови како што е TAVI-процедурата со мала количина контраст и со висок квалитет, дури и кај пациенти што имаат нарушена функција на бубрезите“ вели д-р Михајлоски.

АПАРАТОТ ОВОЗМОЖУВА И ЦЕЛОСНО СНИМАЊЕ НА ТЕЛОТО, ВО КОИ СЛУЧАИ СЕ ПРИМЕНУВА?

„Скринингот на целото тело е особено значаен кај одредени категории пациенти и во одредени случаи каде што е потребна итна реакција. Снимањето на целото тело го применуваме најчесто кај онколошките пациенти каде што треба да се направи проценка на белите дробови и абдомен. Исто така, како што напоменав, снимањето на компјутерската томографија е од исклучително значење кај пациенти со политрауми, особено при сообраќајни несреќи каде што од брзината на дијагнозата зависи и животот на пациентот. На апаратот за компјутерска томографија се скенира целото тело, скелетниот систем и крвните садови за да се види какви и колку скршеници има и дали постои крвавење, така што се добива целосна слика за состојбата на пациентот“ вели д-р Михајлоски.

КРАЈ НА ПАНДЕМИЈАТА НА КОВИД-19?

НОВИТЕ СОЕВИ СѢ ПОСЛАБИ

Повеќе од две години живееме со ковид-19 и се приспособуваме на животот со оваа болест присутна во нашето секојдневје, која предизвика криза во здравствениот систем на глобално ниво. Иако пандемијата полека стивнува, а многумина од луѓето стекнаа природен имунитет по прележување на вирусот или по пат на вакцинација, епидемиолозите сè уште апелираат дека треба да бидеме внимателни, бидејќи причина за загриженост и натаму се потсоевите на омикрон. Препораките за носење на маски во затворени простории и вакцинација се едни од најдобрите за превенција и заштита од масовно ширење на вирусот, вели д-р Валерија Кирова-Урошевиќ, епидемиолог.

ДАЛИ КОЛЕКТИВНИОТ ИМУНИТЕТ ЌЕ НѢ ЗАШТИТИ И НА ЗИМА?

На почетокот на пандемијата со ковид-19, терминот колективен имунитет беше топ тема во медиумите, како и во кругот на медицинската фела. Истовремено се полемизираше околу тоа на кој начин би се постигнал колективниот имунитет. Со време се покажа дека стекнувањето колективен имунитет е тешко остварливо. Токму затоа за терминот „колективен имунитет“ во последната година од пандемијата сè помалку се говори.

„Колективниот имунитет се карактеризира со стекнување на доволен број лица, кои развиваат имуност/одбрана кон инфективен агенс/вирус, со што би се спречило пораст на заболени лица во пандемиски размери. Прагот на достигнување на колективниот имунитет зависи од 2 параметри: заразноста и вирулентноста на вирусот, од една страна, како и ефикасноста на понудените вакцини, од друга страна“, вели д-р Кирова-Урошевиќ.

Вакцините во голема мера спречуваат преносливост и ширење на вирусот, но не превенираат стопроцентно. Засега знаеме дека со текот на времето имунитетот стекнат по вакцинален пат или, пак, природно по прележување на болеста опаѓа. Секако, би требало да се земат предвид новите соеви/варијатни, кои го избегнуваат имунолошкиот одговор кај лицата со заштитни антитела, поради мутациите и имуногената променливост на вирусот.

ГЛАВНИТЕ 10 СИМПТОМИ КАЈ ПОТСОЕВИТЕ НА ОМИКРОН Б4 И Б5 СЕ:

- течење нос;
- воспалено грло;
- главоболка;
- постојана кашлица;
- замор;
- засипнат глас;
- кивање;
- болки во зглобовите;
- треска;
- гадење.

„Примарната цел на масовната вакцинација не беше насочена само за стекнување на колективен имунитет, туку истовремено да се намалат тежината на болеста и развојот на тешки клинички облици, а со тоа и редукција на смртните исходи. За поуспешна борба против коронавирусот во претстојните есенски и зимски месеци, бустерирањето на популацијата, во комбинација со превентивните мерки од типот на носење заштитни маски, физичка дистанца, доколку налага епидемиолошката ситуација, дополнително би спречиле масовно ширење на вирусот кај популацијата“, објаснува д-р Кирова-Урошевиќ.

Главната цел е да се „преживее“ следната пандемиска корона-зима без нови екстремни карантински мерки. Д-р Кирова-Урошевиќ вели дека оваа есен се очекува борба со нова омикронска мутација и додава дека со будно следење на епидемиолошката ситуација, во случај на дополнително влошување на состојбата со корона, веројатно ќе се размислува за нови мерки и ограничувања.

Во едно од многуте интервјуа д-р Антони Фаучи потенцира дека во периодот што следува вирусот САРС-КОВ-2 сè уште ќе циркулира на глобално ниво. Пандемијата веројатно нема целосно да заврши во 2022 година, но можеме да се надеваме дека ќе видиме некои позитивни промени, поголема покриеност со вакцини, подобрени лекови и намалена смртност.

„Клучно прашање е еднаквоста во однос на вакцините. До крајот на декември на глобално ниво беа дадени повеќе од 8 милијарди дози, но во земјите со ниски приходи вакцина примиле помалку од 8% популација. Во декември, земјите членки на СЗО се согласија до 2024 година да подготват договор со кој ќе се утврдат нови меѓународни правила за подготовка, спречување и реагирање на пандемии“, вели д-р Кирова-Урошевиќ.

Губењето на вкусот и мирисот, кои претходно беа вообичаени симптоми на ковид, многу ретко се наведуваат како главни симптоми на оваа варијанта. Потсоевите на омикрон ефикасно ги избегнуваат природните одбранбени механизми бустерирани со вакцини, во текот на есенските и зимските месеци стапката на инфекција веројатно ќе се зголеми, а тоа се должи на престој во затворени простории во подолг временски период.

„Рестриктивните мерки од 2020 година не се неопходни. Па, сепак за спречување на ширење на заразата веројатно ќе бидат воведени рационални мерки за превенција од типот на носење маски во јавен транспорт, социјално дистанцирање и секако бустерирање“, вели д-р Кирова-Урошевиќ.

Пораките за заштита и превенција се особено важни за населението кое спаѓа во најризичните групи како: невакцинираните лица над 75-годишна возраст и лица над 65 години, кои имаат ризик-фактори (коморбидитети), вакцинирани лица над 75-годишна возраст и лица над 65 години кои имаат ризик-фактори (коморбидитети) и вакцинираните лица кои се со ризик-фактор за тежок облик на ковид-19, а не примиле бустер доза.

НЕОПХОДНИ МЕДИЦИНСКИ ИСПИТУВАЊА

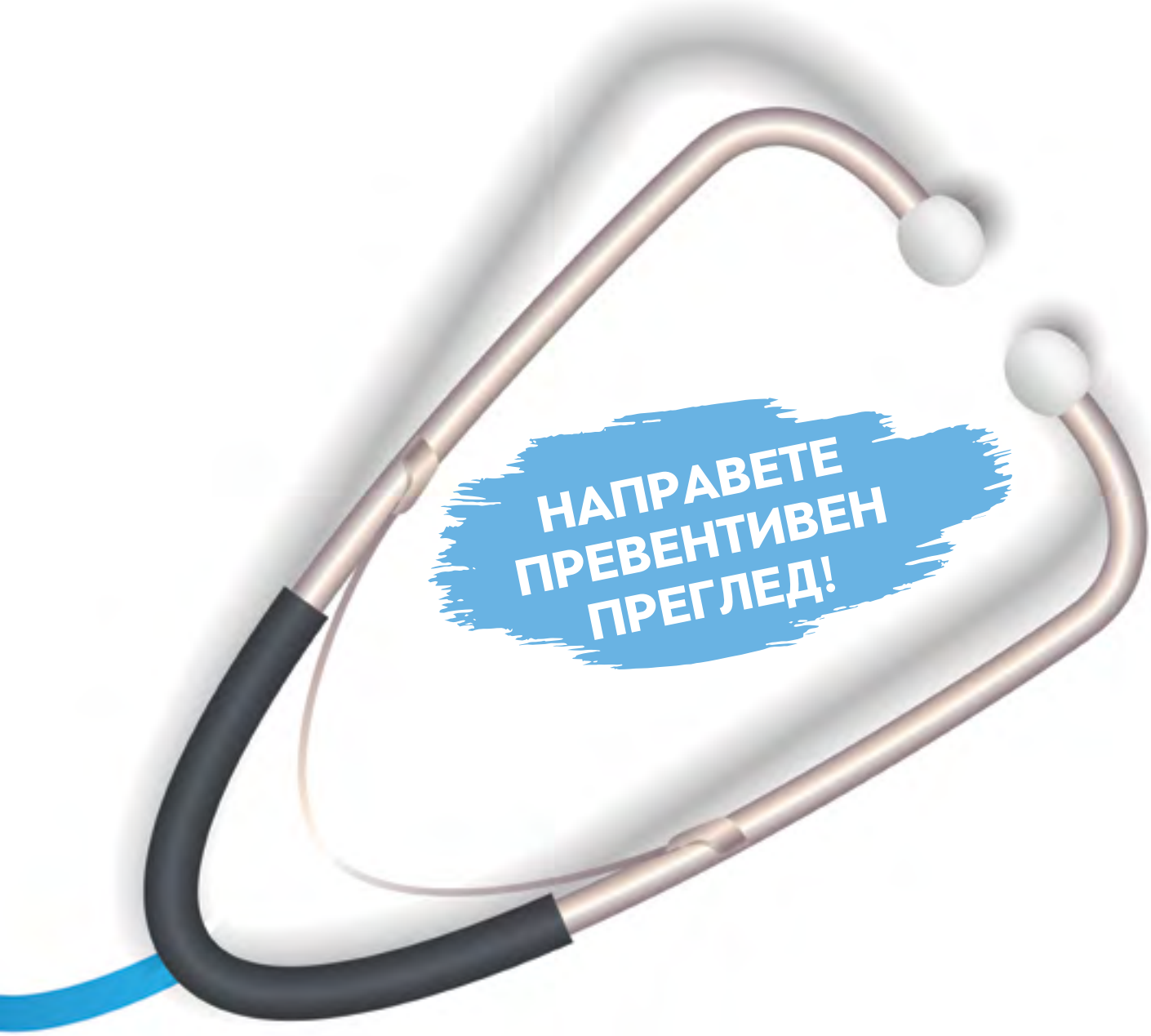
Лекарите го имаат главниот збор за поставување на индикација за лабораториски и друг тип испитувања. Зависно од еволуцијата на болеста, таргетираните органи и последиците, во фазата на закрепнување се следат пациентите и зависно од симптоматологијата, следуваат кардиолошки, пулмолошки, невролошки, психијатриски проценки. Мултидисциплинарниот пристап е особено важен за лицата со последици од тежок облик на ковид-19.

ACIBADEM | SISTINA

CHECKUP

ПРЕВЕНТИВНИТЕ ПРЕГЛЕДИ МОЖЕ ДА ВИ ГО СПАСАТ ЖИВОТОТ

НАВИКА, ЗА ДОБРО ЗДРАВЈЕ



НАПРАВЕТЕ ПРЕВЕНТИВЕН ПРЕГЛЕД!

Брзиот начин на живот, повремено лоша и помалку квалитетна исхрана, несоодветна физичка активност и лошите животни навики многу често нè прават носители на серија ризик-фактори за настанување на најразлични заболувања. Најчесто носителите на овие ризик-фактори не се свесни за соодветната ситуација и не можат или не сакаат да ја видат и препознаат оваа состојба.

М-р Даниела Прајевска, специјалист по кардиологија, од одделот за чек-ап советува дека мерките што се преземаат за превенција се насочени кон:

- препознавањето на ризик-факторите
- класификација и одредување на степенот на ризик преку различни методи
- нивно соодветно третирање и избегнување доколку е можно.

Зборувајќи од кардиолошки аспект, иако морбидитетот и морталитетот од атеросклеротични кардиоваскуларни заболувања во одредени држави во Европа се намалуваат, Македонија сè уште е далеку од тоа. При правењето на проценките за морбидитет од кардиоваскуларни заболувања, експертите ги делат европските држави на две групи: земји со низок и висок ризик, како и трета група земји во која припаѓа и Македонија, и во кои ризикот од овие заболувања е потценет со над 350 смртни случаи на 100 000 жители, што е огромна бројка, состојба на која докторите континуирано работат со цел да ја променат и подобрат.

Но, тоа никогаш нема да се случи доколку не се подигне свеста на луѓето за сопственото здравје, доколку навреме не се побара лекарска помош и не се направат превентивни лекарски прегледи.

СО ПРЕВЕНЦИЈА ДО ПОМАЛ РИЗИК ОД ЗАБОЛУВАЊА

На оваа превенција се подложни две групи на луѓе пациенти за примарна превенција која се практикува на навидум здрави индивидуи со помалку или повеќе ризик фактори и секундарна превенција кај луѓе со веќе настаната и докажана кардиоваскуларна болест. Секундарната превенција се прави со цел да се избегнат сите ризик-фактори кои можат да ја влошат или забрзаат еволуцијата на болеста, која веќе постои или можат да доведат до настанување на нова слична или сосема различна болест од кардиоваскуларно потекло. На пример, по веќе настанат срцев удар да дојде до мозочен удар или која било друга комбинација на серија различни болести на срцето и крвните садови од различни делови од телото.

Превенцијата не се однесува само на кардиоваскуларни заболувања туку и на сите други заболувања кои доведуваат до поголемо или помало загрозување на здравјето, животозагрозувачка состојба и инвалидност.

НАЈЧЕСТИ РИЗИК-ФАКТОРИ ЗА НАШЕТО ЗДРАВЈЕ

Зборувајќи за ризик-фактори, ќе започнеме од најосновните: брза и неквалитетна исхрана, многу слаба физичка активност и седантерен начин на живот, зголемена телесна тежина.

Вредностите на шеќерот во крвта, претшеќерна или состојба на докажана шеќерна болест често пати не се контролираат и не се регулираат соодветно. Пушењето е ризик-фактор на кој многу често не се обрнува внимание, но еден навидум здрав 40-годишник може да има дваесет или над дваесет години пушачки стаж кој влијае врз срцето и крвните садови, циркулацијата на долните екстремитети, доведува до серија болести на белите дробови и различни тумори, го одредува репродуктивниот потенцијал, влијае врз уринарниот тракт со тумори на мочниот меур, ја зголемува можноста за појава на тумори на дигестивниот тракт и друго.

Зголемениот крвен притисок кај адултната популација над 60 години за кој Светската здравствена организација користи правило на една третина, односно дека секој трет човек има хипертензија, дека секој трет од нив воопшто не знае дека има зголемен крвен притисок, односно повторно дека секој трет од нив не може добро да го регулира со вредности под 140/90 ммХг. Секој четврти маж под 50 години или секоја петта жена на иста возраст имаат зголемен крвен притисок за кој можеби не знаат.

Состојбата на дислипидемија се манифестира со зголемени вредностите на холестерол, лош холестерол (ЛДЛ) или триглицериди кои се на различни нивоа или комбинации, кои пациентите или не ја започнуваат терапијата или по одредено време самоволно ја прекинуваат.

ИНДИВИДУАЛЕН ПРИСТАП ЗА СЕКОЈ ПАЦИЕНТ

Потребата од превенција која игра важна улога во спречување на појава на серија заболувања ја наметна неопходноста од овие прегледи. Пристапот кон пациентите, без оглед што ризик-факторите се слични, мора да биде индивидуален, земајќи ја предвид серијата индивидуални фактори кај пациентот: пол, возраст, генетски карактеристики и секогаш разговор и договор помеѓу пациентот и докторот врз база на знаење и меѓусебна доверба. Одделот за превентивна медицина и чек-ап за пациенти со примарна и секундарна превенција во нашата болница постои повеќе години и користи серија пакети кои овозможуваат систематска проценка на здравствената состојба на пациентот. Пакетите се серија однапред одбрани и договорени прегледи кои се адаптирани на полот и возраста на пациентот од тип на детски пакети, општи пакети за пациенти под или над 40-годишна возраст од машки или женски пол и специјализирани пакети со поголем број здравствени услуги, исто така со одредени разлики зависно од полот на пациентот. Индивидуалните пакети ги согледуваат карактеристиките на пациентот, неговите специфичности и врз база на потешкотиите на кои се жалат пациентите или претпоставените ризици кои го согледува докторот се организираат испитувањата.

Испитувањата се изведени од страна на серија специјализирани доктори во различни подрачја на медицината кои даваат свое мислење околу состојбата и препорака за потребата од лекување и следење на пациентите.

КАКО КОМПАНИИТЕ СЕ ГРИЖАТ ЗА ЗДРАВЈЕТО НА СВОИТЕ ВРАБОТЕНИ

Сè повеќе компании низ светот се трудат да обезбедат што попријатна работна средина за своите вработени и да ги задржат во својата компанија. Работодавците се водат под мотото дека само здрави и среќни вработени градат успешна и конкурентна компанија, а здравата работна сила е клучна за способноста и продуктивноста на компанијата. Затоа превентивните прегледи овозможуваат вработените секогаш да се во добра здравствена и психичка состојба и да ја доведат компанијата до успех.

Резултатите од едно истражување во популарното списание „Воркфорс магазин", спроведено во над 360 компании, покажале дека речиси 90% од вработените сметаат дека здравјето и благосостојбата за нив се најважни. Вработените истакнале и дека се посреќни кога работат во компанија што промовира здрава работна култура, а на листата на желби доставени до одделот за човечки ресурси биле барања за соработка со фитнес-центри, здрава храна за оброк и превентивни прегледи.

Минатата година речиси 50% од Американците добија приватно здравствено осигурување од својот работодавец.

НАЈЧЕСТИ БОЛЕСТИ НА ’РБЕТОТ

СИМПТОМИ

Најчестите болести на ’рбетот се тие од дегенеративна природа – состојба при која доаѓа до постепено нарушување на нормалната градба и функција на ‘рбетот. Овој процес е неминовен со годините, но не е кај сите подеднакво застапен, вели д-р Љуљзим Агаи, специјалист по неврохирургија.

Многу фактори влијаат врз здравјето на ’рбетот, почнувајќи од професијата (работна активност со премногу седење, кревање на тешки товари), генетската предиспозиција, навиките (пушачите страдаат повеќе), секојдневните навики (пасивен начин на живеење, живот без физички активности) итн.

„Во рамки на дегенеративните промени, најчести се дискалните хернијации, стенозите (стеснувањата) на ’рбетниот канал, спондилозите (изместувањата на прешлените), артротските промени. Поретките болести вклучуваат тумори, инфекции, крвавења во ’рбетот и нежните структури во неговата внатрешност. Да не ги заборавиме и повредите на грбот, кои бараат внимателна проценка и лекување“, вели д-р Агаи.

ДИЈАГНОЗА И ТРЕТМАН

Најбитен е лекарскиот преглед и разговорот со самиот пациент/пациентка, за добивање на прецизни информации за текот на тегобите. Многу е битно да се запознае лекарот со животните навики на болниот, со здравствената состојба, професијата.

„Болката е основен мотив кој ги поттикнува пациентите да побараат помош, но има други, на прв поглед 'безначајни' симптоми, кои лекарот треба да ги препознае и да укаже на нивната важност. Тука спаѓаат на пример губење на контролата врз мокрењето, губење на мускулната сила на одредени групи мускули. Овие тегоби се многу битни и треба да се препознаат што е можно побргу, за да се преземат соодветни чекори на дијагностицирање и лекување", објаснува д-р Агаи. Врз основа на податоците што се добиваат од прегледот на пациентот, по потреба се препорачуваат дополнителни иследувања – обичен рендген на одреден сегмент од 'рбетот или магнетна резонанца Понекогаш се бара и компјутеризирана томографија и ЕМГ (електромиографија – испитувања на функцијата на мускулите). Битни се и лабораториските претраги.

КОИ БОЛЕСТИ НА 'РБЕТ МОЖЕ ДА СЕ ТРЕТИРААТ ХИРУРШКИ, А КОИ НЕ?

Секој пациент се лекува индивидуално, нема однапред подготвени протоколи за лекување. Кај дегенеративните болести на 'рбетот начинот на лекување се одредува откако ќе се прегледа детално пациентот и ќе се анализираат внимателно направените радиолошки и лабораториски иследувања.

„На добар дел од пациентите со болки во грбот им препорачуваме физикална терапија и промена на секојдневните животни навики, кои подразбираат помалку седење и повеќе движење. Кај пациентите со неиздржливи болки и/или со мускулна слабост на нозете и потешкотии со контрола на мокрењето како последица од болеста на 'рбетот, препорачуваме хируршко лекување", вели д-р Агаи.

КОИ ФАКТОРИ ГИ ПРЕДИЗВИКУВААТ `РБЕТНИТЕ БОЛЕСТИ

Нездравите навики се битен фактор за страдањето на 'рбетот. Современиот човек премногу седи. Тоа беше карактеристика и на луѓето од дваесеттиот век, но оваа тенденција е уште поизразена во новиот милениум. Седењето е активност која е многу штетна за 'рбетот, затоа треба да се прават почести паузи од предолгите седења.

Нездравата исхрана исто е штетна за нашиот грб, првенствено поради прекумерната телесна тежина. Недостатокот на физичката активност е дополнителен штетен фактор, поради фактот што мускулите хипотрофираат.

Следете ги овие неколку совети и препораки од д-р Агаи бидејќи здравиот 'рбет е важен за целото здравје, тој служи како столб кој исправено го држи телото и го заштитува 'рбетниот мозок.

1. **Практикувајте постојано да имате исправно држење додека стоите, седите, лежите, пешачите или кревате товар. За тоа што е исправно држење на телото при разни ситуации може да се консултирате со специјалист физијатар.**
2. **Потрудете се да ја одржувате телесната тежина соодветна за вашата висина.**
3. **Пешачете, вежбајте аеробик, пливајте, истегнувајте се со цел да го подобрите вашето ниво на активност. Така ќе бидете поотпорни на повреди, и побргу ќе заздравите од повреда.**
4. **Носете добро избалансирани, удобни и меки обувки.**
5. **Откажете се од цигарите, пушачите се соочуваат со повеќе болки во грбот кои многу побавно се лекуваат.**

Комбинација од витамини и минерали во одбрана на организмот од инфекции

Сложениот имунолошки систем има потреба од повеќе специфични хранливи микроелементи, вклучувајќи ги **витамините Д, Ц, Б$_{12}$** и други, како и минералите **цинк и селен**, кои имаат клучни, често синергистички улоги во секоја фаза од имунолошкиот одговор. Количината на секој од овие хранливи микроелементи е исклучително важна за да се обезбеди соодветна одбранбена функција на физичките бариери (кожа, слузокожа, гастроинтестинален тракт, респираторен тракт и др.) и на имунолошките клетки.

Дневните потреби на човековиот организам од секој од хранливите микроелементи може да се повисоки од препорачаните дневни дози. Одредени популациски групи на луѓе (возрасни, вегетаријанци, вегани и др.) имаат несоодветно внесување хранливи микроелементи. При одредени состојби, како на пример инфекции, стрес или изложување на загадување, резервите на хранливите микронутритиенти може да се намалат, поради што е потребно нивно дополнително внесување. Се смета дека дури и мал недостиг од одреден хранлив микроелемент може да го наруши имунолошкиот одговор.

Комбинираното внесување одредени имуностимулирачки хранливи микроелементи (витамин Д, Ц, Б$_{12}$ и минерали *цинк* и *селен*) може да помогне во подобрување на функцијата на имунолошкиот систем и на отпорноста кон инфекции.

д-р Андреа Пуздерлиски

ДЕТАЛЕН ПРИКАЗ НА СРЦЕТО СО НОВИОТ КОМПЈУТЕРСКИ ТОМОГРАФ REVOLUTION APEX 512 ПРЕСЕЦИ

Брзината на снимање на новиот компјутерски томограф од 512 пресеци во секунда овозможува да се направи прецизен приказ на срцето и коронарните артерии, без притоа да има ограничување во селекција на пациентите. Претходните генерации на компјутерски томографи ја ограничуваа можноста за пациентите со нарушен срцев ритам, како и на пациентите со стентови, вели проф. д-р Зоран Трајковски, радиолог во Клиничка болница „Аџибадем Систина“.

Моќната технологија на Revolution Apex 512 пресеци за само неколку секунди дава јасна слика на сите структури на срцето, јасно ги прикажува коронарните артерии и аортата, нивната внатрешност по целата должина, со што можеме да согледаме дали постои какво било нарушување и отстапување од нормалната функција.

Досегашното искуство покажува дека пациентите се скенираат бргу, квалитетот на сликата е одличен, а зрачната доза минимална (до 80% помала во однос на досегашните дози). Она што е од големо значење е фактот што е значително скратено времето и за самата подготовка на пациентите за снимање, а самата брзина на апаратот дозволува скенирање на срцето буквално за секунда, помеѓу систола и дијастола.

REVOLUTION APEX 512 – МОЌНА АЛАТКА ЗА ДИЈАГНОЗА НА КАРДИОВАСКУЛАРНИТЕ БОЛЕСТИ

Благодарение на моќната технологија на новиот компјутерски томограф, може да се постави рана дијагноза на голем број кардиоваскуларни болести. Со тоа на пациентите им се нуди можност за успешен третман на болеста и надминување на сите ризик-фактори. Високата резолуција на слика дава реален приказ на сите структури на кардиоваскуларниот систем и ни овозможува на нас дијагностичарите многу бргу и едноставно да дојдеме до заклучок во која насока да се насочи понатамошниот третман. Revolution Apex 512 пресеци овозможува:

- брзо и прецизно снимање на коронарните крвни садови како при класична ангиографија, 2Д и 3Д приказ во колор на коронарните крвни садови и графтовите
- одличен приказ на крвните садови, нивниот лумен, во сите рамнини и проекции, без артефакти
- приказ на калцификати и нивна дистрибуција
- приказ на стентови и нивна проодност
- 4Д-приказ на аортна и митрална валвула
- 3Д-ејекциона фракција
- IVUS like слики (слики како кај ендоваскуларен ултразвук)
- релативна перфузија со функционална дијагностика
- приказ на срцевата акција со адекватна анализа (movie imaging), со подвижност на миокардот
- детекција на тумори во миокард и во коморниот систем
- приказ и проценка на волуменот на секоја комора одделно
- добро раздвојување на срцевите слоеви со одличен приказ на перикардот.

ПОДГОТОВКА ЗА СЛОЖЕНИ ИНТЕРВЕНТНИ ПРОЦЕДУРИ НА СРЦЕТО

Покрај тоа што Revolution Apex 512 пресеци е моќна алатка за дијагностика, неговата уникатна технологија се користи и за подготовка на сложени интервентни процедури на срцето. Особено е корисна анализата на валвулите и аортата, како подготовка за процедура пред трансартериските валвуларни и васкуларни постапки TAVI/TAVR (ендоваскуларна имплантација на валвули на срцето и стент-графтови на аортата). Софтверот овозможува:

- јасен приказ на коронарните артерии
- 2Д и 3Д приказ на коронарните артерии, бајпасови и стент-графтови
- прецизни мерења на анулусот на излезиштето на аортата
- 4Д-приказ на аортална и митрална валвула
- анализа на аортата по целата должина и одличен приказ на проширување (аневризма), дисекција, leakage, тромбоза и сл.
- анализа и предоперативна подготовка на аортата.

Со сите овие предности, можеме да кажеме дека новиот томограф Revolution Apex 512 пресеци претставува вистинска револуција во дијагнозата и третманот на кардиоваскуларните болести.

Плаќање на **12 рати**, **5%** попуст
и **супериорна** медицинска нега
за да можеш секогаш да посветиш
внимание на она што е најважно,

твоет здравје.

Олесни си го плаќањето и аплицирај
за **Diners Club Аџибадем Систина**
кобрендирана кредитна картичка

ФОЛК ПЕЈАЧОТ КРУМЕ СПАСОВСКИ ПО ОПЕРАЦИЈАТА:

МИ ГО ПРОДОЛЖИВТЕ ЖИВОТОТ И СЕГА СРЦЕТО МИ ПЕЕ

„Станува збор за рутинска операција што трае три часа. Ризикот кај овие операции е мал, а многу значајно е интервенцијата да се направи во рана фаза“, вели д-р Николиќ.

Круме Спасовски, еден од најпознатите македонски фолк пејачи во Македонија, повеќе од 50 години е на сцената и со својот препознатлив глас и голема емоција има испеано многу познати македонски песни, а е одбележје и на една цела генерација познати македонски фолкери.

Тој ги ужива своите пензионерски денови подалеку од градскиот метеж, преселен на село. Неодамна, се соочил со здравствен проблем за кој се обратил во КБ „Ацибадем Систина“, а по извршената интервенција се чувствува витално и добро, благодарен е на целиот тим на болницата, а особено на проф. д-р Александар Николиќ, кој ја следел состојбата и успешно ја извел операцијата на срце на Спасовски.

СТРАВОТ СТАНУВА ОПТИМИЗАМ

Првите симптоми што го вознемириле Спасовски биле болка во градите и отежнато дишење, по што веднаш заминува на лекар кој сугерира кардиолошки преглед. По консултација со д-р Александар Божиновски од КБ „Ацибадем Систина“, Спасовски е упатен кај проф. д-р Александар Николиќ кој проценува дека треба веднаш да се изврши интервенција на срце.

„Отидов, ми направија ехо и ЕКГ на срцето и утврдија дека имам нешто на горниот дел на срцето. Јас обично сум многу плашлив и како и секој човек, се загрижив за својата состојба и за сето она што ќе се случува со мене. Се обратив во 'Ацибадем Систина' и не згрешив. Ми сугерираа дека треба да се направи операција, но за мене беше навистина утеха кога ми кажаа дека интервенцијата ќе ја направи проф. д-р Александар Николиќ. За него слушнав многу убави зборови, ми рекоа дека има златни и лесни раце. И навистина. Операцијата помина одлично и по одреден период ми се врати силата, почнав повторно да се чувствувам свежо, бојата на кожата ми се врати, јадам нормално и спијам нормално. По еден месец веќе се вратив на нормалното живеење. Се враќам и на музиката од која не се ни откажав. Ама сега срцето повторно ми пее“, вели Спасовски.

ИНТЕРВЕНЦИЈА НА АОРТНИОТ ЗАЛИСТОК

Професор д-р Александар Николиќ вели дека пациентот дошол со симптоми на замор и вртоглавица. Спасовски имал шум на срце од 18 години, а до април годинава бил во добра општа здравствена состојба. На наодот било утврдено дека има тешка аортна стеноза. Проблемот бил кај аортниот залисток. Тоа е еден од најчестите проблеми кај пациентите по шеесеттата година од животот.

„Затоа моравме да направиме операција. Со оглед на возраста, кај пациентот ставивме биолошка протеза која треба да функционира и да го продолжи неговиот живот и секако да продолжи да се занимава со музика. Она што е важно е да биде редовен на контроли“, вели д-р Николиќ.

Неговите сугестии се пациентот да внимава на исхраната, да не јаде премногу или воопшто да не консумира месо и масти освен риба. Кај вакви пациенти се препорачува и пешачење, но и откажување од цигари кај пушачите.

„Станува збор за рутинска операција што трае три часа. Ризикот кај овие операции е мал, а многу значајно е интервенцијата да се направи во рана фаза“, вели д-р Николиќ.

Целата процедура поминала во најдобар ред. Благодарение на посветеноста и професионалноста на проф. д-р Николиќ и на целиот тим на КБ „Ацибадем Систина“, Спасовски многу бргу закрепнува и веќе е целосно вратен и посветен на своите секојдневни активности. Расположен, позитивен и во одлична кондиција, Круме Спасовски ветува и нови концерти и враќање на сцената, која, како што вели, никогаш и не ја напуштил.

СЕ ОБРАТИВ ВО „АЏИБАДЕМ СИСТИНА“ И НЕ ЗГРЕШИВ. МИ СУГЕРИРАА ДЕКА ТРЕБА ДА СЕ НАПРАВИ ОПЕРАЦИЈА, НО ЗА МЕНЕ БЕШЕ НАВИСТИНА УТЕХА КОГА МИ КАЖАА ДЕКА ИНТЕРВЕНЦИЈАТА ЌЕ ЈА НАПРАВИ ПРОФ. Д-Р АЛЕКСАНДАР НИКОЛИЌ.

УЧИЛИШНАТА ГОДИНА, ПРЕДИЗВИК ЗА РОДИТЕЛИТЕ И ДЕЦАТА

Училиштето е еден од најголемите предизвици во животот на детето, но и на неговите родители. Покрај возбудата дека се прават првите чекори во некој нов свет исполнет со многу искуства, факт е дека во училиште детето првпат се соочува и со тоа дека треба да биде целосно самостојно, без грижата, поддршката и заштитата на родителот. Овој факт кај децата може да предизвика страв од непознатото и страв од она што следува, па токму затоа овој момент е стресен не само за детето туку и за целото семејство.

Според д-р Анета Демерџиева, специјалист по педијатрија, училиштето е место каде што детето ги доживува најголемите предизвици, успеси, но и разочарувања проткаени со недостаток на самодоверба.

„Во училиштето детето учи како функционира светот, како размислуваат другите луѓе, кои не се дел од неговото семејство, како правилно да комуницира со нив, а сепак да остане доследен на сопственото однесување. Посебен предизвик во такви услови е формирањето нови пријателства, кои најчесто остануваат за цел живот. Прифаќањето од другарчињата, без сомнение, е најпозитивниот поттик за адаптација во новата средина. И спротивно на ова, дете што не е прифатено од другарчињата многу тешко ќе се адаптира во училиштето“, вели д-р Анета Демерџиева, специјалист по педијатрија.

КАКО ДЕЦАТА ДА ГО НАДМИНАТ СТРЕСОТ

Иако е факт дека детето има извесен степен на анксиозност од непознатиот период што му следува, сепак најважни се подготовката од родителите и нивниот позитивен став кон новиот предизвик.

Целото семејство треба да покаже разбирање за детето и неговите стравови. Многу е важно родителот да разговара со детето за неговите очекувања од училиштето, за активностите што сака да ги посетува, распоредот, дружењето со другите деца. Детето треба да знае дека почетокот на училиштето не значи крај на детството. Д-р Демерџиева додава дека родителот треба да му објасни на детето дека и понатаму ќе има време за игра, дека може да ги задржи сите омилени играчки и ако сака, да ги сподели со новите другарчиња.

Целото семејство треба да покаже разбирање за детето и неговите стравови. Многу е важно родителот да разговара со детето за неговите очекувања од училиштето, за активностите кои сака да ги посетува, распоредот, дружењето со другите деца.

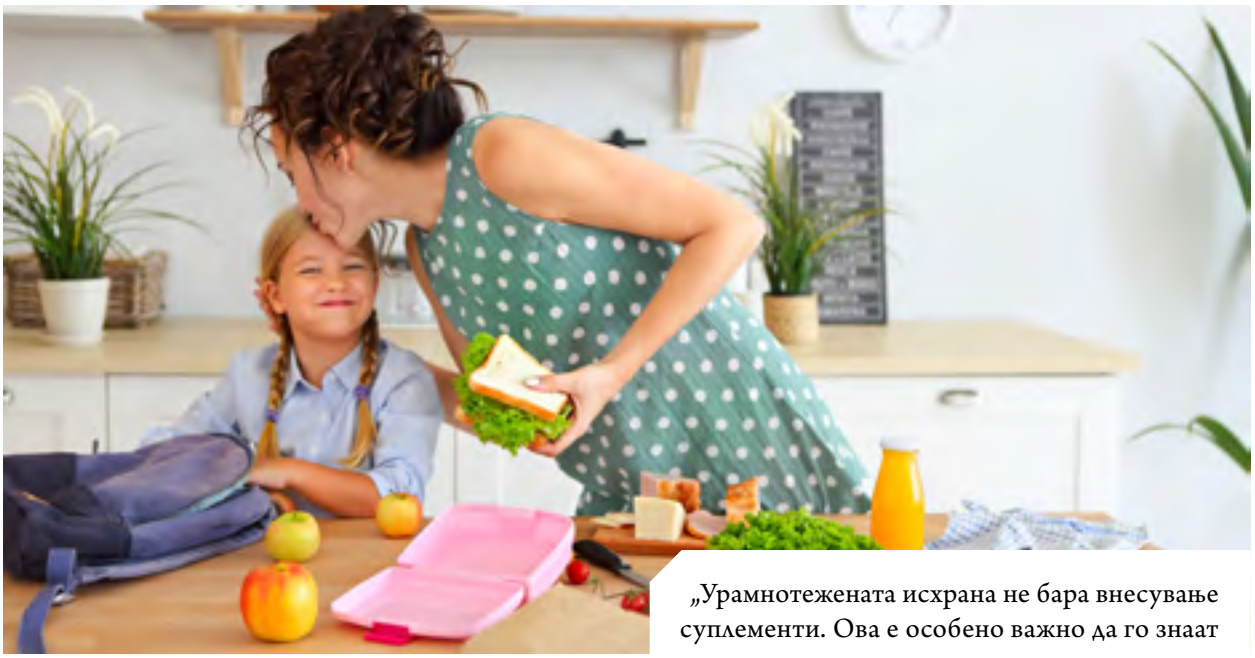
„Добро е детето во неколку наврати пред самиот почеток да се однесе во училишниот објект со цел да ја запознае новата средина – училницата, тоалетите, мензата, а доколку има можност да ја/го запознае и учителката/учителот“, вели д-р Демерџиева.

Родителот треба да биде релаксиран (барем пред детето) и да му објасни дека е најнормално да се чувствува по малку исплашен од непознатиот период што му следува. Неретко им советуваме на родителите детето со себе да носи некој предмет (играчка или слика од семејството). Ако некои од децата се познаваат од претходно, може на почетокот родителите да ги носат заедно како поддршка едни на други.

ШТО ТРЕБА ДА НАПРАВИ РОДИТЕЛОТ АКО ДЕТЕТО ИМА СЕПАРАЦИСКА АНКСИОЗНОСТ

Ако детето има сепарациска анксиозност, д-р Демерџиева вели дека родителот треба да замоли во училиштето првите неколку дена да остане со детето малку подолг период од вообичаеното. Се разбира, ова треба да биде во договор со учителката/учителот. Времето што родителот го поминува во училиштето треба постепено да се намалува. Понекогаш детето се плаши дека ќе пропушти нешто од домашните активности во кои ужива. Родителот треба да му даде до знаење на детето дека нема никаков план за тој ден, односно дека во план се работи што не му се омилени.

Дома, пак, родителот треба да разговара со детето и да се обиде колку што е можно повеќе да ја подигне неговата самодоверба – дека може да го изработи домашното подобро од другите деца, да го пофали дека одлично ја научило новата лекција, дека размислува многу зрело итн...



Многу често, добар ефект има кога по училиштето родителот го организира времето и остава простор за дружење и активности што му се омилени на детето. Родителот треба да знае дека не треба да има преголеми очекувања во поглед на училишните успеси. Во почетокот најголем успех е прифаќањето на училиштето и уживањето во училишните активности. За сè друго треба време.

КАКО ДО ПОДОБАР ИМУНИТЕТ И ОТПОРНОСТ ОД ИНФЕКЦИИ КАЈ ДЕЦАТА

Факт е дека тргнувањето на детето во училиште, покрај предизвикот за справување со стресот, со себе го носи и предизвикот за справување со сите нови вируси, инфекции и настинки за кои е познато дека многу лесно и бргу се шират помеѓу децата.

Со цел родителите најлесно да се справат и со овој предизвик, се советува одржување подобар имунитет кај детето и отпорност што се постигнува со правилна и урамнотежена исхрана и доволно физичка активност.

ШТО ЗНАЧИ ПРАВИЛНА ИСХРАНА?

Тоа е исхрана што содржи многу овошје и зеленчук, продукти што се богат извор на антиоксиданси, витамини и минерали како витамините А, Ц, Е, К, Б2 и Б6, фолна киселина, калиум, магнезиум, цинк... Цинкот има особено важна улога во јакнењето на имунитетот. Го има во храната богата со протеини – месо, мешунки, јаткасти плодови...

„Урамнотежената исхрана не бара внесување суплементи. Ова е особено важно да го знаат родителите затоа што на пример вишокот цинк може да предизвика гадење, повраќање, губење на апетитот, стомачни болки, дијареја и главоболки. Во последно време, од имунолошки аспект многу внимание се посветува и на пробиотиците. Повторно урамнотежената исхрана нема потреба од додатоци бидејќи доволна количина има во јогуртот, киселото млеко, кефирот, ферментираната храна, како на пример, киселата зелка. Исто така, непастеризираниот јаболков оцет е добар извор на пробиотиците во исхраната“, вели д-р Демерџиева.

За јакнење на имунитетот, потребен е доволен внес на омега масни киселини, особено омега 3, што се постигнува со додавање во исхраната на јаткасти плодови, особено ореви, семки од тиква, чиа, ленено семе.

ДАЛИ Е ПОТРЕБНО ДОДАВАЊЕ СУПЛЕМЕНТИ? ОДГОВОРОТ Е НЕ!

„Кај здрави деца со правилна исхрана, нема потреба од дополнителни суплементи освен витамин Д во зимските месеци – од 400-600 IU (10-15 mcg) на ден. Другите суплементи се потребни само во случај на болест кога со исхраната не се внесуваат потребните материи во доволна количина“, објаснува д-р Демерџиева.

И на крај, родителот мора да се труди неговото дете да има доволно физичка активност, што е најдобриот поттик за здрав имунолошки систем.

Што е kWh?

Киловат час (kWh) е единица за енергија еднаква на еден киловат моќ потрошен за време од еден час.

1 kWh = 11 испеглани кошули

1 kWh = 90 сварени кафиња

Што значи тоа конкретно во нашиот живот?

1 час на ден = 120 kWh месечно

1 час дневно = 60 kWh месечно

1 час на ден = 60 kWh месечно

полнач за мобилен телефон

1 час на ден = 9 kWh месечно

Енергетска МАТЕМАТИКА

ИДНИНАТА Е ЈАСНА - ЕНЕРГЕТСКИ ЕФИКАСНА

EVN

БРЗАТА ИНТЕРВЕНЦИЈА И СТРУЧНОСТ КЛУЧНИ ЗА ЖИВОТОТ НА МАЛИОТ ДАВИД

Вродената аномалија – дијафрагмална херниј била причината што новороденчето Давид Илијоски го ставила во животозагрозувачка состојба по само неколку часа од раѓањето. Брзата реакција на неонатолошкиот тим составен од д-р Станка Танчева, Д-р Радица Муратовска - Делимитова и детскиот хирург д-р Ристо Симеонов го спаси животот на овој мал херој. По само неколку часа од раѓањето, веднаш е поставена дијагнозата и направена хируршка интервенција која го решила проблемот. По неколку дена престој во болницата, Давид си заминал дома во добра состојба, а и контролите понатаму укажуваат дека целосно е надминат проблемот. Давид сега е здраво бебе и добро напредува.

ОТЕЖНАТО ДИШЕЊЕ И ПОТРЕБА ОД КИСЛОРОД

Д-р Станка Танчева, неонатолог од Клиничка болница „Аџибадем Систина“, раскажува за ургентноста на состојбата со која се соочиле во ноќната смена на 1 јули, кога само неколку часа по раѓањето на здраво новороденче, нагло се влошува неговата здравствена состојба. „Давид Илијовски е роден во 38. гестациска недела од бременоста, со царски рез како здраво бебе, со тежина од 2910 г. Новороденчето по протокол беше примено на Одделот за неонатологија. Но многу бргу, само неколку часа по раѓањето, појави слика на една одложена адаптација на надворешен свет, со отежнато дишење и потреба од кислородна поддршка. Следуваа низа иследувања за да се утврди причината за таквата состојба. Направена беше рендгенграфија на бели дробови на која се детектираше дека се работи за вродена аномалија кај бебето, постоење на дијафрагмална херниј. Тоа е нарушување (вродена аномалија) кога дел или сите абдоминални органи поминуваат во градната празнина преку неправилно постоен отвор на дијафрагмата. Вообичаено тоа се случува на левата страна. Така беше и кај нашето бебе Давид. Веднаш се постави индикација за оперативен третман. Детето беше поставено на апарати за дишење, со што се овозможи одржување добра гасна размена сè до интервенцијата и во рамки на предоперативен протокол за третман на овој тип вродена мана. Се вклучи и исхрана со протеини и масти преку вена, поради неможноста за исхрана преку уста“, вели д-р Танчева.

> Брзата реакција на неонатолошкиот тим составен од д-р Станка Танчева, Д-р Радица Муратовска - Делимитова и детскиот хирург д-р Ристо Симеонов го спаси животот на овој мал херој

ОПЕРАЦИЈАТА НА НОВОРОДЕНЧЕТО БИЛА ЕДИНСТВЕНОТО РЕШЕНИЕ

Оперативниот зафат беше изведен од страна на детскиот хирург д-р Ристо Симеонов во првите 24 часа од раѓањето на новороденчето. Операцијата била единствено решение за ваков проблем. Ваквиот тип интервенција носи голем ризик, пред сè, поради возраста на бебето, старо само еден ден, како и поради самата дијагноза што е специфична.

„Во операциона сала во општа анестезија со лапаротомија се отвори абдоминалната шуплина, при што се најде дефектот на левата дијафрагма низ која тенкото и дебелото црево, дел од желудникот и слезенката беа подигнати во левата торакална шуплина. Се направи мобилизација на органите од торакалната во абдоминалната шуплина, се направи корекција на дефектот (килата) од дијафрагмата. Постоперативниот тек мина уредно. За многу кратко време бебето започна со исхрана преку уста и соодветен пораст во телесна тежина. Беше испишано дома во одлична кондиција со добра адаптација на исхраната“, вели д-р Симеонов.

Родителите на Давид се неизмерно благодарни на целиот тим во болницата. Брзата реакција на целиот тим таа ноќ, професионалниот пристап и грижата што

ја пружиле биле клучни за животот на нивното дете. „Среќна околност беше што таа ноќ беше дежурен и детскиот хирург д-р Симеонов, па целиот тим успеа толку бргу да се екипира и да му помогне на нашиот Давид. Целата состојба беше вистински шок за нас, бидејќи никој не очекуваше вакво нешто. Во минутите кога докторите се бореа за неговиот живот, сфативме што значи да се биде во вистинско време на вистинско место, во светска болница со толку професионални доктори кои даваат сè од себе. Вечно ќе им бидам благодарна на сите нив, и на медицинските сестри, буквално на сите вработени во болницата“, вели Бојана, мајката на Давид.

Неколку месеци по интервенцијата, Давид е во одлична здравствена состојба, проблемот е надминат, па тој напредува како и неговите врсници. Редовните контроли кај д-р Станка укажуваат дека не постои ограничување во неговиот физички и ментален развој. „Дружењето со нашиот јунак Давид продолжува понатаму. Редовно се гледаме на нашите контроли каде што го следиме и среќни сме што Давид расте безгрижно и здраво“, вели д-р Танчева.

СИМПТОМИ, ДИЈАГНОЗА И ТРЕТМАН НА СРЦЕВА СЛАБОСТ

Срцева слабост не е само патолошка дијагноза туку комплексен клинички синдром како резултат на морфолошко или функционално срцево нарушување што ја намалува способноста на коморите да се полнат или да истиснуваат крв, за да ги задоволат метаболичките потреби на организмот. Д-р Златана Петковска, специјалист по кардиологија, вели дека тоа е прогресивна состојба која води до намалување на срцевата функција, чести хоспитализации и несакан исход, доколку не се третира соодветно.

„Според најновите податоци, инциденцата на срцева слабост во Европа е околу 3/1000 лица годишно (во сите возрасни групи) или околу 5/1000 лица годишно (адултна популација). Преваленцата на срцевата слабост е 1-2% од возрасна популација, односно таа се зголемува со стареењето, па така имаме преваленца од 1% кај популацијата <55год. до >10% кај популацијата од 70 и над 70 години“, вели д-р Петковска.

Идентификацијата на етиологијата, односно причината за кардијална дисфункција е мандаторна за дијагностицирање на срцевата слабост. Притоа разликуваме:

- срцева слабост со намалена ежекциска фракција (HFrEF- LVEF≤40%)
- срцева слабост со средно намалена ежекциска фракција (HFmrEF-LVEF 41-49%)
- срцева слабост со зачувана ежекциска фракција (HFpEF-LVEF ≥50%).

„Срцева слабост е синдром којшто кај пациентите се карактеризира со типични симптоми за срцева слабост како: замор, краток здив, недостиг на воздух во мир и при напор, намалена толеранција на физички напор, зголемување на телесна тежина (>2kg/неделно), околуглуждни отоци и помалку типични симптоми како: ноќна кашлица, чувство на надуеност, загуба на апетит, палпитации, конфузија, вртоглавица. Типични знаци за срцева слабост се: тахикардија, тахипнеа, плеврална ефузија, застојни промени на белите дробови, периферни едеми, хепатомегалија, асцит“, објаснува д-р Петковска.

Етиологијата, односно причините за појавата на срцевата слабост се бројни, а тие се и варијабилни во однос на геоположбата, односно дали се јавува во развиените или помалку развиените земји.

Како најчести причинители се:

- коронарна артериска болест (миокарден инфаркт, ангина пекторис)
- хипертензија (висок нерегулиран крвен притисок)
- аритмии (преткоморни или коморни)
- валвуларни болести (вродени или стекнати)
- кардиомиопатии (хипертрофична, дилатациска, рестриктивна, аритмогена десно срцева, Такацубо синдром, перипартална)
- токсини (алкохол, кокаин, микроелементи – жива, арсен, кобалт)
- инфилтративни (амилоидоза, саркоидоза, хемохроматоза, колагеноза)
- метаболички (ендокрини нарушувања: дијабетес, хипотиреоза, Кашингова болест, феохромоцитом, адренална инсуфициенција, заболувања на

хипофиза), (нутритивни нарушувања: недостиг на тиамин, вит. B1, селен) (автоимуни заболувања)
- индуцирана со лекови (антиаритмици, цитостатици, радиотерапија)
- инфективни (вирусен миокардитис, Чагасова болест, ХИВ-инфекција, Лајмова болест)
- невромускулни болести (Фридрихова атаксија, мускулна дистрофија).

ДИЈАГНОЗА НА СРЦЕВА СЛАБОСТ

До дијагнозата на синдромот на срцева слабост се стигнува преку барање присуство на симптоми, знаци, како и објективни докази за срцева дисфункција.

Најпрво добиваме информации од пациентот за неговата состојба, како и ризик-факторите што ги има, а потоа следуваат дијагностичките тестови за проценка на пациенти сомнителни за срцева слабост.

„Кај пациентите се прави физикален преглед, електрокардиограм, а доколку е достапно, и анализа на натриуретични пептиди - BNP (B-type natriuretic peptide) + NT-proBNP (N-terminal pro-B-type-natriuretic peptide). Исто така, се прават и рутински лабораториски анализи кои вклучуваат крвна слика, гликемија/ХбА1ц, уреа, креатинин, електролити, тироидни хормони, серумско железо, липиден статус. Ехокардиографијата се препорачува како клучно испитување за проценка на срцевата функција, како и Ртг на бели дробови“, вели д-р Петковска.

Дополнително, како дијагностички методи се употребуваат и: стрес ехокардиографија, магнетна резонанса на срце, КТ-коронарна ангиографија или инвазивна коронарна ангиографија.

При третманот на пациентите со срцева слабост, треба да се запазат трите основни цели:
- редукција на морталитет односно смртност
- превенција од рекурентни, односно повторувачки хоспитализации
- подобрување на клиничкиот статус, функционалниот капацитет и квалитет на животот.

Тераписките стратегии при срцева слабост опфаќаат општи совети и мерки, нефармаколошки мерки, фармаколошка терапија, ресинхрона терапија (CRT/ICD), механички помагала, хируршки третман, срцева трансплантација, при што за сето ова е потребен еден мултидисциплинарен пристап.

„Особено е важна едукацијата на пациентот – да ја прифати и разбере болеста за да може понатаму самиот да се следи преку една САМОЕВАЛУАЦИЈА, односно да избегнува однесување што би ја влошило состојбата, да одржува физичка стабилност и да ги препознава раните симптоми на влошување. Секако дека се советуваат овие пациенти да ја земаат редовно препишаната терапија, да избегнуваат голем внес течности, кои би биле околу 1,5-2 л на ден, но и да се внимава на состојби кои доведуваат, од друга страна, до дехидратација. Здрава исхрана и одржување нормална телесна тежина, физичка активност супервизирана и одобрена во рамките на болеста од доктор, апстиненција од алкохол и престанок на пушење, имунизација итн.“, вели д-р Петковска.

ПРЕВЕНЦИЈА ЗА ПОЈАВА НА СРЦЕВА СЛАБОСТ

Превенцијата, всушност, значи дејствување на ризик-факторите кои доведуваат до појава на кардиоваскуларни болести, односно препораките за хигиено-диететски режим и одржување оптимална телесна тежина, редовна физичка активност, престанок на пушење, како и редовно земање медикаментозна терапија за добро регулирани вредности на крвниот притисок, маснотиите, шеќерот и најважно од сè, вршење редовни кардиолошки прегледи.

АУДИОБМ
СЛУШНИ АПАРАТИ
www.audiobm.mk

bernafon

ZERENA

DECS™

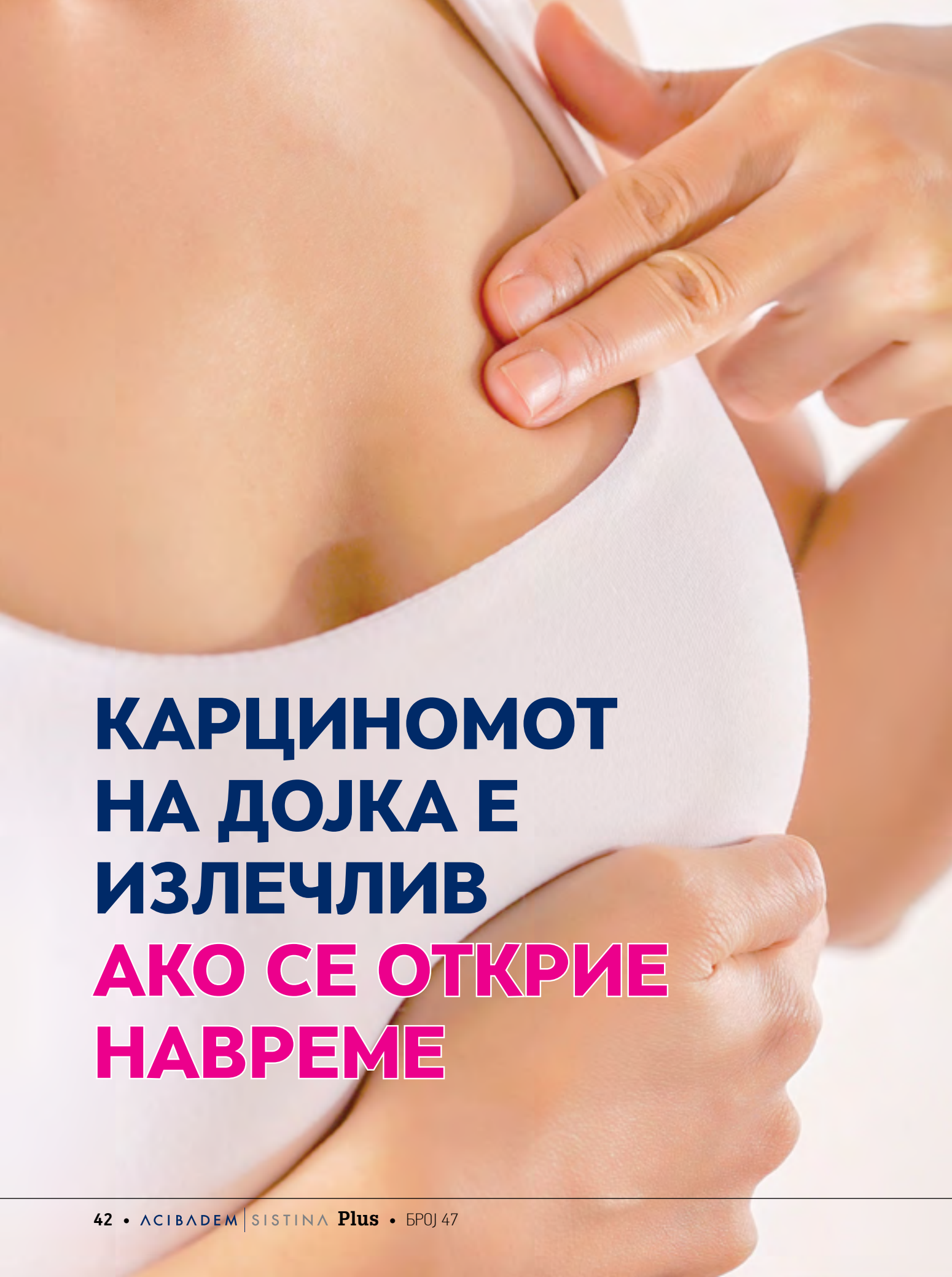
СО НАЈСОВРШЕНИОТ ПРЕМИУМ СЛУШЕН АПАРАТ ДО НАЈПРИРОДЕН ЗВУК

bernafon
Your hearing · Our passion

Made for iPod iPhone iPad

Имаме договор со ФЗОМ

Закажете БЕСПЛАТНА аудиометрија и проба на слушен апарат на: 02/3179-388



КАРЦИНОМОТ НА ДОЈКА Е ИЗЛЕЧЛИВ АКО СЕ ОТКРИЕ НАВРЕМЕ

КАРЦИНОМ НА ДОЈКА И ВО МАКЕДОНИЈА И ВО СВЕТОТ Е НАЈЧЕСТОТО МАЛИГНО ЗАБОЛУВАЊЕ КАЈ ЖЕНСКАТА ПОПУЛАЦИЈА, А БРОЈОТ НА ЗАБОЛЕНИ СЕ ЗГОЛЕМУВА ОД ГОДИНА ВО ГОДИНА.

Статистичките податоци во нашата земја велат дека истите трендови од Европа за пораст на инциденцата на заболени од карцином на дојка важат и за женската популација во земјава. Поради овие поразителни бројки, докторите нагласуваат дека е важно да се подигне свеста кај населението дека раното откривање на болеста е многу важно за нејзино лекување и за зголемување на можноста за повеќегодишно преживување.

„Пациентките во прв и во втор стадиум на болеста, кога болеста е локализирана во дојката и има зафатено помал број регионални лимфни јазли, имаат поголема шанса за излекување, за разлика од пациентките со понапреден стадиум на болеста. Процентот на петгодишно преживување се намалува со зголемување на стадиумот на болеста“, вели д-р Дева Петрова, онколог.

ШТО МОЖЕ ДА НАПРАВИТЕ ЗА СВОЕТО ЗДРАВЈЕ?

Клучно, пак, за рано откривање на болеста е спроведувањето редовни контроли или скрининг кај жените по навршената 40-та година од животот, со ултразвучен и со мамографски преглед.

„Покрај редовен скрининг, многу е важно да се подигне и здравствената култура и жените секогаш кога ќе почувствуваат промени поврзани со дојките од типот на црвенило, болка, грутка во дојката или во пазувите, вовлечена кожа на површината од дојката, вовлечена брадавица, секрет од брадавицата или промена на бојата на кожата на дојката, да се јават на лекар“, вели д-р Петрова.

ЖЕНИТЕ СО ПОГОЛЕМА ТЕЛЕСНА ТЕЖИНА СЕ ПОД ЗГОЛЕМЕН РИЗИК

Науката сè уште нема одговор која е причината за појава на ракот на дојка, иако има повеќе ризик-фактори што може да придонесат за појава на ова заболување. Ризикот од ова заболување се зголемува со возраста на жената, најчесто се јавува кај жените по 50-тата година од животот, кај 25 проценти од жените се јавува на возраст под 50 години, а кај 5 проценти од жените заболувањето се јавува под 35-годишна возраст.

„Меѓу ризик-факторите за појава на рак на дојка, пред сè, е генетската предиспозиција, потоа има влијание хормонската терапија со естрогени, изложеноста на јонизирачко зрачење. Зголемен ризик за појава на ова заболување има кај дебелите жени и кај жените што не раѓале. Поновите истражувања укажуваат дека и одредени животни навики, како пушењето, консумирањето алкохол и намалената физичка активност, го зголемуваат ризикот од појава на овој карцином“, вели д-р Петрова.

МУЛТИДИСЦИПЛИНАРЕН ПРИСТАП ВО ЛЕКУВАЊЕТО

Покрај раното откривање на болеста, за нејзино успешно лекување е потребен мултидисциплинарен пристап од поставување дијагноза па до одредување соодветна терапија.

Ако болеста е откриена во ран стадиум, третманот почнува со хируршка операција – отстранување на туморот, дел од дојката или цела дојка. Понатамошното лекување може да опфати примена на хемотерапија, хормонска терапија или зрачна терапија, според резултатите од постоперативниот хистопатолошки наод. Ако се работи за поголем тумор или за клинички палпабилни лимфни јазли под пазувите, лекувањето може да почне со хемотерапија, а потоа да се направат оперативниот зафат и зрачната терапија.

Зрачната терапија подразбира користење јонизирачки знаци во третманот на пациентот со канцер. Овој вид третман е локален, а целта е да се постигне локална контрола на болеста или спречување на повторното јавување на болеста во дојката и регионалните лимфни јазли. Со користење на новите техники на зрачење се овозможува максимална заштита на здравите ткива и органи, особено на белиот дроб и срцето доколку се работи за тумор со потекло од левата дојка.

ЖИВЕАТ И ПАЦИЕНТКИ СО МЕТАСТАЗИ АКО СООДВЕТНО СЕ ЛЕКУВААТ

Онколозите велат дека оваа медицинска гранка постојано се истражува и се наоѓаат нови лекови, кои треба да ги подобрат резултатите од лекувањето. Режимот на лекување карцином на дојка, покрај стандардната хемотерапија, опфаќа и вклучување биолошка или целна терапија. Но, не сите пациенти се кандидати за таков тип терапија.

„Пациентите што имаат експресија на одредени рецептори на површината на туморските клетки, како што се хер 2-рецепторите, имаат можност да бидат третирани со целна терапија што ги блокира овие рецептори, ги забавува растот и размножувањето и ги уништува туморските клетки. Денес постои можност за користење препарати што се комбинација на хемотерапија и биолошка терапија, со што се зголемува селективното дејство на терапијата врз туморските клетки и се намалуваат несаканите ефекти од терапијата. Може да се комбинираат повеќе биолошки препарати за да се направи блокада на повеќе нивоа на ниво на туморските клетки и да се подобри ефектот од лекувањето“, вели д-р Петрова.

Според онколозите, можно е успешно лекување на болеста и продолжување на животот и кај оние пациенти каде што болеста развила метастази, благодарение на оваа комбинирана терапија.

Ако болеста е откриена во ран стадиум, третманот почнува со хируршка операција – отстранување на туморот, дел од дојката или цела дојка. Понатамошното лекување може да опфати примена на хемотерапија, хормонска терапија или зрачна терапија, според резултатите од постоперативниот хистопатолошки наод.

HealthAid®
THE WORLD OF WELLBEING

ВАШ ПАРТНЕР ЗА ОРТОМОЛЕКУЛАРНА СУПЛЕМЕНТАЦИЈА

Ортомолекуларна суплементација е синоним за „вистинските молекули во вистинските количини" за секоја клетка во организмот, се со цел да се превенира болест.

HealthAid е светски реномирана компанија и лидер за ортомолекуларна суплементација. Формирана е во 80-те години од минатиот век во Велика Британија. **HealthAid** има преку 560 производи кои ги продава во околу 4.000 аптеки во Велика Британија и во повеќе од 60 земји во светот.

HealthAid се стреми да го обезбеди најдоброто во квалитет, иновативност и вредност.

Сите ефекти на ортомолекуларните производи на HealthAid се базираат на докази. Најверодостојните докази доаѓаат од контролирани клинички испитувања објавени во рецензирани научни списанија.

Ортомолекуларни производи на HealthAid може да помогнат за превенција на развој на болести, зајакнување на имунитетот, воспоставување на електролитен баланс во организмот, нормална функција на клетките, поддршка на конвенционалната терапија.

Ортомолекуларни производи на HealthAid се синоним за стандард на квалитет на суровина што ретко се гледа во индустријата за додатоци во исхраната. Производите се вегански, без: ГМО, глутен, квасци, лактоза, шеќери, соли, вештачки бои и конзерванси.

Ортомолекуларните производи на HealthAid секогаш обезбедуваат правилно дозирање на секоја состојка, засновано на утврдено истражување. Овој пристап е она што ги одделува **HealthAid UK** ортомолекуларните препарати од другите мултивитамински додатоци на исхрана.

Ортомолекуларните производи на HealthAid заедно со конвенционалната медицина се моќна комбинација во превенција и дополна на третирање на болести.

Се е поголем бројот на пациенти кои комбинираат конвенционални и ортомолекуларни препарати за подобрување на нивното здравје!

Корисно инфо за Ортомолекуларните производи на HealthAid
www.healthaid.mk

ПРЕДНОСТИ НА 4 НАЈЧЕСТИ УРОЛОШКИ ЛАПАРОСКОПСКИ ИНТЕРВЕНЦИИ

Во текот на изминатата декада, бевме сведоци на брз напредок и примена на лапароскопијата во сите полиња на хируршката практика. Но во ниту една друга хируршка гранка овие достигнувања не биле подрисутни како во урологијата. Претходните хируршки процедури познати како „златни стандарди“ се заменуваат со новите лапароскопски постапки. Д-р Александар Мицковски, шеф на Одделот за урологија, ги потенцира придобивките од четирите најчесто применувани процедури во уролошката лапароскопија.

СПОЈ НА НАЈСОВРЕМЕНА ТЕХНОЛОГИЈА И ВРВНИ СПЕЦИЈАЛИСТИ

Одделот за урологија во „Ацибадем Систина“ е составен од еминентни доктори од земјава и регионот, кои за пациентите со уролошки проблеми обезбедуваат високософистицирана нега. Покрај стандардните процедури за дијагноза и третман, како и превентивни уролошки прегледи, уролошкиот тим ги изведува и најсложените реконструктивни операции на урогениталниот тракт кај деца и возрасни. Тимот доктори се пионери во многу сложени интервенции, со што може да се каже дека Одделот за урологија е лидер во земјава и регионот. За пациентите на овој оддел, достапен е ласерот Quanta Cyber Ho, најнова генерација холмниумски ласер кој овозможува три типа ласерски операции на бенигна простата - вапоризација, вапоресекција и енулеација (комплетно вадење на простатата), како и кршење на сите типови камчиња во мочен меур, уретра и бубрези, независно од нивната тврдина. Ласерот нуди можност и за комплетно сечење на стеснувањата на која било локација во уринарниот тракт.

1

ЛАПАРОСКОПСКА РАДИКАЛНА НЕФРЕКТОМИЈА е минимално инвазивна хируршка техника, која вообичаено се препорачува за отстранување на карциномски променет бубрег. За разлика од конвенционалната отворена хирургија, која се изведува низ голем хируршки рез, лапароскопската процедура вклучува употреба на лапароскопска оптика во форма на долга цевка и камера, како и серија нежни и прецизни инструменти кои се внесуваат низ неколку мали „портови" - отвори во стомачниот ѕид. За најголемиот број пациенти (освен за оние со енормно големи тумори над 15 см), лапароскопската хирургија остварува исти резултати со класичната отворена процедура, но нуди помала траума на стомачните органи, поголема прецизност, значително помала постоперативна болка, помала крвозагуба, помалку компликации, помалку инфекции и брзо враќање на секојдневните активности и работни задачи. Изведувајќи ја оваа лапароскопска процедура, хирургот ги отстранува:

- бубрегот зафатен од карцином (се става во специјална кеса и се вади низ мал рез), доволен дел од уретрата
- надбубрежната жлезда (ако има потреба), лоцирана веднаш до самиот бубрег
- околното масно ткиво
- лимфните јазли околу големите крвни садови: аорта и вена кава.

Plivit® B Forte

60 тврди капсули

Формулација која содржи
8 витамини од Б групата

1 КАПСУЛА НА ДЕН

Plivit® B Forte

- за нормална функција на нервниот систем
- за намалување на заморот и исцрпеноста
- за нормална функција на имунолошкиот систем

Една капсула содржи:	1 капсула (0,446g)
Vitamin B_1 (tiamin mononitrat)	15mg
Vitamin B_2 (riboflavin)	15mg
Vitamin B_3 (nikotinamid)	15mg
Vitamin B_5 (calcium D-pantotenat)	25mg
Vitamin B_6 (pyridoxine hydrochloride)	10mg
Vitamin B_7 (biotin)	150μg
Vitamin B_9 (folna kiselina)	450μg
Vitamin B_{12} (cyanocobalamin)	10μg

Препорачана дневна доза за возрасни - 1 капсула на ден

ПЛИВА дооел Скопје, Никола Парапунов б.б. Скопје, телефакс: 02 / 3062 702

PLIVA | teva

Пред употреба внимателно да се прочита упатството! За индикациите, ризикот од употребата и несаканите дејства на граничниот производ консултирајте се со Вашиот лекар или фармацевт.

ЛАПАРОСКОПСКА РАДИКАЛНА ПРОСТАТЕКТОМИЈА

е минимално инвазивна хируршка процедура која се употребува за да се отстрани карциномски променетата простата. За разлика од традиционалната отворена хируршка процедура, каде што се употребува голем хируршки рез, овде употребуваме 5 мали отвори, кои се пристапен пат за многу прецизни и современи инструменти. Лапароскопската радикална простатектомија носи далеку помала траума на стомачните органи, помала крвозагуба, неспоредливо помала постоперативна болка, далеку побрзо закрепнување за време на престојот во болница и потоа побрзо враќање на нормални секојдневни и работни активности, како и подобри естетски резултати. Се изведува со општа анестезија, трае околу 2,5-3 часа, бара постоперативно носење уринарен катетер, што е трипати пократко од класичната операција. Исто така, и резултатите во однос на прецизноста во отстранувањето на туморот се далеку подобри поради далеку подобрата визуализација со употреба на современи ендоскопски оптики и камери.

2

ЛАПАРОСКОПСКА ПАРЦИЈАЛНА НЕФРЕКТОМИЈА

е хируршко отстранување на дел од бубрегот зафатен од канцер, со зачувување на што е можно повеќе здраво бубрежно ткиво. Пациентите кандидати за оваа процедура се оние со мали до 5 см бубрежни тумори, или оние на кои зафатениот бубрег им е единствен и им се заканува дијализа. Исто така, битен предуслов е и областа од бубрегот каде што се лоцирани овие тумори. Операцијата се изведува со општа анестезија. Се прават 4 мали инцизии на стомачниот ѕид, низ кои се внесуваат телескопска оптика со камера и мали прецизни инструменти. Клучен момент е запирањето на протокот на крв кон туморски зафатениот бубрег, што овозможува бескрвно отсекување на туморот од околното здраво бубрежно ткиво. Остатокот од бубрегот хируршки се зашива, по што следува ослободување на дотокот на крв. Времето дозволено да се запре крвниот проток кон бубрегот е 25 минути. Лапароскопските парцијални нефректомии се далеку помалку трауматски отколку отворените. Постоперативната болка и престојот во болница се далеку пократки, а движењето и започнувањето со внес на течности и храна започнуваат многу порано. Тоа се однесува и на побрзо враќање на работните и секојдневните активности.

3

ЛАПАРОСКОПСКА ПИЕЛОПЛАСТИКА

е минимално инвазивен начин да се изведе реконструктивен хируршки зафат на вродено или стекнато (од лузна) стеснување на уретрата (каналот што спроведува урина од бубрегот до мочниот меур), на местото каде што тој канал се спојува со бубрегот. Оваа абнормалност на уретрата се вика опструкција на уретро-пиеличен спој (UPJ junction), што резултира со лошо и слабо празнење на урината од бубрегот. Опструкцијата на уретро-пиеличниот спој потенцијално предизвикува стомачна или слабинска болка, камења, инфекции, висок крвен притисок и ослабување на функцијата на бубрегот. Споредено со отворената хируршка техника, лапароскопската пиелопластика резултира со помала постоперативна болка, пократок престој во болница, порано враќање на работа и секојдневни активности, драматично подобар естетски резултат и исход попрецизен и подобар од отворената процедура. Операцијата се изведува со општа анестезија низ три мали 5 и 10 мм резови. Телескопска оптика и камера и тенки прецизни инструменти се внесуваат во абдоменот низ овие пристапни „портови“, што на хирургот му овозможува да го поправи стеснувањето, без да ги стави своите раце внатре во стомачната празнина.

4

СПОЈ НА НАЈСОВРЕМЕНА ТЕХНОЛОГИЈА И ВРВНИ СПЕЦИЈАЛИСТИ

ЗА НАВРЕМЕНА ДИЈАГНОЗА И УСПЕШЕН ТРЕТМАН НА СИТЕ БОЛЕСТИ

Клиничката болница „Аџибадем Систина“ континуирано вложува во најсовремена медицинска технологија. Сите оддели во болницата располагаат со апарати за дијагноза и третман кои се последна генерација на медицината. Она што е од големо значење за пациентите е дека покрај современата технологија, во болницата работи и тим на врвни специјалисти со долгогодишно искуство и експертиза. На овој начин, пациентите имаат можност да дојдат до навремена и точна дијагноза, а благодарение на современата технологија снимањата траат кратко време и притоа пациентите не се изложени на дополнителни зрачни дози.

3Д-ПРИКАЗ НА ВАШЕТО СРЦЕ

На Одделот за кардиологија за пациентите е достапна најновата генерација ултразвучен апарат од светскиот производител за медицинска опрема „GE Healthcare“.

Благодарение на моќната технологија на **ехокардиографскиот апарат GE Vivid E95 R3**, се добива јасна слика за работата на срцето и се откриваат болести на кардиоваскуларниот систем во рана фаза. Овој врвен ултразвучен апарат со специјално дизајнираната ултразвучна 4Д сонда, овозможува најпрецизна, детална дијагностика на заболувањата на срцевиот мускул (кардиомиопатии), како и тродимензионална анализа на анатомијата и патофизиологијата на оштетувањето на срцевите залистоци. Овозможено е и волуменско снимање на целото срце во сите пресеци. Можна е реконструкција на срцето во тродимензионален облик, што значајно ја подобрува дијагностиката на заболувањата на срцевите залистоци. Несомнена е користа во процената на функционалната состојба на срцето.

„Тродимензионалната ехокардиографија во реално време освен што овозможува детална анатомска евалуација на кардиолошката патологија на валвуларните дефекти и кардиомиопатиите, овозможува и прецизно следење на функцијата на заменетите срцеви валвули (биолошки или механички) и рано

детектирање на дисфункција или инфекција на имплантираните валвули. Оваа најсовремена технологија овозможува прецизна анализа на движењето на сегментите на ѕидовите на левата комора, со што се постигнува рана детекција на исхемичната болест на срцето, анализа на ремоделирање на левата комора, како и следење на сегментното движење на ѕидовите по имплантација на стент и хируршки бајпас. Несомнено е и значењето на тумори и маси во срцето и срцевата обвивка. Покрај 4Д-технологија, апаратот ни овозможува изработка на левокоморен – глобален лонгитудинален стреин, моќна алатка за детекција на кардиолошките заболувања во најрана фаза и облик, која ги открива и најсуптилните ткивни промени на срцевиот мускул и кај навидум нормална глобална левокоморна систолна функција. Ова има исклучителна важност кај пациенти со воспаление на срцевиот мускул, симптоматски пациенти со прележана ковид-инфекција, како и подготовка и следење на пациенти кои примаат хемотерапија и радиотерапија“, вели д-р Марина Јруковска, кардиолог.

ЗДРАВА И БЕЗБЕДНА БРЕМЕНОСТ

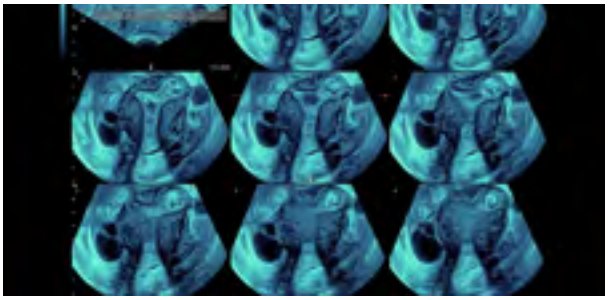
Редовните скрининзи во бременоста се клучни за следење на растот и развојот на плодот, како и за навремено детектирање на одреден тип аномалии. На Одделот за гинекологија и акушерство, прегледите во бременоста се изведуваат на **GE Voluson E10**, најмоќниот и најмодерен апарат кој нуди јасен и прецизен приказ на сите структури на плодот. Скринингот на овој апарат се изведува од страна на врвен тим гинеколози акушери со над 20 години искуство.

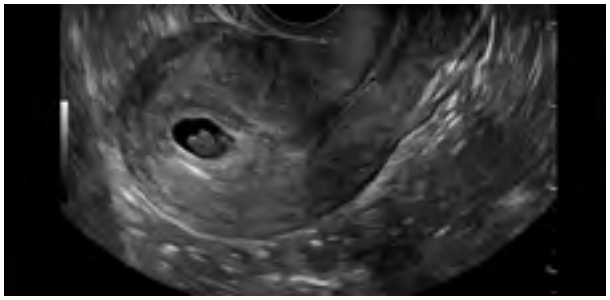
„Ехо-апаратот што го користиме за скрининг во бременоста е најдобриот апарат што го има на пазарот во моментов. Има напредната технологија која ни овозможува јасна слика на сите структури на плодот, со што ни овозможува навреме да се откријат отстапувања во развојот на плодот или појава на одредени аномалии. Апаратот ни овозможува детален скрининг на срцето кој се препорачува да се направи кај секоја трудница, со цел да се избегне евентуално присуство на какво било структурно или функционално нарушување“, вели д-р Павле Димчев, гинеколог акушер.

БРЗА И ПРЕЦИЗНА ДИЈАГНОЗА

Во дијагностичкиот центар во Клиничката болница „Аџибадем Систина“ пациентите добиваат брза и точна дијагноза благодарение токму на новите технолошки можности кои ги нудат модерните ултразвучни апарати за дијагностика, но и третман на одредени состојби и болести. На Одделот за дијагностичка и интервентна радиологија достапна е последна генерација на **дигитален ултразвук LOGIQ E10 SERIES** за радиолошка дијагностика на сите органи со ултрависока резолуција на сликата.

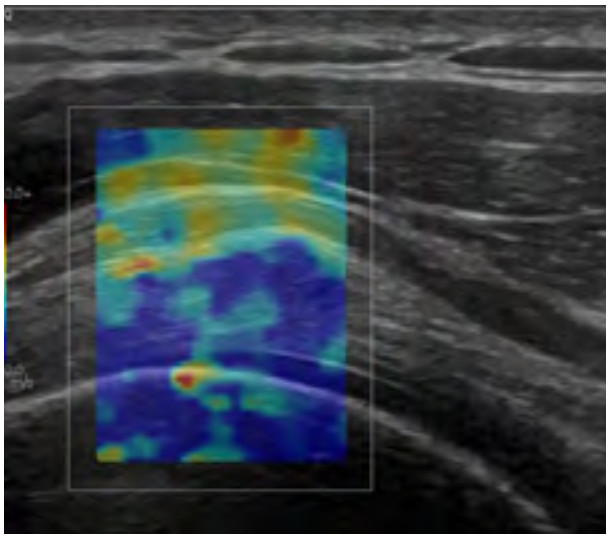
„**Ултразвучниот апарат LOGIQ E10 SERIES** нуди извонредно подобар квалитет на сликата во споредба со претходните генерации, со што на нас дијагностичарите ни овозможува навреме и со голема сигурност да ги откриеме и најсуптилните промени на органите кои се испитуваат.

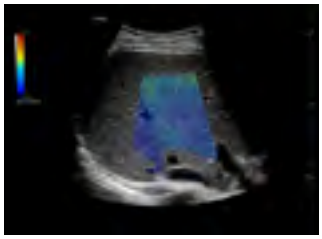


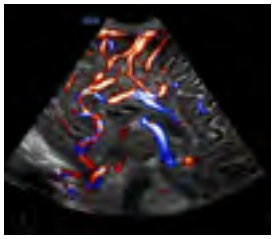


Со негова примена се забележуваат и дискретни промени во црниот дроб, служи и за детекција на лезии во останатите паренхиматозни органи, визуализација на проток на крв и на структурата на крвни садови. Благодарение на најсовремената технологија, овој ултразвучен апарат се користи и за изведување на голем број интервентни процедури“, вели д-р Сенчо Нетков, радиолог.

Со цел да ја овозможи најдобрата и најбезбедна грижа за пациентите, Клиничка болница „Ацибадем Систина“ низ годините инвестира во последната генерација медицински апарати за дијагностика и третман. Со сериозна инвестиција од над 20 милиони евра од отворањето на болницата до денес, го создадовме Дијагностичкиот имиџинг центар опремен со најсовремена технологија. Целокупната опрема е набавена од најголемиот светски производител на медицинска опрема „GE Healthcare“.







Една стара добра поговорка вели

Подобро да се спречи, отколку да се лечи.

Нејзиното значење е особено релевантно кога станува збор за твоето здравје.

Одделот за превентивни прегледи **Check-up** во Ацибадем Систина ти нуди **специјализирана програма** со најнови методи во превентивна медицина, наменски креирана со цел процена на твојата моментална здравствена состојба, но и за **рана дијагноза** на потенцијални посериозни заболувања. Одделот нуди избор меѓу индивидуални check-up програми приспособени на твоите индивидуални потреби според возраста, полот, зачестеноста на одредени заболувања во семејството, животните навики и стил.

Diners Club Ацибадем Систина кобрендираната кредитна картичка ти нуди можност за плаќање до **12 рати и 5% попуст** на check-up програмата како и на **сите услуги** кои ги нуди Ацибадем Систина. Истите погодности можеш да ги користиш и при плаќање во Систина Офталмологија, аптека Дона Фарм и оптика Диоптра.

Грижи се за твоето здравје и олесни си го плаќањето со **Diners Club.**

Дознај повеќе и аплицирај на **www.diners.mk**

ДЕБЕЛИНАТА СѢ ПОЧЕСТ ПРОБЛЕМ КАЈ ЛУЃЕТО

Многу одамна дебелината престана да биде само козметичка грижа или грижа околу тоа кој број панталони да купите. Прекумерната дебелина претставува сериозен медицински проблем кој драматично го зголемува ризикот за појава и ги влошува веќе постојните болести како дијабетес, кардиоваскуларни заболувања, дигестивни проблеми, депресија и одредени форми рак. Дебелината претставува една комплексна состојба, која веќе ја нарекуваме болест.

Постојат многу причини (дел се уште непознати за модерната медицина) поради кои одредени луѓе имаат сериозни тешкотии да изгубат килограми. Д-р Надица Божиновска-Димова, специјалист по ендокринологија, објаснува дека најчесто прекумерната дебелина е генетски детерминирана, но влијаат и многу други фактори како средината на живеење, психолошки фактори, начин на исхрана, редовност и вид физичка активност, како и постоење на некој хормонален дисбаланс.

„Во денешно време навистина не постои доволно време за домашно подготвена храна и за оние традиционални оброци со семејството, поради што многу млади парови најчесто купуваат 'домашна' храна. Меѓутоа, сето ова е една замка која води само во една насока, а тоа е прекумерна дебелина. Социјализацијата со семејството или блиските пријатели во текот на оброкот придонесува кон тоа да јадете поумерено. Доколку јадете гледајќи некоја ТВ-серија или филм, вашиот центар за ситост задоцнето ги добива податоците поради што многу често се прејадувате. Во нашата земја сѢ уште имаме пристап до свежа и вкусна храна, без оној пластичен вкус кој доминира во поразвиените земји, па затоа обидете се да се храните здраво. Не потценувајте ја нашата локална храна и не потпаѓајте на оние модерни трендови со кои се јаде 'свежа' храна која се носи од далечни земји. Нашето тело е генетски детерминирано за овие простори и за оваа храна, па многу често пациентите што држат диети од други (на пр. источни) земји, и покрај тоа што немаат калориски висок внес, сепак имаат потешкотии да ги изгубат килограмите“ – објаснува д-р Димова.

Во последнава една година има и позитивен тренд, сè поголем е бројот на пациенти што доаѓаат и бараат помош за справување со дебелината. Тоа се пациенти коишто со години ја губат битката со вишокот килограми, па решиле да го преземат здравјето во свои раце.

РИЗИКОТ ЗА ДЕБЕЛЕЊЕ СЕ ЗГОЛЕМУВА НЕКОЛКУПАТИ АКО НЕМАТЕ ФИЗИЧКА АКТИВНОСТ

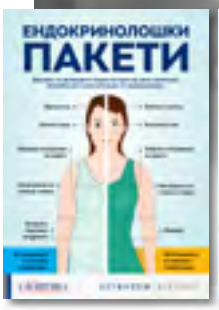
Доколку немате редовна физичка активност, ризикот за дебелина се зголемува неколкупати. Редовната физичка активност го подобрува кардиоваскуларното здравје и го намалува ризикот за дијабетес преку регулација на инсулинската резистенција. Бидете физички активни, па како награда повремено јадете го вашето омилено јадење.

„Одредени хормонални дисбаланси може да предизвикаат тешкотии со загубата на телесна тежина како нарушувања на тироидниот хормонален статус, вишокот кортизол во телото или инсулинската резистенција“ – вели д-р Димова.

КАКО ДА ОДРЕДИТЕ ДАЛИ ВАШАТА ТЕЛЕСНА ТЕЖИНА Е СООДВЕТНА?

Во секојдневната медицинска практика за дијагноза на дебелина најчесто се користи т.н. индекс на телесна маса (Body mass index – BMI), кој се пресметува многу лесно.

„Кај мнозинството индивидуи одредувањето на индексот на телесна маса е доволно за да се одреди во која група спаѓа индивидуата. Меѓутоа, кај одреден дел од популацијата овој индекс не е валиден, затоа што одредени луѓе имаат голема мускулна маса, која лесно може да го прелаже овој индекс, поради што во овој случај се мери и струкот на индивидуата, а во одредени центри како нашиот, во 'Аџибадем Систина', постојат имиџинг методи со кои се одредува прерасподелбата на масно и мускулно ткиво во телото“ – додава д-р Димова.



Клиничка болница „Аџибадем Систина“ ја препозна потребата за навремена евалуација и третман на дебелината, поради што нуди комплетен пакет медицински услуги, според сите светски здравствени критериуми за евалуација на дебелина, каде што здравјето е во прв план! Доколку и вие имате тешкотии и ви пречи вишокот килограми, не чекајте. Не прифаќајте ги оние брзи краткорочно ефективни диети, кои на долги патеки ви прават лоша услуга. Донесете решение за вашето здравје на долг план и дојдете заедно да ја одредиме стратегијата што ќе биде најсоодветна за вас.

Прекумерната дебелина во Македонија е нешто што сè повеќе ги загрижува докторите, пред сè, затоа што е застапена кај младото и работоспособно население. Она што е најпоразувачки е што дебелината во многу случаи се сфаќа несериозно и свесноста за опасноста од прекумерната дебелина е на навистина ниско ниво.

„Во последнава една година има и позитивен тренд, сè поголем е бројот на пациенти што доаѓаат и бараат помош за справување со дебелината. Тоа се пациенти коишто со години ја губат битката со вишокот килограми, па решиле да го преземат здравјето во свои раце. Иако бројот на овие пациенти е сè поголем, најчесто доаѓаат доцна, односно кога веќе се јавени одредени компликации. Добрата вест во сето ова сивило е тоа што дури и со умерена загуба во телесна тежина може значително да се намалат здравствените проблеми што ги носи дебелината. Од оваа причина, постепената загуба во телесна тежина и здравиот начин на живот се вашите најдобри пријатели. Дополнително, во денешно време постојат медицински легитимни начини за утврдување на дебелината, дијагноза на потенцијални хормонални нарушувања, како и официјално одобрен фармаколошки третман на дебелината“ – вели д-р Димова.

НЕКОЛКУ ФАКТИ ЗА ПРЕКУМЕРНАТА ДЕБЕЛИНА ОД СВЕТСКАТА ЗДРАВСТВЕНА ОРГАНИЗАЦИЈА

- Прекумерната дебелина на светско ниво е речиси триплирана од 1975 година досега.
- Во 2016 година повеќе од 1.9 милијарди возрасни (18+) индивидуи биле со прекумерна телесна тежина, а од оваа бројка дури 650 милиони биле дебели.
- 39% од возрасните (18+) биле со прекумерна тежина во 2016 година, 13% биле дебели.
- 39 милиони деца под 50-годишна возраст биле дебели во 2020 година.
- Над 340 милиони деца и адолесценти од 5 до 19 години биле со прекумерна тежина или дебели во 2016 година.

Voluson SWIFT

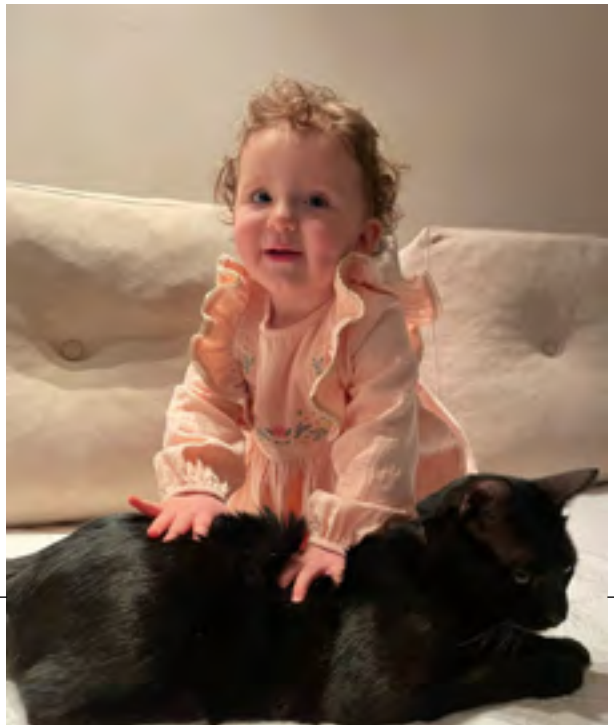
Ова менува сè!
Уникатен, единствен,
4D ултразвук

НЕТ-Електроникс
Ул. Скупи бр.55
тел: 02 3218090
моб: 070219518
емаил: contact@netmh.com.mk

ТОКСОПЛАЗМА НАЈЗАСТАПЕНИОТ ПАРАЗИТ КАЈ ЧОВЕКОТ

Токсоплазмата е инфективно заболување кое е предизвикано од паразитот Toxoplasma gondii кој е најзастапениот паразит кај човекот во светот. Природен домаќин на Toxoplasma gondii се мачките. Според актуелните статистички податоци, 40-50% од популацијата што живее во современите земји е заразена со Toxoplasma gondii, а во неразвиените земји овој процент е дури и до 80%.

Д-р Биљана Ќурчиќ, специјалист по микробиологија и паразитологија, објаснува дека инфекцијата настанува на еден од следниве начини: консумирање контаминирано а недоволно термички обработено месо, пиење контаминирана вода, користење контаминирани алатки за приготвување на храна, консумирање на недоволно измиено овошје и зеленчук, контакт со инфицирани мачки, трансплантација на орган или ткиво од инфициран дарител и пренос на паразитот од мајката на плодот во текот на бременоста.



ЗОШТО СЕКОЈ ОД НАС ТРЕБА ДА СЕ ИСПИТА ЗА ПРИСУСТВО НА TOXOPLASMA GONDII?

Во случај на недијагностицирана и нелекувана токсоплазмоза, паразитот предизвикува сериозни оштетувања на плодот, а кај лица што имаат ослабен имун систем предизвикува животозагрозувачко воспаление на мозокот.

„Кога некој ќе се инфицира со Toxoplasma gondii, паразитот формира циста што може да се насели во кој било дел од телото, но најчесто се населува во мозокот или мускулното ткиво на кој било орган како срцевиот мускул. Сè додека организмот е здрав, паразитот е во неактивна фаза, но во моментот кога ќе се појави друга болест, ќе се земе некој медикамент или ќе настане стрес, кој го ослабува имунолошкиот одговор, настанува тешка инфекција со сериозни компликации опасни по живот“, објаснува д-р Ќурчиќ.

СПЕЦИФИЧЕН ТЕСТ ЗА СИГУРНА И ПРЕЦИЗНА ДИЈАГНОЗА

Олеснителна околност е дека инфекцијата е многу едноставна за дијагноза, а кога ќе се дијагностицира, постои начин навреме да се превенира сериозната инфекција со сите нејзини последици.

„Во лабораторијата за микробиологија и паразитологија во нашата болница постои специфичен тест кој овозможува сигурна и прецизна дијагноза за присуство на паразитот во организмот, како и одредување на временскиот период кога настанала инфекцијата, што овозможува подготовка на прецизен план за превенција и третман. Доколку резултатот е позитивен, во амбулантата за инфективни заболувања пациентот може да добие безбеден соодветен третман за лекување на инфекцијата. Доколку станува збор за млади луѓе коишто планираат формирање семејство, на одделот гинекологија може да се добие совет за третман и превенција на каков било ризик врз здравјето на планираниот плод“ – советува д-р Ќурчиќ.

Во случај да е веќе развиена инфекцијата, прво треба да се направи специфичен тест за токсоплазмоза. Во Молекуларната лабораторија во „Ацибадем Систина“ е достапен и молекуларен тест за докажување на Toxoplasma gondii, кој се применува секојпат кога ќе се појават клинички знаци за инфекција. Тестот е со ПЦР-метода во примерок кој може да е полн со крв или кој било друг тип биолошки примерок како цереброспинална течност, плодова вода и слично. Откривањето на T.gondii со ПЦР е брз и прецизен тест за дијагноза на присуство на паразитот во посочените примероци, дури и кога паразитот е присутен во многу мала концентрација. Серолошките тестови за присуство на антитела кон Toxoplasma gondii докажуваат дека сте имале контакт со паразитот и го одредуваат временскиот период кога настанал контактот, а ПЦР-методата се користи за дијагноза на инфекцијата кога постојат и симптоми предизвикани од присуство на паразитот.

„Стручниот тим од нашата болница, повторно користејќи две надополнувачки а различни методи, со најголема специфичност и точност овозможува скрининг и поставување на дијагноза, има уникатен пристап единствен во нашите лаборатории, со кој се поддржува и подобрува квалитетот на живеење на нашите пациенти“, вели молекуларниот биолог м-р Срекко Рајовски од молекуларното одделение во „Ацибадем Систина“.

По изработка на специфичниот тест, се пристапува кон детален преглед за проценка на состојбата, при што веднаш се започнува со специфичен третман, со цел да се избегне несакан исход од настанатата инфекција.

За да можете безбедно и безгрижно да уживате во планирање и формирање на семејството, консумирање на омилената храна, патување, како и дружење со милениците, докторите советуваат да направите брза и едноставна проверка за присуство на паразитот Toxoplasma gondii.

СО АЕРОКИК ОСЛОБОДЕНИ ОД СТРЕС И ДО СОВРШЕНА ФИГУРА

Во ова време, стресот е еден заеднички именител за луѓето, во услови на зголемен притисок на работа, брз начин на живот, нерегулирано темпо на активности и нездрава исхрана. Тој е поради тоа и една од причините за развој на некои здравствени проблеми. Од друга страна, спортските активности се исклучително важни и имаат големо влијание за намалување на тој притисок. Во Клиничка болница „Ацибадем Систина" функционира Премиум спортскиот центар кој единствен во земјата нуди комплетна интегрирана грижа за здрав живот. Посебна дисциплина која таму можете да ја практикувате е аерокикот, а за сите карактеристики на оваа активност зборуваме со Силвана Велјаноска, која и самата е личен тренер. Како дисциплина, аерокикот гарантира доста придобивки, секако и добра дефиниција на телото, посакувана од сите.

Аерокикот, всушност, се состои од елементи на бокс, кикбокс и аеробни вежби склопени во една програма со висок интензитет. Позната е и кикфит или кардиокик. Велјановска вели дека за време на часот се гарантираат многу согорени калории, но и активирање на многу групи мускули.

„Покрај големиот број согорени калории, ќе ги подобрите својата издржливост, кондиција, сила, самодоверба и се разбира, она што најмногу нè засега, а тоа се формата и дефиницијата на нашето тело. Тренингот трае 60 минути и би го поделила на три дела. Првиот – динамично загревање и кратки интервали за подигнување на пулсот, потоа комбинација на удари со рака и нога кои се изведуваат исклучиво на врека. Притоа немате контакт меѓусебно, што е предност да избегнете каква било физичка повреда, а третиот се вежби за издржливост, стомачни вежби и нормално за крај, истегнување на телото", **вели Велјаноска.**

УПОРНОСТ И ДИСЦИПЛИНА

Впрочем, нема ограничувања за тоа кој сè може да вежба аерокик, односно тоа може да биде и комплетно физички неподготвен човек. Велјаноска вели дека претходната физичка подготвеност може да игра улога само во интензитетот со кој ќе работите.

„Темпото и силата со кои ќе ги изведувате вежбите си ги одредувате сами, но со текот на тренинзите и трудот што ќе го вложите, ќе се подобрите со техниката, кондицијата и ќе бидете многу поблиску до она по кое сте дошле. Дисциплината е она што нè води до целта. Секој тренинг се брои, иако по него не можеме веднаш да ги согледаме резултатите. Не секогаш сме мотивирани и имаме желба да вежбаме, но упорноста и издржливоста ќе нè доведат до она поради кое првично сме започнале со активност. Сето она што секојдневно го гледаме по социјалните мрежи, она што на некој начин нè мотивира да промениме нешто кај себе, најчесто нашиот изглед, не е стекнато преку ноќ. Сите почнале од негде, затоа дајте си време и шанса за да ја остварите желбата. Сè што треба да имате е однапред позната и посакувана цел и на таа цел треба само да додадете тренинг и упорност, односно да останете дисциплиниран. Тука лежат успесите", **вели Велјаноска.**

ТЕРАПИЈА ЗА ОСЛОБОДЕН ДУХ

Сепак, вели дека ослободувањето од стресот е една од клучните карактеристики на аерокикот и дека, всушност, тоа е еден вид „терапија“ за ослободување од стрес.

„Многу луѓе што дошле со лошо расположение одовде, од салата, излегле насмеани. Доколку го комбинирате со фитнес, овој час може да е одлична замена за кардио. Како и повеќето спортови, аерокикот може да се одвива и во група и еден на еден, односно персонални часови“, тврди Велјаноска.

Таа самата зад себе има големо искуство во оваа дисциплина, а моментно прави и лични тренинзи во кои вклучува и дел од себе, од своето искуство. Секој индивидуалец е посебен, но за секоја цел, Велјаноска вложува и доста трпение.

„За да почнеш да работиш со луѓе и да ги учиш некоја дисциплина, прво мора да имаш една убава заднина зад себе, искуство во боречкиот спорт како и аеробикот, а второ да си сигурен во тоа што ги учиш. Не треба да си премногу строг, а сепак да имаш авторитет. Треба да знаеш да донесеш позитивна енергија, да ги мотивираш вежбачите, да им дадеш до знаење дека сакаш да ги научиш, да ги согледаш нивните грешки и да ги кориги раш. Ваквата работа бара трпение, а јас сум сигурна дека го имам кога го правам нештото со љубов“, додава таа.

МОЖЕ ДА ПРАВИТЕ И ДО ПЕТ ТРЕНИНЗИ НЕДЕЛНО

Инаку, според неа, нема определена бројка на тренинзи која се препорачува. Тоа зависи од кондициската подготвеност на клиентот, колку е дисциплиниран и желен за тоа што го вежба.

„Три до пет пати во неделата е сосема доволно, но доколку се занимавате и со друг спорт, може да е доволно еден тренинг во неделата. Нашиот центар е секогаш отворен за оние што сакаат да започнат со нешто ново. Слободно пријавете се на пробен тренинг, можеби тоа е вашето ново хоби“, вели Велјаноска.

Инаку, Премиум центарот за спортска рехабилитација и корективни вежби на справи кој функционира во „Ацибадем Систина“ се простира на 525 квадратни метри и располага со најсовремени справи од брендот Technogym, специјални реформер и кадилак справи за зајакнување на различни мускулни групи и за подобрување на болки во телото. Сите тренинзи се одвиваат под надзор на сертифицирани инструктори.

PREMIUM

СУВАТА АКУПУНКТУРА ГИ РЕСЕТИРА МУСКУЛИТЕ, БРГУ ГИ ОСЛОБОДУВА ТРИГЕР-ТОЧКИТЕ

Различни причинители можат да предизвикаат извесни здравствени проблеми во мускулите, кои во последно време сè повеќе можат да се излекуваат со акупунктура која во земјава полека добива сè поголем интерес меѓу граѓаните. Такананречената сува акупунктура се изведува доста успешно и со одлични резултати во Премиум центарот на Клиничка болница „Аџибадем Систина", во чии рамки функционира и одделот за физикална терапија. Сувата акупунктура значи вметнување тенки стерилни игли во тригер-точките на мускулите, тетивите, лигаментите, кожата и другите меки ткива. Димитар Андреев вели дека со овој вид третман се ослободуваат токму тие тригер-точки во мускулниот систем, и тоа доста брзо и ефикасно.

ШТО ГИ ОПТОВАРУВА МУСКУЛИТЕ

Андреев објаснува дека проблематичните состојби во мускулите ги предизвикуваат низа фактори меѓу кои клучни се: емоционалниот стрес, постурално оптоварување, траума, замор, изменет образец на дишење, лишеност од сон, инфекции и минерални недостатоци. „Откако ќе се утврдат тие проблеми, може да станат самостојни и да опстојуваат со децении сè додека не бидат соодветно ослободени и вратени во функција. Ако тригер-точката не е ослободена, тоа може да доведе до изменето движење на зглобовите и да биде причина за повторливи болки во вратот, колкот и долниот дел на грбот, односно дискомфорт. Сувата акупунктура може физички да ги сруши тригер-точките и буквално да го ресетира мускулот и со самото тоа да се вратат целосната сила и опсегот на движење", вели Андреев. Многумина, сепак, имаат извесни трауми, па и неверувања кога се иглите во прашање. Методот е доста стар начин на третирање и исклучиво наменет кога ќе се утврди потребата за тоа. Може да ја изведуваат само обучени физиотерапевти и тогаш гарантира успех.

ДАЛИ ТРЕТМАНОТ Е БОЛЕН?

„Во споредба со нормалното ткиво, висока точка на концентрација на хемикалии кои предизвикуваат болка може да се најде во тригер-точките на мускулите. Кога иглата се аплицира во таа болна точка, тоа помага да се нормализираат овие хемиски нивоа. Затоа ова помага да се ослободи мускулната контракција и да резултира со намалена болка. Сувата акупунктура е безбедна, минимално непријатна, меѓутоа ефикасна техника за пациенти со одредени мускулно-скелетни проблеми. Сува игла е третман што го вршат квалификувани, обучени физиотерапевти", вели Андреев.

ОД ЕДЕН ДО ЧЕТИРИ ТРЕТМАНИ

Методот има доста придобивки и помага да се зголеми протокот на крв во областа за да се промовира заздравувањето. Исто така, може да ја регулира нервната комуникација во нервниот систем за да го блокира сигналот за болка што доаѓа од мозокот.

Аплицирањето во област подалеку од болката може да го блокира сигналот за болка од погодената област.

Андреев вели дека кога станува збор за времето на лечење, тоа исто така е зависно од индивидуалната сосостојба. Акутните состојби реагираат на кратки периоди, а хроничните состојби реагираат откако третманот ќе се применува подолго. Просечниот број сесии потребни за целосно решавање на симптомите варира во зависност од различни фактори, но обично се движи од 1 до 4 третмани.

Инаку, акупунктурата има широк спектар на клинички апликации. Според прегледот на СЗО (2002), бројни контролирани испитувања ја пријавиле акупунктурата како ефикасна интервенција за разни симптоми или состојби. Сепак, најраспространетата употреба на терапијата е за управувањето со болка, најчесто мускулно-скелетни болки.

Покрај клучните состојби, обучените терапевти утврдиле дека акупунктурата е корисна во широк спектар и на други медицински состојби, вклучувајќи: постоперативно гадење и повраќање, алергии, треска, егзема, замор, депресија и вознемиреност, дигестивни нарушувања, синдром на нервозно црево, неплодност и менструални нарушувања, како и несоница.

ЗА КОИ СОСТОЈБИ СЕ ПРИМЕНУВА АКУПУНКТУРА?

- Миофасцијална болка
- Главоболка
- Менструални грчеви
- Стимулирање на породување
- Болка во коленото
- Болки во грбот
- Ишијалгија
- Периартритис на рамото
- Остеоартритис на коленото
- Акутна болка во забите
- Синдромот на Карпален тунел
- Постоперативна болка
- Тениски лакт
- Леукопенија
- Ревматоиден артритис
- Бубрежна колика

Автоматски тераписки уреди за опструктивна ноќна апнеа

Ноќната апнеа (Sleep apnea) или повторувачки епизоди на прекини во дишењето во тек на спиење е сериозно нарушување кое влијае на целиот организам. Најновиот **CPAP апарат - prismaSMART** од **Löwenstein Medical** нуди нова опција за класично или динамично регулирање на притисокот за персонализирана терапија. Уредот може да се комбинира со навлажнувач за воздух prismaAQUA, назална или ороназална маска.

Несакани ефекти од нелекувана апнеа се:

- Дневна поспаност, неконтролирано заспивање што може да предизвика сообраќајни незгоди доколку управувате со моторно возило.
- Слаба концентрација и тешкотии во помнењето при извршување на секојдневните сврски.
- Несоница, чести главоболки и тригер-фактор за мигрена.
- Промени во крвниот притисок и зголемен ризик од инфаркт и мозочен удар.
- Ризик за развој на дијабетес и метаболен дисбаланс.

Bi-MEK HEALTHCARE TECHNOLOGIES | 20 YEARS TOGETHER

авторизиран претставник на LÖWENSTEIN medical

Миле Поп Јорданов 44 Скопје | 071 389 717 | 02 3296 990 | bimek.com.mk | info@bimek.com.mk

За подобро здравје

УЛОГАТА И ВАЖНОСТА НА ЈАГЛЕХИДРАТИТЕ ВО ИСХРАНАТА

Основни макронутриенти во исхраната се протеините, јаглехидратите и мастите. Секој од овие нутриенти во одредена количина му е потребен на организмот, за негово правилно функционирање. Во процесот на слабеење, кој не е доверен на стручни лица, многумина се одлучуваат да ги исклучат јаглехидратите од исхраната. Ова се случува затоа што владее мислењето дека тие не се здрави и го водат организмот до дебелеење, вели м-р Ана Антовска, нутриционист.

„Треба да се знае разликата меѓу простите и сложените јаглехидрати, за да се разбере зошто сложените јаглехидрати му се потребни на организмот, кои не треба да се исклучуваат од исхраната, освен доколку постои некоја здравствена состојба која го налага тоа и секако тоа да биде советувано од лекар или нутриционист. Простите шеќери се оние што штетно влијаат врз здравјето и ја зголемуваат телесната тежина“, објаснува м-р Антовска.

ФУНКЦИЈАТА НА ЈАГЛЕХИДРАТИТЕ ВО ОРГАНИЗМОТ

Основната функција на јаглехидратите е да му ја обезбедат на организмот потребната количина енергија. Овие макронутриенти ги хранат мозокот и нервниот систем, црвените крвни клетки, го одржуваат системот за варење во добра форма, а со тоа помагаат и за целосното здравје на организмот.

„Во зависност од тоа дали се работи за прости или сложени шеќери, одговорот на организмот ќе биде различен. Со внес на прости јаглехидрати, организмот добива инстант енергија, но потоа доаѓа до брзо кревање на нивото на гликозата во крвта. По ваквиот брз налет на енергија, се случува пад на концентрацијата и чувство на поспаност. Простите јаглехидрати имаат тенденција да се депонираат како масти, откако ќе се внесе поголема количина од нив, од онаа што му е реално потребна на организмот“, објаснува м-р Антовска.

Со внесот на сложените јаглехидрати, одговорот на организмот ќе зависи од тоа колку време им е потребно да се разградат и да стигнат до крвотокот. Овој тип јаглехидрати секако треба да бидат присутни во исхраната. Тие подолго ги задржуваат ситоста и нивото на зголемена енергија во телото.

Главни препораки на нутриционистите за правилна здрава исхрана се да се избегнуваат белото брашно, рафинираниот шеќер кој во големи количини е присутен во рафинираните засладени пијалаци, кондиторските производи, тестенините, пекарските производи, готовите овошни јогурти и др.

Одличен извор на корисни јаглехидрати се: целозрнестите житарки, овошјето, слаткиот компир, тиквата, мешунките, јаткастите плодови, семките и семињата.

Сите овие намирници изобилуваат со растителни влакна, кои претставуваат пребиотици или храна за пробиотиците (корисната микрофлора во гастроинтестиналниот тракт) кои се особено важни за добро дигестивно здравје.

ПЕРФЕКТЕН НА ГИТАРА И ВО ОПЕРАЦИОНА САЛА

НА ХИРУРГОТ Д-Р СМИЛЕВСКИ ЏЕЗОТ МУ Е ВО ДУША

Доктор Драган Смилевски, специјалист по торакална хирургија во Клиничка болница „Аџибадем Систина“, во интересен спој на своите афинитети доста инспиративно го води својот професионален и животот надвор од операционата сала.

Двете негови „љубови“ не се неспоиви, а тоа е впечатокот кога тој зборува за хирургијата, но и за своето активно хоби – музиката. Д-р Смилевски е гитарист во бендот кој опстојува долги години и сè уште има редовни свирки. Вели дека љубовта кон музиката ја има откога памети за себе и дека отсекогаш имал чувство дека музиката претставува нешто многу важно во животот на еден човек.

„За мене претставува важен дел од секојдневјето, почнувајќи од утринското кафе, преку работното место во операционата сала, сè до вечерните часови за одмор и релаксација. Ако ме прашувате кога сум се одлучил за хирургијата како животен повик, веројатно би се сетил и на точниот датум, а тоа е времето кога како студент првпат сум ги почувствувал енергијата и динамиката на еден хируршки оддел во кој денот поминува за миг“, ја почнува својата приказна д-р Смилевски.

ОМИЛЕНАТА ЏЕЗ ЛИСТА

А што е тоа во музиката што буди посебни чувства кај д-р Смилевски? И која музика? Вели дека секој музички жанр или правец има своја убавина и дека човек треба да слушне музика од повеќе или сите жанрови. Па, сепак, најголемо внимание му посветува на џезот.

„Можеби најмногу време му посветувам на џезот кој се трудам да го следам и слушам со посебен интерес. Првиот контакт со џезот ми беше на Скопскиот џез фестивал како средношколец. Мислам дека тоа беше 4. или 5. скопски фестивал. Оттогаш го следам редовно и ретко пропуштам концерт во рамките на фестивалот, а и надвор од него. Но со задоволство ги слушам рок класиците од 60-тите, 70-тите, 80-тите години, југословенскиот нов бран и многу други добри работи“, вели д-р Смилевски.

На прашањето кои се сепак тие негови омилени песни, вели дека ги има многу, а одговорот зависи од периодот кога дава предност на нов албум од некои од неговите омилени музичари.

„Омилената листа веројатно би вклучила музика од Пет Метени, Мајлс Дејвис или Џако Пасториус (инаку легендарен бас-гитарист, еден од најдобрите на сите времиња – мој омилен). Вон џезот тука се: Полис (Стинг), Дејвид Боуви или Ник Кејв“, вели д-р Смилевски.

БЕНДОТ НАСТАНАЛ ЗА РОДЕНДЕН И СѢ УШТЕ ТРАЕ

Иако многумина слушаат добра музика, д-р Смилевски оваа своја љубов во еден период од животот ја претворил во доста активно хоби кога одлучил не само да ја консумира туку и да ја продуцира. Потоа настанал и бендот.

„И тоа е делот од приказната во која музиката само ја консумирав и можев да отсвирам неколку акорди на акустична гитара. Електричната бас гитара, како мој инструмент, е од релативно скорашен датум. Имено, по повод роденденот на еден мој близок пријател, одлучивме со моите пријатели, покрај другите содржини, да подготвиме и да отсвириме една песна. И тогаш почнаа нашите интензивни проби кои не беа ни малку лесни. За среќа, успешно се подготвивме и настапот ни беше одличен. Роденденот помина, но желбата да свириме ни остана. И така продолживме да се собираме и да свириме редовно. Членовите на бендот се мои пријатели со кои се дружиме речиси цел живот“, вели д-р Смилевски.

РЕКРЕАЦИЈА И „БЕГСТВО“ ОД СЕКОЈДНЕВЈЕТО

Д-р Смилевски со посебни емоции зборува за музиката, но вели дека тоа сепак е негова рекреација. Среќен е кога имаат можност да се соберат и да отсвират понекоја песна. Тогаш вели дека чувството е навистина прекрасно и е успешно бегство од понекогаш напорното секојдневје.

„Не верувам дека пред нас е музичка кариера, но сигурен сум дека ни претстои многу и добра забава“, зборува докторот.

Со бендот се собираат еднаш неделно, обично во понеделник, а како што вели, една недела е и доволно време за дома да се извежбаат и да се совладаат нови песни.

„На тие наши ‘проби’ многу често се присутни и дел од пријателите кои немаат ангажман во бендот така што ни овозможуваат да поминеме време заедно, а се разбира, секоја добронамерна критика, добра или лоша, е секогаш добредојдена“, вели докторот.

Подоцна, продолжува, дел од нив се запишале и на музичко училиште и тоа благодарение на Фани и Тино Скендеровски. Д-р Смилевски преку нив го запознал и Џоле Максимовски кој е, всушност, негов учител за бас гитара. „Се работи за виртуозен познавач на инструментот кој е активен на многу проекти во Македонија, но и вон неа. А сепак со способност да ги претстави работите и да ги пренесе како едноставни. Прекрасни луѓе на кои сум им неизмерно благодарен. Имаме семестрални концерти од музичкото училиште кои се отворени за публика и ги препорачувам. Има и понекој сè уште срамежлив обид во некои од скопските локали“, вели д-р Смилевски.

cosmo

УБАВИНА НА ЖИВЕЕЊЕТО

СКЕНИРАЈТЕ ГО QR КОДОТ, ПРЕЛИСТАЈТЕ ГО ТЕКОВНИОТ ЛЕТОК И ОТКРИЈТЕ ГИ НЕОДОЛИВИТЕ ПОПУСТИ

www.cosmotinex.com.mk

cosmotinex

Зебра центар | Skopje City Mall | Lisa центар | ГТЦ | East Gate Mall | Градски Ѕид | Куманово | Тетово

Super TINEX

EAST GATE MALL

ГУРМАНСКИ ПАТ ОКОЛУ СВЕТОТ

ВКУСОВИ ОД ЦЕЛИОТ СВЕТ НА ЕДНО МЕСТО

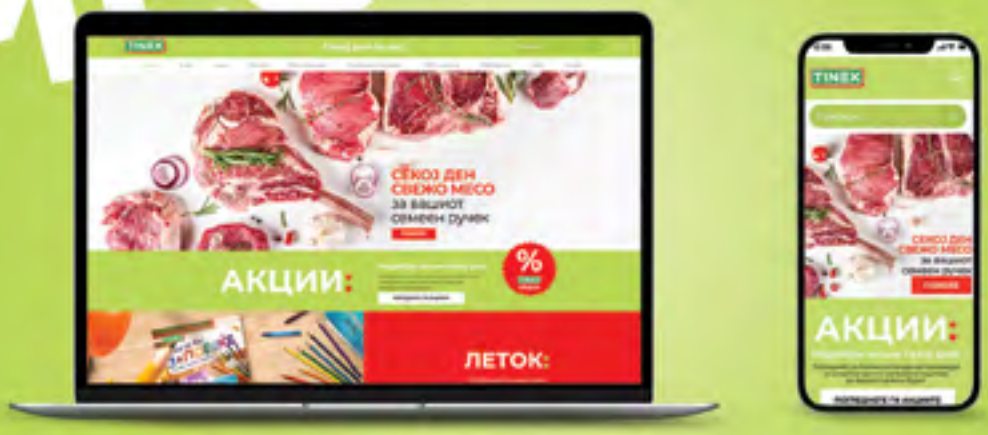
РАБОТНО ВРЕМЕ:

ПОНЕДЕЛНИК - САБОТА
09:00 - 22:00 ЧАСОТ

НЕДЕЛА
10:00-20:00 ЧАСОТ

ЛОКАЦИЈА: -2

СИТЕ АКЦИИ НА ЕДНО МЕСТО



tinex.com.mk

ПОСЕТЕТЕ ГО НАШИОТ ВЕБСАЈТ

И БИДЕТЕ СЕКОГАШ ВО ТЕК СО СИТЕ НОВОСТИ И АКЦИИ ВО

TINEX

FAST DIAGNOSIS AND MINIMAL RADIATION WITH THE NEW COMPUTER TOMOGRAPHY SCANNER AT „ACIBADEM SISTINA“

FOLK SINGER KRUME SPASOVSKI AFTER THE SURGERY: YOU EXTENDED MY LIFE AND NOW MY HEART SINGS

SYMPTOMS, DIAGNOSIS AND TREATMENT OF HEART FAILURE

BREAST CARCINOMA IS CURABLE IF DETECTED ON TIME

AERO-KICK RELEASES FROM STRESS AND GETS YOU A PERFECT FIGURE

BRIEF SUMMARY

DR. SMILEVSKI HAS THE JAZZ IN HIS SOUL, HE IS PERFECT AT THE GUITAR AND IN THE OPERATING ROOM

QUICK INTERVENTION AND EXPERTISE KEY TO LITTLE DAVID‘S LIFE

FOLK SINGER KRUME SPASOVSKI AFTER THE SURGERY: YOU PROLONGUED MY LIFE AND NOW MY HEART SINGS

He has been one of the most famous folk singers in Macedonia - performing on stage for 50 years and has sung many famous Macedonian songs. As the whole nation is moved by his voice, he rules the stage with great emotion. After so many years of living with music, singing from the heart, it was his heart that indicated certain weakness. His condition was not so naive, but now, after the surgery at Acibadem Sistina Hospital, he feels very well, vital and promises new concerts without reservation. Krume Spasovski has marked a generation of famous Macedonian folk singers and currently he is one of the patients of Aleksandar Nikolikj, MD, who actually performed a successful surgery and prolongued his life.

FAST DIAGNOSIS AND MINIMAL RADIATION WITH THE NEW COMPUTER TOMOGRAPHY SCANNER AT "ACIBADEM SISTINA"

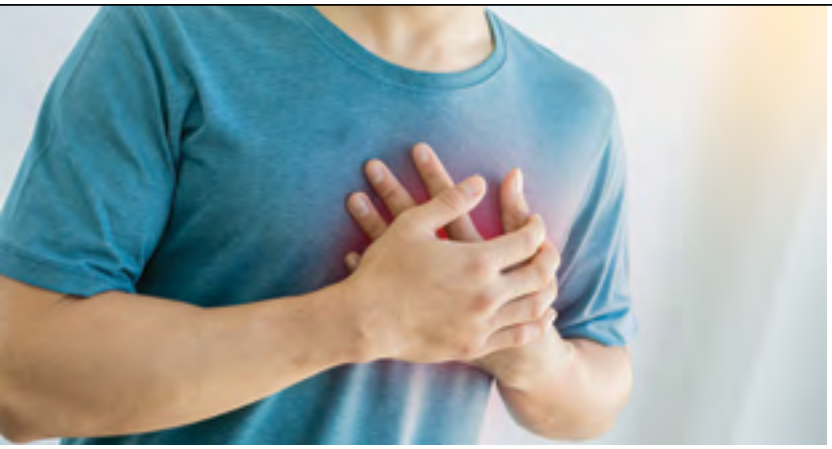
Acibadem Sistina Hospital is the first hospital in the region investing in Revolution Apex, the latest generation of computer tomography scanner. Babies of the youngest age, patients who suffer from heart rhythm irregularities, patients with stents, overweight patients, and patients with kidney diseases can be safely scanned with this machine. The most important is that all scans are performed with an ultra-low radiation dose, up to 80% lower compared to the previous machines.

BREAST CARCINOMA IS CURABLE IF DETECTED ON TIME

Breast carcinoma is the most common malignant disease in the female population both in Macedonia and on global level, while the patient number increases year in year. Our country statistics indicate that the same European trends of increasing breast carcinoma incidence apply to the female population in the country as well. Due to these devastating numbers, doctors emphasize the importance of raising awareness among the population that early detection of the disease is very important for its treatment and thus increasing possibility of long years of survival.

TOXOPLASMA – THE MOST COMMON PARASITE IN HUMANS

Toxoplasma is an infectious disease caused by the parasite Toxoplasma gondii, the most prevalent human parasite globally. The natural host of Toxoplasma gondii are cats. According to current statistics, 40-50% of the population living in modern countries is infected with Toxoplasma gondii, and in underdeveloped countries this percentage is up to 80%.



SYMPTOMS, DIAGNOSIS AND TREATMENT OF HEART FAILURE

Heart failure is not only a pathological diagnosis but a complex clinical syndrome resulting from a morphological or functional heart failure that reduces the ventricular ability to fill or pump blood required to meet the metabolic needs. Zlatana Petkovska, MD, a specialist in cardiology, says that if not treated appropriately this progressive condition leads to a heart function reduction, frequent hospitalizations and adverse outcomes.

MOST COMMON SPINE DISEASES

The most common spine diseases are those of a degenerative nature - a condition where the normal structure and function of the spine gradually deteriorates. This process is inevitable with aging, but it is not equally present in everyone, says Ljulzim Aghai, MD, a neurosurgery specialist.

Many factors affect the spine health, starting from the profession (job activity with too much sitting, lifting heavy loads), genetic predisposition, habits (smokers suffer more), daily habits (passive lifestyle, life without physical activities), etc.

DR. SMILEVSKI HAS THE JAZZ IN HIS SOUL, HE IS PERFECT AT THE GUITAR AND IN THE OPERATING ROOM

In an interesting combination of his affinities Dragan Smilevski, MD, a specialist in thoracic surgery at Acibadem Sistina Hospital, besides his professional life runs a life out of the operating room quite inspiringly. His two "loves" are not incompatible - that is the impression when he talks about surgery, but also about his active hobby - music. Dr. Smilevski is a guitarist in a band that has been around for many years and still performs regularly. He says that he has had love for the music since he can remember and he has always had feeling that music presents very important issue in a person's life.

ADVANTAGES OF FOUR MOST COMMON LAPAROSCOPIC UROLOGY INTERVENTIONS

During the past decade, we have witnessed the laparoscopy rapid progress and application in all fields of surgical practice. However, in no other surgical branch these achievements have been more present than in the urology. Previous surgical procedures known as "gold standards" have been replaced by new laparoscopic procedures. Aleksandar Mickovski, MD, Head of the Department of Urology, emphasizes the benefits of four most commonly applied procedures in urological laparoscopy.

SCHOOL YEAR, A CHALLENGE FOR PARENTS AND CHILDREN

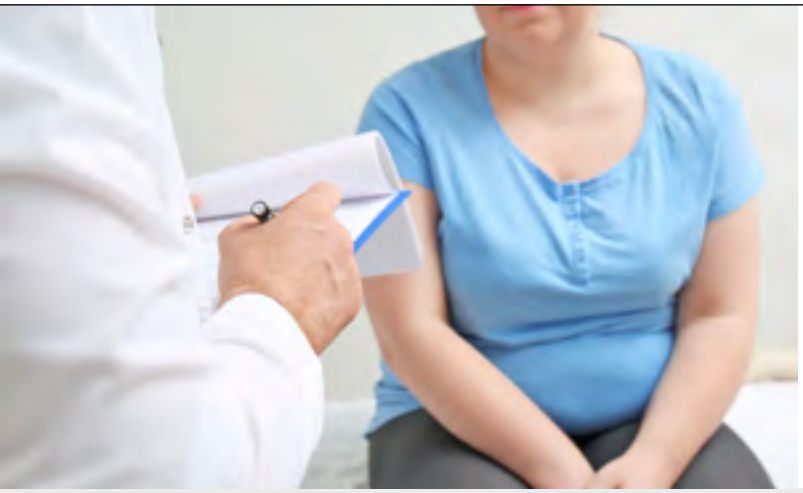
School is one of the biggest challenges in a child's life, and their parents as well. While in school, the child is alone without the care, support and protection by the parent. That is why this moment is stressful for the whole family. According to Aneta Demerdzieva, MD, a specialist in pediatrics, the school is a place where a child experiences the greatest challenges, successes, but also disappointments along with a lack of self-confidence.

AERO-KICK RELEASES FROM STRESS GETS YOU A PERFECT FIGURE

Today stress is a common denominator for people living in conditions of increased job pressure, fast lifestyle, unregulated pace of activities and unhealthy diet. Therefore it is one of the reasons for developing some health problem. On the other hand, sports activities are extremely important and have a great impact on reducing that pressure. The Premium Sports Center operates within Acibadem Sistina Hospital as the only center in the country providing complete integrated care for a healthy life.

QUICK INTERVENTION AND EXPERTISE KEY TO LITTLE DAVID'S LIFE

Congenital anomaly - diaphragmatic hernia was the reason that put the new-born David Ilijovski in a life-threatening condition just a few hours after birth. The quick reaction of the neonatology team that consists of Stanka Tancheva Krstevska, MD, Radica Muratovska Delimitova, MD and Risto Simeonov, MD, a pediatric surgeon, saved the life of this little hero. After only few hours of his birth, the diagnosis was immediately placed and surgical intervention was performed which solved the problem.



OBESITY - AN INCREASINGLY COMMON PROBLEM AMONG PEOPLE

There are many reasons (some still unknown to modern medicine) why certain people have serious difficulty losing weight. Nadica Božinovska Dimova, MD, specialist in endocrinology, explains that obesity is mostly genetically determined, yet many other factors such as: living environment, psychological factors, diet, regular and certain type of physical activity, as well as hormonal imbalance existence.

DRY ACUPUNCTURE RESETS MUSCLES, QUICKLY RELEASES TRIGGER POINTS

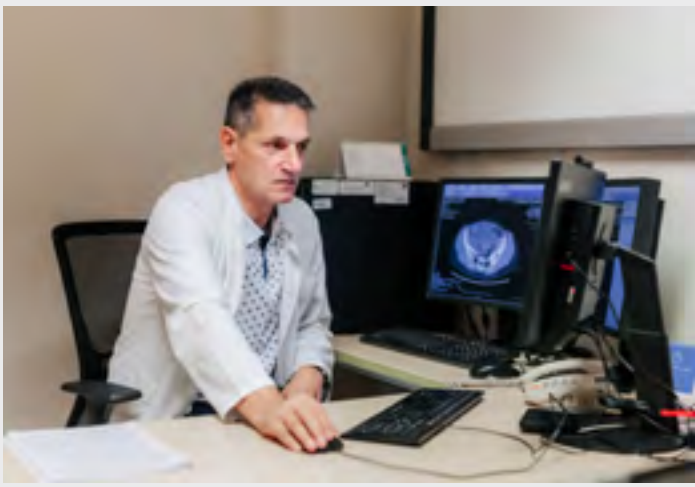
Various factors can cause certain muscle health problems that can be cured more and more recently with acupuncture, which is slowly gaining more and more interest among citizens in the country. The so-called dry acupuncture is performed quite successfully and with excellent results in Acibadem Sistina Hospital Premium Center. Under its scope the physical therapy department also functions.

ROLE AND IMPORTANCE OF CARBOHYDRATES IN DIET

The basic macronutrients in the diet are: proteins, carbohydrates and fats. Each of these nutrients in a certain amount is needed in the body for its proper functioning. In the process of weight loss, which is not entrusted to experts, many decide to exclude carbohydrates from diet. This is so, because the prevailing opinion is that they are not healthy and lead the body to gain weight.

DETAILED HEART PRESENTATION WITH NEW 512-SECTION REVOLUTION APEX COMPUTED TOMOGRAPHY

The recording speed of the new computed tomography with 512 sections per second allows to make a precise image of the heart and coronary arteries, without having a limitation in the selection of patients. Previous generations of computed tomography limited the possibility for patients with irregular heart rhythms, as well as for patients with stents, says Prof. Zoran Trajkovski, MD, a radiologist in Acibadem Sistina Hospital.



ØZEGIN

SOLGAR®

Since 1947

ИЗБЕРИ КВАЛИТЕТ

НАУКА ЗА ПРИРОДАТА

www.zegin.com.mk

APTAMIL PRONUTRA 3
Млекото за мало дете е инспирирано од 50 годишното истражување на мајчиното млеко. Содржи есенцијални хранливи материи, вклучително витамини кои природно ги има во мајчиното млеко, нутритивни влакна (ХМО & ГОС/ФОС)* и витамините Ц и Д кои придонесуваат за нормално функционирање на имуниот систем.
Ваш живот
Наша наука
„Овие денови е тешко да го натераш да мирува, па храненењето ни дава време да се поврземе меѓусебно.“
Aptamil
PRONUTRA
3
Бренд број 1 во Европа во категорија Млеко за мало дете**
*ХМО- олигосахариди од мајчино млеко 3ГЛ, ГОС/ФОС ја имитира структурата на олигосахаридите кои се наоѓаат во мајчиното млеко. 3ГЛ потекнува од нашиот уникатен процес.
** Извор: „Euromonitor International Limited“. Меѓу брендовите на млечни формули за категоријата Млеко за мало дете, врз основа на податоците пријавени од изданието на „Euromonitor International Limited, Dairy Products & Alternatives“ (Млечни производи и алтернативи) од 2022 година, вредноста на продажбата на RSP и податоците од 2021 година. Аптамил ги вклучува Алнирон, Аптамил, Бебилон, Галија и Нутрилон.
ВАЖНА НАПОМЕНА Мајчиното млеко е најдобро за Вашето бебе.
Пред да го користите овој производ консултирајте се со Вашиот здравствен работник.

Единствен во регионот

КОМПЈУТЕРСКИ ТОМОГРАФ
Revolution Apex CT 512 пресеци

- **НАМАЛЕНО ЗРАЧЕЊЕ** ЗА 80%
- **БРЗ И ДЕТАЛЕН ПРИКАЗ** КАЈ МОЗОЧЕН УДАР
- **БЕЗБЕДНО СНИМАЊЕ** НА БЕБИЊА
- **ПРЕЦИЗНА ДИЈАГНОЗА** ЗА МАЛИГНИ И КАРДИОВАСКУЛАРНИ БОЛЕСТИ

call center
02 3099 500
www.acibademsistina.mk

ACIBADEM | SISTINA