

Budai



egészségmagazin ■ magánorvosi centrum

**DIGITALIZÁCIÓ A
FOGÁSZATBAN**

INZULINREZISZTENCIA

OK VAGY
KÖVETKEZMÉNY?

**AZ ULTRAHANG
SZEREPE
A MOZGÁSSZERVI
BETEGSÉGEK
FELISMERÉSÉBEN**

**A RITMUST
A SZÍVÜNK
DIKTÁLJA**

VÁLTSUNK
EGÉSZSÉGESEBB
ÉLETMÓDRA...

**FÓKUSZBAN
A FÉNY-
VÉDELEM**

KOVÁCS PATRÍCIA

ÖNAZONOSNAK, BÁTORNAK, ELŐÍTÉLETEKTŐL
MENTESNEK LENNI SOKSZOR NEM KÖNNYŰ

PESTI MAGÁNORVOSI CENTRUM



KÖVESSEN MINKET FACEBOOKON IS,
folyamatos akciókkal és nyereményjátékokkal várjuk:
<https://www.facebook.com/pestimaganrendelo/>

A KÖVETKEZŐ TEVÉKENYSÉGEKKEL VÁRJUK ÖNÖKET:

Angiológia | Belgyógyászat | Bőrgyógyászat | Diabetológia
Dietetika | Foglalkozás-egészségügy | Gasztroenterológia
Hematológia | Kardiológia | Laboratóriumi vizsgálatok | Nőgyógyászat
Oltóközpont | Tüdőgyógyászat | Ultrahangos vizsgálatok | Urológia



PESTI MAGÁNORVOSI CENTRUM



PESTI
GASZTROENTEROLÓGIAI
CENTRUM



BUDAI OLTÓKÖZPONT

www.budaioltokozpont.hu 36 (20) 288 7248 (csak oltás)

www.bmclabor.hu (06 1) 445 0700

www.budaimaganrendelo.hu (06 1) 794 3980

www.gasztrocentrum.hu 06 (20) 410 1926



PESTI MAGÁNORVOSI CENTRUM – Hotel Helia
1133 Budapest, Kárpát u. 62–64.

E-mail: pestimaganrendelo@budaimaganrendelo.hu
www.pestimaganrendelo • 06 (70) 799 9015



KEDVES OLVASÓINK!



Akik rendszeresen követnek minket, bizonyára tudják, hogy rendelőnk mélyen elkötelezett a betegségek megelőzése, a prevenció, és azt életmódváltás terén.

Éppen ezért nagy öröm számunkra, hogy az Egészséges Életmód Központunkat egy új, tágas, kifejezetten erre a célra tervezett rendelőbe költöztetjük át a Savoya Parkba.

Itt mozgásszervi szakorvos, dietetikus, gyógymasszőr, gyógytornász, jógaoktató, fizioterapeuta, pszichológus segíti pácienseinket, hogy korábbi esetlegesen kedvezőtlen szokások helyett egészséges szokásokat alakítsanak ki. Segítséget kapnak az egészséges étrend összeállításában, kipróbálhatnak több, különböző mozgásformát, illetve begyakorolhatják a gyakorlatok helyes kivitelezését. Tudjuk, hogy egészséges testhez csak egészséges lélek vezet, ezért a mentális egészség eléréséhez, fenntartásához is adunk támogatást. A kicsikre is gondoltunk, számukra iskola érettségi vizsgálat, logopédiai segítség áll rendelkezésre.

Ezek mellett terveink szerint helyet kap egy új bőrgyógyászati, valamint ambuláns sebészeti rendelő is.

Szokás szerint, addig is számos hasznos tippet és szakértői anyagot olvashatnak nyári magazinunkban. Címlapunkon a csodaszép Kovács Patrícia színésznőt láthatják, aki mindennapjairól, szakmai sikereiről és alapítványáról mesélt nekünk.

Magazinunkban szó lesz többek között a napfényvédelem fontosságáról, a szúnyogok elleni védelemről, olvashatnak az egyre gyakrabban előforduló inzulinrezisztenciáról, valamint a meddőségről is.

A nyári hónapokban is szeretettel várjuk Önöket!

DR. PÁCZ ALEXANDRA NÓRA

Orvosigazgató
Budai Magánorvosi Centrum

ÖNAZONOSNAK, BÁTORNAK, ELŐÍTÉLETEKTŐL MENTESNEK LENNI SOKSZOR NEM KÖNNYŰ



INTERJÚ KOVÁCS PATRÍCIÁVAL

Miben rejlik a titok, hogyan tudja mindenképp a legjobbat kihozni?

– Megpróbálok minden helyzetben derűs és nyitott lenni, de ez azért sokszor erőt próbáló, de igyekszem akkor is mosolyogni, amikor nehéz: ha beteg vagyok vagy fáj a hasam, mert azt látom és tapasztalom, hogy ha elmegyek egy közösségbe, vagy az utcára ezzel a fellépéssel, mosolyt kapok vissza.

Mindig így gondolkodtam: hogyha nehézség ér vagy csalódás, akár szakmai, akár magánéleti, akkor nyilván próbálok megérteni, hogy miért kaptam ezt az élettől, hogy nekem milyen dolgom van azzal a nehézséggel, és nem azzal foglalkozom, hogy éppen ki tehet arról, hogy nekem rosszabb így. Soha életemben nem voltam irigy vagy féltékeny. Lehet, hogy akartam egy filmszerepet, de nem én kaptam meg, akkor arra úgy

gondoltam, hogy véletlenek nincsenek és valahogy mindig sikerült magam tartani ahhoz, hogy pozitívan lássam a dolgokat.

Hogyan találja meg a harmóniát, hogy minden egyensúlyban legyen az életében?

– Klasszikus értelemben a harmóniát nagyon nehéz megteremteni, hiszen a nap csak 24 órából áll és annyi mindent szeretnék ebbe beleszűrni. Folyamatos szervezés, menedzselés az életem, hogy a lehető legjobbat hozzam ki egy napból.

Az viszont biztos, hogy felesleges háztisztaikat már nem veszek fel. Próbálok csak a jó dolgokra koncentrálni, inkább kizárom azokat a helyzeteket, amik megzavarnak, igyekszem nem odafigyelni a rossz kommentekre, rossz kritikákra, mert ez teljesen kibillentene az egyensúlyomból. Csak arra fókuszálok, ami a családomat és a munkámat érinti.



Hogyan élte meg a pandémia időszakát?

– Abban az időben, amikor kitört a pandémia, nagyon le voltam terhelve. Folyamatosan forgattunk egy sorozatot, és mellette rengeteget játszottam. Azt éreztem, hogy semmi másra nem vágyom, minthogy fél évig elmenjünk külföldre pihenni a gyermekemmel. Úgyhogy nekem az az időszak egy kötelező szabadság volt, amiben magunk lehettünk, otthon lakásfelújítottunk és rengeteget kirándultunk. Ez pont tavasszal történt, nem jártunk sem boltba, se tömegközlekedéssel sehova, csak az erdőbe mentünk a kutyánkkal és a legközelebbi barátainkkal. Az első pár hónapban nagyon felszabadító élmény volt, aztán már egy picit aggódtam, hogy ez akkor most meddig tart, de aztán megnyugtattam magam, hogy egyszer csak visszaáll majd a világ rendje, és ez így is lett, jöttek is az újabb feladatok.

Mit szimbolizál az Ön Számára az egészség?

– Nagyon fontosnak tartom az egészségmegőrzést. Próbálok mindenre odafigyelni, a házipatikámban minden van, amire csak szükségünk lehet. Sok zöltséget, gyümölcsöt eszem, megpróbálok jó alapanyagokból főzni, de ugyanúgy szedem az echinacea cseppet is, rengeteg gyömbéret eszem (pluszban télen a grapefruit mag kivonatot), és persze C vitamint, D vitamint, cinket és a haj-bőr-köröm állapotát javító kiegészítőket is fogyasztom.

Nyilván jó lenne több „gyógyító” időt adni a szervezetemnek, de havi 25 előadásom van, így, ha valóban szükséges, akkor beveszem az antibiotikumot, persze probiotikummal és mindemellett rendszeresen részt veszek szűrésen is. A hangomra külön nem figyelek, amikor terhelve van, vagy érzem, hogy valami lappang bennem, akkor szorgalmasan beveszem azokat a gyógyszereket, amiket a háziorvos javasol és persze fontos kiegészítője egy színésznőnek az infralámpa és az inhalátor.

Hogyan tartja magát mindig fitten?

– Itthon tornázom, megcsinálók egy jóga-pilates, erősítés kombinációt, egy kisebb fajta köredzést. Nyilván elég egyedi az időbeosztásom és sokszor



a próbafolyamatok is megerhelőek fizikailag, de amúgy szeretek futni és jógázni. Amikor csak tudok, akkor megyek a SUHANI! Fitnessbe – az alapítványunk edzőterme – amit a volt férjemmel alapítottunk. Itt minden arról szól, hogy az ember mit tesz magáért: ez egy teljesen akadálymentes edzőterem, egyszerűen ez egy olyan hely, ahol akadályoztatottságban élő emberek is tudnak sportolni, és ez mind lelkileg és nyilván fizikálisan is rengeteg erőt ad. Amikor az ember mondjuk TRX-ezik, és ott van mellette egy látássérült, és ő is ugyanúgy csinálja, az egy nagyon fontos és motiváló pillanat. Ez egy elfogadó közeg, és nagyon inspiráló abban, hogy mi mindent meg tudunk tenni egyébként ép emberként is magunkért, és lám ott vannak azok az emberek a SUHANI! Fitnessben, akik meg számtalan akadályoztatottságuk ellenére is ott vannak és tesznek magukért. Úgyhogy mindig

egy nagy felkiáltójel a SUHANI! ami nagyon fontos a számomra!

Mit szeretne még megvalósítani, milyen tervei vannak a következő időszakra vonatkozóan?

– Az évad végén előbemutatóm volt a Vígszínházban, Molnár Ferenc Üveg-cipője, Mohácsi János rendezésében. Ez egy elképesztően nagy feladat és az egész társulatnak, köztük nekem is hatalmas lehetőség. Június közepéig minden napomat ez töltötte ki, próbáltam minden utat bejárni, amit be lehet járni ezzel a szereppel és ezzel a csodálatos történettel. Természetesen vannak hosszabb távú tervek, amikről még nem mesélhetek, de nyilván a legfontosabb, hogy boldog szeretnék lenni, és szeretném, hogy mindenki, aki körülöttem van hasonlóan boldog legyen.

DIGITALIZÁCIÓ A FOGÁSZATBAN



A digitalizáció a fogászatban már nem a jövő, hanem a jelen, mi pedig ennek a jelennek vagyunk a szerves részei – mondja **DR. VESZPRÉMI SOMA**, a **BMC Fogászati és Implantológiai Centrum vezetője**. Mára a fogászati



DR. VESZPRÉMI SOMA

palettánknak gyakorlatilag minden területére beszivárgott a digitalizáció. Minden munkafolyamatunkat próbáljuk ennek szellemében végezni, ami a páciensre nézve

annyit jelent, hogy az eddigi megszokott, hagyományos eljárásokat felváltják a digitális eljárások, amikkel sokkal gyorsabb, sokkal pontosabb és a kellemetlenségektől mentes kezeléseket, illetve produktumokat tudunk készíteni.

Mit is jelent ez a gyakorlatban – például egy oral scanner segítségével (ami egy digitális lenyomatot készít a szájüregről) ki tudjuk váltani a korábbi szilikonos-, gipszes lenyomatokat, amelyek számos kellemetlenséggel jártak a páciens számára (legyen szó akár öklendezésről, akár a lenyomatoknál szájba vételének diszkomfort érzetéről). Ezt ma már ki tudjuk kerülni az oral scannernek köszönhetően, és gyakorlatilag fél perc alatt kész is a digitális lenyomatunk. Továbbá kiküszöböljük a korábbi, hagyományos technológiák pontatlanságát (hiszen lehetséges a lenyomatnak, vagy a gipszmodellnek valamennyi pontatlansága), de így, hogy közvetlen digitális lenyomatot tudunk készíteni a fogatról, mikron pontosságú fogműveket, koronákat, betéteket, implantációs pótlásokat kapunk.

A mi specializációnk az implantológia, azaz a fogászati implantátumok beültetése. A digitalizáció természetesen itt is megjelent, így a gyakorlatban egy digitális lenyomatot és a

páciensről készült CT felvételt egy erre kifejlesztett számítógépes szoftverben összerakjuk, és ott a szoftverben tervezzük meg az implantátumoknak a pozícióját. Ezután ennek mintájára 3D nyomtatásos technológiával egy ún. műtéti sablont készítünk, aminek a segítségével pontosan odakerül az implantátum, mint ahová előtte megterveztük. Ez a páciensnek azért is jó, mert egyrészt kiküszöböljük a nem várt eseményeknek a kockázatát, kizárjuk a szövődeményeket és minden olyan lehetséges problémát, ami a szabadkezü implantációval járhat. Ezáltal teljesen biztonságossá válik a beavatkozás, van, hogy még varratot sem kell készíteni, sőt vágni sem kell az ínyt, így a páciensnek sokkal hamarabb elmúlik a kellemetlenség. Van, hogy nem is jelentkezik duzzanat vagy fájdalom, mert annyira minimál invazívan tudjuk beültetni az implantátumokat – mindent a legtokéletebb pozícióban. Ez a technológia megengedi még azt is, hogy az implantátum beültetésével egyidőben rögtön rá tudjunk tenni ideiglenes rögzített koronát, ami a páciens számára azért zseniális, mert rögtön van ott foguk, nem kell kivárni fog nélkül a gyógyulási időt, továbbá az esztétikai megjelenés, illetve a funkció, az is azonnal biztosított – és ez csak pár a számos előnye közül.

Ma már ezeket a beavatkozásokat rutinszerűen végezzük, holott nagyon új technológiáinak számít, de ahogy azt már csapatunktól megszokhatták, mindig arra törekedtünk (és a jövőben is arra fogunk), hogy a legújabb technológiákat használjuk a páciensek érdekében.

Világszinten is kevesen alkalmazzák ezt a digitális technikát, Magyarországon pedig mi nagyon élen járunk ebben. Ez egy óriási dolog, aki páciensként ezt az eljárást megtapasztalta nálunk, az nagyon meg volt elégedve vele és viszi tovább a jóhírünket. Akár régi hidaknak a kiváltását is meg tudjuk úgy csinálni, hogy két kezeléssel belül megkapja az implantátumokat a páciens és a híd ki van váltva szóló koronákra. Ez a mi fő küldetésünk: hogy a páciensek elégedetten távozzanak és a legjobbat teremtjük meg a számukra.



„...A mi specializációnk az implantológia, azaz a fogászati implantátumok beültetése.

...Ahogy azt már csapatunktól megszokhatták, mindig arra törekedtünk (és a jövőben is arra fogunk), hogy a legújabb technológiákat használjuk a páciensek érdekében....”



Nagy örömről szolgál, hogy a Nobel Biocare cég, akik a világ egyik vezető implantátum gyártói - és akikkel mi is együtt dolgozunk, így kiemelkedő minőségű termékeket használunk -

egy elismerő kitüntetéssel jutalmazott minket. Nobel Biocare Excellence díjas klinika lettünk, és ezt a kitüntetést Magyarországon csak 15 rendelő mondhatja magáénak. Ennek a díjnak az odaítélése abból áll, hogy egyrészt eredeti és jó minőségű termékeket használunk, illetve, hogy mi egy implantológiai centrum vagyunk, ahol rutinszerűen végezzük ezeket a beavatkozásokat, továbbá minőségi ellátást biztosítunk. Ők így rangsorolják a klinikákat világszerte, ahogy Magyarországon is, ezt a díjat pedig a 2022-es évre vonatkozóan kaptuk.

Kérdése van?

Forduljon hozzánk bizalommal:

Tel.: +36 (70) 771 5221

info@bmcfogaszat.hu

www.bmcfogaszat.hu

www.budaimaganrendelo.hu

1117 Budapest, Fehérvári út 82.

1. emelet



**BUDAI FOGÁSZATI ÉS
IMPLANTOLÓGIAI CENTRUM**

FOGÁSZATI CSAPATUNK:



**DR. VESZPRÉMI
SOMA**



**DR. BEKE
ZSÓFIA**



**DR. NAGY
NÁNDOR**



**DR. BORFAI
DIÁNA**



**DR. JIPA
ARNOLD**



**DR. KOVÁCS
MÁTÉ**



**DR. PETZKE
ANNA**



**DR. RÉGENI
BÉLA**



**DR. SZILVÁSI
LILLA**



**KÖTELES
ANDREA**



**MEGYES
RÉKA**



**NAGY
CSENGE**



IZZADÁSGÁTLÁS BOTOX INJEKCIÓVAL

A nyári időszakban szinte mindenkinek ismerős a verejtékezés. A rendelkezése álló kozmetikumok, dezodorok, parfümök széles skálája áll ma már rendelkezésre, amellyel csökkenthetjük az izzadás okozta kényelmetlenségeket, azonban súlyos esetben ezek sem tudnak segíteni.

– Szerencsére az izzadásgátlás ma már botox kezeléssel is elérhető! Akik igazán tartós megoldást szeretnének, azoknak az orvosi esztétikában széles körben alkalmazott ráncatlanító, a botulinum A toxin (Botox, Dysport, Vistabel stb.) tud megoldást nyújtani – hangsúlyozza **DR. SZÉCHENYI KORNÉL**,

a Budai New Beauty Orvos-Eszztétikai Központ vezetője.

Mi a botulinum A toxin (Botox®, Dysport® stb.) és hogyan hat?

A Botox neurotoxin egy tisztított fehérje, amely azáltal csökkenti az izzadást a kezelési területen, hogy átmenetileg blokkolja a kémiai jelátvitelt az izzadásmirigyek idegvégződésein, így azok nem választanak ki verejtéket.

A botox kezelés után általában 6-8 hónapig tart ez a hatás. Átlagosan 6 havonta érdemes a kezelést megisméltetni, ha tartós hatást szeretnénk elérni.



**DR. SZÉCHENYI
KORNÉL**

Fájdalmatlan a kezelés?

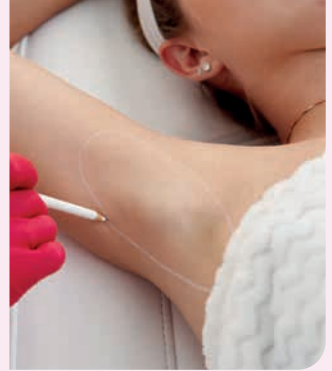
Képzett orvosaink gondoskodnak arról, hogy az injekciózás során a lehető legkevesebb kellemetlenséget kelljen pácienseinknek elviselnie.

Meddig tart a beavatkozás?

A kezelés hossza a kezelt terület nagyságától függ. Átlagosan 10-20 percig tart egy terület injektózása.

Mennyi idő után kezd hatni a Botox?

Az izzadásgátlás a kezelés után pár nappal kezdődik és maximumát egy hét után éri el.



Mely területek kezelhetők botoxszal?

- ❶ **Hóaljak** – A Botox injekciók nagyon eredményesen csökkentik az izzadást szinte minden esetben. A legtöbb embernél 90%-kal csökkenthető az izzadás mértéke.
- ❷ **Tenyerek** – Úgy látjuk, hogy a Botox kezelés nagyon hatékony a tenyér izzadásának csökkentésében. Mivel ez a testrészünk nagyon érzékeny, felületes érzéstelenítéssel és fagyaszttal csökkentjük az injekció okozta fájdalmakat.
- ❸ **Homlok** – Mindössze néhány injekció szükséges ezen a területen az izzadás csökkentéséhez. A ráncatlanítás és izzadásgátlás egy ülésben történik.
- ❹ **Lábak (talpak)** – Sokan nagyon elégedettek ennek a területnek a kezeléskor elért eredményével, ugyanakkor ez nem olyan egyenletes, mint a tenyér esetében.
- ❺ **Egyéb területek** – Hatékonyan csökkenthető a lágycék, mellkas és derék izzadása.



Van-e mellékhatása a kezelésnek?

Mellékhatások ritkán fordulnak elő. Ezek általában kisebb bevezések, vagy duzzanat az injekció beadása helyén. Ritkán átmenetileg csökkenhet az izomerő a kezelt tenyér környékén. Egyéb megfigyelt mellékhatások a szájszárazság, fáradtság, fejfájás, nyaki fájdalom és szemszárazság.

Mindenki kaphat ilyen kezelést?

Van néhány korlátozás a botoxszal történő izzadásgátlás vonatkozásában. Várandós kismamák, szoptató anyukák, ismert idegrendszeri betegségben szenvedők (pl. i.e. Myasthenia Gravis vagy Eaton Lambert Szindróma), a botulinum toxin készítményre, különösen az abban lévő fehérjére való érzékenység esetén a kezelés nem alkalmazható.

Telefon: +36-30-447-7826



new beauty

BŐVEBB INFORMÁCIÓ
AZ ALÁBBI HONLAPOKON:
www.budaimaganrendelo.hu
www.newbeauty.hu

MELYEK A LEGGYAKRABBAN ELŐFORDULÓ BETEGSÉGEK A VILÁGBAN, AMIT A SZÚNYOGOK ADHATNAK ÁT NEKÜNK?

HOGYAN VÉDEKEZHETÜNK ÉS MIT ÉRDEMES TUDNI RÓLUK?

A világ különböző területein eltérő kockázatoknak lehetünk kitéve. A trópusi, szubtrópusi területek jelentik a legnagyobb veszélyt különösen az esős időszakban és azt követően. Természetesen az utazás hossza, jellege is fontos tényező.

– A volumenét tekintve a két leggyakoribb betegség a **Malária** és a **Dengue-láz** – mondja **DR. BÉRES SZUSZANNA KATALIN**, a **Budai Oltóközpont vezetője**. – A Föld lakosságának **csaknem fele** olyan területen él (4 billió ember) ahol jelen vannak a betegséget terjesztő fertőzött szúnyogok. Ázsiában az ottbóli időszakban egyre nagyobb területeket érint a **JE**. (Japán Encephalitis, több országban él oltják a gyermekeket). Sárgaláz ellen egy oltás életre szóló védeltséget nyújt, az ezt igazoló dokumentum 40 ország esetében a belépés feltétele – hangsúlyozza a vakcinológus.

Malária

Laveran francia származású katonas orvos az Afrikában szolgált, tömegesen megbetegedett katonák vérében talált rá a protozoonra. Ez a felfedezés 1907-ben Nobel-díjat ért. 5 altípusa ismert a kórokozónak, melyek eltérő tulajdon-

ságúak. Ezt kezelésnél, gyógyszeres megelőzés esetén a szakembernek figyelembe kell vennie. A legsúlyosabb szövödményes eseteket okozó típus Afrikában van jelen (P. Falciparum). A fertőzött területeket 125 milliónál is több turista látogatja éves szinten, közülük 10 ezren **térnek vissza maláriásan**. A betegség előfordulása csökkenő tendenciát mutat, habár a világ lakosságának fele még mindig olyan területen él (4 billió) ahol reális veszély lehet a betegség. Jelenleg **már csak 85 ország** érintett (korábban 110 feletti is volt ez a szám). A Maldív szigetek például 2016-ban, Kína 2021-ben vált malária mentessé. Az elmúlt két évtizedben 36%-kal sikerült csökkenteni a körkép miatti emberi veszteségeket. A halálessetek 90%-a is az Afrikai kontinensen fordul elő, az érintettek 80%-a 5 év alatti gyermek. 600 ezernél is többen halnak meg évente a betegség következtében a világban. Az endémiás területen élők általunk nem teljesen ismert mechanizmussal 5 éves koruk után már részleges védeltséget élveznek, az immunrendszer működésének köszönhetően, de, ha elhagyják a területet ez fél éven belül elvész. Egy átlag utazó lényegesen fogékonyabb a betegsége. A **protozoon** a fertőzött nőstény szúnyogok csípésével kerül a szervezetbe, és folytatja életciklusát, mely kezeletlen esetekben végül az oxigén szállító vörösvértestek szétesését okozza, ami komoly gondot jelent a szervezet számára. A fertőzött szúnyogok által a vérbe injektált olt (sporozoita 10-50 db) a májban indul fejlődésnek, majd innen kiszabadulva (merozoita alak, 5-15 nap) a vörösvértestekhez kapcsolódva ismét



DR. BÉRES SZUSZANNA KATALIN

szaporodásnak indul, majd kiszabadulva újabb vörösvértesteket támad meg. A folyamatot csak az időben kezdett, megfelelő kezelés képes megszakítani. Sajnos létezik egy úgynevezett alvó állapota a kórokozónak (hypozoita), mely a májban **megbújhat** és reaktiválódhat, akár évekkel később is, **mikor már talán az utazásra sem emlékezünk**. Ezért fontos a visszatérést követően kialakuló lázas állapot esetén kizárni az esetleges fertőzést. Terhesek, 5 év alatti gyermekek kiemelt rizikócsoportot képviselnek.

Dengue-láz

A WHO a 10 legnagyobó közegészségügyi fenyegetettség közé sorolja, ezt a szintén szúnyogcsípéssel terjedő **vírusos** betegséget. Volumenét tekintve a betegség előfordulása rohamosan növekszik, az elmúlt 30 évben 85%-os emelkedés tapasztalható. Már több, mint 129 országban van jelen a fertőzött szúnyog. Terjedésének kedvez az urbanizáció, klímaváltozás, népességnövekedés. Napjainkban is jelentősen átul jelentettnek gondolják a szakemberek. 1985-ben Ázsiából a betegség az amerikai kontinensre is eljutott, de az esetek 70%-a Ázsiában fordul elő jelenleg is. Városi, fél városi környezetben van jelen leginkább a betegséget terjesztő szúnyog (malária a vidéki környezetben jellemző). Ez a típusú szúnyog **napközben** is támad. 4 emberből csupán egy esetben alakul ki a nem igazán specifikus tünetegyüttes. 20 esetből nagyságrendileg egy alkalommal okoz nagyon komoly betegséget a vírus, ami akár kórházi ápolást is jelenthet. 40 ezer ember vesztünk el a szúnyogok csípése miatt évente. A súlyos esetek ismételt fertőzőskor alakulnak ki általában, melyet a négy

A következő összefoglaló táblázat segíthet a megelőzésben!

	Malária	Dengue-láz	Japán encephalitis /JE lényegesen ritkább, mint a másik két betegség
Mikor jelentkezhetnek a tünetek a csipés után?	10-15 nap, de lehet évek is (májban megbúvó alvó alak miatt) 80%-ban 3 hónapon belül jelentkeznek	2-7 nap	5-15 nap
Mi okozza a betegséget?	protozoon 5 típusa ismert	vírus 4 fő típusa ismert	vírus
Leginkább érintett régiók	a Föld lakosságának fele fertőzött területen él, 85 ország Afrikában a legsúlyosabb a helyzet (de több kontinens érintett)	a Föld lakosságának fele fertőzött területen él 129 ország Ázsia 70%-ban, Csendes-óceáni térség	legkevésbé Japán, az immunizációs programok miatt, amúgy 24 ország Ázsia (pl.: Kína, India, Indonézia, Nepál)
Mikor támad az adott szúnyog?	napnyugta és napfelkelte között	napközben is	leginkább alkonyatkor
Hol jellemző az előfordulása az adott területen belül?	vidéki környezet	városi, fétvárosi környezet	jellemzően vidéki környezet, de fétvárosias területeken is előfordulhat
Mik a jellemző tünetek?	nincs , kezdetben: fejfájás, hidegrázás, láz, majd: extrém gyengeség, fáradtság, sárgaság, nehézlégzés, zavartság, sötét vizelet...stb. láz esetén ki kell zárni a fertőzöttséget (gondolni kell rá)!	nincs , változó, gyakran tünetmentes az első alkalommal láz és bármelyik még: kiütés, hányinger, hányás, fejfájás, szemgolyó mögötti fájdalom, csont, izom, ízületi fájdalom, vérzés minden negyedik fertőzött személynél kialakulnak a tünetek gondolni kell rá , súlyos tünetek esetén kórházi kezelés szükséges!!	magas láz, fejfájás, hányás gyermek ek esetében gyakoribb a komoly lefolyás, ahol kialakul az agyi érintettség: 30% az esélye a páciens elvesztésének, az esetek felében maradványtünetek lesznek a felépülést követően 100 fertőzött esetén csak 1 alkalommal lesznek tünetek.
A megelőzés lehetőségei utazóknak	aszepifikus , specifikus (gyógyszer) indulás előtt kezdve, a kórokozó érzékenységét figyelembe véve	aszepifikus	aszepifikus , specifikus (vakcina) 1 hónappal hosszabb út esetén mérlegelhető az alkalmazása
Vakcina felhasználásának lehetőségei	csak lokálisan, az 5 év alattiak halálozásának mérséklésére utazók számára megfelelő védelmet biztosító még nem elérhető!	alkalmazása utazók számára sok kockázatot jelenthet, bonyolult (csak igazoltan a betegséget átvesztelt egyén oltható) nem javasolt	van, mérlegelhető az alkalmazása 2 dózis szükséges
Kezelés	létezik, de csak időben elkezdve eredményes	nincs , csak tüneti tilos non-szteroid készítménnyel lázat, fájdalmat csillapítani (aspirin, ibuprofen vérzés fokozása miatt)	nincs , csak tüneti
Természetes védtetés	5 éves kor után a fertőzött területen élőkénél kialakul, de nem teljes , területet elhagyva fél év alatt elvész	az adott típusal szemben örök , de más típusal történo ismételt fertőzés veszélyes lehet (a felkocott immunválasz lehetősége miatt)	kialakul, életre szoló

altípusból egy másik fajta vírus szervezetbe kerülése okoz, ami fokozott immunválaszt generálhat (nem árt, ha ezt tudja az utazó). Fontos a komoly esetek sikeres kezelésénél az **időben történő diagnózis**. Vakcina elérhető, utazók esetében még nem javasolt oltás.

Mit kell tudnunk a sikeres megelőzéshez?
Legyünk tisztában a **kockázat mértékével** egy-egy úti cél esetén. Ennek megfelelően **védekezzünk**, ha az adott területen erre szükségünk van (utazási medicinában jártas szakember segít a kockázat becsülésben). **Egy kialakuló**

lázás állapot esetleg jelentheti egy komolyabb betegség kezdetét, akár már az út alatt, vagy a visszatérést követően.

Mit jelent az aspecifikus védekezés?

Elkerüljük, megelőzzük a szúnyog-csipést (általánosságban), **kültéren, beltéren** egyaránt. **Szúnyogriasztót** használunk a szabad bőrfelületeken, melyre igaz, hogy a DDT, picaridin, IR3535 tartalma **legalább 30%-os** (az utasításnak megfelelően ismételjük a riasztó felvitelét). Amennyiben lehetséges ruhával csökkentjük a szabad (csiphető) bőrfelületet. Megfelelően impregnált háló alatt aludjunk, ha szükséges a ruháinkon is alkalmazhatjuk a permethin nevű anyagot. A légkondicionálót általában nem kedvelik a szúnyogok. Csak szúnyogmentes helyen aludjunk, ha kell betétri szúnyogriasztót is használjunk. Nyitott ablak csak szúnyogháló mellett javasolt. Ezek a módszerek általánosságban minden szúnyog terjesztette betegség ellen védelmet jelentenek. Csecsemők, terhesekek esetén több úti cél nem javasolt!

Mit jelent a specifikus védekezés?

védőoltás: Malária, Dengue-láz esetén utazóknál nem alkalmazható (mellékhatás profil, nem megfelelő védelem). J.E. esetén hosszabb út (**1 hónapon túl**) javasolható a védőoltás. Maláriával fertőzött területeken magas kockázat esetén alkalmazható a gyógyszeres megelőzés.

Amennyiben indulás előtt utazási medicinában jártas szakemberrel konzultál, fontos lépést tett az egészsége érdekében!

Forduljon hozzánk bizalommal, az alábbi telefonszámon segítségére leszünk: 06 (20) 288 7248.

Budai Oltóközpont
1117 Budapest, Fehérvári út 89–95.
Gondoljon idejében a megelőzésre, kerüljön versenyelőnybe a kórokozókkal szemben!
A nagy érdeklődésre való tekintettel Oltóközpontunk már Pesten is várja Pácienseinket, a Hotel Héliában (1133 Budapest, Kárpát u. 62–64.)!

EMPÁTIÁVAL ÉS MODERN ESZKÖZÖKKEL, A **PROKTOLÓGIA** SZAKTERÜLETÉN IS



A Budai és Pesti Gasztroenterológiai Centrumok csapata azzal a küldetéssel dolgozik, hogy az emésztőszervi problémák teljes területén nyújtson komplex, mindenre kiterjedő megoldásokat. A csapatot tapasztalt és szakképzett kollégák alkotják, akik számára fontos, hogy a legmodernebb technikai újdonságok alkalmazásával tegyenek azért, hogy a beavatkozások a korábbinál gyorsabbak, hatékonyabbak és a lehető leginkább fájdalommentesek legyenek. A rendelő egyik kiemelt szakterülete a proktológia, ahol a gyógyítást empátiával, hatékony megoldásokkal és most már egy új, modern eszközzel végzik a **proktológus szakorvosok, DR. SIMON BALÁZS és DR. FERREIRA GÁBOR.**



**DR. SIMON
BALÁZS**



**DR. FERREIRA
GÁBOR**

Miben segít a proktológus?

A proktológia a sebészetnek a végbéllel és végbélnyílással, illetve ezek betegségeivel foglalkozó ága. A végbél és végbélnyílás betegségei sajnos nagyon általánosak, rengeteg ember szenved miattuk. A jó hír, hogy ezen betegségek legnagyobb része ambuláns keretek között jól kezelhető, gyógyítható. A betegségek egy része fájdalommal jár, itt leg-

gyakrabban a végbélnyílás rendkívül érzékeny bőre is érintett. Más esetben egyéb panaszok lépnek fel, melyekhez fájdalom (legalábbis kezdetben) nem társul. Ezen tájék panaszai, különösképpen fájdalma, napi életvezetésünket, szociális, illetve szakmai funkcióinkat a legteljesebb mértékben rombolhatja.

Komoly nehézséget jelent a gyógyításban, hogy számos reklám kínál gyors megoldásokat a proktológiai problémákra, de ezek a legtöbb esetben csak átmenetileg enyhítenek a kellemetlenségen, valósi megoldást nem hoznak. Szintén fontos, hogy a proktológia egy érzékeny terület, a betegek egy része szégyellős és nehezen beszél a problémáiról – ezt a rendelő munkatársai empátiákkal, szeretetteljes hozzáállással úgy kezelik feloldani.

Modern technológiával a hatékony megoldásért: a neoV1470 lézér

A Gasztroenterológiai Centrumba nemrég érkezett meg egy új, modern készülék, a neoV1470 lézér, amivel aranyeret, illetve több gyakori problémát is hatékonyan tudnak kezelni a szakemberek. A minimálisan invazív eljárással dolgozó készülék az aranyerek és egyéb proktológiai betegségek kezelésére szolgál. Működésének alapja, hogy a diódlézert speciális, egy hullámhosszú fényt bocsát ki, ami legjobban vérben, zsírbán és vízben oldódik fel – ez ideálissá teszi a testben való alkalmazására.

A készülék újdonsága, hogy ezt használva a beavatkozások gyorsabbak, valamint a kímetszéssel beavatkozásokhoz képest sokkal kisebb fájdalom érezhető a műtét után. Az eljárás a következőképpen zajlik: az esz-közt érzéstelenítés után a bőrön és nyálkahártyán ejtett kicsi metszéssel keresztül bevezetik az aranyérbe és



ott fejt ki a hatását. Ezáltal az aranyér szövetei azonnal zsugorodnak, majd a gyógyulási időszak folyamán tovább zsugorodnak, így a korábbi duzzanat és vérzés megszűnik.

Kevesebb fájdalom, gyorsabb gyógyulás

A lézeres eljárás jelentős előkészületet nem igényel. A hagyományos, vágós módszerrel végzett aranyérműtét utáni közel egy hónapos, akár fájdalommal járó időszakot jelentősen lerövidíti a neoV lézerral történő vágásmentes módszer. Előnye,

hogy az eljárás során nincs szükség varratokra, nincs nagyobb vágás és a fájdalom néhány nap alatt elmúlik. A lézeres eljárást rendelünkben ráadásul altatásban és bódításban is van lehetőség elvégezni, így a beteg nem érez semmit.

Az új, innovatív eljárás a Budai Gasztroenterológiai Centrumban elérhető, míg az előzetes konzultáció mindkét rendelőben, Budán és Pesten is megvalósulhat.

A Budai és Pesti Gasztroenterológiai Centrum az emésztőszervi panaszok komplex terápiáját végzi, a felismeréstől a gyógyításig. A csapat a felnőtt- és gyermek gasztroenterológia, a proktológia, a hepatológia, a dietetika és a pszichológia területein végez összehangolt csapatmunkát. A rendelő szolgáltatásai két helyszínen elérhetőek, előzetes bejelentkezés után. Mindkét rendelő a hatékony orvosi megoldások és a szeretetteljes gyógyítás helyszíne.



Budai Gasztroenterológiai Centrum,
1117 Budapest, Fehérvári út 82., 1. em. 4.
www.gasztrocentrum.hu
Bejelentkezés:
recepicio.buda@gastrocentrum.hu,
06 (20) 410 1926, 06 (20) 387 6072
Már a Hotel Helia-ban is!

A RITMUST A SZÍVÜNK DIKTÁLJA



**VÁLTSUNK EGÉSZSÉGESEBB ÉLETMÓDRA,
HIGGYÉK EL, SZERVEZETÜNK HÁLÁS LESZ
ÉRTE!**

Miért fontos, hogy ritmust váltsunk, miért javasoljuk olyan sokaknak az életmódváltást? Magyarország lakosságának egészségi állapota sok tekintetben alulmarad az EU átlaghoz képest.

Míg a születéskor várható élettartam férfiak esetében az EU átlag alapján 81 év, ez nálunk csupán 75, ez a szám azt sugallja, mennyire hátul vagyunk a többi országhoz képest, azonban, ha saját magunkhoz viszonyítjuk ezt az értéket, már kicsit árnyaltabb a hely-

zet – mondja **DR. PÁCZ ALEXANDRA NÓRA**, a Budai Magánorvosi Centrum Orvosi igazgatója, kardiológus, belgyógyász szakorvos, a Budai Egészséges Életmód Központ vezetője.

– 1960-ban Magyarországon a várható élettartam férfiak esetében csupán 60

év volt, 1990-ben sem volt több, sajnos akkor is csak 60 évvel számolhattak férfi honfitársaink. Azaz, volt egy 30 éves intervallum, amikor semmi olyan komolyabb intézkedés nem történt, ami hatékonyan segítette volna a populáció egészségi állapotának javulását. Ezzel szemben elindult valami, ami jelentős javulást eredményezett mostanra. Számos egészségpolitikai döntés, intéz-

kedés következ-
ménye ez a siker. Gondolhatunk akár a szívinfarktus ellátásában bekövetkezett változásra. Ugyanakkor nem szabad itt megállni, még jócskán van min javítanunk – teszi hozzá a szakorvos. Hazánkban,



**DR. PÁCZ
ALEXANDRA
NÓRA**

csakúgy, mint azt EU többi országában a vezető halálok két nagy betegségcsoportból adódik. Az összes haláleset mintegy 60%-áért a cardiovascularis, azaz szív-érrendszeri betegségek, valamint a daganatos betegségek felelősek. A szív-érrendszeri betegségek okozta halál mögött döntő többségben a szívinfarktus, valamint a stroke áll. Daganatos betegségek tekintetében vezető férfiak esetében a colorectalis, azaz gyomor-bélrendszeri daganat, prosztatarák, tüdőrák, míg a nőknél a tüdőrák pervalenciáját megelőzi a nőgyógyászati, illetve emlőrákok magas száma. Ezen betegségek előfordulásának kockázatát növelő tényezők régóta ismertek. Vannak köztük általunk könnyedén befolyásolható, valamint kevésbé, vagy egyáltalán nem irányítható okok:

- nincs hatásunk olyan kockázatot emelő tényezőkre, mint a nem, a kor, a rassz, a családi halmozódást okozó genetikai háttér
- befolyásolni tudjuk azonban megfelelő kezeléssel a diabetest, a magas vérnyomást, mely betegségek jelentős szerepet játszanak a magas halálozást okozó főbb betegségek kialakulásában.

Azokat a jól ismert kockázatot növelő rossz szokásokat szükséges feltárni és módosítani, melyek például a diabetes, magas vérnyomás kialakulásában is szerepet játszanak. Ezek a faktorok az

egészséges életmóddal, legtöbbször gyógyszer nélkül is jól irányíthatók. Mindenki által ismert, hogy magas kockázati tényező az elhízás, a mozgásszegény életmód, a különböző élvezeti cikkek használata- alkohola, dohány, drog.

A dohányzás számos életet veszélyeztető betegség kialakulásában kulcsszerepet játszik, éppen ezért nagy jelentőségű, hogy a megszorító intézkedések következtében észrevehetően sikerült azt mérsékelni:

- Ezen intézkedések főbb elemei
- dohány jövedéki adó emelése – mely a magasabb doboz ár mellett csökkentette a keresletet
- trafikok – nem lehet bárhol hozzáfutni
- 18 év alatt nem vásárolható
- reklámok stopja
- csomagoláson figyelemfelkeltő szövegek, képek
- beltéren tilos a dohányzás
- éttermekben, klubokban, iskolákban, közintézményekben való tiltása

Mégis a 15 év feletti lakosság 25%-a rendszeres dohány fogyasztó, a fiatalok körében egyre népszerűbbek a hevített dohánytermékek, és az e-cigi.

Ennek oka abban keresendő, hogy miután az adó mértéke alacsonyabb ezen termékek esetében, így ezeket olcsóbban tudják vásárolni.

Az sem szerencsés, hogy a tetszetős design, trendi kinézet, jó ízű, illatos kivitel kifejezetten vonzó a fiatalok számára.

Tudatosítanunk kellene ebben a korosztályban már, hogy milyen hosszútávú negatív hatásai vannak a dohányzásnak. Szinte nincs olyan szervünk amire ne lenne káros hatással.

Csak néhány ezek közül:

- érszűkület okozta magas alsó végtagi amputáció arány
- koszorús erek szűkülete – következtében szívinfarktus
- cerebrális erek érintettsége – stroke
- vesék károsodása
- daganatos betegségek: szájüregi rák, tüdő-, gége-, veserák
- chronicus tüdőbetegségek – COPD, Bronchitis
- dohányos beteg átlag életkora mintegy 15 évvel kevesebb, mint az átlag populációé



Másik könnyen befolyásolható, mégis népbetegségnek számító kockázatot növelő tényező az elhízás. A lakosság 60%-a minimum túlsúlyos.

Legegyszerűbben a BMI alapján kategorizálhatjuk tápláltság szempontjából a lakosságot.

Normál tápláltság: BMI: 20-25

Túlsúly: BMI: 25-30

Elhízás: BMI 30 felett

Efelett enyhe, súlyos, extrém kategóriákat is megkülönböztetünk.

Természetesen a BMI önmagában nem ad teljes képet a tápláltságról, hiszen ez csak a testmagasság és a testsúly arányát vizsgálja. Figyelman kívül hagy olyan fontos szempontokat, mint például a zsír-izom arány, a haskőfogat mérete.

Izmos testalkat mellett magas BMI nem jelent komoly állapotot, illetve előfordul az is, hogy a BMI ugyan jó, azonban mégis magas a test zsírszázaléka. Érdekes a BMI után haskőfogatot is mérni, valamint eszközös vizsgálattal testösszetételt is vizsgálani.

Magas visceralis (hasüregi szervek körüli) zsírszázalék jelentősen emeli a szív-érrendszeri betegségek előfordulásának kockázatát. Az sem mindegy tehát, milyen típusú az elhízás, hova lokalizálódik a zsír.

Ahhoz, hogy érdemben, társadalmi szinten tudjunk segíteni az elhízás, mint betegség kialakulásának megelőzésben,

vizsgálnunk kell azokat a tényezőket, melyek elősegítik magát az elhízást.

Miért hízik a társadalom ilyen ütemben?

Számos tényező eredője vezet ehhez a negatív trendhez, úgy, mint például a közlekedési szokásaink változása, hiszen szinte mindenhova autóval járunk, vagy gyakorlatilag ajtótól ajtóig tömegközlekedéssel, ezáltal nagyon kevés a napi mozgás.

Talán a Covid utáni időszakban még inkább jellemző a kényelmi szolgáltatások növekvő igénybevételére, egyre kedveltebb az otthonról rendelés, illetve a home office, mely szintén minimális mozgás aktivitást hozott sok háztartásba.

Nem mehetünk el természetesen a nem megfelelő étrend mellett sem, melyet a túl sok cukor – döntően cukros üdítők, a túlzott sóbevitel, finomított ételek, hatalmas adagok, valamint az alkohol fogyasztás növekvő volta jellemez.

Aggodalomra ad okot, hogy már a fiatalok körében magas az elhízottak aránya. Ennek oka főként, abban keresendő, hogy őket találják meg leginkább a reklámok: üdítők, koktélok, chipsek, gyors éttermek, ice tea, gyümölcslevek (cukros víz). Ezek a reklámok kellemes, divatos, jó hangulatú, felszabadult életerézt közvetítenek, mellyel könnyű ebben a szentív életszakaszban azonosulni. (Ezt mérséklendő 2011-ben bevezetésre került a NETA – Népegészségügyi termékadó, melynek következtében egészségesebb, alacsonyabb cukor és só tartalmú ételek kerültek a polcokra, illetve a magasabb adó, magasabb ár, kisebb forgalom hozott).

Az elhízás tekintetében tehát a két legfontosabb pillér a megfelelő minőségű és mennyiségű étkezés és a rendszeres testmozgás, aktív élet fenntartása.

Összességében a WHO becslése alapján évente 4-5 millió ember életét megmenthető, ha aktív életet élünk.

Egészséges Életmód Központunk célja, hogy minél több páciensünknek tudjunk segítő kezét nyújtani az életmódváltás terén. Dietetikus, gyógytornász, gyógy-masször, jógaoktató, személyi edző, fizioterapeuta, mozgásszervi szakorvos, pszichológus, belgyógyász, endokrinológus várja a hozzánk fordulókat.

ELÉRHETŐK AKCIÓS SZŰRŐVIZSGÁLATI CSOMAGJAINK

KAPJON ÁTFOGÓ KÉPET EGÉSZSÉGI ÁLLAPOTÁRÓL!

Jelentkezzen be menedzserszűrésünkre, hogy még a betegség kialakulása előtt, idejében megállapíthassuk az egészségét veszélyeztető kockázati tényezőket, felmérhessük aktuális egészségi állapotát, tanácsokat adhassunk életmódbeli változtatásokra, szükség szerint gyógyszeres kezelésre, további vizsgálatokra. A Budai Magánorvosi Centrumban Ön is megtalálja az ideális szűrővizsgálati csomagot!

	S	M	L	XL	XXL
S laborcsomag	✓	○	○	○	○
M laborcsomag	○	✓	○	○	○
L laborcsomag	○	○	✓	○	○
Prémium tartalmú labor csomag	○	○	○	✓	✓
Belgyógyászat	✓	✓	✓	✓	✓
Szemészet	✓	✓	✓	✓	✓
Nyugalmi EKG	✓	✓	✓	✓	✓
Hasi ultrahang	✓	✓	✓	✓	✓
Pajzsmirigy ultrahang	○	✓	✓	✓	✓
Carotis doppler	○	○	✓	✓	✓
Bőrgyógyászat	○	○	✓	✓	✓
Fül-orr-gégészet	○	○	✓	✓	✓
Terheléses EKG	✓	✓	✓	✓	✓
Szív ultrahang	○	✓	✓	✓	✓
Urológia PSA-val vagy nőgyógyászat citológiaiával	○	✓	✓	✓	✓
Testösszetétel analízis	○	✓	✓	✓	✓
Boka-kar index	○	○	✓	✓	✓
Kísmencedence-has kontrasztos MR	○	○	○	○	✓
Koponya MR	○	○	○	○	✓
Stressz-szint mérés	○	○	○	✓	✓
Mellkas RTG	○	○	✓	✓	✓
A CSOMAG AKCIÓS ÁRA	92 000 Ft	142 000 Ft	185 000 Ft	235 000 Ft	370 000 Ft
Komplex emlő vizsgálat bevezető áron bármely csomaghoz hozzáadható (mammográfia tomoszintézissel, fizikális vizsgálattal, emlő ultrahanggal)	24 000 Ft	24 000 Ft	24 000 Ft	24 000 Ft	24 000 Ft

(Az árváltoztatás jogát fenntartjuk, aktuális árainkat honlapunkon találják!)

CENTRUMUNK MENEZSERSZŰRÉSEL FOGLALKOZÓ ORVOSAI:

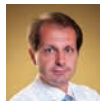
 BUDAI MAGÁNORVOSI CENTRUM



DR. PÁCZ
ALEXANDRA
NÓRA



DR. BODNÁR
GYÖRGYI



DR. FAZAKAS
ZSOLT



DR. JENEY
KRISZTINA



DR. MIHÁLY
ANDREA



DR. PÁCZ
ZOLTÁN



DR. SMOLCZ
KATALIN



TERN
BERNADETT

A BUDAI MAGÁNORVOSI CENTRUM PROFI SZAKORVOSOKBÓL ÁLLÓ CSAPATA VÁRJA CÉGEK ÉS MAGÁNSZEMÉLYEK JELENTKEZÉSÉT!

FOGLALKOZÁS-EGÉSZSÉGÜGYI VIZSGÁLATOK

Magyarországon már a 90-es évek eleje óta törvény írja elő a munkahelyekre vonatkozó munkavédelmi szempontokat (ez a 1993.évi XCIII. tv.). Ezt azért hozták létre a jogalkotók, hogy minden munkavállaló számára biztosított legyen az egészséget nem fenyegető, biztonságot nyújtó munkakörnyezet, melybe a tárgyi, személyi és személyzeti feltételek is beletartoznak.

A foglalkozás egészségügyi szolgáltatás azonban még ennél is többet nyújt: segít egészségesebben tartani a kollégákat annak érdekében, hogy hatékonyabbak, lojálisabbak legyenek, és kevesebbet hiányozzanak betegség miatt.

Ezen szolgáltatás díját ugyanez a törvény tartalmazza, és a munkáltató adómentes természetbeni juttatásként adhatja a munkatársaknak.

Miért fontos a rendszeres foglalkozás egészségügyi ellenőrzés?

Minden munkáltató alapvető érdeke az, hogy a kollégái egészségesek legyenek, és munkájukat biztonsággal tudják elvégezni. A foglalkozás-egészségügyi rendeleseink célja a munkahelyi egészségügyi problémák és veszélyforrások azonosítása, megelőzése, valamint kezelése, ami végső soron javítja a munkaerő jólétét és növeli a termelékenységét.

– Munkánk során orvosaink rendszeresen megvizsgálják a hozzánk forduló munkavállalókat, megadják a megfelelő tájékoztatást, és ahol szükség van rá, ott az oltást is beadják – mondja

PROF. DR. TORZSA PÉTER, foglalkozás-egészségügyi szakorvos. – Szakembereink háziorvosokból és belgyógyászokból állnak, akik nagy tapasztalattal rendelkeznek területükön. Nagy hangsúlyt fektetünk a betegségek miatti hiányzások számának csökkentésére is, mellyel redukálhatók a betegszabadságok okozta költségek és kiesett bevételek. Rendszeres vizsgálatainkra elsősorban akkor kerül sor, amikor egy vállalkozás egy, vagy több munkavállalója olyan munkakörben dolgozik, mely veszélyt jelenthet az egészségügyi állapotára. Ilyen lehet, ha a kolléga egészségkárosításra alkalmas anyagokkal dolgozik, valamint, ha ülő-, vagy teljesen állómunkát végez. Szakorvosaink képesek időben érzékelni a kialakuló problémákat és még időben hatásos segítséget nyújtanak pácienseinknek.

Milyen vizsgálatok tartoznak a foglalkozás-egészségügyi rendelesebe?

A munkaköri alkalmassági vizsgálatokat az 1998/54-ik számú Magyar Közlöny tartalmazza. Ilyen például a munkaviszony kezdetekor felmerülő, vagy az évközi állapotfelmérés. Bizonyos feladatkörök szintén megkövetelik az állandó orvosi ellenőrzést. Ide soroljuk a gépjármű- és targoncavezetői, vagy a fegyverviselési alkalmassági engedélyekhez szükséges engedélyek kiadását. Szolgáltatásunk azonban sokkal kiterjedtebb védelmet biztosít kollégáinak. Végzünk fizikális, koleszterin, vércukor, szemészeti, koszorúér vizsgálatokat, életmódbeli és diétás tanácsadást, prevenció programokat dolgozunk ki, oltást adunk be. Természetesen a kezeléshez nélkülözhetetlen receptírást is vállaljuk. Mindezen felül alap (légszűrés, terheléses EKG, ultrahangos vizsgálatok), valamint komplex kardiológiai (nyaki verőér duplex Doppler, tumor markerek, testzsírszázalék, mentális egészség) szakvéleményt is ki tudunk állítani.



PROF. DR. TORZSA PÉTER

Évente egy alkalommal vállalkozásának telephelyére is kiszállunk, ahol vizeletvizsgálatot, vérnyomásmérést, szemészeti és igény esetén EKG, ezzel egy időben pedig az újonnan belépő munkavállalók számára kötelező alkalmassági vizsgálatot is elvégezzük.

Kiszállásunk során lehetősége van elsősegély oktatást is kérni, melybe beletartozik az újraélesztés, idegentest eltávolítása légutakból, vérzések ellátása, törések, rándulások, valamint ficam alapszintű kezelése, mérgezések és különféle körképek felismerése. Az egészségügyi problémák idejekorán történő felismerése jelentős hatással van a munkavállalói teljesítményére és hűségére. **Gondoskodjon Ön is alkalmassági vizsgálatot!** **Uzom orvosos@budaimaganrendelo.hu e-mail címen és tegyen szert egy egészségesebb szervezetre!**

A RENDELŐ FOGYALKOZÁS-EGÉSZSÉGÜGY KOLLÉGÁI:



DR. PÁ CZ ALEXANDRA NÓRA



PROF. DR. TORZSA PÉTER



DR. BARTOS TÍMEA



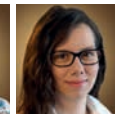
DR. DEMJÉN LÁSZLÓ



DR. HORVÁTH NIKOLETTA



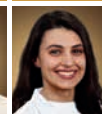
DR. MÁDY KINGA



DR. MOSÓ KRISZTINA



DR. PINTÉR NÓRA



DR. RACSMÁNY ZSÓFIA



DR. RÉVÉSZ BEATRICE

FÓKUSZBAN A FÉNYVÉDELEM



Ugyan a nap csábító sugarainak nehéz ellenállni, pár fontos alapszabály betartásával nyugodt szívvel élvezhetjük a nyári időszakot.

Az alábbi interjúban **DR.ÁRVAI MARIANN**, a **Budai Magánorvosi Centrum bőrgyógyásza** ad hasznos tanácsokat arra vonatkozóan, hogyan óvjuk bőrünket ebben az időszakban.



Miért ennyire kiemelten fontos a fényvédelem napjainkban?

– A napsütés ma már sajnos sokkal jobban károsítja a bőrt, mint évtizedekkel ezelőtt. Az ózonréteg

DR.ÁRVAI MARIANN

vékonyodása és a napozási szokások megváltozása miatt bőrünk nagyobb mértékben van kitéve a káros UVA és UVB sugaraknak. Míg évtizedekkel, évszázadokkal ezelőtt az emberek bőre kora tavasztól fokozatosan szokott hozzá a napfényhez, a civilizációval a bőrünk a „négy fal között” töltött sok idő miatt kevésbé tud felkészülni a nyári szezonra, így az első napsütésben eltöltött órák, vagy a várva várt nyaralás alkalmával sokkal könnyebben meg is tud égni.

Hogyha már fényvédelem – milyen rizikót rejthet a napsugárzás? Milyen fényvédő javasolt?

– A bőrt érő napsugarak közül az UVA sugarak a bőr korai öregedéséért, pigmentálódásáért, bőrdaganatok képződéséért felelnek, míg az UVB sugárzás okozza a leégést, a hólyagos napégést, illetve a melanoma és egyéb bőrdaganatok kialakulásában is szerepe van. Ezért a fényvédő készítmények többsége ma már UVA és UVB elleni védelemmel is rendelkezik. A megfelelő fényvédő kiválasztásakor tisztában kell

lennünk a bőrtípusunkkal és bőrünk barnulási képességeivel.

A fényvédő készítmények tartalmazhatnak fizikai, kémiai filtereket, illetve a legmodernebb készítmények már kétféle szűrővel is rendelkeznek. Ez utóbbi a melasmára, az arcon lévő sötétebb foltok kialakulására hajlamos bőr védelme szempontjából lényeges. A fizikai filtereket úgy kell elképzelnünk, mint kicsi tükröket a bőrünkön, melyek visszaverik az UV sugarakat. Ezek nem szívódnak be a bőrbe, képeznek egy fehér réteget, mely esztétikailag nem annyira előnyös, viszont azonnal hatnak, már a felkenés pillanatától védenek. A tisztán fizikai filtereket tartalmazó naptejeket 4-6 hónapos kortól ajánljuk csecsemőknek, kisgyermekeknek.

A kémiai filtereket tartalmazó fényvédők beszívódnak a bőrbe, elnyelik az UV sugarakat, és kozmetikai szempontból sokkal esztétikusabb eredményt adnak. A fényvédelem kialakulásához viszont 20-30 percre van szükség, ezért fontos, hogy napozás előtt bekenjük magunkat, és teljes beszívódásig figyeljünk oda, hogy ne érje víz a bőrünket, ne izzadjunk meg.

Léteznek természetesen kombinált készítmények is, melyek minden igényt kielégítenek. Bármilyen típusú készítményt is választunk, fontos, hogy a felvitelt 2 óránként, illetve úszás/fürdés után megismételjük.

A fényvédők erősségét különböző faktorkok jelzik. Az SPF (Sun Protection Factor) az UVB szűrő képességet jelzi. Ha valaki például 10 perc alatt ég le a napon, egy SPF 30 fényvédő használatával 30-szor annyi idő alatt, vagyis kb. 300 perc alatt ég csak meg a bőre. Ez azonban csupán becslült érték, függ a bőrtípustól, izzadás mértékétől, napugargás intenzitásától és a felvitt fényvédő mennyiségétől is. Az UVA sugarakkal szembeni védelem mértékét az ún. PA (Protection Grade of UVA) érték jelzi. Érdemes olyan készítményt választanunk, melynél PA+++ vagy PA++++ van a flakonon feltüntetve. Ezek a bőr korai öregedése ellen megbízható UVA védelmet nyújtanak.

Hogyan érdemes napozni? Milyen szabályokat kell betartanunk, ha kilépünk akár az utcára, akár a strandon napfürdőzünk?

– A 11 órától 15 óráig terjedő időszakban fényvédelem mellett se tartó-



„...A megfelelő fényvédő kiválasztásakor tisztában kell lennünk a bőrtípusunkkal és bőrünk barnulási képességeivel...”

kodjunk tartósan a napon, lehetőleg az árnyékat keressük. A kora délelőtti és késő délutáni órákban az UV-sugárzás már csökken ugyan, de ennek is érdemes széles karimájú kalapot, megfelelő UV védelemmel ellátott napszemüveget felvenni. Baseball sapka viselése nem elegendő, mert a tarkó és a fülek védtelenek maradnak a nap sugaraival szemben. A ruhával nem fedett bőrfelületeket bőrtípusunkkal megfelelő fényvédővel kenjük be. Az arc teljes felületére egy teáskanálnyi mennyiségű naptej kerüljön. Amennyiben csak fürdőruhát viselünk, egy felespohárnyi mennyiségű fényvédő krém felkenése esetén érjük el azt a védelmet, ami a flakonon fel van tüntetve. Gyermekek számára érdemes SPF 50+ UV szűrővel ellátott fürdőpólót és fürdőnadrágot beszerezni a nyaraláshoz, így elkerül-

hető a fényvédő lemosódása, leizzadása, illetve az ismételt felvitel elmaradása miatti leégés kockázata.

Mit tegyünk napozás után? Milyen elváltozások esetén ajánlott soron kívül bőrgyógyász szakorvoshoz fordulnunk?

– A bőr hidratálására megfelelőek az ún. napozás utáni (after sun) készítmények. Ha megtörténik a baj és leégünk, 100% aloe vera gélt vagy sprayt vigyünk fel a gyulladt bőrfelületre 1-2 óránként vékonyan. Nagyon fontos emellett a bő folyadékfogyasztás. Amennyiben az égett területen hólyagok is megjelennek, szakemberhez kell fordulni, mert a megnyíló hólyagok felülfertőződhetnek. Ebben az esetben ibuprofen tartalmú gyógyszer bevehető, mely a bőr gyulladását képes mérsékelni.

Amennyiben azt észleljük, hogy valamelyik anyajegyünk növekedett, színe megváltozott, feketésszürke szín jelent meg benne, esetleg vérzik, viszket, vagy ég bőrön korábban nem észlelt pigmentált elváltozás jelentkezik, sürgősen keressünk fel bőrgyógyászt, ne várjuk meg az éves szűrést!



BUDAI MAGÁNORVOSI CENTRUM

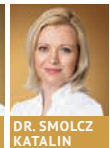
RENDELŐNK BŐRGYÓGYÁSZ ORVOSAI:



DR. ÁRVAI MARIANN



DR. SÁPÝ MÓNIKA



DR. SMOLCZ KATALIN

AZ ULTRAHANG SZEREPE A MOZGÁSSZERVI BETEGSÉGEK FELISMERÉSÉBEN



A mai modern orvostudománynak köszönhetően (nagy felbontású ultrahang géppel) jól elkülöníthetők a különböző ízületi gyulladások, porckopások, sérülések okozta elváltozások. Az ízületi tok, szalag, az inak, izmok sérülése is ultrahanggal nagy pontossággal megállapítható.

– A mozgásszervi ultrahang vizsgálat fájdalommentes, ismételtető – hangszílyozza **DR. BODNÁR GYÖRGYI**, a **Budai Magánorvosi Centrum radiológusa**.
– A mozgásszervi UH vizsgálat során tudjuk vizsgálni az izmokat, inakat, szalagokat, ízületeket, a vizsgált területen lévő ereket, a bőrt, a bőr alatti lágyrészeket. A csontfelszínek is jól láthatók, de a csontkontúr alatti csontszerkezet a fizikai tulajdonságok miatt már nem ábrázolódik, a csontok szerkezete csak röntgenfelvételen vizsgálható.



**DR. BODNÁR
GYÖRGYI ENIKŐ**

A mozgásszervi UH vizsgálatok két nagy területre oszthatók: lágyrész és ízületi ultrahang.

Lágyrész vizsgálat során a lassan kialakuló, tapintható „csomóktól”

a sportolás, rossz mozdulat során hirtelen fellépő fájdalom, duzzanat miatti elváltozásokig sok minden tartozik.

A bőr alatt vagy az izmokban jó vagy rosszindulatú elváltozások lehetnek, ezek UH vizsgálattal jól megfigyelhetők, eldönthető, hogy szükség van-e további vizsgálatra.

Az UH vizsgálat nem tud szövettani diagnózist adni, ezért, ha a vizsgáló orvos úgy ítéli meg, további kiegészítő vizsgálatok szükségesek.

Az ín-, izom-, szalagsérülések szintén UH vizsgálattal állapíthatók meg, ami a diagnózison túl a kezelések eldöntése, illetve azok hatásosságának és a gyógyulás mértékének a megítélése szempontjából is fontos.

ve azok hatásosságának és a gyógyulás mértékének a megítélése szempontjából is fontos.

Az ízületi vizsgálatok a reumatológiai betegségekben kialakuló deformitások

és a sérülések során bekövetkezett ízületi elváltozások pontos megítélése miatt fontosak.

Mindkét esetben szükséges a pontos diagnózishoz röntgenfelvételt készíteni az ízületek csontos részének megítélésére, mert csak így teljes értékű a vizsgálat.

Balesetek, sérülések esetén az ízületben lehet vérömleny, az ízületi tok vagy a szalagok részleges vagy teljes szakadása.

Gyulladásos ízületi elváltozásoknál látjuk az ízületben lévő folyadékot, a belhártya megvastagodását, vérbőségét. Ízületi kopásnál a tönkrement porc, a krónikus gyulladás jelei vizsgálhatók. Az elmondottakból látható, hogy a lágyrész és ízületi ultrahang vizsgálatok nagy segítséget jelentenek a reumatológus, ortopéd és a sebész orvosoknak a gyógyítás során – mondja a Doktornő.

ULTRAHANGOS KOLLÉGÁINK:



PESTI MAGÁNORVOSI CENTRUM



**DR. CSÁTHY
JÁNOS**



BUDAI
MAGÁNORVOSI
CENTRUM



**DR. BODNÁR
GYÖRGYI ENIKŐ**



**DR. BORBÁS
GÁBOR**



**DR. SZARVAS
TÜNDE**



**DR. UNGER
ZSUZSA PhD**



**DR. ZSUPPÁN
RICHÁRD**

MIÉRT FÁJHAT A DEREKUNK?

– Idegsebészként a gerinc ideg, illetve csontos-szalagos-porcós rögzítő elemeinek a betegségeivel foglalkozom, a deréktáji, nyaki és háti fájdalmak nagy többségét ezeknek az érintettsége okozza – mondja **DR. SZÉKELY PÉTER PÁL**, a **Budai Magánorvosi Centrum** idegsebésze.



**DR. SZÉKELY
PÉTER PÁL**

– A gerinc strukturális felépítését tekintve csigolyából, a közöttük lévő porckorongokból, illetve szalagokból és ízületekből épül fel. Ezek a hétköznapi terhelés hatására kopásnak indulnak, degeneratív gerinceltérések keletkeznek melyek általában 40 éves kor fölött okoznak először panaszokat. Amennyiben valakinek genetikai fogékonysága van kötőszöveti gyengeségre, vagy munkája során fokozottan terheli a gerincét, a panaszok akár már egészen fiatal életkorban is megjelenhetnek. A kopásos degeneratív eltérések gyakoriság tekintetében elsősorban az ágyéki gerinc majd a nyaki és legvégül a háti gerincszakaszokat érintik. Az ágyéki gerinc porckorongjain a legnagyobb a nyíróerő, ezek használnódnak el a leghamarabb. A porckorongok egy pulpás folyadékban gazdag magból és egy fibrotikus rugalmas gyűrűből épülnek fel. A degeneratív folyamat során a porckorongok folyadékot veszítenek, ezáltal rugalmasságuk csökken. Erőbehatásokra a merevebbé váló porckorongot részben alkotó rugalmas gyűrűben repedések keletkeznek melyek keresztül további hirtelen nagy erőbehatásra (pl. nehéz tárgy emelése, elmozdítása) a csigolyák belsejében található pulpás anyag a gerinccsatornába irányába préselődik. A gerinccsatorna irányába boltosuló részt tekintjük porckorong sérvnek. A gerinccsatornából egy pár ideggyök lép ki minden csigolya szegmentumnak megfelelően. Ezen ideggyököket nyomhatják meg a porckorong sérvek. A nyomás következtében elsőként fájdalom jelentkezik



mely az ideggyök bőrbeadegzésének a területére (ágyéki gerinc esetében az alsó végtagokra) is kisugározhat. A gyöki nyomás vagy irritáció következtében reflexesen megfeszül a mély háztizomzat azaz a derékerevség és mozgáskorlátozottság alakul ki. A hosszan fennálló derékerevség pedig derékfájdalmat okoz. A derékfájdalmak jelentős részét tehát a porckorong elkopása idézi elő. A derékfájdalmak okának másik nagy csoportját a csigolyák között lévő kisízületek elsősorban mechanikus irritáció okozta gyulladása idézi elő. Ezek az ízületek hirtelen megerőltetés, (pl. helytelen testtartás okozta fokozott terhelés, erősebb fizikai munka ahhoz nem hozzászokott személy esetén) következtében alakulnak ki. Ezeket az eltéréseket nevezi a köznyelv lumbágónak.

Mit tegyek, ha fáj a derekam?

– A derékfájdalom kezelését Magyarországon a háziorvos kezdi el – teszi hozzá a szakorvos. – Általában az első két hétben a panaszok a gyógyszerek és a gerinckímélet hatására mérséklődnek. Abban az esetben, ha a fájdalom fokozódik, zsiibbadás, érzéscsökkenés vagy izomgyengeség jelentkezik, érdemes szakorvoshoz fordulni, aki lehet idegyógyász, reumatológus vagy idegsebész. A kivizsgálás során a legfontosabb a megfelelő minőségű diagnosztika, ami az ágyéki MRI vizsgálatot jelenti. A derék-, és alsó végtagi fájdalmak (amennyiben benuállással vagy vizeletürítési zavarral nem járnak) elsősorban konzervatíván kezelendők 8-12 hétig.

A konzervatív kezelés gyógyszeres kezeléssel és fizioterápiából áll. Amennyiben a panaszok a konzervatív kezelésekre hatására nem múlnak vagy tovább fokozódnak, akkor MRI felvételek birtokában már javasolt idegsebészhez fordulni.

Milyen kezelések jöhetnek szóba?

– Ahogy az előző válaszomban említettem elsősorban a konzervatív kezelés a választandó – hangsúlyozza Dr. Székely Péter Pál. – Ez fájdalomcsillapító, gyulladáscsökkentő (nem szteroid jellegű) kezelés izomrelaxánsokkal kiegészítve kúraszerűen. Aktív gerinctorna, víz alatti torna, illetve izomlazító eljárások jönnek még szóba. A gyógyszeres terápia további foka az infúziós kúra, mely akár már szteroid komponenseket, illetve opiátokat is tartalmazhat. Tartósan fennálló fájdalom szindróma esetén a gerinckímélet az utolsóként választandó opció.

Mit tegyek, hogy elkerüljem a derékfájdalmat?

– Mint minden betegségnél ennél is a megelőzésre kell elsősorban törekednünk – javasolja az idegsebész. – A mozgásszegény életmód, az elhízás, az ülő munka jelentősen fel tudja gyorsítani a degeneratív gerincbetegség kialakulásának idejét. A megelőzés fontos eleme a mozgás, a háztizomzat erősítése, a gerinc nem megerőltető terhelése. A már kialakult mérsékelt vagy előrehaladott degeneratív gerinckímélet esetén javasolt a fokozott gerinckímélet, az emelés és hirtelen gerincterhelés kerülése.



BUDAI MAGÁNORVOSI CENTRUM

**RENDELŐNK
IDEGSEBÉSZ
ORVOSA:**



**DR. SZÉKELY
PÉTER PÁL**

**RENDELŐNK
REUMATOLÓGUS
ORVOSA:**



**DR. ROJKOVICH
BERNADETTE PHD**

ZSIBBADÓ, SAJTÓ VÉGTAGOK, ESETLEG TERHELÉSRE JELENTKEZŐ FÁJDALOM?

MIHAMARABB FORDULJON ANGIOLÓGUS SZAKORVOSHOZ!



Magyarország sajnos élen jár a szív- és érrendszeri megbetegedésekben. Éppen emiatt kell még több figyelmet fordítani ezen betegségek korszerű diagnosztikájára, kiszűrésére, megelőzésére, és – ha már a betegség megjelenik – akkor a megfelelő terápiára.

Kiknek javasolt az érszűró vizsgálat?
– Nemcsak a kockázati tényezőkkal rendelkező pácienseket várjuk (cu-

korbetegség, magas koleszterinszint, dohányzás, magas vérnyomás, férfi nem, idős kor, vérrokonok körében előforduló érbetegségek, tartós ülő-, és állóhelyzet), hanem a lenti tünetekkel rendelkezőket is, hangsúlyozza **DR. DERES PÉTER**, a **Pesti Magánorvosi Centrum angiológus szakorvosa**.

- bizonytalan alsó végtagi fájdalom, amely jellegzetes esetben terheléskor jelentkezik,
- éjszakai lábikragörcsök,
- alsó végtagok bedagadása, duzzanata,
- lábszárfekély,
- hideg láb,
- bizonytalan láb-, és kézzsibbadás,
- ujjak hirtelen elszíneződése,

– Az angiológiai szakrendelésen vagy igazoljuk az érbetegség meglétét és annak megfelelően indítjuk a terápiát, vagy kizárjuk az angiológiai eredetet, s javasolunk más szakirányú vizsgálatot (reumatológia, neurológia stb.) – teszi hozzá a szakorvos.

– A cukorbetegnek különleges kockázati csoportot jelentenek: náluk fontos a rendszeres szűrés, mert a fájdalomérzet hiányozhat. Gyakori panasz az idegszál károsodásával magyarázható neuropathiás fájdalom, érzékszavar. A cukorbetegneknl sokszor találkozunk nem gyógyuló alsó végtagi sebekkel is, mely nagy türelmet kíván betegtől és orvostól egyaránt; kezelése egy egész csapat szakember munkáját igényelheti, melyben megvan az angiológus sajátos feladata. A cukorbeteg angiológiai vizsgálata még panaszmentesség esetén is évente javasolt.

Angiológiai szempontból két nagy csoport létezik:

1. az artériás, azaz a szívből eltávozó vért vezető rendszer
2. vénás, azaz a szív felé áramló vért vezető rendszer.

Az artériás oldal betegségei közül kiemelendő:

- a végtagok perifériás érbetegségei,
- a szívinfarktusos is vezető szívkosztórúér-elmeszesedés,
- a stroke kialakulásában is szerepet játszó nyaki erek betegségei,
- (külön nehézséget jelentenek az úgynevezett vazospastikus kórképek – sokszor évekig jár a beteg panaszaival különböző szakrendelésekre, mire eljut az angiológushoz).

Vénás oldali betegségeknél:

- a visszeresedés,
- a vénás keringési elégtelenség súlyosabb formái,
- felületes, esetleg mélyvénás thrombosisban szenvedő betegekkel találkozunk (ez utóbbi akár halálos tüdőembóliához is vezethet).

Komolyan kell tehát vennünk még a felületes vénák trombózisát is; A betegség által érintett pácienseinket kivizsgálni, kezelni, s gondosan ellenőrizni kell – figyelmeztet Dr. Deres Péter!
– Az általunk látott kórképek akár az egész szervezet betegségeire utalhatnak (például cukorbetegség, zsírsanyagcsere probléma, thromboembóliás események kapcsán rosszindulatú megbetegedések). Visszafele is igaz, azaz bizonyos betegségek megléte fokozhatja angiológiai betegségek kialakulásának kockázatát. A közel-múltban megjelenő, új hatásmechanizmusú gyógyszerek már nagy segítséget nyújtanak páciensnek és angiológusnak, hogy a betegség kifejlődése ellen, együtt, hatásosan fel tudjuk venni a harcot.

Ne feledje, hogy az érbetegségek nagy része progresszív, kezelés nélkül egyre rosszabb állapothoz vezet! Az érvizsgálat nem jár fájdalommal, ugyanakkor szakorvosi közbenjárással akár súlyos, életveszélyes betegségeket is lehet gyógyítani vagy kialakulásukat megelőzni!



PESTI MAGÁNORVOSI CENTRUM



CENTRUMUNK ANGIOLÓGUSA:

DR. DERES PÉTER PhD

FEDÉLZETRE FEL!

MINDEN ÉRDEKLŐDŐT VÁR A BUDAI HAJÓORVOSI CENTRUM

Legyen szó akár a magyar tengerről, akár végtelennek tűnő folyóinkról, szinte mindenkinek van egy-egy kedves emléke, ami csodálatos vizeinkhez fűződik.

A hullámok szerelmeseinek pedig örömhír, hogy a XI. kerületben is elérhető számukra hajózási orvosi szolgáltatás.

– A hatályos jogszabályok alapján kedvtelési célú vízijárművet az a személy vezethet, illetve hajózási szolgáltatást az a személy láthat el, akinek az egészségi alkalmasságát a rendeletben meghatározott orvos megállapította. A vizsgálatot kizárólag a foglalkozás-egészségügyi alapszolgáltatás nyújtására jogosult orvos végezheti, az alkalmassági iratokat ő adhatja ki – mondja **PROF. DR. TORZSA PÉTER**, a Budai Magán-orvosi Centrum kinevezett hatósági belvízi és tengeri hajóorvosa.



PROF. DR. TORZSA PÉTER

Gépjármű-vezetői, belvízi hajózási szolgálati és belvízi kedvtelési célú vízijármű-vezetői alkalmassági vizsgálatokat, I., II., III. és IV. osztályú tengeri kedvtelési célú tengeri vízijármű-vezetők időszakos és soron kívüli alkalmassági vizsgálatát végezzük a rendelőben.

A vizsgálat során szemészeti vizsgálatot, vérnyomásmérést és vizeletgyorsteszt vizsgálatot végzünk. 40 év felett az alkalmassági vizsgálathoz EKG vizsgálat is szükséges, melyet szintén helyben el tudunk végezni. Cukorbetegség, korábbi infarktus, szívbetegség, epilepszia, mozgásszervi károsodás, pszichiátriai kezelés esetén a szakorvosi vélemény feltétele a vezetői engedély meghosszabbításának.

A Budai Hajóorvosi Centrumban a belvízi hivatásos hajósok vizsgálati is elvégezhetőek. Prof. Dr. Torzsa Péter tengerészorvosi képesítéssel és kinevezéssel is rendelkezik, így az I. és II. osztályú tengeri kedvtelési célú vízijármű-ve-

zetők alkalmassági vizsgálatát is elvégezheti.

Nem mindenki előtt ismert a hajóorvosi rendelet, mely szerint az Aida, Carnival, Royal, Norwegian, Seabourn és a többi 35 nemzetközi Hajós Társaság által előírt Tengerész-Orvosi Vizsgálatokat kizárólag a kijelölt tengerészorvosok végezhetik. E speciális alkalmassági vizsgálatok díjai a Hajós Társaságok eltérő egészségi követelményeitől, valamint a betölteni kívánt pozíciótól függenek. A munkavállalók központunkban elvégezhetik a hajós alkalmasságukhoz szükséges laboratóriumi vizsgálatokat, drog tesztek, terheléses EKG-t, fogászati és nőgyógyászati vizsgálatokat. A Centrumunk mellett működő Budai Oltóközpontban személyre szabott oltási tanácsadásban és kezelésben részesülnek a tengeri hajón munkát vállalók.

A hajóorvosi vizsgálat szükségessége esetén kérjen időpontot online (www.budaihajoorvosicentrum.hu), vagy hívjon bennünket a 06 1 794 3980 telefonszámon!

INZULINREZISZTENCIA

OK VAGY KÖVETKEZMÉNY?



Az inzulínrezisztencia jelenségét, amelyet alább részletesen tárgyalunk, általában megelőzi a hiperinzulínémia, ami azt jelenti, hogy a vércukor szabályozásában résztvevő, a hasnyálmirigy által termelt inzulín nevű hormon túlságosan nagy mértékben termelődik az emberi szervezetben – mondja **DR. KOPPÁNY VIKTÓRIA**, a Budai Magánorvosi Centrum endokrinológusa.

– Az inzulín többek között a vércukorszint csökkentéséért felelős hormon, inzulín nélkül élni nem lehet, az élethez alapvetően szükséges – hangsúlyozza a szakorvos. – Amennyiben teljesen hiányzik pl. autoimmun okok miatt, akkor az, az úgynevezett 1-es típusú cukorbetegség. A magas inzulínszint számos rossz hatással járhat, például növekedésfaktor tulajdonságánál fogva petefészek cisztát, PCOS-t, pajzsmirigygöböt, emlőciszta növeszthet – azok növekedéséhez hozzájárulhat. Az emberi szervezet-



DR. KOPPÁNY VIKTÓRIA

ben gyakori szabályozási folyamat, hogy egy túlságosan erős inger ellen a test védekezik, vagyis, ha tartósan magas az inzulínszint, előbb-utóbb a vércukorszint csökkentő hatása elveszik. Amikor ez bekövetkezik, akkor az inzulín hatása nem érvényesül, mert a célsejtek nem figyelnek, nem reagálnak az inzulínra – ez a lényege az inzulínrezisztenciának.

Mikor beszélünk veleszületett inzulínrezisztenciáról?

Ennek a betegségnek sokat kutatott genetikai háttere is van. Fiatal, vékony lányokban látható, a normálisnál többszörösen, akár 10-szeresen emelkedett inzulín szint, anélkül, hogy cukorbetegek lennének. A szerzett inzulínrezisztencia napjainkban egyre gyakoribb a mozgásszegény életmód, rossz táplálkozás, elhízás miatt. Miért is? Mert az inzulín, mint

hormon termelődésének az egyik legfontosabb triggerre, előhívója a táplálkozás, az étel. Hiszen az inzulín nyilván akkor fog szerepet játszani, akkor kell, hogy termelődjön, amikor a vércukorszint emelkedni kezd, vagyis étkezés során. Az inzulín elválasztás több fázisban történik – úgynevezett korai és kései inzulínválasz létezik. Előfordulhat, hogy étkezés után pár órával rosszullét jelentkezik, ekkor a túl sok inzulín



nem a normál szintre állítja vissza a vércukrot, hanem hipoglikémiát okoz (azaz a vércukorszint alacsony voltát), ami remegéssel, gyengeséggel, étkezés utáni rendkívüli fáradékonysággal, akár aluszékonysággal, álmoszággal társulhat. Ezenkívül az inzulinrezisztencia hasi hízást, hajhullást, menstruációs zavart, bőrkiütéseket okozhat, továbbá fokozott hajlamot a fertőzésekre pl.: bőrgombásodásra vagy hüvelyi fertőzésekre is. Amikor meddség áll fenn, tehát nem jön össze a vágyott terhesség, mindig gondolni kell fertilis termékenykorú hölgyeknél az inzulinrezisztencia jelenségére.

Kivizsgálására a 3 pontos vércukorterhelés létezik:

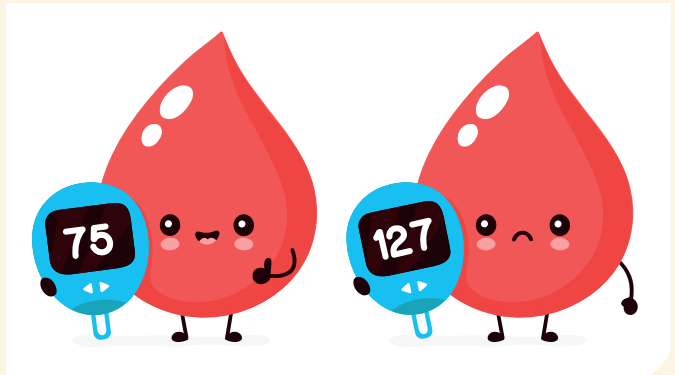
75 gramm cukoroldattal, 0; 60; 120 percben végzett inzulin, vércukor-inzulin párok mérésével. A normál értékek szabottak, az emelkedés a görbéből már számolható de HOMA index formájában maga a labor is megadja, hogyan aránylik egymáshoz a cukor és az inzulin. A HOMA index felső határa (korábban négyben) napjainkban már kétféleképpen van meghatározva.

Az inzulinrezisztencia vizsgálatot ismert 2-es típusú cukorbetegségnek tilos elvégezni. A 2-es típusú cukorbetegségnek termelődik ugyan inzulinja, de sajnos hiába, a vércukor tartósan magasban marad, például éhgyomorra 7 felett a terheléses 120 perces vércukornál a cukorbetegség határköve a 11,1-es vércukorszint.

Az inzulinrezisztencia kezelése:

Három kezelési mód van, az egyik a szigorú diéta, mind a kalória, mind a szénhidrát napi bevétele osztott, a páciens neme, magassága, kiindulási testsúlya, BMI-je, fizikai aktivitása alapján van kiszámítva. Az orvos vagy a dietetikus, de legjobb esetben karöltve egy csoportként, teamként támogatják a gyógyulást. A második kör a gyógyszeres kezelés, legelőször a metformin hatóanyaggal. Harmadikként kiemelten fontos a sportolás, rendszeres testmozgás. Végül pedig negyedik körként a cukor-inzulin anyagcserét támogató természetes anyagok, vitaminok (pl.: szelén, cink, króm, D-; C-vitaminok).

Az inzulinrezisztencia egy hajlam, tehát a betegség visszatérhet, de teljesen vissza is húzódhat, a jó hír tehát



„...Az emberi szervezetben gyakori szabályozási folyamat, hogy egy túlságosan erős inger ellen a test védekezik, vagyis, ha tartósan magas az inzulinszint, előbb-utóbb a vércukorszint csökkentő hatása elveszik...”

hogy ez kezelhető, megszüntethető ellentétben a cukorbetegséggel, ami sajnos élethosszig tart és még mindig gyógyíthatatlan, az életet megrövidíti, az életminőséget rontja és nagyon sok társbetegséget hoz elő, korunk egyik legsúlyosabb anyagcsere betegsége.

Az inzulinrezisztencia kezelését különös figyelemmel kell kísérni babára várva, illetve lombik program esetén, a kismamáknak pedig elengedhetetlenül

fontos a vércukorterhelés. Vannak olyan esetek, ahol pl. inzulinrezisztencia előzte meg a terhességet, ott bizony a várandósoknak korai vércukorterhelésre kell menni, általában a 16-18. hét között.

Az inzulinrezisztencia később is kialakulhat, akár időskorban vagy jellemzően fölborulhat a cukor és az inzulinanyagcsere a változó kor körül. Fontos megemlíteni, hogy a menopauzális testsúly növekedése nemcsak az inzulinrezisztencia miatt, hanem a pefetések működésének a megszűnése, vagyis az ösztrogénszint csökkenése miatt is lehetséges.

Az inzulinrezisztenciával párhuzamosan pajzsmirigybetegek is kialakulhat, jellemzően pl. alulműködés, melynél TSH mérést végezve azt is rendbe kell rakni! A hiedelemmel ellentétben visszafelé már ritkább, hogy a pajzsmirigy alulműködés kóros elhízáshoz és inzulinrezisztenciához vezessen, de a cukor anyagcserezavara a vérzúrokat, a pajzsmirigy működést, a testsírt, a májat, a bőrt, a közérzetet és a testsúlyt mind-mind megerhelheti.

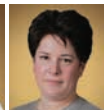


BUDAI MAGÁNORVOSI CENTRUM

**ENDOKRINOLÓGUS
ORVOSAINK:**



DR. HERMÁNYI
ZSOLT



DR. KOPPÁNY
VIKTÓRIA



DR. SIMONYI
GÁBOR PhD

NE KÉSLEKEDJEN!

HA NEM JÖN ÖSSZE A BABA, MIHAMARABB FORDULJON SZAKORVOSHOZ

Napjainkban egyre nő a meddő párkapcsolatok száma. A háttérben a férfiaknál és a nőknél is többféle, akár szervi, hormonális, immunológiai, genetikai vagy lelki ok is állhat.

– Meddőségről beszélünk, ha rendszeres szexuális együttélés ellenére 1 éven belül nem jön létre a kívánt terhesség – mondja **DR. VARGA ANIKÓ**, a Budai Magánorvosi Centrum nőgyógyásza.
– A meddőség 40%-ban női, 40%-ban férfi eredetű, 20%-ban pedig a pár mindkét tagja érintett.



DR. VARGA ANIKÓ

Mivel a meddőség hátterében is számos ok lehet, ezért a diagnózisa, kezelése is összehangolt csapatmunkát igényel. A Budai Magánorvosi

Centrumban célunk, hogy egy helyen, egyénre szabottan, komplex kivizsgálást követően, ha kell célirányos terápiát indíthassunk, illetve szükség esetén meddőségi (lombik) központokba irányíthassuk az ezen ellátást igénylő pácienseinket – hangsúlyozza a szakorvos.



Kiknek javasolják a meddőségi kivizsgálásokat?

– Babaválasztás előtt azoknak a nőknek akiknél cikluszavar, fájdalmas együtt-

lét, hormonális vagy nőgyógyászati megbetegedés gyanúja felmerül.

Túlsúly esetén a BMI kalkulátor alkalmazását javasoljuk, **pajzsmirigy betegség esetén a pajzsmirigy** tesztet alkalmazzuk. **Polycisztás ovárium szindróma gyanújakor pedig a PCOS teszt**tel állapítjuk meg a betegség esetleges meglétét.

Azoknak is javasoljuk a meddőségi vizsgálatokat akiknek családjukban bizonyos nőgyógyászati megbetegedés, mioma, polip, többszöri vetélés, trombozís, immunbetegség, allergiás megbetegedés előfordult. A 35 év feletti férfiaknál pedig különösen dohányzás és túlsúly esetén ajánljuk a BMI kalkulátor használatát.

Érdemes szakorvoshoz fordulni az alábbi tények meglétekor:

- 1 éve sikertelenül próbálkoznak, nem jön össze a kívánt terhesség

- 35 év körüli párok esetében, amennyiben már 6 hónapja eredménytelen a fogantatás

- 40 év körüli pároknál kivizsgálásainkat minél előbb javasoljuk, hiszen az életkor előrehaladtával a petesejt öregedése, spontán megtermékenyülési képessége és a hímivarsejtek megtermékenyítő képessége is rohamosan romlik

- Ismétlődő vetélések esetén a párok együttes, összetett genetikai, endokrinológiai, immunológiai kivizsgálását végezzük – teszi hozzá Dr. Varga Anikó.
– Sikertelen inszemináció, IVF kezelés után pedig összetett alloimmun, auto-

Babamozi

3D és 4D ultrahang elérhető a Budai Magánorvosi Centrumban!

Az elkészült képeket odaadjuk pendrive-on, de nyomtatott képet is adunk mellé.

Az apukákat, nagyszülőket, de akár a nagytesókat is örömmel látjuk a vizsgálaton!

A 3D funkciónak köszönhetően térbeli képet kaphatunk a magzatról, a 4D funkció segítségével szemtanúi lehetünk a baba mozgásának is.

Egy rendkívül modern, magas felbontású Samsung ultrahang készülékkel dolgozunk, mely éles képet ad a magzatról, a fekvésétől és az anatómiai viszonyoktól függően.



Ha szeretne valamely hozzátartozójával a babamozi élményében részesülni, kérjen időpontot bátran.

VÁRJUK SZERETETTEL!



immun, valamint részletes spermium és genetikai vizsgálatokat javasolunk.

Fontos információk meddőséggel küzdőknek

- Szénhidrát anyagcsereszavar például inzulinrezisztencia szűréséhez minimum 3 pontos (0-60-120 perces) 75 grammos OGTT vizsgálat javasolt.
- Mivel a női hormonok a menstruációs ciklustól függően változnak, a menstruáció 3-5. napján szükséges végezni a női hormonális kivizsgálást. Amennyiben fogamzásgátló tablettát szedett, a gyógyszer abbahagyása után 3 hónapra ürül ki a mesterségesen bevitt hormon a szervezetéből, ezért hormonális kivizsgálásokat is csak ezután javasolunk.

- A peteérés értékeléséhez szükséges hormonokat a 21. ciklusnapon szokták végezni, viszont ez csak 28. napos, szabályos ciklus esetén ad korrektil értékelhető eredményt. 28 napnál rövidebb vagy hosszabb ciklushossz esetén a peteérés is hamarabb vagy később lesz. Ha nem a megfelelő napon történik a vérvétel, ez a diagnózist fals irányba viheti.

- Normál referencia tartományon belüli hormonérték is utalhat endokrin zavarra. Erre a legjobb példa a TSH, amely 4 mU/l alatti értéket a legtöbb laborató-

„...Mivel a meddőség hátterében is számos ok lehet, ezért a diagnózisa, kezelése is összehangolt csapatmunkát igényel...”



rium normál referencia értéknek veszi viszont teherbeeséshez a TSH értéke 1 és 2 közötti ideális.

- Spermavizsgálat (spermatogram) előtt 3-5 napos önmegtartóztatás javasolt. Amennyiben hozott mintából kéri a vizsgálatot, a tárolóedényt testhőmérsékleten kell tartani például zsebben szállítani, ugyanis a minta lehűlése rosszabb spermaeredményt adhat. Célszerű a mintát a vizsgálatvégezés helyszínén leadni.

Az orvosi konzultáció segíti a személyre szabott meddőségi csomag kivá-

lasztását és azt, hogy elkerülje a nem megfelelő időpontban történt kivizsgálásokból származó hibalehetőségeket, felesleges anyagi kiadásokat.

NŐGYÓGYÁSZ ORVOSAINK:



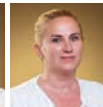
BUDAI MAGÁNORVOSI CENTRUM



DR. HRUBY ERVIN PhD



DR. JENEI KRISZTINA



DR. LÁKY ILONA MARCELLA



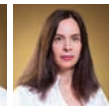
DR. MELCZER ZSOLT PhD



DR. RÁKOSI MIKLÓS



DR. TÓTH PÁL ERNŐ



DR. VARGA ANIKÓ



PESTI MAGÁNORVOSI CENTRUM



DR. DEMJÉN LÁSZLÓ



DR. SZABÓ ISTVÁN

KOMPLEX EMLŐDIAGNOSZTIKA



MIÉRT IS FONTOS AZ EMLŐSZŰRÉS?

Tudta, hogy a nők egyik leggyakoribb daganatos betegsége az emlőrák? Hazánkban évente csaknem 4.500 új megbetegedést diagnosztizálnak. A mammográfia az egyetlen, tudományosan igazolt eljárás az átlagos rizikójú nők szűrésére, az emlőrákos halálozás csökkentésére.

Kiknek ajánlott a mammográfiai vizsgálat?

- a nemzetközi ajánlásoknak megfelelően panasz- és tünetmentes pácienseknek 35 éves kortól javasolt az évenkénti vizsgálat

- tünet vagy panasz esetén 30-35 éves kor felett kötelező – kivéve, ha egy éven belül történt ilyen vizsgálat és nincs indok a megismétlésre pl. új tumoryanús tünet
- indokolt esetben 30 év alatt is elvégezhető, szükség esetén kiegészítve célszót, nagyított felvételekkel, vezérelt mintavétellel
- pozitív családi anamnézis esetén (amennyiben a rokonságban korábban volt emlőrák) kiemelten fontos a rendszeres szűrővizsgálat

Melyek az alarmírozó tünetek?

- tapintható csomót érez az emlőben vagy esetleg emlővel kapcsolatos panaszai lennének: akár váladékozás, kipirosodás, behúzotttság az emlő bőrén, fájdalom, duzzanat, deformitás
- férfiak esetében az emlő kóros növekedése vagy az emlőben tapintható csomó észlelése

Komplex emlődiagnosztika: Mammográfia tomoszintézissel, fizikális vizsgálattal, emlő ultrahanggal

A vizsgálat során mindkét emlőről kétirányú felvételeket készítünk lágy röntgensugárral. A mammográfia 3D tomoszintézissel egy pontosabb diagnózist tesz lehetővé. A jó minőségű és megfelelően értékelhető felvételek készítéséhez elengedhetetlen az emlők összenyomása, ami néhány másodperces kellemetlenséggel járhat.

Fontos, hogy a lehető legkevesebb ionizáló sugárzás alkalmazásával a lehető legjobb képminőséget legyünk képesek produkálni, ezért a leadott sugárdózis alacsony. A vizsgálatnál szakasszisztenseink is jelen vannak, a felvételek elkészítésével segítik radiológus orvosaink munkáját.

Az elkészült felvételeket emlődiagnosztikai liszensz vizsgával rendelkező radiológus szakorvos értékeli. Ezt követi az emlők fizikális vizsgálata, ami az emlők és a nyirokregiók áttapintását jelenti, majd az ultrahangos vizsgálat következik. A radiológus orvos dönt az esetleges kiegészítő felvételek, illetve mintavétel szükségességéről. Amennyiben elváltozást észlelünk, ultrahang vezérelve vékony tüvel és vastag tüvel van lehetőség a mintavételre is. A vizsgálat végeztével a páciensnek azonnal nyomtatott formában leletet adunk, kérésére pedig a képanyagot is tudjuk biztosítani.

Radiológus orvosaink szeretettel várják Pácienseinket mammográfiai rendelésükön.



BUDAI MAGÁNORVOSI CENTRUM

MAMMOGRÁFIA



DR. BORBÁS
GÁBOR



DR. UNGER
ZSUZSA PhD



DR. ZSUPPÁN
RICHÁRD



PESTI ÉS BUDAI
MAGÁNORVOSI CENTRUM



*Mert nekünk számít
az Ön egészsége!*

RÖNTGEN

MAMMOGRÁFIA

**CSONTRITKULÁS
SZŰRÉS (DEXA)**

BEJELENTKEZÉS:

+36 1 794 3980

**1119 BUDAPEST,
FEHÉRVÁRI ÚT 89-95.**

INFO@BUDAIMAGANRENDELO.HU

 **BUDAIMAGANRENDELO.HU**

FOLYAMATOS KEDVEZMÉNYEK

BUDAI MAGÁNORVOSI CENTRUM

SAVOYA PARK



BUDAI MAGÁNORVOSI CENTRUM

A KÖVETKEZŐ TEVÉKENYSÉGEKKEL VÁRJUK ÖNÖKET:

Bőrgyógyászat | Diabetológia | Endokrinológia
Foglalkozás-egészségügyi vizsgálatok
Gyermekek-kardiológia | Idegsebészet | Kardiológia
Laboratóriumi vizsgálatok | Lipidológia | Obezitológia
Ortopédia | Szülészeti-Nőgyógyászat | UH vizsgálatok



www.budaimaganrendelo.hu
(06 1) 794 3980

www.bmclabor.hu
(06 1) 445 0700

+36 (70) 647 7811

BMC SAVOYA PARK – 1117 Budapest, Hunyadi János út 19.
E-mail: savoya.recepcio@budaimaganrendelo.hu

TOVÁBBI RÉSZLEGEINK, ORVOSAINK

ARANYÉR AMBULANCIA



DR. REGŐCZI
TAMÁS

BELGYÓGYÁSZAT



DR. BARTOS
TÍMEA



DR. DERES
PÉTER PhD



DR. FÜGEDI
KATALIN

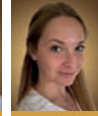


DR. PÁ CZ
ALEXANDRA NÓRA

DIETETIKA



LUKÁČOVÁ
TÜNDE



YILMAZ-BORSODI
BEÁTA

FÜL-ORR-GÉGÉSZLET



DR. PÁ CZ
ZOLTÁN

DIABETOLÓGIA



DR. BARTOS
TÍMEA



DR. HERMÁNYI
ZSOLT



DR. LUKÁ CS
KRISZTINA PhD



DR. SIMONYI
GÁBOR PhD

FEJFÁJÁS AMBULANCIA/NEUROLÓGIA/ STROKE PREVENCIÓS AMBULANCIA



DR. HORVÁTH
RITA

GYÓGYMASSZÁZS



DAVID
PETER



DR. ZARÁND
RAJMUND

GYERMEKGYÓGYÁSZAT



DR. ÁRVAI
MARIANN



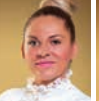
DR. DEMJÉN
LÁSZLÓ



DR. KOVÁ CS
GÁBOR HUNOR



DR. LÁSZTITY
NATÁLIA



DR. SÁ P
MÓNIKA



DR. SMOL CZ
KATALIN



DR. VARGA
ANIKÓ



DR. ZARÁND
RAJMUND

LIPIDOLÓGIA/ OBEZITOLÓGIA



DR. SIMONYI
GÁBOR PhD

KARDIOLÓGIA



DR. BÁRTFAI
ILDIKÓ



DR. BALLA
PATRÍCIA



DR. FÜGEDI
KATALIN

MEGELŐ ZŐ ORVOSTAN



DR. BÉ RES
ZSUZSANNA

PULMONOLÓGIA



DR. ZSÁ MBOKI
GABRIELLA

PSZICHIÁTRIA



DR. MIHÁ LY
ANDREA

UROLOGIA



DR. FAZAKAS
ZSOLT



DR. KERKOVITS
GÁBOR



DR. KOVÁ CS
GÁBOR HUNOR



DR. NAGY
ZSÓFIA

ORTOPÉDIA, TRAUMATOLÓGIA



DR. MAGOS
KRISZTIÁN



DR. MADARÁ SZ
SZILVESZTER

OPTOMETRIA



TERN
BERNADETT



DR. PÁ CZ
ALEXANDRA NÓRA



DR. SIMKOVITS
DÁNIEL



DR. SIMONYI
GÁBOR PhD

SEBÉSZET



DR. REGŐCZI
TAMÁS

SÉRV AMBULANCIA



DR. REGŐCZI
TAMÁS

SONOGRÁFIA



MIKOLA SZILVIA
SAROLTA

STD AMBULANCIA



DR. ÁRVAI
MARIANN



DR. FAZAKAS
ZSOLT



DR. MELCZER
ZSOLT





BUDAI MAGÁNORVOSI CENTRUM

Urológia

Az urológiai első vizsgálatból (amely tartalmazza az anamnézist, fizikális vizsgálatot, valamint az urológiai hasi szervek ultrahang vizsgálatát) **10% kedvezményt** biztosítunk a kupon bemutatása esetén.

Az akció 2023. október 15-ig érvényes.



Hasi és kismedencei ultrahang vizsgálat

Hasi és kismedencei ultrahangra **10% kedvezményt** a kupon bemutatása esetén.

Az akció 2023. október 15-ig érvényes.



BUDAI MAGÁNORVOSI CENTRUM

Komplex nőgyógyászati szűrés

Komplex nőgyógyászati szűrés a Budai Magánorvosi Centrumban, **10% kedvezményt** a kupon bemutatása esetén.

Az akció 2023. október 15-ig érvényes.



Fogászati konzultáció góckutatással

19.900 Ft helyett most **14.900 Ft** a személyes konzultáció, állapotfelmérés, személyre szabott kezelési terv, góckutatás, amely tartalmazza a panoráma felvételt és a hivatalos szakorvosi véleményt; a kupon bemutatása esetén.

Az akció 2023. október 15-ig érvényes.



BUDAI MAGÁNORVOSI CENTRUM

Laborvizsgálat – gyermekek részére is

Már reggel 6 órától és szombaton is várjuk Önöket a Fehérvári út 89-95. szám alatt. A vérvétel kisgyermek és újszülöttek esetén is elérhető. Aktuális labor listáinkból **10% kedvezményt** biztosítunk, a kupon bemutatása esetén.

Az akció 2023. október 15-ig érvényes.



Kardiológiai csomag – 70.000 Ft helyett, most 50.000 Ft

amely tartalmaz: Kardiológiai vizsgálat (anamnézis, fizikális vizsgálat, nyugalmi EKG) szívtultrahanggal, terheléses EKG-val, testösszetétel analízissel (Omron testszírmérő mérleggel) a kupon bemutatása esetén.

Az akció 2023. október 15-ig érvényes.

A fenti kedvezmények más akciókkal nem összehasonlíthatók!

BUDAI MAGÁNORVOSI CENTRUM ÉS BUDAI OLTÓKÖZPONT

Tel.: **+36 (1) 794 3980, +36 (1) 794 3982, +36 (20) 288 7248** (csak oltások)

www.budaimaganrendelo.hu | www.budaioltokozpont.hu | E-mail: info@budaimaganrendelo.hu, info@budaioltokozpont.hu
Fehérvár úti rendelők: 1117 Budapest, Fehérvári út 82. | 1119 Budapest, Fehérvári út 89-95. – bejárat a Kocsis u. felől

BUDAI MAGÁNORVOSI CENTRUM LABORATÓRIUM

Tel.: **+36 (1) 445 0700**, 17 óra után: **+36 (1) 794 3980** | www.bmclabor.hu | E-mail: recepicio@bmclabor.hu
1119 Budapest, Fehérvári út. 89-95. – bejárat a Kocsis u. felől

BUDAI GASZTROENTEROLÓGIAI CENTRUM

Tel.: **+36 (20) 410 1926, +36 (20) 387 6072** | www.gasztrocentrum.hu | E-mail: recepicio.buda@gasztrocentrum.hu
1117 Budapest, Fehérvári út 82. 1. emelet 4. ajtó

PESTI GASZTROENTEROLÓGIAI CENTRUM

Tel.: **+36 (20) 536 4156** | www.gasztrocentrum.hu | E-mail: recepicio.pest@gasztrocentrum.hu
1133 Budapest, Kárpát utca 62-64., Helia Thermal Hotel

PESTI MAGÁNORVOSI CENTRUM – HOTEL HELIA RENDELŐ

Tel.: **+36 (70) 799 9015** | www.pestimaganrendelo.hu | E-mail: pestimaganrendelo@budaimaganrendelo.hu | 1133 Bp., Kárpát u. 62-64.

FOGÁSZATI ÉS IMPLANTOLÓGIAI CENTRUM BMC DENTAL

Tel.: **+36 (70) 771 5221** | www.bmcfogaszat.hu | info@bmcfogaszat.hu | 1117 Budapest, Fehérvári út 82. 1. emelet

NEW BEAUTY-ORVOSI ESZTÉTIKA – Tel.: **+36-30-447-7826, +36-70-433-8214** | Bp. XIII., Radnóti Miklós utca 9. 1/4

BMC – SAVOYA PARK – Tel.: **+36 (70) 647 7811** | savoja.recepicio@budaimaganrendelo.hu | 1117 Budapest, Hunyadi János út 19.

**Az Ön egészsége fontos számunkra!
VÁRJUK SZERETETTEL!**

