

# Budai



egészségmagazin ■ magánorvosi centrum

**A MOZGÁS,  
FÉL EGÉSZSÉG!**

**NINCS TELJES  
GYÓGYULÁS  
LELKI EGÉSZSÉG  
NÉLKÜL**

**ULTRAHANG,  
MÁR  
A LEGKISEBBEKNEK IS!**

**LÉTFONTOSSÁGÚ,  
HORMONTERMELŐ  
SZERVÜNK:  
A PAJZSMIRIGY**

**MENEDZSER-  
SZŰRÉS  
NEM CSAK  
MENEDZSEREKNEK!**

*A SPORT ALÁZATRA,  
KITARTÁSRA ÉS TISZTELETRE NEVEL*

**INTERJÚ BRASCH BENCÉVEL**

# PESTI MAGÁNORVOSI CENTRUM



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

## A KÖVETKEZŐ TEVÉKENYSÉGEKKEL VÁRJUK ÖNÖKET:

Angiológia | Belgyógyászat | Dietetika | Foglalkozás-egészségügy  
Gasztroenterológia | Kardiológia | Neurológia | Nőgyógyászat | Oltóközpont  
Pulmonológia | Ultrahangos vizsgálatok | Urológia

### Laboratóriumi vizsgálatok



PESTI MAGÁNORVOSI CENTRUM



PESTI  
GASZTROENTEROLÓGIAI  
CENTRUM



BUDAI OLTÓKÖZPONT

[www.budaioltokozpont.hu](http://www.budaioltokozpont.hu) 36 (20) 288 7248 (csak oltás)

Labor elérhetőség: (06 1) 445 0700

[www.budaimaganrendelo.hu](http://www.budaimaganrendelo.hu) (06 1) 794 3980

[www.gasztrocentrum.hu](http://www.gasztrocentrum.hu) 06 (20) 410 1926



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

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



# KEDVES OLVASÓINK!



Hatalmas nagy izgalom, rengeteg tervezés, átgondolás, tárgyalás előzte meg legújabb rendelőnk nyitását.

Most azonban a tervezési és kivitelezési munka végére értünk, így nagyon sok szeretettel, várakozással, büszkeséggel szeretnénk Önöknek bemutatni legújabb divízióinkat, az Egészséges Életmód Centrumot.

Az évek során nyilvánvalóvá vált, hogy pácienseink igénylik, hogy az elméleti tanácsokon túl gyakorlati segítséget is kapjanak tőlünk. Ez az elgondolás vezetett minket arra, hogy létrehozzunk egy olyan rendelőt, ahol túl a szakorvosi vizsgálatokon, tanácsokon, segítséget nyújtunk a hozzánk fordulóknak ahhoz, hogy meg tudják valósítani azokat a lépéseket, melyek az életmódváltásukhoz szükségesek. Célunk, hogy a nagy buzgalommal elindított testedzés, diéta, függőségekről való leszokás ne akadjon el a kezdeti lelkesedés lanyhultával, hanem segítő kezet nyújtva átvezessük a nehéz szakaszokon pácienseinket.

Egyre bővülő szolgáltatásaink közt jelenleg ortopédiai, neurológiai, belgyógyászati, sebészeti szakorvosi rendelés, orvos esztétikai rendelés, dietetikai szakrendelés, pszichológiai rendelés, fizioterápia, gyógytorna szerepel. Közeljövőben indítjuk jóga oktatás, személyi edzés, masszázs, korai fejlesztés, logopédia rendeléseinket is.

A korábbi Savoya Parki rendelőnk mellett találják új rendelőnket.

Ahogyan eddig is, most is az Önök egészségéért dolgozunk. Folyamatosan fejlesztjük, az Önök igényei alapján építjük, alakítjuk szolgáltatásainkat.

Szeretettel várjuk Önöket mind az új, mind a régi telephelyeinken egyaránt!

Kellemes olvasást kívánok a legfrissebb Magazinunkhoz, amiben most is hasznos és praktikus cikkekkkel, interjúkkal készültünk.

## **DR. PÁ CZ ALEXANDRA NÓRA**

Orvosigazgató,  
Pesti és Budai Magánorvosi Centrum,  
Budai Egészséges Életmód Centrum

# A SPORT ALÁZATRA, KITARTÁSRA ÉS TISZTELETRE NEVEL

## INTERJÚ BRASCH BENCÉVEL



*Neves színházi darabokban láthatjuk, próbáról próbára siet, de mégis beiktatja a napi két edzését, hiába fáradt, mégis kitartó mindenben. A sportvilágban is sikert sikerre halmoz, ugyanakkor a magánéletére és a belső egyensúlyra is minőségi időt szentel.*

Brasch Bencével, a magyarországi SztárBox győztesével és a hazai színházi élet egyik kiemelkedő alakjával beszélgettünk.

### **Mit jelent számodra az egészség?**

– Az egészség az egyik legfontosabb dolog. Erre mondjuk sokszor csak akkor jövök rá, ha lebetegszem, vagy megsérülök. De ezek szerencsére csak ritkán fordultak elő. Igyekszem egészségesen táplálkozni, szedek vitaminokat, rengeteg vizet iszom és eléggé sokat sportolok!

### **Mióta része az életednek a sport? Amióta a mindennapi rutinod része lett, hogyan tudod a sportban szerzett tapasztalatokat kamatoztatni?**

– Mindig sportoltam kisebb-nagyobb kihagyásokkal, de két és fél éve rendszeresen edzem. Jelenleg napi két edzésem van. Igyekszem odafigyelni a regenerálódásra is, de sajnos nem mindig sikerül, hiszen a boxon kívül rengeteg más feladatom is van. A sport alázatra, kitartásra és tiszteletre nevel. Megtanítja, hogy többre vagyunk képe-

sek, mint amit gondolunk magunkról és ez az élet minden szegmensére igaz.

### Hogyan teremtet meg a harmóniát, az egyensúlyt a hétköznapokban?

– Igyekszem megtervezni előre az egész hónapomat. Csak így tudok minden feladatot egyben látni és hozzáigazítani a magánéletemet. Egyre fontosabbnak látom, hogy időt keressek magamra, azokra, akiket szeretek, akik fontosak nekem. Ragaszkodom hozzá, hogy legyen időm rájuk. Fontos az egyensúly.

### Hogyan tudod a dolgokból a maximumot kihozni? Mi segít fókuszálni a kitűzött célra? (– Ezúton gratulálunk a Sztárbox győzelmedhez is).

– Nagyon köszönöm. A legfontosabb a rendszeresség, a fókusz és a képesség a lazításra. Egyik sem hatásos a másik nélkül. Mivel fiatalkorom óta foglalkozom nagyon komolyan színházzal, belémnevelődött a rendszeresség, hogy tudjak összpontosítani fáradtan is. A mentális erő mindenben átsegít. Ha erős vagyok fejben, jobb edzést,



A nagy Gatsby  
(Brasch Bence és Waskovics Andrea)

FOTÓ: DOMOLKY DÁNIEL – VIGSZÍNHÁZ

Macska a forró bádogtetőn  
(Hegedűs D. Géza és Brasch Bence)



FOTÓ: DOMOLKY DÁNIEL – VIGSZÍNHÁZ

előadást csinálok fáradtan, mint egy kipihent napomon, amikor indiszponáltabb vagyok. De ez ritkán fordul elő.

### Milyen terveid vannak a jövőre nézve?

– Jövőre két bemutatóm lesz a Vigszínházban. Rudolf Péter rendezi az Imposztor című előadást, Novák Eszterrel pedig a Rémségek kicsiny boltja című musicalen fogunk együtt dolgozni. Mind a két munkát tükön ülve várom. Péter még soha nem rendezett engem, Eszter pedig öt évig volt osztályfőnököm, mesterem a Színház- és Filmművészeti Egyetemen.

Ősszel újra boxolok, most már nemzetközi porondon. A Hell Boxing Kings gáláján én képviselem Magyarországot nehézsúlyban. Átlagosan heti tíz kemény edzésem van. Azon vagyunk, hogy elhozzuk Magyarországnak az ötlet és mi legyünk a legjobbak Európában! Kemény év lesz!

CÍMLAPFOTÓ: FALUS KRISZTA

# EGÉSZSÉGES ÉLETMÓD CENTRUM

ÚJDONSÁG A BMC ÉLETÉBEN, HOGY DÖNTŐEN AZ EGÉSZSÉGES ÉLETMÓDRA FÓKUSZÁLVA MEGNYITOTT LEGÚJABB RENDELŐNK, AZ EGÉSZSÉGES ÉLETMÓD CENTRUM



– Elsődleges célunk ebben a rendelőben a **prevenció**, a betegségek megelőzése, illetve a már kialakult betegségek következtében fellépő egészségkárosodás minimalizálása, lehetőség szerinti megállítása, visszafordítása – hangsúlyozza **DR. PÁCZ ALEXANDRA NÓRA**,



**DR. PÁCZ  
ALEXANDRA  
NÓRA**

az Egészséges Életmód Centrum vezetője.

– Új egységünkben egyaránt helyt kaptak szakorvosi rendelések, valamint étrendi tanácsadás dietetikus által, testösszetétel analízis, obezitológiai szakvizsgálat,

illetve lehetőség van testmozgás tekintetében gyógytornára, jógára, mozgásfejlesztésre, személyi edzésekre. Természetesen a lelki egyensúlyt továbbra is alappfeltételnek tartjuk az általános jólléthez, így nagy örömmel számolunk be róla, hogy Balla Györgyi személyében olyan pszichológussal bővült csapatunk, aki az általános pszichológiai gondozáson kívül szívesen fogadja a demenciával küzdő pácienseket és az érintett betegséggel küzdő beteg hozzátartozóit is. Kognitív terápiával segíti a folyamat lassítását, a jó életminőség minél tovább való megőrzését. Ezen felül irányt mutat a szenvedélybetegeknek függőségük megértésében, kezelésében, valamint végső soron a leszokásban. A túlsúlyos pácienseknek segít a megkezdett fogyókúra programban, abban is, hogy mi a valódi kalóriaigényük, és mi az az étkezés, táplálék, amit csak pszichés megnyugtatóként fogyasztanak el.

Utat mutat az érzelmi evésből való kitöréshez.

Számos betegünk szenved mozgásszer-  
vi panaszok miatt, döntően a mozgás-  
szegény, ülő életmódjuk következtében,  
illetve a kor haladtával előforduló  
természetes kopás, elhasználódás  
miatti ízületi fájdalmak is gyakoriak.  
Őket ortopéd szakorvosunk Dr. Vas  
Roland várja szeretettel rendelés-  
ein. Szakorvosi javaslata alapján gyógytor-  
nára, fizioterápiára, masszázsról is van  
helyben lehetőség.

Az egészséges életmód alapja a  
megfelelő táplálkozás, valamint  
a rendszeres testmozgás. Mindkét  
területen szakemberek által vezetett  
programban vehetnek részt bete-  
geink. Külön öröm számunkra, hogy



az egyik legmodernebb, legpontosabb  
testösszetétel elemző eszközzel, az  
InBodyval dolgozhatunk, melynek se-

gíttségével nyomon követhetjük fogyás,  
testsúlynövekedés esetén, hogy a vál-  
tozás milyen mértékben érintette az  
izomzatot, illetve a test zsírtartalmát,  
ugyanígy a két oldal közti izomkülön-  
ség is követhető. Látható az étkezés-  
ben bekövetkező változás hatása, az  
edzések okozta izomszövet arányának  
növekedése is.

Ugyancsak az új rendelésben kapott  
helyett az általános sebészeti, valamint  
érsébeszeti szakrendelésünk is. Most  
már nem csupán általános sebészeti  
problémákkal kereshetnek minket, ha-  
nem például alsó végtagi visszerek,  
vagy érzékületgyanú esetén is.  
Gondoltunk a kicsikre is, hamarosan  
nyit a lógopédiai, valamint a korai  
fejlesztés rendelésünk is.

Neurológiai szakrendelésünk  
az általános neurológiai  
problémákon túl a demencia  
korai felismerésére helyezi a  
hangsúlyt. Így rendelésükben  
a neurológus által a korai  
fázisban kiszűrt páciens egy  
helyben kaphat segítséget a  
pszichológus, neurológus és  
mozgásterapeuta által.

Őn tudta, hogy a demencia,  
a szellemi hanyatlás korunk  
egyik legnagyobb egészségügyi és so-  
ciális problémája? Jelenleg becslések  
szerint Magyarországon százazreket  
érint.



**DR. HORVÁTH  
RITA  
KATALIN**

depressziótól, hiszen a kettő  
betegség között sok rokon vo-  
nás fedezhető fel: kedvetlen-  
ség, érdeklődés elvesztése a  
korábbi hobbik iránt, felesle-  
gességérzés, étvágytalanság,  
alvászavar. Szakorvosi feladat  
ezek elkülönítése.

A demencia kivizsgálása  
során alapvető fontosságú a  
részletes, mindenre kiterjedő  
kórtörténet felvétele: korábbi

betegségek, műtétek, gyógyszerallergia,  
rendszeresen szedett gyógyszerek pon-  
tos listája, családi kórtörténet, hetero-

anamnesis, azaz a beteget kísérő  
családtag kikérdezése az általa tapaszt-  
alt tünetekről, általános vizsgálat,  
neurológiai szakvizsgálat, pszichológiai  
vizsgálat, B12-vitamin, TSH meghatá-  
rozása, koponya MR vizsgálat demencia  
protokoll szerint.

A demenciák terápiája sokrétű, nagyban  
függ attól, milyen típusú demenciában  
szenvet a beteg. A gyógyszeres terápia  
mellett nagyon fontos a kognitív psi-  
choterápia, a memóriatréning elkezdése.  
Ugyanilyen fontos a beteg kezelésében  
a család támogató, segítő jelenléte –  
teszi hozzá Horváth Doktornő.

A demencia diagnózisának felállítása  
szakorvos feladata, azonban az első tü-  
netek már jóval a szakorvoshoz kerülés  
előtt jelentkeznek, ezeknek felismeré-  
sében a családnak, a beteg környezeté-  
nek igen nagy szerepe van.

### Mikor gondoljunk kezdődő demencia tüneteire?

– Amikor a beteg koncentrációképe-  
sége csökken, nehezen tudja követni  
a beszélgetést, az ismert nevekre nem  
emlékszik, az újonnan történt esemé-  
nyek felidézése nehézkes, a napi rutin  
nehézkessé válik, a rövid- és hosszútá-  
vú memória, az ítéletképeség káro-  
sodik – mondja **DR. HORVÁTH RITA  
KATALIN**, a **Budai Egészséges Életmód  
Centrum neurológusa**. – Nagyon fontos  
elkülöníteni az időskori demenciát a



A fizikai, lelki kiegyensúlyozottságunk alapja a harmónia. Centrumunk célja, hogy megtanítsuk pácienseinket arra, hogyan találnak rá a belső egyensúlyra, hogyan tudnak a mai felgyorsult világ-

ban megfelelő időt találni arra, hogy saját egészségükkel törődjenek. Egy helyben kapnak táplálkozási, mozgás és életvezetési tanácsokat, amelyeket gyakorlati órák is követnek, hiszen

turnatermünkben gyógytornászunk nem csak megtaníttja a helyes végrehajtását egy-egy gyakorlatnak, de arra is lehetőség van, hogy rendszeresen itt végezék testedzésüket.

Sokak számára a kellemes megjelenés, a szép külső, a magabiztos fellépés elképzelhetetlen arckezelés nélkül. Rájuk is gondoltunk. Az orvos-esztétikai beavatkozásokat Dr. Káli Gábor végzi rendelőnkben, így engedjük meg, hogy egy kis izelítővel szolgáljunk szolgáltatásairól.

Mit is nyújt az esztétikai orvoslás? AZONNALI, LÁTVÁNYOS ÉS TARTÓS EREDMÉNYEKET

Ma már nem kell feltétlenül kés alá fekdünnünk, ha orvosolni szeretnénk egy régóta zavaró esztétikai problémát



**DR. KÁLI  
GÁBOR**

vagy éppen fiatalosabb megjelenésre vágyunk. Számos lehetőség áll rendelkezésünkre a minimálisan invazív, orvos-esztétikai kezelések piacán előnyös vonásaink kihangsúlyozására, fiatalos megjelenésünk megőrzésére, avagy visszaállítására.

Megfelelő, orvosi szakértelem mellett pedig a legkevesebb kellemetlenséggel, rendkívül látványos, ugyanakkor természetes eredmények érhetők el.

– A legnépszerűbb eljárások közé tartoznak az arc egyes területeire fókuszá-

ló hialuronsavas feltöltések, például a korral elmélyülő ráncok és redők, szem alatti mély karikák feltöltése, vagy akár egy beesett áll korrekciója, illetve a vékony ajkak teltebbé, nőiesebbé formázása – hangsúlyozza **DR. KÁLI GÁBOR, a Budai Egészséges Életmód Centrum esztétikai orvosa.** – Szentén nagy az igény a mimikai ráncok: a homlok-ráncai és a szarkalábak kezelésére, illetve a felszívódó szálak nyújtotta műtét nélküli arclifting kezelésre is.

Ugyanakkor nem szabad megfeledkezniük a **bőrminőség javító kezelése**k fontosságáról sem, amelyek a bőr szerkezetét, hidratációját optimalizálják, ez pedig az esztétikus megjelenés alapja. Számomra mindig is fontos volt az igényes, harmonikus, de ugyanakkor természetes megjelenés. Esztétikai orvosként is ezeket az elveket követem, munkám során célokom, minden pácienssel a közös együttműködés kialakítása, az igények, elképzelések legprofesszionálisabb és legkorszerűbb módon történő megvalósítása.

Kiemelt szakterületeim közé tartoznak a hialuronsavas feltöltések, ajakfeltöltés különböző technikákkal, botox kezelések, PRP és különféle skinbooster kezelések és az intim esztétikai rejuvenáció – teszi hozzá Káli Doktor.



**CENTRUMUNK  
KOLLÉGÁI:**



**DR. PÁC  
ALEXANDRA  
NORA**



**BALLA  
GYÖRGYI**



**DR. CZELLER  
DÁNIEL**



**DR. HORVÁTH  
RITA KATALIN**



**DR. KÁLI  
GÁBOR**



**DR. REGŐCZI  
TAMÁS**



**TÓSZEGI  
LÍDIA**



**DR. VAS  
ROLAND**

**KUPON**

## Nyitási kedvezmény kupon Orvos-Esztétikai kezelésekre

**10%**

(A kivágott kuponnal **10% kedvezmény vehető igénybe Dr. Káli Gábor orvos-esztétikai kezeléseinek** mindenkori listaárából, 2024. december 31-ig.

A kedvezmény készpénzre nem váltható és más kedvezménnyel nem összevonható).



# MENEDZSER- SZŪRÉS

## NEM CSAK MENEDZSEREKNEK!

Honlapunkon tájékozódhatnak a menedzszerszűrés áráiról, e-mailben pedig további tájékoztatást adunk bármely felmerülő kérdéseikre.

Időpontfoglalás:

Magánszemélyek részére:

manager@budaimaganrendelo.hu

Cégek részére:

uzemorvos@budaimaganrendelo.hu

Orvoshoz ritkán fordulunk panaszmentes állapotban, pedig a betegségek megelőzésének kulcsmomentuma, hogy rendszeresen végzett, az adott személy számára célzottan összeállított szűrővizsgálatokkal idejében fényt derítsünk az egészségromlásra utaló figyelmeztető jelekre.

	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 cytológiával	●	✓	✓	✓	✓
Testösszetétel analízis	●	✓	✓	✓	✓
Boka-kar index	●	●	✓	✓	✓
Kismencede-has kontrasztos MR	●	●	●	●	✓
Koponya MR	●	●	●	●	✓
Stressz-szint mérés	●	●	●	✓	✓
Mellkas RTG	●	●	✓	✓	✓
<b>A CSOMAG AKCIÓS ÁRA</b>	<b>102 000 Ft</b>	<b>158 000 Ft</b>	<b>205 000 Ft</b>	<b>260 000 Ft</b>	<b>395 000 Ft</b>
<b>Bármely csomagunkhoz kérhető:</b>					
<b>Komplex emlő vizsgálat</b> (mammográfia tomoszintézissel, fizikális vizsgálattal, emlő ultrahanggal)	<b>40 410 Ft</b>	<b>40 410 Ft</b>	<b>40 410 Ft</b>	<b>40 410 Ft</b>	<b>40 410 Ft</b>
<b>Diabétesz szűrés</b> (hemogloblin A1C, Inzulin, HOMA index)	<b>8 000 Ft</b>	<b>8 000 Ft</b>	<b>8 000 Ft</b>	<b>8 000 Ft</b>	<b>8 000 Ft</b>

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

### CENTRUMUNK MENEDZSERSZŪRÉSEL 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

# AZ ÖVSÖMÖR TÖBB (IS LEHET), MINT NÉHÁNY HÓLYAG A BŐRÜNKÖN!

KÖZE LEHET A DEMENCIA KIALAKULÁSÁHOZ IS?  
...EGYRE TÖBB KUTATÁS IGAZOLJA EZT A FELTEVÉST!



## Mivel állunk szemben, mit kell tudnunk az övsömörről?

– A betegséget a varicella-zoster vírus (VZV) okozza, ami a bárányhimlő kialakulásáért is felelős – mondja **DR. BÉRES ZSUZSANNA KATALIN**, a Budai Oltóközpont vezetője.

– A kapcsolatot a két kórkép között James von Bokay már 1888-ban leírta: „Övsömörös beteggel érintkező, még bárányhimlőn át nem esett gyermek bárányhimlős lesz” – említi a Doktornő. – 1954-ben Weller mindkét betegség esetén a hólyagban levő folyadékból kimutatta a vírust és 1965 óta tudjuk, hogy általában a későbbi életkorban kialakuló övsömör oka a VZV vírus **reaktívációja** – teszi hozzá Béres Doktornő. – A kórokozó az idegrendszer érző dúcaiban tünetmen-



**DR. BÉRES  
ZSUZSANNA  
KATALIN**

tesen van jelen a korábban bárányhimlőn átesett személyeknél, és az immunrendszer csökkent működése miatt újra aktívvá válhat. A mechanizmus még nem teljesen tisztázott.

## Mi történik ilyenkor?

– Az aktiválódott vírus utazik, megjelenik a beidegződésének megfelelő területen a hámszövetekben, hólyagokat okozva a bőrön. A vírus ezekben a hólyagokban kimutatható és fertőzőképes is.

## Mi jellemző a kiütésekre?

– Általában félfoldaliak a megjelenő hólyagok. Leggyakrabban a törzs és az arc érintett. Az adott ideg beidegzési területén komoly fájdalom kínozhatja a beteget, kialakulhatnak érzészavarok is az adott területen. Amennyiben az V. vagy VII. idegekben is jelen van a vírus, izézés elvesztése, arcbénulás



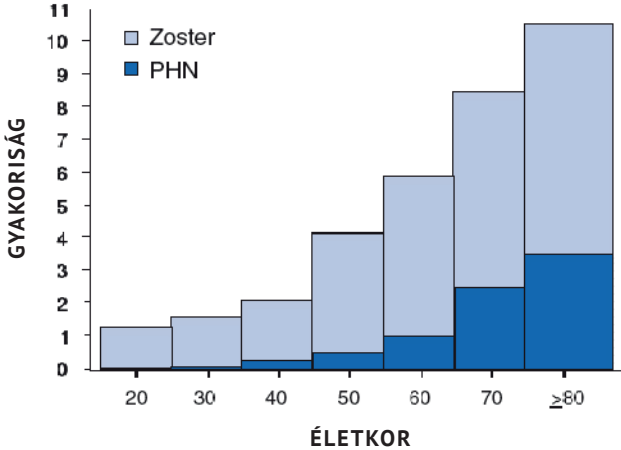
FOTÓ: CDC

léphet fel. Esetleg a látásban is funkcióváltozás következhet be. A kiütések 7-10 napig jelennek meg, majd 2-4 hét alatt gyógyulnak. Súlyos esetekben kiterjedt bőr lézió is jellemző lehet.

## Mik lehetnek a betegség szövődményei?

– Az érintett ideg beidegzési területén jelentkező és hosszan fennmaradó (hetekig, hónapokig, esetleg évekig fellépő

**Hogyan emelkedik az életkorral az övszömör kialakulása és a PHN** vagyis a **posztherpeticus neuralgia** (kínzó idegfájdalom, ami az övszömör egyik szövődménye) gyakorisága?



kínzó fájdalom (PHN), agyi és perifériás idegek bénulása, valamint zsigeri érintettség is kialakulhat. A jelentkező intenzív fájdalom komoly gondot okozhat az érintett mindennapjaiban, a fájdalom csillapítása komoly kihívás. A hólyagok elfertőződhetnek.

#### A betegség a számok tükrében:

- az USA-ban 1 millió embert érint évente
- a betegség előfordulásának valószínűsége életünk folyamán 32% vagyis: minden harmadik ember érintett lesz
- **a 85 év feletti fele** elmondhatja, hogy átélte a betegséget
- VZV vírussal **20 éves korig az emberek 95%-a** megfertőződik, vagyis elmondhatja magáról, hogy volt bárányhimlős, így a vírus **alvó állapotban** jelen lehet a szervezetében.
- a bárányhimlő elleni vakcináció kötelező 2019-óta itthon

#### Mit tud a legújabb védőoltás?

– A GSK-nak egy nagyon jöminőségű oltóanyagot sikerült kifejlesztenie. Az új vakcina VZV vírus glikoprotein (fehérje -cukor) E antigénjét használja fel a védettség kialakításához, és az ASO1 adjuvánst, (ez egy olyan vivő

anyag, ami segíti növelni a védőoltás hatékonyságát). Részben ennek a komponensnek köszönhető, hogy bármely életkorban alkalmazva **90% feletti hatékonyságot tud biztosítani.**

Az alábbi táblázatban a védettség korcsoportonkénti adatait láthatjuk, 30 ezer oltott adatait értékelve.

Életkor	Védettség mértéke
50-59 év	96,6%
60-69 év	97,4%
70 év felett	91,3%
Legyengült immunrendszer esetén is	68-91%

A védettség 7 éves után követés esetén is magas maradt.

#### Kiknek javasolt a védőoltás övszömör ellen?

(forrás: USA-ACIP)

##### ■ mindenkinek 50 év felett

- aki korábban már más oltóanyagot kapott (több ország komolyan támogatja a betegség elleni védettség kialakítását)

- 19 év feletti immunsérülteknek
- övszömörön átesetteknek
- bárányhimlő ellen oltottaknak is természetesen
- immunszuppresszív kezelések előtt állóknak (alacsony dózis esetén kezelés alatt is)

#### Mit tudunk a demencia és VZV vírus fertőzés kapcsolatáról?

– A neurotop (idegrendszert kedvelő) herpeszvírusok szerepet játszhatnak a demencia kialakulásában, vélhetően az agyban létrehozott gyulladásozó folyamatokon keresztül. A VZV vírus ennek a családnak a tagja. Egyre több átfogó vizsgálat igazolja a hipotézist. Ausztráliában közel 100 ezer, Walesben 300 ezer ember adatait dolgozták fel, az oltottak és oltatlanok adatait összehasonlítva. Az eredmények szerint a demencia előfordulása 20%-os relatív csökkenést mutatott a védőoltást kapottak között. Egy 2024-ben publikált, korábbi vizsgálatok eredményeit átfogóan értékelő analízis megerősítette a kapcsolatot, azonban további vizsgálatok szükségesek az összefüggés megerősítéséhez. Övszömör után **emelkedik az agyvérzés és a szívkoszorúér-betegség kockázata is.** Sajnos nálunk csak egyedi import alapján, térítéses formában lehet igényelni a védőoltást. 2 adag között 2, 6 hónap szünetet kell tartani.

A mellékhatások leggyakrabban az oltást követően: fájdalom a szúrás helyén (78%), izom fájdalom (45%), fáradtság érzés (45%). Ezek a tünetek 72 órán belül elmúlnak.

Amennyiben kérdése lenne, szeretne védettséget, szívesen segítünk. Gondoljon 50 év feletti ismerőseire is – hangsúlyozza Dr. Béres Zsuzsanna.

**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.)!**

# LÉTFONTOSSÁGÚ, HORMONTERMELŐ SZERVÜNK: A PAJZSMIRIGY



A pajzsmirigy két lebenyből áll, mirigyjes szerkezetű belső elválasztású mirigy. Legnagyobb normális tömege kb. 10-20 g, mérete 25-40x15-20x10-15 mm. A légcső felső részének két oldalán található a jobb és a bal lebeny, a 2-4. légcsőporcok magasságában. A két lebeny összeköttetésben áll egymással (hiányozhat is), amelyet isthmusnak neveznek. Anatómiailag fontos, hogy a mirigyállományában szigetszerűen helyezkedik el a négy darab mellékpajzsmirigy.

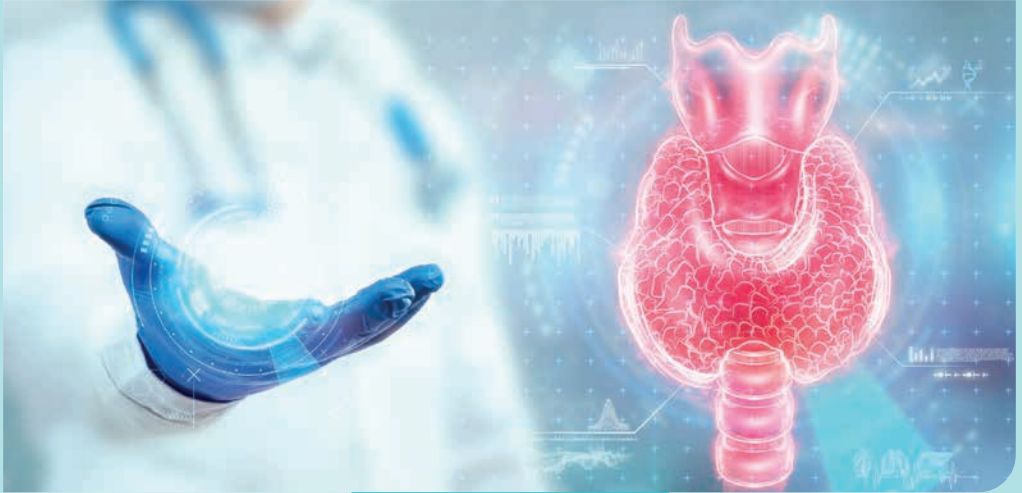
## Milyen funkcióval bír a pajzsmirigy?

– A pajzsmirigy létfontosságú, hormontermelő szervünk, amelynek feladata a pajzsmirigyhormonok (tiroxin, trijód tironin) készítése, tárolása és a vérkeringésbe juttatása – mondja **DR. SIMONYI GÁBOR PhD, FAHA, FISHNE, a Budai Magánorvosi Centrum endokrinológusa.**



**DR. SIMONYI  
GÁBOR PhD**

– Mindezek mellett a pajzsmirigyben termelődik a pajzsmirigyhormonokat megkötő tireoglobulin is. A pajzsmirigyhormonok alapvetően az anyagcserére, a csontokra és a szív- és érrendszerre fejtik ki hatásukat. Szerepet játszanak a testtömegszabályozásában, mivel a pajzsmirigyhormonok növelik az alpanyagcserét, a hőtermelést, csökkentik a koleszterinszintet, de szerepet játszanak a megfelelő növekedésben is. Szív- és érrendszeri hatásuk útján befolyásolják a pulzust és a vérnyomást is.



### Melyek a leggyakoribb pajzsmirigy betegségek? Adott esetben milyen tünetekkel járnak?

– A pajzsmirigybetegségek nem ritkák, főleg a nőket érinti és gyakori a családi halmozódás. Jódhiányos állapotban golyva alakulhat ki, amely a pajzsmirigy megnagyobbodását jelenti. Lehetnek a pajzsmirigyben göbök is, amelyek állhatnak egyedül, de több göb is kialakulhat.

Az egyik leggyakoribb pajzsmirigy betegség az alulműködés, amelyet hipotireózisnak hívunk. Az alulműködésnek számos oka lehet: egyik ok a pajzsmirigy gyulladós vagy autoimmun betegségei, a pajzsmirigyet ért korábbi beavatkozások (izotóp, sérülés, műtét stb.) eredménye, különböző gyógyszerek (pl. nagy adag jód, amiodaron, pajzsmirigy működést csökkentő gyógyszerek), a csökkent jódbevitel, és kromoszóma rendellenességek (pl. Down kór, Turner szindróma).

Természetesen a pajzsmirigy túlműködés is kivizsgálást és kezelést igényel, ahogyan a gyanús göbök is.

A páciensek leggyakrabban már valamilyen laborlelet vagy pajzsmirigy ultrahang birtokában kérnek endokrinológiai segítséget.

### Hogyan diagnosztizálják a pajzsmirigy betegségeket?

– A pajzsmirigy rendelés során kiderül, hogy van-e családi halmozódása a

*„...Az egyik leggyakoribb pajzsmirigy betegség az alulműködés, amelyet hipotireózisnak hívunk....”*



betegségnek, illetve el kell végezni a megfelelő hormonvizsgálatokat, amely során kiderül a pajzsmirigyfunkció, hogy termelődnék-e a szervezetben a pajzsmirigy ellen antitestek. Természetesen fontos a pajzsmirigy ultrahangvizsgálata is, amelynek során megállapítható a pajzsmirigy nagysága, szerkezete. Ekkor fény derülhet a tapintással nem érzékelhető göbökre, cisztákra, meszesedésre, az eltérések echostruktúrájára, illetve az esetleges fokozott véráramlására is. Természetesen bizonyos

esetekben mintát kell venni az egyes pajzsmirigy göbökből, illetve szükség lehet pajzsmirigy izotóp vizsgálatra is. A pajzsmirigybetegségek legnagyobb része időült, azaz hosszútávú ellenőrzést, kezelést, gondozást igényel.

### Hogyan kezelhetők a pajzsmirigy betegségek?

– A pajzsmirigybetegségek kezelése mindig a kiváltó októl függ. Alulműködésben pajzsmirigyhormonok adására lehet szükség, akár élethossziglan, túlműködésben szintén gyógyszeres kezelésre szorulhatunk, ugyanakkor bizonyos esetekben radiojód terápia vagy sebészi beavatkozás lehet szükséges. Ez utóbbi eset akkor kell, ha nagy a struma, a gyógyszeres vagy izotóp kezelés nem lehetséges. Szintén műtéti, izotóp és egyéb speciális beavatkozásokat igényel a pajzsmirigy rosszindulatú daganata is – hangsúlyozza Simonyi Doktor.



BUDAPESTI MAGÁNORVOSI CENTRUM

**ENDOKRINOLÓGUS  
ORVOSAINK:**



DR. KOPPÁNY  
VIKTÓRIA



DR. SIMONYI  
GÁBOR PhD

# NINCS TELJES GYÓGYULÁS LELKI EGÉSZSÉG NÉLKÜL



*Pszichológus szakemberek segítik a Budai és Pesti Gasztroenterológiai Centrum munkáját.*

## SZŰRŐVIZSGÁLATOKRÓL, PSZICHOLOGUS SZEMMEL

A szűrővizsgálatokon való részvétel egészségmegőrzésünk fontos részét képezi. Az életmódunkkal és az egészségünkkel kapcsolatos döntéseinkkel tudunk tenni azért, hogy egészségesek maradjunk. Egészségi állapotunk visszahat életminőségünkre, hangulatunkra, aktivitásunkra. Egészségünk megőrzése érdekében sokat tehetünk: egészséges táplálkozásunk és életmód-

dunk kialakítása és fenntartása mellett a **szűrővizsgálatokon való rendszeres részvétel** szintén hozzájárul ahhoz, hogy egészségi állapotunk felett kontrollt érezhessünk. A korai felismerés és a korai kezelés a daganatos betegségek gyógyításában a leghatékonyabb stratégia: az időben észrevett betegség kezelhető.

**Ne halogassuk** az ajánlott szűrővizsgálatokon való részvételt, egészségünk érdekében döntsünk



**GÖRÖZDI  
RÁHEL**

a megelőzés mellett! Ha megtehetjük, jelöljük ki az évben egy időszakot (például szeptember) a rendszeres szűrővizsgálatokra és essünk túl gyorsan, hatékonyan a fogorvosi, nőgyógyászati, proktológiai, gasztroenterológiai rendszeres szűrésen, háziorvosi kontrollon.

**Vállaljunk felelősséget egészségünkért,** és legyünk erre büszkéek! A prevenció életet menthet. Kitzűzhetünk magunknak egy apróbb jutalmat a



**DARABOS  
DIÁNA**

szűrővizsgálat utánra: értékeljük magunkban azt, ha legyőztük az esetleges félelmeinket és tettünk önmagunkért.

**Ne hagyjuk, hogy a mindennapjainkat eluralják** a kellemetlen tünetek! Gyakran előfordul, hogy a hasi fájdalom, puffadás vagy egyéb tünetek oka nem szervi elváltozásban, hanem lelki, pszichés vagy stressz eredetű problémákban keresendő. A pszichológus segítségével már nemcsak a szervi okok, hanem a fenti tényezők megvizsgálása, feltárása, kezelése is elérhető rendelőkben.

### VÁLASSZUNK EMPATIKUS, SEGÍTŐ SZAKEMBEREKET A GYÓGYULÁSHOZ

A Budai és Pesti Gasztroenterológiai Centrum szolgáltatásait értékek mentén határozta meg a csapat – ezek hozzátesznek a páciensek gyógyulásához.

#### Megbízható szakértelem

Rendelőinkben a szakma kiemelkedő orvosai (gasztroenterológusok, dietetikusok, pszichológusok, aneszteziológusok) dolgoznak, így a jelenteg elérhető legjobb tudással szolgálhatják a betegeket. A csapat szakértelme összeadódik és a kollégák hisznek abban, hogy a betegeket a teljes körű, alapos vizsgálatokkal, komplex tanácsadással és empátiával tudják a legjobban segíteni.

#### Ötthonosság

A rendelőkben elsődleges szempont volt a kellemes, családias hangulat megteremtése, hiszen mindannyian tudjuk, hogy a betegek gyakran szoronganak a vizsgálatok előtt vagy nem érzik magukat komfortosan a hagyományos rendelői közegben. A Budai és Pesti Centrumban nemcsak a minőségi



berendezéssel, a kellemes fényekkel és színekkel tesznek az otthonosságért, hanem munkatársaik pozitív hozzáállása és gondossága is megkönnyíti a stresszes helyzeteket.

#### Empátia

A Gasztroenterológiai Centrum csapatában tapasztalt, lendületes kollégák dolgoznak, akik minden nap tesznek azért, hogy a betegeink jó érzéssel, problémáikat biztos szakértő kezek gondozásában tudják és nyugodtak lehessenek afelől, hogy bármilyen panasz esetén fordulhatnak a rendelő munkatársaihoz.

### ÚJ RENDELÉS: GYÁSZFELDOLGOZÁS PSZICHOLÓGUS SEGÍTSÉGÉVEL

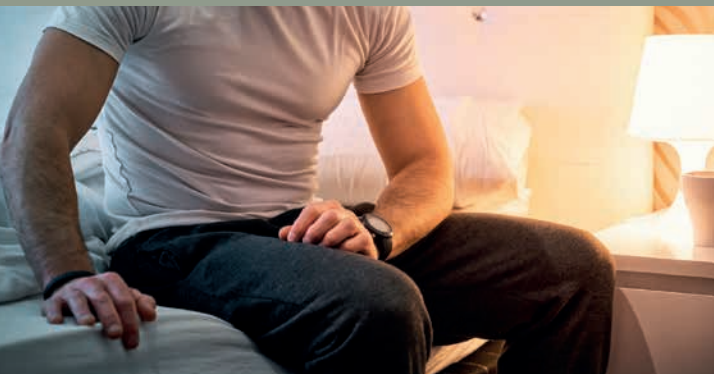
A gyász egy olyan érzelmi folyamat, mikor valamilyen jelentős veszteséget élünk át. Ez a veszteség lehet halál eset, szeretett személy elvesztése, de lehet például egy fontos kapcsolat vége vagy egy életcél elérhetetlenségének a felismerése is.

A gyász sokféle formában jelentkezhet, és mindenki másképp reagál rá. A folyamat megértésében és feldolgozásában segít **DARABOS DIÁNA**, a Budai és Pesti Gasztroenterológiai Centrum pszichológusa.



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

# PROSZTATA PROBLÉMÁK



## NE LEGYEN TABU TÉMA

*Az egyik leggyakoribb urológiai panasz, amivel a férfiak felkeresik szakorvosukat az a prostatatagulladás. Anatómiai elhelyezkedéséből adódóan jellegzetes tünetegyüttesrel bír.*

– Az urológiai rendelésen megjelenő férfiak jelentős része kismencedei panaszokkal jelentkezik, amit prostatata problémaként, prostatatagulladásként említenek, mely panaszok egy részét valóban a prostatata (dülmirigy) gyulladásos betegsége okozza – magyarázza

**DR. FAZAKAS ZSOLT** főorvos, a Pesti és a Budai Magánorvosi Centrum urológusa.

**Milyen formái vannak a prostatatagulladásnak?**

### 1. Akut prostatatagulladás

– Magas lázzal, hidegrázással, levertséggel jár, az általános tünetek mellé pedig fájdalmas, égető, gyakori és sürgető vizelés társul – figyelmeztet az urológus. – A vizeletben genny mutatható ki, időnként véres is lehet.



**DR. FAZAKAS  
ZSOLT**

Nem ritka a nehezített vizelés és a vizeletrekedés sem. A magömlés is lehet fájdalmas, az ejakulátum lehet véres vagy sárgás színű (gennyes). Sürgős ellátást, kezelést igényel. A fertőzést okozó baktériumok a vizelet és ejakulátum tenyésztéséből kimutathatók, az antibiotikus kezelés indokolt.

Szővdményes esetben kórházi ápolás is szükséges lehet.

### 2. Krónikus prostatatagulladás

– A páciensek nagyobb része jelentkezik krónikus prostatatagulladással. A panaszok szerteágazóak, színesek.

Jellemző tünetek:

- gáttáji, alhási, lágyéki, herék felé sugárzó tompa fájdalom, diszkomfort érzés,
- gyakori, sürgető vizelési inger,
- nehezített, szakaszos vizeletürítés,
- merevedési panaszok, libidó veszteség.

A tünetegyüttes hónapok, vagy akár évek óta kínozza a pácienseket, számos vizsgálaton és kezelésen estek át, ennek ellenére a panaszok visszatérnek. Az életminőségüket hátrányosan érinti. Az esetek csak kis részében mutatható ki kórokozó. A fizikális és a képalkotó vizsgálatok sem adnak támpontot. Amennyiben baktérium igazolható, úgy jogos a krónikus prostatatagulladás megnevezés, az antibiotikus kezelés jó eséllyel hatásos.

### 3. Kismencedei fájdalom szindróma

– Tekintettel arra, hogy az esetek többségében nem igazolható bakteriális fertőzés (bár nem is zárható ki a prostatata anatómiai sajátosságai miatt), a kismencedei fájdalom szindróma bevezetése segítheti a probléma megértését és hatékony kezelését. A rendelésen jelentkezők döntő többségének is ez írja le a tünetegyüttesét. A prostatatán kívül más kismencedei urológiai szervek is érintettek (húgyhólyag, ondóhólyag, húgycső, here-mellékhere). Komplex módon a kismencede más egységei (végbél, medencefenék izomzata, ízületek) is érintettek, vagy akár okozói is lehetnek. A kivizsgálás során gondolni kell más szakterületeket érintő kórképekre is, így proktológiai, reumatológiai, neurológiai konzultáció is szükséges lehet.

Az orvos-beteg viszonyt megterhelheti, hogy a kivizsgálás eredményei sorra nem igazolnak egyértelmű okot, a kezelés is elhúzódó és az eredmények sem azonnal jelentkeznek, illetve kezdeti javulás után gyakori a visszaesés. A hosszú távú antibiotikus kezelés megítélése ellentmondásos, gyakoriak a kezelés komoly mellékhatásai. A terápiának a fókuszta inkább a nem-szteroid gyulladáscsökkentőkön, vizeletürítést javító gyógyszereken és a gyógvényvényi szereken van. A gyógyszeres kezelésen túl hangsúlyos az életmód váltása, a kiújulást megelőző tevékenységek megtétele – teszi hozzá Fazakas Doktor.

  
PESTI ÉS BUDAI  
MAGÁNORVOSI CENTRUM

**CENTRUMUNK  
UROLOGUS  
SZAKORVOSA:**



**DR. FAZAKAS  
ZSOLT**



## AZ ÚJSZÜLÖTTEK KIEMELT FIGYELMET ÉRDEMELENEK

ULTRAHANG, MÁR  
A LEGKISEBBEKNEK IS!

A modern orvostechnikának köszönhetően pár perc alatt, fájdalommentesen és mindenféle mellékhatás nélkül



**DR. SZARVAS  
TÜNDE**

„bepillantást nyerhetünk” bizonyos szerveink állapotába.

– Számos területen tudjuk alkalmazni az ultrahangvizsgálatokat, legyen szó a belső hasi szervekről, ízületekről és

lágýrészekről – mondja **DR. SZARVAS TÜNDE** főorvos, a **Budai Magánorvosi Centrum radiológusa**.



Rendelőnkben az alábbi területek közül választhat a kedves páciens:

- Hasi áttekintő ultrahang vizsgálat
- Émlő ultrahang vizsgálat
- Pajzsmirigy ultrahang vizsgálat
- Carotis color-duplex (nyaki ér) ultrahang vizsgálat
- Alsó végtagi erek ultrahang vizsgálat
- Ízületi- és lágýrész ultrahang vizsgálat
- Csecsemő ultrahangos szűrővizsgálat

– Általában hasi, pajzsmirigy, lágýrész és baba komplex vizsgálatokat végzek – teszi hozzá a Doktornő. – Az újszülöttek kiemelt figyelmet érdemelnek és különös óvatossággal kell őket vizsgálni!

A **koponyavizsgálatnál** a nagykutacson át ellenőrizhető az agyállomány szerkezete, az agykamrák mérete, van-e vérzés, agykamra tágulat, ami nem

feltétlen jár együtt klinikai tünetekkel. A **hasi vizsgálat** során a leggyakoribb a vesetágulat kimutatása, melyek egy részét magzati korban kimutatják, de egy részük vagy nem kerül leírásra vagy nem is ábrázolható, csak születés után. Vannak olyan tágulatok, melyek azonnali urológiai beavatkozást igényelnek, de az esetek nagy többségében néhány kontroll hasi ultrahang után megszűnnek.

A második leggyakoribb elváltozás az epekő. Ezek egy része általában megszűnik, de óvodás vagy kisiskolás korban is megmaradhatnak, ilyenkor fontos a gasztroenterológiai konzílium. További fejlődési variációk, ritkán sajátos daganatok is felismerésre kerülnek. A **csípőízület vizsgálata** különösen fontos ultrahanggal, hiszen pontos mérésekkel megállapítható, hogy mennyire fejlett a csontos ízületi vápa, illetve fennáll-e a csípőficam veszélye. Minden esetben orthopédiai szakvizsgálat is ajánlott, a két vizsgálatot együtt kell értékelni.

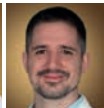
A vizsgálatokat nagy felbontású, magas kategóriájú Samsung HS 40 típusú ultrahang géppel végezzük modernül felszerelt rendelőnkben, ahová sok szeretettel várjuk kedves pácienseinket, beleértve a legkisebbeket is.



**PESTI ÉS BUDAI  
MAGÁNORVOSI  
CENTRUM  
RADIOLÓGUSAI:**



**DR. BODNÁR  
GYÖRGYI ENIKŐ**



**DR. BORBÁS  
GÁBOR**



**DR. CSÁTHY  
JÁNOS**



**DR. SZARVAS  
TÜNDE**



**DR. UNGER  
ZSUZSA PhD**



**DR. ZSUPPÁN  
RICHÁRD**

# A SZÍVÜNK ÉRTÜK DOBBAN

GYERMEKKARDIOLÓGIA A MINDENNAPOKBAN



*Ma Magyarországon minden századik gyermek szívhibával születik, ez az egyik leggyakoribb veleszületett fejlődési rendellenesség. A gyermekkardiológia a gyermekgyógyászat egyik speciális, hiánypótló ágazata, amely a veleszületett és szerzett szív-érrendszeri betegségek diagnosztizálásával, kezelésével foglalkozik újszülött kortól fiatal felnőttkorig.*

## Miért ezt a szakágat választotta a Doktor Úr?

– A szív és a keringés gyógyítása már a tanulmányaim során is nagyon vonzott. Az a tapasztalás pedig, hogy ez az alig több mint 80 éves, a mai napig szédületes iramban fejlődő tudományág hogyan tudja megmenteni gyermekek életét, hogyan tud látványosan hozzájárulni gyógyulásukhoz, elkötelezett a gyermekkardiológia mellett. A gyermekkardiológiában – akár gyógyszeres kezeléssel vagy műtéti beavatkozással – a kis betegek 95%-a sikeresen kezelhető – mondja **DR. KOVÁCS GÁBOR HUNOR**, a Budai



**DR. KOVÁCS  
GÁBOR  
HUNOR**

## Magánorvosi Centrum csecsemő- és gyermekkardiológusa.

### Milyen esetekben javasolják a gyermekkardiológiai vizsgálatot?

– A leggyakoribb panaszok, tünetek a következők:

- A gyermekorvosi vizsgálaton észlelt szívzöreje. Bár ilyenkor a zöreje ártalmatlan eredetű is lehet, mégis a teljes biztonságot csak egy műszeres gyermekkardiológiai vizsgálat ad.
- Elégtelen súlygyarapodás, szapora légzésszám, kóros izzadákonyság csecsemőkorban. Étvágytalanság, testsúlycsökkenés, kóros fáradékonyság, szédülés, esetleg ájulás, mellkasi fájdalom idősebb korban.
- A bőr lilás elszíneződése (cianózis) is súlyos szívbetegségre utalhat.

- Szapora szívverés szám, kóros vérnyomás értékek. A ritmuszavarra utalhat a szívverés magas vagy alacsony frekvenciája, illetve szívverés nem ritmosus megjelenése, vagy épp rohamokban megjelenő ritmuszavar. A magasvérnyomás pedig sajnos már tizenéves korban is egyre gyakrabban megjelenik.
- Magzati kardiológiai vizsgálatot követően ajánlott gyermekkardiológiai kontroll a születés után, mert bizonyos szívbetegségek, vagy magzati korban már észlelt eltérések súlyosbodása csak megszületés után észlelhető.
- A családban elforduló veleszületett szívbetegségek fennállása esetén is érdemes a gyermekek vizsgálatát kérni.
- Gyermekkardiológiai szakrendelésünket jó szívvel ajánljuk szűrővizsgálatként is.
- Gyakran jelentkeznek az igény sportolók vizsgálatára.

## Hogyan zajlik, mi a menete a gyermekkardiológiai vizsgálatnak?

– A gyermekkardiológiai vizsgálat során elsőként átbeszéljük a panaszokat, tüneteket. Az alapvizsgálatok közé tartozik a fizikális vizsgálat, vér oxigén szaturáció és vérnyomásmérés, az EKG és a szívultrahang vizsgálat. Mindezekkel a szívbetegségek zöme megerősíthető vagy kizárható. Bizonyos esetekben további vizsgálatokra lehet szükség, ilyen a Holter EKG vizsgálat (24-96 órás EKG vizsgálat), mely a szívritmuszavarok felderítésében segít, illetve a kerékpárgometria (terheléses EKG vizsgálat), mely gyermekek esetében szívritmuszavarok észlelése mellett a kezelési hatékonyság és a fizikai terhelhetőség felmérésében is segít. Hálás dolognak tartom, hogy mindezen vizsgálatok fájdalomtalanok, kellemetlen élmények nélkül elvégezhetőek – hangsúlyozza Dr. Kovács Gábor Hunor.

  
BUDAI MAGÁNORVOSI CENTRUM

**CENTRUMUNK  
GYERMEK  
KARDIOLÓGUSA:**



**DR. KOVÁCS  
GÁBOR HUNOR**

# TÉRDFÁJDALOM, PORCKOPÁS, TARTÁSI RENDELLENESÉGEK?

## FORDULJON MIHAMARABB SZAKORVOSHOZ!

*A reumatológust a fájdalom miatt keresik fel leggyakrabban a betegek, a fájdalom okának a felderítése a reumatológus feladata.*

– A fájdalom típusa, hullámlása, a mozgásterjedelem már segít a diagnózis eldöntésében – mondja **DR. ROJKOVICH BERNADETTE**, a Budai Magánorvosi Centrum reumatológusa.



**DR. ROJKOVICH BERNADETTE**

– A kór-előzmény pontos megismerése, a hozott előző leletek elemzése hozzátartozik a kórisme megállapításához, ugyanakkor a diagnózis tisztázásához képalakító röntgen és laboratóriumi vizsgálatokra is szükség lehet. A diagnózis megállapítása után a terápia beállítása, a fájdalom csillapítása és a tünetek romlásának megelőzése a feladat. A tünetek és panaszok csökkentésére gyógyszereket, injekciós kezeléseket és fizioterápiás kezeléseket (elektroterápia, gyógytorna) alkalmazunk.

### Mely panaszokkal, problémákkal fordulnak Önhez leginkább a páciensek?

– A mozgásszervekből eredő fájdalomnak számos oka létezik. Lehet túlterhelésből adódó átmeneti fájdalom, lehetséges, hogy az életkor előrehaladásával egyre gyakoribb problémát jelentő kopásos ízületi-, gerinc- vagy izomfájdalom. A gyulladásozmosztó betegségek és az autoimmun kórképek konkrét típusának meghatá-



rozása pontosabb képalakító és laboratóriumi kivizsgálást igényel. A kopásos ízületi betegség, az artrózis leggyakrabban a nagy teherviselő ízületeken jelentkezik, így a csípőkön, térdeken, emellett a kézujjak kopásos elváltozása csontos deformitásokat okoz.

### Kiknek ajánlott a reumatológiai vizsgálat?

– A tartási rendellenességek, fejletlen csípő, az alsóvégtagok tengelyeltérései, hosszkülönbségei elősegítik a kopásos gerinc- és ízületi elváltozások kialakulását. Ezért panaszok nélkül is javasolt a mozgásszervek szűrővizsgálata.

### Hogyan zajlik egy vizsgálat?

– A meglévő fájdalmak, egyéb panaszok pontos elemzéseinek kezdődik a vizsgálat. Felmérjük a kórelőzményt, előzetesen és aktuálisan is fennálló egyéb betegségeket, gyógyszerek szedését. Fontos elhozni az előzetes betegdokumentációkat, laboratóriumi és képalakító vizsgálatok eredményeit. Utána a mozgásszervek állapotának felmérése történik. A javasolt terápiát a beteggel egyeztetve döntjük el. Ha szükséges, akkor kontroll vizsgálatot javasolunk.

### Milyen életmódbeli és szakmai tanácsokat javasol Doktornő?

– Mivel a kopást visszafordítani nem lehet, a leghatásosabb módszer a betegség megelőzése, a helyes életmód, az elhízás kerülése, az izomzat megfelelő karban tartása torna és úszás segítségével. Mivel az artrózis kialakulásában jelentős szerepe van a túlsúlynak, a mozgáshiánynak és az egyéb kardiológiai kórképek jelenlétének, a mozgásprogramot az ízületvédelem és a fokozatosság elve alapján kell kialakítani. A testi fájdalom és mozgáskorlátozottság a betegek életét megkeseríti, ezeknek a tüneteknek a csökkentése az orvos legnemesebb feladata. Fájdalmatlan örök fiatalságot nem tudunk adni, de a fájdalmak megelőzését megfelelő életmóddal tudjuk befolyásolni – hangsúlyozza Dr. Rojkovich Bernadette.



BUDAI MAGÁNORVOSI CENTRUM

**CENTRUMUNK REUMATOLÓGUSA:**



**DR. ROJKOVICH BERNADETTE PHD**

# A RENDSZERES NŐGYÓGYÁSZATI VIZSGÁLAT ELENGEDHETETLEN!

*Több olyan elváltozás és fertőzés van, amelyek nem feltétlenül okoznak tüneteket: mivel ezek a lappangó problémák akár éveken át is észrevétlenül maradhatnak, komoly következményekkel járva akár meddőséghez, daganatos betegséghez vezethetnek. A fertőzésveszély nem zárható ki a legkörültekintőbb életforma mellett sem. A hüvelyben és annak környékén normálisan is megtalálható mikroorganizmusok kóros elszaporodása is elég lehet ahhoz, hogy gyulladást okozzon.*



**Miért is annyira fontos a prevenció, az évenkénti nőgyógyászati szűrés?**

– A daganatos megbetegedések világszerte a harmadik, a fejlett országokban a második helyen állnak a halálozások hátterében – mondja



**DR. LAKY ILONA MARCELLA**, a Budai Magánorvosi Centrum nőgyógyásza.

**DR. LAKY ILONA MARCELLA**

– Szekunder prevencióknak nevezzük azokat a szűrővizsgálatokat, amelyek célja a korai felismerés és így a gyógyulás esélyének a növe-

lése. Jelenleg mindössze három szervet érintő daganat esetén áll rendelkezésünkre ilyen szűrőmódszer. Ezek közül kettő nőgyógyászati szervet érint, az emlőt, illetve a méhnyakot. Méhnyakrákban Európában 18 percnként hal meg egy nő. Magyarországon évente 1200 új esetet mutatnak ki és 500 eset halállal végződik. Ha minden nő részt venne évente nőgyógyászati vizsgálaton akkor ebből az 500 nőből, feleségből, anyából, testvérből, barátnőből 495 nem halna bele a betegségbe. A méhnyakrák kialakulása éveig tartó folyamat, a korai rák megelőző állapotok felismerésével lehetővé válik, hogy időben cselekedjünk és elérhető a teljes gyógyulás a daganat kialakulása előtt.

Természetesen a nőgyógyászati kontroll során a többi női nemi szervet is vizsgáljuk, így a külső nemi szerveket,

hüvelyt, méhtestet, petefészkeket és az emlőt is.

### Kinek ajánlott a vizsgálat?

– Minden nőnek a nemi élet megkezdésétől vagy legkésőbb 18 éves kortól évente javasolt nőgyógyászati vizsgálat.

### Mit is takar a nőgyógyászati komplex szűrés?

– A nőgyógyászati komplex szűrés tartalmazza a nemi szervek kolposzkópos vizsgálatát, a méhnyakrákszűrés, bimanuális vizsgálatot, hüvelyi ultrahang vizsgálatot és az emlő tapintásos vizsgálatát.

### Hogyan zajlik a szűrés, mi a vizsgálat menete?

– A vizsgálat során először beszélgetünk a beteggel. Kikérdezzük a korábbi betegségeket, szedett gyógyszereket, általános, majd szüléset-nőgyógyászati anamnézist veszünk fel. Fontosak a korábbi nőgyógyászati beavatkozások, a menstruációs ciklus ideje, hossza, az utolsó menstruáció első napja, korábbi terhességek száma, lefolyása. A fizikális vizsgálat során a külső és belső nemi szerveket megtekintjük szabad szemmel és kolposzkóppal is. Ez egy fényforrással rendelkező nagytű, így a kisebb elváltozások jobban felismerhetők. Ezt követően egy kacsának nevezett eszközt vezetünk a hüvelybe, a hüvelyt és a méhnyakat is megvizsgáljuk, majd egy szempilláspirálhoz hasonló eszközzel mintát veszünk a nyakcsatornából, ez a méhnyakrákszűrés.

Ezután bimanuális vizsgálat következik, mely azt jelenti, hogy egyik kezünkkel a hüvely felől, másikkal a has felől vizsgálunk, így ki tudjuk tapintani a méh nagyságát, nagyobb kismedencei elváltozásokat (például myoma-t, cysta-t). A hüvelyi ultrahang vizsgálatlatható a méhtest, a méh nyálkahártya vastagsága és a petefészkek, az esetleges morfológiai eltérések.

Legvégül az emlő tapintásos vizsgálata következik. Leengedett és felemelt kézzel is áttapintjuk mindkét emlőt, valamint a hónalj területet is.

### Milyen életmódbeli és szakmai tanácsokat javasol a Doktornő?

– Mindenképpen ajánlom a HPV elleni védőoltást. Ezzel a méhnyakrákot okozó



„...A vizsgálat során először beszélgetünk a beteggel. Kikérdezzük a korábbi betegségeket, szedett gyógyszereket...”

zó magas kockázatú HPV típusok leggyakoribbjai ellen védetté válunk, így jelentősen csökkenthető a méhnyakrák

kialakulásának esélye. Javasolt a nem tartós párkapcsolatban élők számára a gumióvszer használata.

Ami pedig a legfontosabb, mindenekelőtt a rendszeres évenkénti nőgyógyászati vizsgálat fontosságát hangsúlyoznám!

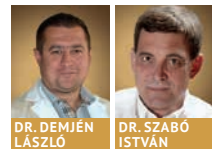
### Miért ezt a szakágat választotta a Doktornő?

– Gyermekkorom óta orvos szerettem volna lenni és amint az egyetemet elkezdtem, már tudtam, hogy szülész-nőgyógyász leszek. Az első éves nyári gyakorlatomat már a jelenlegi munkahelyemen töltöttem el, ennek most már közel húsz éve. Nagyon szeretem a hivatásomban, hogy rendkívül változatos, a sok betegség orvoslása mellett az egészséges újszülöttek születése pedig különleges csodát tesz hozzá.

### NŐGYÓGYÁSZ ORVOSAINK:



PESTI MAGÁNORVOSI CENTRUM



# FOGLALKOZÁS-EGÉSZSÉGÜGYI VIZSGÁLATOK

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

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 rendeléseink célja a munkahelyi egészségügyi problémák és veszélyforrások azonosítása, megelőzése, valamint kezelése, ami végső soron javítja a munkaerő jólétét és növeli a termelékenységet.

– 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. Kiemelt 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.



**PROF. DR. TORZSA PÉTER**

Ilyen lehet, ha a kolléga egészségkárosításra alkalmas anyagokkal dolgozik, valamint, ha üllő-, vagy teljesen álló-munkát végez. Szakorvosaink képesek időben érzékelni a kialakuló problémákat és még időben hatásos segítséget nyújtani pácienseinknek.

### Milyen vizsgálatok tartoznak a foglalkozás-egészségügyi rendelésbe?

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, vérucor, szemészeti, koszorúér vizsgálatokat, életmódbeli és diétás tanácsadást, prevenció programokat dolgozunk ki, oltást adunk be. Természetesen a kezelésekhöz nélkülözhetetlen receptírást is vállaljuk.

Mindezen felül alap (légzés-funkció, terheléses EKG, ultrahangos vizsgálatok), valamint komplex kardiológiai (nyaki verőér duplex Doppler, tumor markerek, testsírszázalék, mentális egészség) szakvéleményt is ki tudunk állítani. Évente egy alkalommal vállalkozásának telephelyére is kiszállunk, ahol vizeletvizsgálatot, vérnyomásmérést, szemészeti és igény esetén EKG vizsgálatot folytatunk, 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, mérgezőek és különféle kórképek felismerése. Az egészségügyi problémák idejekorán történő megállapítása jelentős hatással van a munkavállalói teljesítményére és hűségére. **Gondoskodjon Ön is alkalmazottai egészségéről: jelentkezzen az [uzemorvos@budaimaganrendelo.hu](mailto:uzemorvos@budaimaganrendelo.hu) e-mail címen és szűrő programjainkkal vigyázzon munkatársai egészségére!**



BUDAI MAGÁNORVOSI CENTRUM

### A RENDELŐ FOGLALKOZÁS-EGÉSZSÉGÜGYI KOLLÉGÁI:



**PROF. DR. TORZSA PÉTER**



**DR. BARTOS TIMEA**



**DR. DEMJÉN LÁSZLÓ**



**DR. HORVÁTH NIKOLETTA**



**DR. MÁDY KINGA**



**DR. MOSÓ KRISZTINA**



**DR. PINTÉR NÓRA**



**DR. RACSMÁNY ZSÓÉ DIANA**



**DR. RÉVÉSZ BEATRICE**

# SZEMORVOSI VIZSGÁLATRA LENNE SZÜKSÉGE?

*FORDULJON HOZZÁNK BIZALOMMAL!*

Ha valakinek romlik a látása, általában felkeres egy optikát és szemüveget csináltat. Sokszor előfordul azonban, hogy szemüveggel nem lehet a látást korrigálni. Ilyenkor az optometrista vizsgálat után szemszakorvosi vizsgálatra küldi a páciens. Itt egy réslámpás vizsgálattal többnyire ki lehet deríteni a látásromlás okát, de szükség lehet kiegészítő műszeres vizsgálatokra is.

A látásromlás mellett számos panasz, mint a vörös, égő, szürő, viszkető, száraz szem, váladékozás, úszkáló homályok, torz látás, szemhéj problémák – csak hogy a leggyakoribbakat említsük – vezethetik a beteget szemorvoshoz.

Ugyanakkor érdemes tudni, hogy sok általános betegség, leggyakrabban a cukorbetegség, de az autoimmun és reumatológiai megbetegedések is gyakran járnak szemtünetekkel. Ezért a kezelőorvos is küldheti szemészeti szűrővizsgálatra a betegetek.

Vannak szembetegségek, ilyen a zöldhályog, melyekre korai szakban csak szűrővizsgálattal derülhet fény. Ez azért fontos, mert a kezelést, annak érdekében, hogy ne alakuljanak ki visszafordíthatatlan elváltozások, már akkor el kell kezdeni, amikor a betegség még semmiféle panaszt nem okoz. Idősebb korban borússá válhat a szemlencse, vagyis szürkehályog keletkezhet, ami réslámpás vizsgálattal diagnosztizálható, és egy rutinszerűnek számító műtéttel orvosolható.

Általában 40 év körül már olvasó szemüvegre is szükség lehet a közeli látáshoz azoknak is, akik addig nem viseltek szemüveget. Ezért ebben a korban mindenkinek ajánlott egy részletes szemészeti vizsgálat szemnyomás méréssel.

Látható tehát, hogy nemcsak panasz esetén, hanem bizonyos kor után szűrővizsgálat céljából is érdemes felkeresni egy szemészeti szakrendelést.



BUDA MAGÁNORVOSI CENTRUM

**SZEMPROBLÉMÁK,  
GYULLADÁSOK,  
ÉGŐ, SZÜRŐ ESETLEG  
HOMÁLYOS LÁTÁS?**

**FORDULJON  
MIHAMARABB  
SZEMORVOSUNKHOZ!**

BUDAIMAGANRENDELO.HU +361 794 3980

A Budai Magánorvosi Centrumban szemorvosi szakrendelésünk mellett optometria vizsgálat is elérhető: szemüveg-, kontaktlencse felírás, éves kontaktlencse kontroll; jogosítványhoz látásvizsgálat. A pácienseket Thern Bernadett optometrista várja.

# KOCKÁZATOS-E AZ IMPLANTÁTUM BEÜLTETÉS?



*A fog implantáció a ma ismert legjobb és legszebb megoldás az elvesztett fogak pótlására. De vajon tartós is? Mutatjuk a kockázati tényezőket és hogy a Budai Fogászati és Implantológiai Centrum milyen innovatív módszert biztosít a fogpótlás területén.*

– A fog implantáció a XX. században került előtérbe, az elvesztett fogak pótlására, nagy előnye, hogy segítségével visszanyerjük az eredeti fogak adta szabadságot – mondja **DR. VESZPRÉMI SOMA**, a **Budai Fogászati és Implantológiai Centrum vezetője**.

– Fog implantáció során egy titánium vagy kerámia implantátumot helyezünk a foggyökér helyére a fog elvesztése után. Az implantátum a csontszövetbe történő beépülését követően egy koronát kap, amely a fog pótlása lesz. Az implantátum beültetése összetett eljárás, amelyhez nagyon fontos az orvos tapasztalata, a steril körülmények, a megfelelő diagnosztika és tervezés – hangsúlyozza a fogorvos. – Emellett

sikerese beépülése nagyban függ a beteg egyedi körülményeitől és az implantátum típusától.

A digitális fejlődésnek köszönhetően a fog implantáció ma már biztonságos eljárás, rutinbeavatkozás, melynek koc-

kázati tényezői szinte nullára csökkenthetők a megfelelő digitális diagnosztikai képeknek, digitális tervezésnek, és digitális beültetésnek köszönhetően.



**DR. VESZPRÉMI  
SOMA**

**Fog implantáció digitális sablonnal**

A digitális fúrósablon egy olyan innovatív eszköz, amelyet a fogászatban használunk implantátumok beültetésére. Ez egy számítógéppel tervezett, személyre szabott sablon, amely a páciens diagnosztikai



	Implantátum beültetés digitális technológiával	Implantátum beültetés hagyományos technológiával
Terhelhetőség	azonnal	1 hónap után
Gyógyulási idő	1 hónap	3 hónap
Esetleges kockázatok	a digitális tervezésnek és ebből eredő tūpontos behelyezésnek köszönhetően a komplikációk és szövődmények lehetősége gyakorlatilag nulla	a manuálisan beültetett implantátum körül nagyobb eséllyel alakul ki fertőzés, vagy gyulladás, ami gátolhatja annak beépülését. Emellett idegkárosodás is előfordulhat.
Műtéti terhelés	nincs utófájdalom, nincs duzzanat	a szövetek regenerációja lassabb, ez idő alatt lūktető fájdalom és duzzanat előfordulhat
Behelyezés után szükséges kezelések	az íny tökéletesen felveszi a fogat körülölelő formát, nincs szükség egyéb kezelésre	varratszedés implantátum feltárás infymozás
Előnyei	biztonságos, kiszámítható	költségtakarékosabb
Hátrányai	költségesebb	az emberi tényezőkből adódó bizonytalansági faktor magasabb

képét alapul véve határozza meg az implantátumok pontos helyét és irányát. A digitális fűrosablon létrehozása általában a következő lépésekből áll:

- a fogak 3D-s szkennelése
- számítógépes tervezés
- 3D nyomtatás
- implantátumok behelyezése

Rendelőnkben évek óta dolgozunk digitális implantációs sablonokkal, az eredmények pedig fantasztikusak. Emellett természetesen a hagyományos implantátum beültetés is elérhető, kedvezőbb ára miatt erre a szolgáltatásunkra is nagy az igény.

Rendelőnkben minden kezelést a leginnovatívabb eljárással végzünk. A digitalizáció új kapukat nyitott meg a fogászat területén is, melynek köszönhetően gyorsabban, kényelmesebben és kiszámítható módon készülnek el a fogpótlások pácienseink számára. A digitális fűrosablon technológiája egyre népszerűbbé válik a fogászati implantátumok beültetésének területén, és sok előnye van a hagyományos módszerekkel szemben. Rendelőnkben több évnvi tapasztalattal bírunk a hagyományos és digitális módon történő fog implantációban, bizhat a szakértelmünkben!



#### 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

#### FOGORVOSI CSAPATUNK:



DR. VESZPRÉMI  
SOMA



DR. PETZKE  
ANNA



DR. BORFAI  
DIÁNA



DR. KOVÁCS  
MÁTÉ



DR. PÁRDY  
SOMA



DR. RÉGENI  
BÉLA



DR. SZILVÁSI  
LILLA

# MELANOMA,

A FIATALABB KOROSZTÁLY LEGGYAKORIBB RÁKBETEGSÉGE



## 2024-ben mennyire kell tartanunk a bőrrák kialakulásától?

– A Nemzeti Rákregiszter szerint tavaly minimum 2500 melanomát, 17,000 basaliomát és 4500 laphámrákot diagnosztizáltak – mondja **DR. ÁRVAI MARIANN**, a **Budai Magánorvosi Centrum bőrgyógyász szakorvosa**. – Mindegyik száma évről évre növekszik, ugyanakkor, hogyha a



**DR. ÁRVAI MARIANN**

2000-es évek elejéhez mérten nézzük, akkor egy lassan növekvő tendencia tapasztalható.

A melanománál emelkedés elsősorban a fiatalabb populációnál érezhető, tehát a mostani 25-30-40 éves populációt

nézve magasabb a melanomások száma, mint pár évvel ezelőtt.

A laphámrák elsősorban az idősebb korosztálynál fordul elő, a basalioma is főként a szépkorúakat érinti, ugyanakkor fiatalabb korban is megjelenhet.

## Minek tudható be az egyre növekvő esetszám?

– A növekedésért főként a szolárium használat okolható, és sajnos nemcsak azok érintettek, akik jelenleg aktív szoláriumoznak, hanem akik még a 2000-es évek elején, a nagy „barnulási” hullám korában (tehát évtizedekkel ezelőtt) jártak szoláriumba, hiszen annak a hatása most érvényesül.

A másik ok pedig, hogy a barnaság még napjainkban is divat, ugyan szerencsére egyre jobban kezd kiszorulni, de az UV sugárzásnak van a leginkább szerepe a bőrrák kialakulásában akár napozás során ér minket sugárzás, akár szolárium használatkor. Az ózon réteg is egyre vékonyabb, így az UV sugárzás egyre erősebb lesz, ezt szinte mindenki érzi a saját bőrén. Éppen ezért van egyre nagyobb faktorszámú naptejekre szükség, hiszen ma már sokkal hamarabb meg tudunk égni a napon, mint évtizedekkel ezelőtt.

## Mennyire gyors lefolyású betegséggel állunk szemben? Milyen kezelési módok állnak ma már rendelkezésünkre és milyen esélyek vannak a gyógyulásra?

– Hogyha az összes rosszindulatú daganatot nézzük, akkor a bőrrák a leggyakoribb a világon. A szűrést 18



éves kor felett éves jelleggel javasoljuk, hiszen fiataloknál is ugyanúgy megjelenhet. A lefolyása a típusától és a diagnózis időpontjától függ, minél korábban van diagnosztizálva egy melanoma, annál nagyobb a túlélési esélye. Hogyha egy korai melanomát sikerül eltávolítani idejében, akkor gyakorlatilag az 5 éves túlélés 95% fölött van. Ahogy haladunk egyre előrébb, és megy már lejjebb a bőr síkjában mélyebbre a melanoma, hogyha nyirok áttétet adott, akkor az 5 éves túlélési esély már csak 80% körüli. Amennyiben pedig vérrrel történő szóródás révén megjelentek az áttétek, akkor 40% az 5 éves túlélés, ami sajnos nem túl jó arány. A kezelésekre vonatkozóan: mindig a sebészi kezelés az elsődleges, minél hamarabb! Amennyiben a szakrendelésen látunk egy melanomát, akkor gyakorlatilag azt pár napon belül meg kell operáltatni, hogy minél hamarabb el legyen távolítva és utána a szövettani típus adja majd meg, hogy hogyan haladjunk tovább.

#### Milyen szakmai és életmódbeli tanácsokat ajánlana?

– A prevenció a legelső minden tekintetben. Egyrészt nagyon fontos a szolárium és a napozás kerülése (más a napozás és a napon való tartózkodás). A napon való tartózkodás a megfelelő D-vitamin szint miatt fontos, ehhez a kora reggeli és a késő délutáni órákban napi 15-15 perc elegendő. Amikor napon tartózkodunk, használjunk magas faktorszámú fényvédőt. Fontos a ruházat, takarjuk a bőrt, amennyire lehet, az arcot szakre-

„...az UV sugárzásnak van a leginkább szerepe a bőrrákok kialakulásában akár napozás során ér minket sugárzás, akár szolárium használatakor...”



karimájú kalappal is védhetjük, és a nyári időszakban 11 és 15 óra között lehetőleg ne tartózkodjunk közvetlen fényben, vagy hogyha muszáj, akkor is megfelelő fényvédelemben, UV-szűrő ruházatban. Azt se felejtjük el, hogy nálunk Magyarországon a legerősebb UV sugárzás délután 1 órakor van, tehát nem déli 12-kor. Javasolt továbbá figyelni az UV indexet, amikor 8 fölé megy, akkor még fényvédelem mellett sem javasolt napon tartózkodni. Átlag populációnál az éves szűrést szövegünk javasolnunk, viszont azoknak, akiknek nagyon magas az anyajegyszáma, volt melanomás a családban, lett eltávolítva már olyan anyajegye, ami ún. diszplasztikus anyajegy vagy nagyon sok veleszületett anyajegygel

rendelkeznek, mindenképpen gyakrabban kell jönniük.

Két éves szűrés között, hogyha azt észleljük, hogy megváltozott az anyajegy színe (szürkés barna, szürkés fekete, lilás, kékes szín jelenik meg benne), a széle asszimmetrikussá válik, a mérete látványosan növekszik, vérvér, viszkető elváltozás jelenik meg rajta, akkor mihamarabb meg kell mutatni szakorvosnak, ne késlekedjünk.

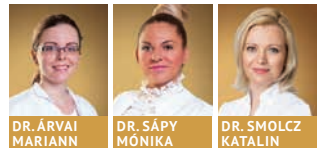
#### Kik a legérintettebbek és melyek a leginkább befolyásoló tényezők?

– A legérintettebbek az 1-es 2-es bőrtípusba tartozók, vörös, szőke hajú, világos bőrű, kék szemű személyek, továbbá, akiknek a családjában volt melanoma, illetve akiknek nagy számú veleszületett anyajegyei vannak. A melanoma kialakulásánál a befolyásoló tényezőkből csupán 10% a genetikai, 90% pedig az UV terheltség, ebből is leginkább a gyermekkorban elszenvedett hólyagos napégés hatása, ami nagy szerepet játszik – hangsúlyozza Dr. Árvai Mariann.



BUDAPESTI BŐRGYÓGYÁSZI CENTRUM

#### RENDELŐINK BŐRGYÓGYÁSZ ORVOSAI:



DR. ÁRVAI MARIANN

DR. SÁPÓ MÓNIKA

DR. SMOLCZ KATALIN

# SZÁNJON CSONTJAIRA TÖBB FIGYELMET!

Diagnosztika részlegünkön számos szolgáltatással várjuk pácienseinket: a röntgen, ultrahang és mammográfia mellett a DEXA csontsűrűség mérésre is szeretettel fogadjuk Önöket a Budai Magánorvosi Centrumban!

Vegye igénybe „Nyárbúcsúztató kedvezményünket”: szeptember hónapban 10% kedvezményt biztosítunk DEXA vizsgálatunkra, amennyiben kivágja és felmutatja a Budai Egészségmagazinban található DEXA Nyárbúcsúztató kuponunkat.

Lepje meg magát, vagy szeretteit csontsűrűség mérés - ágyéki gerinc és csípő vizsgálattal vagy teljes test szöveti összetétel méréssel!

(A kedvezmény a szolgáltatás listaárából vonódik le (aktuális áraink weboldalainkon található), más akciókkal nem összevonható és 2024. szeptember 30-ig történő időpontfoglalás esetén biztosítható).

A **csontsűrűség mérés** a csontok ásványi anyag tartalmát, a csontok sűrűségét határozza meg. Az életkor előrehaladtával a csontok ásványi anyag tartalma csökken, mely törési kockázatot jelent. Hölgyeknek a menopauza kezdetétől, uraknak 60 éves kor felett ajánlott elvégezteni a vizsgálatot.



Anyagcsere zavarok esetén, cukorbetegség, pajzsmirigy, máj, vese betegség felszívódási zavarok, szteroid szedése, illetve családi halmozódású csontritkuláskor célszerű a vizsgálatot fiatalabb korban is elvégezni.

**Teljes testösszetétel mérés** során a Dexa-berendezés a zsír és az izomszövetek százalékos arányáról, illetve elhelyezkedéséről ad képet.

A vizsgálat ajánlott edzésprogram esetén az izomtömeg változásának követésére, túlsúlyos pácienseknél vagy izomgyengeség, gyenge fizikai terhelhetőség fennállásakor. Életmódváltás, testsúlycsökkentő terápia után a zsír és az izomszövetek százalékos arányának változásáról tudunk képet kapni.

## KUPON DEXA Nyárbúcsúztató kupon

10%

(A kivágott kuponnal **10% kedvezmény vehető igénybe** a **DEXA vizsgálatok mindenkor listaárából**, szeptember 30-ig történő időpontfoglalás esetén.

A kedvezmény készpénzre nem váltható és más kedvezménnyel nem összevonható).



PESTI ÉS BUDAI  
MAGÁNORVOSI CENTRUM

**CSONTSŰRŰSÉG  
MÉRÉS,  
CSONT**

**DENZITOMETRIA,  
OSTEOPOROSIS  
VIZSGÁLATA  
(ÁGYÉKI GERINC  
ÉS CSÍPŐ)**

**MAMMOGRÁFIA**

**RÖNTGEN**

**TELJES TEST  
SZÖVETI  
ÖSSZETÉTEL  
MÉRÉS**

**DEXA**

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

**BEJELENTKEZÉS:  
+36 1 794 3980**

 **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](http://www.budaimaganrendelo.hu)

(06 1) 794 3980

(06 1) 445 0700

(Labor szolgáltatások)

# +36 (70) 647 7811

**BMC SAVOYA PARK** – 1117 Budapest, Hunyadi János út 19.

E-mail: [savoya.recepccio@budaimaganrendelo.hu](mailto:savoya.recepccio@budaimaganrendelo.hu)

# TOVÁBBI RÉSZLEGEINK, ORVOSAINK

## ARANYÉR AMBULANCIA



DR. REGŐCZI  
TAMÁS

## BELGYÓGYÁSZAT



DR. BARTOS  
TÍMEA



DR. DERES  
PÉTER PhD



DR. FŰGEDI  
KATALIN



DR. PÁC  
ALEXANDRA NÓRA

## DIETETIKA



LUKÁČOVÁ  
TÜNDE



TÓSZEGI  
LÍDIA

## ANGIOLÓGIA



DR. DERES  
PÉTER PhD

## DIABETOLÓGIA



DR. BARTOS  
TÍMEA



DR. HERMÁNYI  
ZSOLT



DR. LUKÁCS  
KRISZTINA PhD



DR. SIMONYI  
GÁBOR PhD

## FEJFÁJÁS/ NEUROLÓGIA/STROKE



DR. HORVÁTH  
RITA

## LIPIDOLÓGIA/ OBEZITOLÓGIA



DR. SIMONYI  
GÁBOR PhD

## PULMONOLÓGIA



DR. ZSÁMBOKI  
GABRIELLA

## IDEGSEBÉSZET



DR. SZÉKELY  
PÉTER PÁL

## GYERMEKGYÓGYÁSZAT



DR. ÁRVAI  
MARIANN



DR. DEMJÉN  
LÁSZLÓ



DR. KOVÁCS  
GÁBOR HUNOR



DR. LÁSZTITY  
NATÁLIA



DR. SÁPNY  
MÓNIKA



DR. SMOLCZ  
KATALIN



DR. VARGA  
ANIKÓ



DR. ZARÁND  
RAJMUND

## MEGELŐZŐ ORVOSTAN



DR. BÉRES  
ZSUZSANNA

## KARDIOLÓGIA



DR. BÁRTFAI  
ILDIKÓ



DR. BALLA  
PATRÍCIA



DR. FŰGEDI  
KATALIN

## FŰL-ORR-GÉGE



DR. PÁC  
ZOLTÁN



DR. ZARÁND  
RAJMUND

## OPTOMETRIA



TERN  
BERNADETT

## ORVOS-ESZTÉTIKA



DR. KÁLI  
GÁBOR

## PSZICHIÁTRIA



DR. MIHÁLY  
ANDREA



DR. KERKOVITS  
GÁBOR



DR. KOVÁCS  
GÁBOR HUNOR



DR. NAGY  
ZSÓFIA

## ORTOPÉDIA, TRAUMATOLÓGIA



DR. MAGOS  
KRISZTIÁN



DR. VAS  
ROLAND

## SONOGRÁFIA



MIKOLA SZILVIA  
SAROLTA

## PSZICHOLÓGIA



BALLA  
GYÖRGYI

## GYÓGYMASSZÁZS



DAVID  
PÉTER



BUDAI MAGÁNORVOSI CENTRUM

## STD AMBULANCIA



DR. ÁRVAI  
MARIANN



DR. FAZAKAS  
ZSOLT



DR. MELCZER  
ZSOLT

## SEBÉSZET

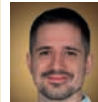


DR. REGŐCZI  
TAMÁS



DR. CZELLER  
DÁNIEL

## MAMMOGRÁFIA



DR. BORBÁS  
GÁBOR



DR. UNGER  
ZSUZSA PhD



DR. ZSUPPÁN  
RICHÁRD



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 2024. december 31-ig érvényes.**



BUDAI MAGÁNORVOSI CENTRUM



### Hasi és kismedencei ultrahang vizsgálat

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

**Az akció 2024. december 31-ig érvényes.**



BUDAI MAGÁNORVOSI CENTRUM



### Komplex nőgyógyászati szűrés

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

**Az akció 2024. december 31-ig érvényes.**



BUDAI FOGÁSZATI ÉS  
IMPLANTOLÓGIAI CENTRUM



### Fogászati konzultáció góckutatással

24.900 Ft helyett most **19.900 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 2024. december 31-ig érvényes.**



BUDAI MAGÁNORVOSI CENTRUM



### Laborvizsgálat (újszülöttek részére is)

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

**Az akció 2024. december 31-ig érvényes.**



BUDAI MAGÁNORVOSI CENTRUM



### Sportszemléletű kardiológiai vizsgálat PLUS

(12 elvezetéses EKG, fizikális vizsgálat, szívultrahang, terheléses EKG). A vizsgálatra **15% kedvezményt** biztosítunk a kupon bemutatása esetén.

**Az akció 2024. december 31-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](http://www.budaimaganrendelo.hu) | [www.budaioltokozpont.hu](http://www.budaioltokozpont.hu) | E-mail: [info@budaimaganrendelo.hu](mailto:info@budaimaganrendelo.hu), [info@budaioltokozpont.hu](mailto: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** | E-mail: [receptio@bmcilabor.hu](mailto:receptio@bmcilabor.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](http://www.gasztrocentrum.hu) | E-mail: [receptio.buda@gasztrocentrum.hu](mailto:receptio.buda@gasztrocentrum.hu)  
1117 Budapest, Fehérvári út 82. 1. emelet 4. ajtó

### BUDAI EGÉSZSÉGES ÉLETMÓD CENTRUM

Tel.: **+36 (1) 794 3980** | E-mail: [info@budaimaganrendelo.hu](mailto:info@budaimaganrendelo.hu) | 1117 Budapest, Hunyadi János út 19.

### PESTI GASZTROENTEROLÓGIAI CENTRUM

Tel.: **+36 (20) 536 4156** | [www.gasztrocentrum.hu](http://www.gasztrocentrum.hu) | E-mail: [receptio.pest@gasztrocentrum.hu](mailto:receptio.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](http://www.pestimaganrendelo.hu) | E-mail: [pestimaganrendelo@budaimaganrendelo.hu](mailto:pestimaganrendelo@budaimaganrendelo.hu) | 1133 Bp., Kárpát u. 62-64.

### FOGÁSZATI ÉS IMPLANTOLÓGIAI CENTRUM BMC DENTAL

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

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

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

