

# HÍRLEVÉL

2020.  
március 25.



XVI.  
évfolyam  
1. szám

**Kispesti Egészségügyi Intézet**

## Az Intézet dolgozóinak lapja

### A tartalomból:

- ❖ *Igazgatói rovat*
- ❖ *Aktualitás*
- ❖ *Dicséret*
- ❖ *Szakrendelői tájékoztató*
- ❖ *MOK-hírek*
- ❖ *Informatikai hírek*
- ❖ *Kitekintés*
- ❖ *Szakmai csemege*
- ❖ *Személyes történetek*
- ❖ *Humor*
- ❖ *Tavaszköszöntő*
- ❖ *Továbbképzés*

## Igazgatói rovat

### **Kedves Munkatársaim!**

A nagybőjti időszak arra is jó, hogy komolyabban gondoljuk át életünket: mi igazán fontos benne és mi kevésbé. Ezt költőien fogalmazza meg a jelen lapunkban közölt vers.

Magam részéről az utolsó Hírlevelünk óta megélt örömteli események soráról adok rövid összefoglalást. A Mindenkinek köszönhetően eredményes évet hagyományteremtő ünnepekkel zártuk. Ez nemcsak a Munkatársak kötetlen együttlétét, a jó hangulatot teremtette meg, hanem a lehetőségét is annak, hogy túl a Mindenki számára adott karácsonyi jutalmon, kiosszuk az év orvosa, év asszisztense és év dolgozója pénzjutalommal is járó Elismerő Oklevelet, több főigazgatói dicsérettel együtt; kifejezve a feladatvégzésben magas szinten elkötelezett Dolgozók vezetéséről történő megbecsülését.

Az idei év sok jó hírrel indult. A jó gazdálkodásnak köszönhetően nem volt év végén adósságunk, így az e célból kapott konszolidációs összeget felhasználhatjuk struktúra átalakításra. Ebből fog reményeim szerint az év második felére elkészülni a laboratórium leköltöztetése, helyén pedig a mozgásterápiás egységek kialakítása. Az Önkormányzattól kapott 25 millió forintból ígéret szerint megvalósul az első emelet festése és a világítótestek korszerűbbre történő cseréje.

Nagy megtiszteltetés érte Intézetünket azáltal, hogy a 11. éve megjelenő, nagy sikerű Richter Egészségváros idei első rendezvénye kerületünkben lesz. A gazdag, kicsiknek és nagyoknak szóló kulturprogramok mellett széleskörű egészségügyi szűrő programokon való megjelenésért befolyt összeget az Intézet kapja meg. Ebből talán kiviláglik, hogy az ezen való részvétel az Intézet valamennyi dolgozója számára elvárás.

További nagy álmunk látszik megvalósíthatónak, miután a részletesen kidolgozott és beküldött szakmai anyagunk kedvező elbírálása után a kormányzat az Egészséges Budapest Program (EBP) program keretében az igényünk közel felét, 931 millió forintot elkülönített részünkre célzott felhasználásra. Az egynapos sebészet létesítésének szakmai indokoltságát senki nem vitatta, megvalósításáig számos soklépcsős, rendkívül sok feladattal járó előkészítő munka vár a vezetésre. Ennyire sok terepen zajló feladatvégzés csak egy erős, együttműködő, hatalmas lelkesedéssel megáldott vezetői csapattal lehetséges. Örömmel mondhatom, nálunk ez van.

Végezetül, jelentős, erőt próbáló feladatot ró ránk a kialakult járványügyi helyzet kívánatos, naprakész, vállalható kezelésére hozandó intézkedések sorozata.

Az előttünk álló rendkívüli türelmet, együttműködést igénylő feladatokhoz kívánok sok erőt, elfogadást, fegyelmet, egymásra figyelést, egymás segítségét.

**Vigyázzanak magukra, vigyázzunk egymásra!**

dr. Kumin Marianna  
főigazgató-főorvos

## Aktualitás

### **A Corona-vírus járvány kapcsán néhány gondolat:**

Az egészségügyi dolgozóknak helyt kell állniuk ebben az embert próbáló helyzetben. Fontos, hogy közülünk minél többen egészségesen kerüljenek ki a járványból.

#### **Mit tehetünk magunkért?:**

- 1./ Viselj védőmaszkot és gumikesztyűt!
- 2./ Ne nyúlj az arcodhoz, szemedhez!
- 3./ Gyakran és szabályosan moss kezet!
- 4./ Mindent, amit hazaviszel, fertőtleníts!
- 5./ Mobiltelefon és billentyűzet gyakori fertőtlenítése!
- 6./ Gyakori, alapos takarítás.

#### **Mit tehetünk másokért?:**

- 1./ Jelezzük, ha fertőzés gyanús helyzetbe kerültünk!
- 2./ Az eredmény megérkezéséig KARANTÉN-ba vonulunk!
- 3./Csak annyi ideig tartózkodunk a lakásunkon kívül, amennyi feltétlenül szükséges: vásárlás, munkába vagy onnan haza közlekedés.
- 4./ Segítünk az időseknek, mozgáskorlátozottaknak bevásárlással.
- 5./ Másokat is figyelmeztetünk a fentiekre és főleg arra, hogy ha tehetik: MARADJANAK OTTHON!

**Mindenkinek jó egészséget!**

dr. Zalaföldi Kornélia  
rendelésvezető főorvos  
Gyermekkardiológia

## Dícséret

#### **Igazgatóság!**

Alulírott Cs. A.-né szeretném megköszönni a Sebészet munkáját. Nagyon precízek, kedvesek, segítőkészek. Sok ilyen pozitív élményt szeretnék még megélni. Köszönöm közreműködését dr. Perduk Andrásnak és asszisztensének Judit nővérnek.

Cs. A.-né

## Szakrendelői tájékoztató

A nőnap alkalmából idén kiosztott főigazgatói dícséretet és jutalmat az alábbi dolgozóink kapták:

dr. Hidas Zsuzsanna főorvos	–	Fül-orr-gégészet
Zeherné Németh Magdolna asszisztens	–	Sebészet
Németh Anna személyi asszisztens	–	Igazgatóság
Szabóné Barna Erzsébet	–	Betegirányító
Vigyikán Mária Noémi	–	Takarítószolgálat

### Zöldülünk 2.0

Az Ady rendelő gyermekorvosi szárnyán idén májustól beinduló a szelektív hulladékgyűjtés után ugyanott, a védőnői szolgálat szobáiban és a közös egészséges orvosi – védőnői váróban is szelektív gyűjtődényeket tudunk kihelyezni.

Továbbra is várjuk a dolgozói jelentkezéseket, melyek azok a közösségek, akik csatlakoznának a szelektív hulladékgyűjtéshez. Működni akkor fog, ha helyi kezdeményezésből, a résztvevők akaratából megy tovább a folyamat.

Legegyszerűbben a külső telephelyeken lenne megoldható kezdetben, így a háziorvosi rendelőkben. Akit érdekel, kérem jelentkezzen:

Szánthó András dr.  
[szantho.andras@gmail.com](mailto:szantho.andras@gmail.com)

### **Betegirányító kérése háziorvosokhoz és szakorvosokhoz:**

A beutalók pontos, olvasható kitöltése, ami segíti a

- betegeket, mert gyorsabban halad a bejelentkezéskor a sorban állásnál
- a betegirányító dolgozóit, mert nem kell a szükséges adatokat „összehalászni” a felvételkor.

**A legfontosabb adatok:**

- a beteg személyes adatai (TAJ-szám, születési idő, anyja neve, lakcím)
- beküldő kód
- beküldő dátum
- naplósám
- pecsétszám

### **Gastroenterológiai vizsgálatokkal kapcsolatos tudnivalók**

A hatályos jogszabályoknak megfelelően az ellátás

- háziorvosi beutalóval,
- előzetesen egyeztetett időpontban,
- betegirányítónál történt bejelentkezés után történik.

8-12 óra között a tükrözéses vizsgálatokat végezzük, 12 óra után történnek:

- a recept,
- a terápiajavaslat,
- beutaló megírása,
- illetve vizsgálati leletek kiadása

## MOK - hírek

### Kedves Kollégák!

Új fejlemények az októberi Budapesti Választással kapcsolatban: a választást nem kell megismételni!

A MOK Országos Felügyelő Bizottsága által 2019. év október hónapban kezdeményezett **törvényességi felügyeleti eljárást**, a törvényességi felügyelet gyakorlására jogosult **egészségügyért felelős miniszter lezárta**.

A MOK BTSZ 2019. október 5-i napján megtartott Küldöttgyűlése, ezen belül a **tisztújító választói gyűlésének sem eredményessége, sem érvényessége nem került megkérdőjelezésre, a megválasztott tisztségviselők és ügyintéző szervek nem tisztségviselő tagjai legálisan töltik be tisztségeiket**.

Minden kedves Kollégának Kellemes Húsvéti Ünnepeket kívánok!

dr. Zalaföldi Kornélia  
MOK BTSZ XIX. ker.  
Választókerületi Elnök

## Informatikai, Dokumentációs és Kontrolling Osztály

Intézetünk honlapjára szinte naponta kerül ki a lakosság és dolgozóink tájékoztatására friss, valamint az aktuális rendelési információkat tartalmazó tájékoztatás.

Szövérfy Dénes  
osztályvezető

## Személyes történetek

### Intézetünkben járt a Mikulás!

2019. december 6-án kicsik és mi „nagyok” izgatottan vártuk a Mikulást.

Vajon hogy néz ki?

Csak mi öregedtünk meg, vagy ő is, egyáltalán, eltud-e még jönni?

Ezek a gondoltok foglalkoztattak sokakat...

Előzetes adminisztratív egyeztetések, de mégiscsak rövid várakozás, előkészületek után krampuszokkal kísérvé, hatalmas puttonyával péntek délután megérkezett a rendelőintézet II. emelet egyik szárnyába a MIKULÁS.

A bevonulásakor volt, aki ujjongott, volt, aki megszeppent látva piros palástját, nagy szakállát, nehéz mozgását!

Szerencsére mosolygott a gyermekekre, és aki hozzáért, azt megsimogatta.

A kicsik, egy kis segítséggel, mikulás énekekkel köszöntötték, miközben elfoglalta trónusát a krampuszok, a segítői között.

Volt gyermek, aki bátran, kíváncsian, volt, aki félve, Édesanyával, Nagyival megerősítve ment a Mikulás elé és hallgatta meg jellemzését és a Mikulás szerető dorgálását, majd átvette az őt „megillető” ajándékot.

Mindenki örült!

Volt, aki a csodás mikulás-csomagnak, más meg annak, hogy láthatta más, a gyermekek örömet!

Nagyon szépen köszönjük az ötlet kitalálójának és szervezőinek, valamint a Mikulásnak, a krampuszoknak, hogy meglátogatták és örömet szereztek gyermekeinknek, unokáinknak!

Látogass meg minket jövőre is kedves Mikulás! Szeretettel várunk!

Tamás György  
egy nagyapa

## Kitekintés

### Nőnap gondolatok

#### Slachta Margit (1884-1974), a nővédelem harcosa

Slachta Margit Borbála Kassán született és Buffalóban (USA) halt meg. Római katolikus lengyel-magyar család sarja. Édesapja a Kassai Takarékpénztár vezérigazgatója volt. Nevének jelentése lengyelül: nemes. Kalocsán végzett tanítóképzőt, majd németországi tanulmányút után Győrben, később Budapesten tanított.

Amikor apja rossz gazdálkodás miatt csődbe került és 1908-ban kivándorolt Amerikába, Margit testvéreit is magával vitte. Ő viszont itthon maradt. Figyelme ezután a szociális munkára terelődött. Prohászka Ottokár szociális reformjait tekintette követendőnek. Az Országos Katolikus Nővédő Egyesület Berlinbe küldte képzésre, hazajöve egy nővédő szociális tanfolyam előadója lett. Cselédeknek tanított írásra-olvasásra. Amikor a nők is kaptak választójogot, de ezt – a férfikkal szemben – írástudáshoz kötötték, Margit különösen fontosnak találta és intenzíven végezte ezt az oktatást.

1915-től A Keresztény Nő című katolikus egyesületi lapot szerkesztette. 1918 márciusában a lap neve Magyar Nő lett, ami alcíme szerint A keresztény feminizmus lapja volt. Margit is cikkek sorozatát publikálta az újságban. A Keresztényszocialista Párt tagja volt, amikor az a Katolikus Néppárttal egyesülve 1918 februárjában létrehozta a Keresztényszociális Néppártot; az új pártnak szintén tagja lett, de október 28-tól már az általa szervezett Keresztény Női Tábor élén állt.

1923-ban néhány társával megalapította a Szociális Testvérek Társaságát. A vészkorszakban zsidókat bujtatott, ő mentette meg pl. Heltai Jenő író és Gyarmati Fannit, Radnóti feleségét. 1969-ben meg is kapta érte „A világ igaza” kitüntetést. Egyik társasági társa, Salkaházi Sára vértanúhalált szenvedett a bujtatott üldözöttekkel együtt.

Parlamenti képviselő volt már a második világháború előtt is. 1947-ben a Keresztény Női Tábor képviselőjeként ismét bejutott a parlamentbe, 1948-ban éles hangon felszólalt az egyházi iskolák államosítása ellen. A kormányzó párt képviselői megszavazták ezt a törvényt és örömben elénekelték a Himnuszt – ő azonban ülve maradt és nem énekelt velük. Erre megfosztották mentelmi jogától és kétszer hat hónapra kitiltották az országgyűlésből.

1949-ben, letartóztatástól félve Bécsbe menekült, Nemes Borbála álnéven a Szabad Európa Rádió munkatársa lett. 1953-tól az Egyesült Államokban élt. Sokat segített az 56-os menekülteknek. A Szociális Testvérek Társaságának rendházában hunyt el 1974-ben. Írásából a Társaság 1993-ban válogatást adott közre hazánkban. Az Árpád-híd és a Margit-híd közötti budai rakpart az ő nevét viseli.

(Szemlézte: dr. Berghammer Rita)

## Vers

### Rakovszky Zsuzsa (1950-): Egyirányú utca

De ami volt, az nem jön vissza többé  
soha. Az idő egyirányú utca.  
Örökké zuhog a jelen, s örökké  
száraz lábbal kelünk át rajta: a múlt fölissza  
szempillantás alatt. Lábbal előre vissza  
nem szökken a műugró a trambulinra, és nem  
lesz már a csorba ép, a foltos újra tiszta,  
de ha mégis lehetne, hogyha valami résen,  
a kozmosz féregjáratain át  
zuhannál fölfelé, míg eléred azt a pontot,  
ahol elromlott minden, hogy fölfejtsd a hibás  
szemig a múlt kötését, másként legyen, ne mint volt,  
bölcsojében fojtsd meg a zsarnokot, vagy  
kivándorlásra bírd tulajdon nagyapádat,  
vagy azon vedd magad észre: egyszer csak ott vagy  
saját gyermekkorodban, épp vasárnap  
dél van, most merik szét a húslevest,  
s te fényes úrruhádban, düllelt üvegszemed  
rájuk emelve, a jövőndő elvetélt  
embriója, merev térdekkkel lépegetsz  
feléjük, vagy csak egy hang, testetlen sürgetés  
vagy tiltás oldaluknál, súgod:  
Tedd! vagy Ne tedd!  
- az is hiába volna. Nem lehet  
csak egy szálát kihúzni, ha nem az összeset,  
olyan szorosra szőtt a múltak szövédéke.  
Mint bulldózer tolja maga előtt  
a voltak összessége a rákövetkezőt,  
ami volt egyszer, annak nincsen sohase vége,  
vétkes vagy áldozat: nem felejtesz, nem felejtetek,  
a sérelem sérelmet szül, a seb  
sebezne, és nincsen, ki mint bokára ejtett  
szoknyából vetkező, a múltjából kilépne,  
s azt mondaná: Igen, én ezt tettem veled,  
ahogy mások velem: bocsáss meg érte!  
És ha lehetne, ha mégiscsak visszatérne,  
ki már soha, megint csak gázzsámlákról beszélne,  
csöpögő vízcsapokról, s te is csak azt felelnéd,  
amit akkor, s nem mondanád: Ne menj még!  
Fél életem viszed magaddal, hogyha elmégý

## Szakmai csemege

### Egy tüdőgyógyász margójára

A következőkben olyan esetet szeretnék megosztani, amely tanulságos lehet nemcsak a tüdőgyógyász számára vagy más szakma képviselőjének, hanem, ha nagyon meggondoljuk, a laikusok számára is hordozhat üzenetet.

Teszem ezt úgy, hogy az emlékeimből írok (reményeim szerint még nem a memoárom részeként), hiszen nem áll módomban közzétenni vizsgálati leleteket, mellkas rtg. felvételt...., mert jelenleg karanténban vagyok ebben a riasztó járványügyi vészhelyzetben és nem férek hozzá az említett adatokhoz.

Ezek alapján a leírás címe is megváltozhat az eredeti helyett például arra, hogy „Feljegyzések az egérlyukból”, ha szabad Dosztojevszkijre asszociálnom.

Mindenesetre biztosíthatom az olvasót arról, hogy élesen emlékszem az eset szinte minden percére, e miatt nyugodtan megbízhatnak a lelet nélküli leírásom hitelességében.

Egy hölgyről van szó, aki a negyvenes évei elején jár, asztma bronchiale és COPD miatt gondozott betegünk, egy környező település lakosa.

Magyarozatként szolgáljon az, hogy a tüdőgondozó a 19. kerület lakosságának tüdőbetegeiért felelős, ezen kívül viszont Gyál, Felsőpakony és Ócsa betegei is a szárnyaink alá tartoznak.

Asthma bronchiale, és COPD együttes fennállásával nemrégiben új betegség képződött, ami az említett betegek csaknem 30%-át érinti, ismét mozaikszó az új betegség elnevezése: ACO.

Mindkét alapbetegség a hörgőrendszer szűkületével jár, persze más-más kóroki tényezővel a háttérben.

A fiatal nő gondozott betegünk, ami azt jelenti, hogy körülbelül 6000 társával együtt a szorosán követett betegeink közé tartozik, nemcsak acut exacerbatio (heveny állapotrosszabbodás) esetén fordulhat hozzánk, hanem folyamatos kontrollálásával, kezelésével együttesen próbáljuk megelőzni a súlyos állapotok kialakulását, a közös célunk az, hogy a személyre, azaz rá szabott terápiával az életminősége lehetőség szerint, vagy kis veszteséggel, de ne szenvedjen csorbát. Nem könnyű feladat ez, jól összehangolt csapatmunka szükségeltetik hozzá.

A gondozóba érkezése is vészjósító volt, kollégáim jelezték, hogy a váróban már szólt, hogy nagyon fullad.

A légzési segédizmait próbálta segítségül felhasználni, hogy az oxigénhiányát enyhítse. A fulladás rettenetes érzés, van olyan pont, amikor kifejezett halálfélelemmel jár.

Ahogy megvizsgáltam, egyik tüdő felett sem hallottam légzési hangot, nyugodtan állíthatjuk azt: mindkét oldalon néma tüdő. Ez súlyos állapotrosszabbodáskor az ő betegségében előfordulhat.

Ebben az esetben a szakma szabályai szerinti eljárás következik, injekciós kezelés, parenterális szteroid és hörgőtágító.

A beteg kikérdezésekor (limitált információ alapján az állapotának megfelelően) kiderült, hogy az egész fulladásos rosszulléte az éjszaka kezdődött, és furcsa módon nagyhirtelen alakult ki, ami eddig nem fordult elő az életében.

Erre felkaptam a fejemet, mert akkor itt valami más is van a háttérben. Mellkas rtg. készült, ami alapján kiderült, hogy az egyik tüdeje teljesen összeesett, total ptx. (légmell) keletkezett.



A tüdőt a két mellhártya közötti vákuum ragasztja a mellkasfalhoz, ha a mellhártya megsérül, akkor a két mellhártya közé pozitív nyomású levegő kerül, a vákuum megszűnik, a tüdő összeesik. A tüdő a légmell súlyosságától függően nem mindig esik össze teljesen, előfordulhat részleges légmell is (ptx-pneumothorax). Betegünk esetében total ptx. alakult ki, feltételezhetően az egyik alapbetegsége jellemzőjeként egy emphysemás bulla kidurranásával. (Magyarázatként: egy tüdőtagulásokos léghólyag kidurranhatott.) Ez az állapot életveszélyes. Sürgősséggel mentőt kellett hívunk.

Igen, alapja van annak, hogy feltűnik az olvasónak, hogy mi van a másik tüdővel? Az miért néma?

Ez az a pont, amikor mindenkinek eszébe kell, hogy jusson, hogy egyszerre, egyidőben bizony ugyanannak a betegnek két betegsége is rosszabbodhat, méghozzá olyan cselesen, hogy ugyanazt a tünetet okozzák. Esetünkben a légszomjat és a hallgatósági leletként detektált néma tüdőt.

Ugyanis a másik tüdő az alapbetegség akut exacerbatioja zajlott.

Ez volt az a pillanat, amikor a két tüdőt külön kellett kezelni, mintha nem is ugyanarról a betegről lenne szó.

A ptx. miatti ellátás már pestiesen szólva sínen volt, vártuk a mentőt, de a hölgyet szállítható állapotba kellett hozni, azaz a másik tüdején az akut exacerbatio kezelését kellett végrehajtani villámgyorsan, a mentő megérkezéig.

Parenterális szteroid és parenterális hörgőtágító kezelést kapott, amire javult az állapota, csökkent a nehézlégzése és ami egy szakmabéli fülének gyönyörűség, a fonendoszkóp alatt szinte hallani lehetett, ahogy a hörgők megnyílnak és a levegő surran, úgynevezett gyengült légzéssé válva.

A mentő megérkezéséig megtudtuk azt, hogy a hölgybetegünk ma utazott volna el külföldre repülővel egy európai országba, ahol munka várta, itt már felmondott, és készült elfoglalni az új állását, megkezdeni az új életét.

Ez az utazás nem történt meg, mert életveszélyes állapotba került a beteg az éjszaka.

Itt jön az, hogy az ember leül és végiggondolja a történetet, annak sorsszerűségét, morfondírozik azon, hogy mi lett volna, ha.....

Mi lett volna, ha az emphysemás bulla nem éjszaka durran ki, hanem, mondjuk betegünk felszáll a repülőre, és nagy esély van arra, hogy a nyomáskülönbség hatására ez a kidurranás a repülőn következik be....

Következő találkozásunkkor beszámolt a tapasztalatairól. Rájött, hogy mindez nem véletlenül történt. Aznap éjszaka ketten haltak meg mellette a kórházban, mindkettőnek ugyanaz a betegsége volt.

Azóta is rendszeresen jár kontrollra, és eddig az alapbetegsége exacerbatioja sem fordult elő. Itthon újra állást vállalt, amit ragyogóan el tud látni.

Mi is az üzenete ebben a vérzivataros időszakban és azon túl is ennek a történetnek? Az orvos számára az, hogy mindig rugalmasan kell gondolkozni. Bizony előfordulhat, hogy egyszerre két betegség is jelentkezik, hasonló tünetekkel, egyenként is életveszélyes állapotot okozva. A szabályokon túl is képződnek szabályok...

A beteg számára a saját életére nézve: a sorsszerűség. Így kellett történnie, ez volt az esélye arra, hogy életben maradjon, és másképp folytatódjon az élete, mint ahogy eltervezte. A miértek számára is később derülnek ki.....

És most egy hirtelen ötlettől vezérelve hadd ne folytassam. Nem mondom ki, nem írom le, hogy az olvasó számára milyen üzenet generálódott. Odabízom.....szíves elmélkedésre, végiggondolásra.

dr. Nyíró Melinda  
orvos-igazgató  
Tüdőgyógyászat

## Gasztro

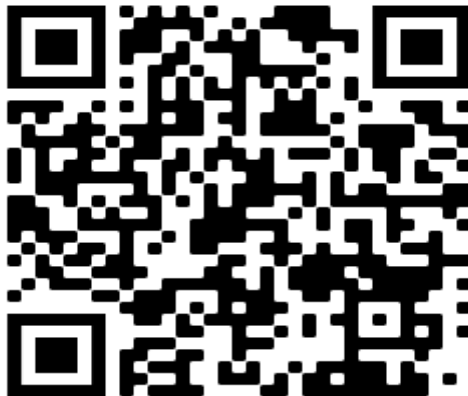
### Tonhal steak

Pár éve felfedeztem egyik élelmiszer áruházlánc tengeri halas hűtőjét. Ritkábban lazacot, gyakrabban arany durbincsot vettem, sütöttem. Feltűnt mellettük valami lila színű, tömörnek tűnő, leginkább a jégkronc formájára hasonlító dolog, amiből 2-3 darabot fóliáztak egy-egy tálcára. Olyan masszívnak, gumyszerűnek tűnt, hogy arra se vettem a fáradságot, hogy elolvassam, hogy mi az.

Egy nyíltabb, kipihentebb pillanatomban azonban ez megtörtént – tonhal steak. És akkor beugrott, hogy egyszer egy tengerparti nyaraláson egy étterem mellett laktunk és napokig ki volt akasztva egy méteresnél nagyobb hal, amiből hasonló színű és állagú darabokat metszettek ki a szakácsok. Így rögtön menőbb lett, ki is próbáltam.

Egyszerű, gyors, finom. A talált recepteket leegyszerűsítve, megmostam, megtörölgettem, besóztam borsoztam, olíva olajo megsütöttem. 2-2 perc egy-egy oldala. Köret? Mindegy – hétköznapi rohanásban a kínaitól vett rizs és valami friss saláta.

A mellékelt két QR kód közül az első a tonhalat mutatja be, míg a második egy profi recept.



## Továbbképzés

### Hivatásom a szakmai tájékoztatás

2020. február 12-én a kispesti Szakrendelő helyet és lehetőséget biztosított a Sanofi Aventis segítségével szervezett 15 kreditpontos szakmai képzésnek, melyen előadóként igyekeztem röviden, de teljeskörűen ismertetni a kollégákkal az edukáció kiemelt jelentőségét a diabetológiában.

Szó esett a diabéteszről epidemiológiai szempontból és patomechanizmus szerinti felosztásáról, az életmód szerepéről és a gyógyszeres kezelés széles palettájáról, mely lehetővé teszi a személyre szabott terápiát, figyelembe véve életmódot, életkort, társbetegségeket.

A rosszul vagy egyáltalán nem kezelt cukorbetegség súlyos szövődményeket okoz, ezért felhívtam a figyelmet a rendszeres szűrővizsgálatok jelentőségére.

Ahhoz, hogy a betegek a javukra tudják fordítani az általunk kínált korszerű terápiát, Önmaguknak is tájékozottnak kell lenniük. Ehhez kínálunk segítséget a kispesti Szakrendelőben 2020. január 1-től egyéni és csoportos foglalkozás formájában is. Az egyéni foglalkozáson a saját terápiájuk helyes alkalmazását sajátíthatják el, illetve a diabeteszes láb szűrővizsgálaton vehetnek részt a betegek. Havonta 1 alkalommal csoportos tanácsadáson, általános kérdéseket beszélünk meg.

A szakmai nővérképzést pedig folytatni szeretnénk, hogy minél szélesebb területen tudjunk a betegek segítségére lenni.

Kolev Gabriella  
diabetológiai edukátor

## Humor

### Pácienseim mondták, kérdezték:

Orvos: Hogy van, hogy érzi magát?

- Jól vagyok doktor úr, de nem működik, aminek kellene.....
- Jól vagyok, megvagyok, de a jótól messze...
  
- Nagy a baj doktor úr? Igen! Nem baj, csak addig ne legyen bajom, míg élek!
- Doktor úr, ne haragudjon, hogy még mindig élek és jövök magához!
- Nem is tudtam, hogy van prosztatám , azért vizelek nehezen.

UH-vizsgálat során kérdezi a páciens:

- Lát valamit doktor úr ?
- Válaszolom: Persze, hogy látok, nem vesztettem el a látásomat!  
Rossz, kóros dolgot, amit kezelni kellene, olyant nem látok.

- Doktor úr, voltam URH vizsgálaton.
- Én hasi UH-vizsgálatra küldtem, gondolom Ön is erre gondol.
- Persze, arra gondoltam én is, nem a rendőrségre.

Beteg mondta az UH készülékről: a terhes vizsgáló gép.

- Doktor úr milyen lett a pesám?
- Pesa, az mit jelent? A PSA -ra gondol, amit prostata rák szűrésre szoktunk használni?
- Igen elnézést kérek!
- Milyen étrendkiegészítőt szed vizezési, prostata panaszaira?
- Valamilyen Uno, biztosan nem FIAT Uno, de nem tudom megnevezni.
- Prostamol Uno-ra gondol!
- Igen doktor úr, elnézést kérek.
- Milyen vérnyomást csökkentőt szed?
- Dop egyet!
- Bocsánat az a Dopegyt lesz. De egyébként minden rendben.
- Doktor úr! Ugye nem halok meg!? Nincs halálos betegségem?
- Válaszom: De, sajnos egyszer meg fog halni! Az élet egy halálos betegség, még senki sem élte túl!
- Mit mond a nővérnek az orvos, ha időpontot kér a betegnek. - Kérek egy időpontot.
- Mit mond a nővérnek az orvos, ha beutalót akar írni. - Írjuk meg a beutalót.

Összeállította: dr. Tamás György  
rendelésvezető főorvos  
Urológia

## ***Minden munkatársunknak Áldott Húsvéti Ünnepeket kívánunk!***

SZERKESZTŐ BIZOTTSÁG:

Dr. Kumin Marianna – felelős szerkesztő  
Németh Anna  
dr. Nyíró Melinda  
dr. Berghammer Rita  
dr. Zalaföldi Kornélia  
dr. Tamás György  
dr. Szánthó András  
Szövérfy Dénes

Célunk,  
hogy a HÍRLEVÉL mindannyiunk  
számára tartalmas, hasznos, érdekes és  
változatos olvasnivaló legyen,  
ennek érdekében kérjük a kollégák  
segítségét a lap szerkesztésében.  
Akinek van olyan témája, kérdése,  
információja, amit szeretne megosztani,  
legyen szíves jelezze  
a [titkarsag@euint.kispest.hu](mailto:titkarsag@euint.kispest.hu) e-mail  
címen.