

HÍRLEVÉL

2021.
április 04.



XVII.
évfolyam
1. szám

Kispesti Egészségügyi Intézet

Az Intézet dolgozóinak lapja

A tartalomból:

- ❖ *Főigazgatói rovat*
- ❖ *Dicséret*
- ❖ *Szakrendelői tájékoztató*
- ❖ *MOK-hírek*
- ❖ *Informatikai hírek*
- ❖ *Kitekintés*
- ❖ *Tudományos élet*
- ❖ *Vers*
- ❖ *Humor*
- ❖ *Gasztro*

Főigazgatói rovat

Kedves Munkatársaim!

Egy évvel ezelőtt sejtettük, hogy nem lesz igazi Húsvétunk, de arra nem gondoltunk, hogy a 2021-es tavaszi ünnep sem lesz megtartható a pandémiát megelőző szokásaink szerint. A jelenlegi járványügyi mutatók nagy aggodalomra adnak okot. Bár csaknem valamennyien megkaptuk az oltást, tudomásunk van oltást követően is újabb megfertőződésről. Mindenkit arra kérek, hogy **továbbra is tartsa be a járványügyi szabályokat** mind a rendelő falain belül, mind azon kívül! Példaadó magatartással erősítsük a lakosság lankadó szabálykövetését!

A **március 1-jén hatályba lépett egészségügyi jogállásról** szóló törvény nem okozott ellátási nehézséget Intézetünkben, sőt ennek köszönhetően bővült is az alkalmazottként dolgozók létszáma. Az egyéb jogviszony OKFŐ által történő engedélyeztetése folyamatban van.

Sikeresen megtörténtek a funkció szempontjából célszerű **költözködések**. Így az első emeleten a teljes Mozgásterápiás részleg kapott helyet, a második emeleten található a Radiológián túl, a Belgyógyászat, Kardiológia, Kardiometabolikus ambulancia. Megújult szép helyiségekbe költözött a Bőrgyógyászat.

Csaknem teljes szakmai profillal állunk a lakosság rendelkezésére. Bizonyos csoportos ellátásokat, és a fokozott aeroszol képződéssel járó tevékenységeket szűkítettük, illetve függesztettük fel. Jól szervezeten két módon zajlik az ellátás: indokolt esetben **jelenléttel járó vizsgálat**tal, illetve a krónikus gondozási események **telemedicinálisan**. Az ellátás ezen menetét **két dolog rendezheti át**, egyrészt, ha felszólítást kapunk a kialakított oltópontok beindítására, másrészt a várható kórházi kirendelés okozhat orvos, vagy asszisztens hiányt.

Szakmai irányítási jogkör gyakorlás tekintetében a **Délpesti Centrum Kórház alá rendelték az Intézetünket** --- a 137/2021 (III.23.) Korm.rendelet egészségügyi szolgáltatók irányításával összefüggő veszélyhelyzeti szabályai értelmében---. Ennek legfontosabb hatása, hogy a korábbtól eltérően most közvetlenül a felettes kórház hatásköre a **kirendelések** elvégzése. És itt tartottam a rövid beszámolómmal, amikor kaptam az előzetes telefonértesítést a kirendelés tényéről. Április 1-jével 1 szakorvos, 2 rezidens, 9 ápoló és 3 segédápoló kerül át covid osztályra. Az érintett Munkatársaknak sok testi és lelki erőt kívánok a feladathoz.

Köszönetemet fejezem ki azon Munkatársaknak, akik ős óta kirendelve a covid ellátásban vesznek részt, de azoknak is, akik elsőként jelentkeztek az oltási feladatra és Valamennyiüknek, akik az ellátásban közvetlenül, vagy a háttér részlegben dolgozva lelkiismerettel, kellő szakmaisággal és empátiával végzik feladatukat.

Mindezek után azt **kívánom, hogy szeretetben, békében, egymásra vigyázva, szívükben derűs reménnyel töltsék a Húsvéti ünnepeket** ebben a vészterhes időben is, bízva a nem távoli kilábalásban.

**dr. Kumin Marianna M.Sc.
főigazgató főorvos**

Dícséret

**„Kispesti Egészségügyi Intézet
Dr. Kumin Marianna főigazgatónak!**

Tisztelt főigazgató, tudom, hogy az egészségügy dolgozói gyakran elugranak a dícséret elől, a kötelességeiket emlegetik, de olyan világban élünk, hogy már nem a törvény, vagy eskü miatt maradunk emberek, együtt érzők, hanem azért, mert a lelkiismeretünk ezt diktálja, és ez a lelkiismeret kerekedik felül a fáradságukon.

Nekünk betegeknek nemcsak az a dolgunk, hogy meggyógyuljunk, hanem az is, hogy észleljük a velünk törődőket, jelezzük, ha látjuk őket.

Sokan lehetnek, de én Perduk András főorvossal és Júlia asszisztenssel találkoztam, és állítom, kedves Igazgató, büszke lehet a munkatársaira!

Tisztelettel: S.L.-né”

„Tisztelt Dr. Kumin Marianna Főigazgató-Főorvos Asszony!

Az utóbbi időben két alkalommal is szükségünk volt Molnár Györgyi doktornő segítségére. Szeretném, ha Ön is tudná, hogy milyen szakszerűen, kedvesen, türelemmel végzi a munkáját. Nem győzök elég hálás lenni neki és Gabinak az asszisztensének a segítségükért. Sok éve járok a doktornőhöz és mindig a legnagyobb türelemmel és odaadással foglalkozik a betegekkel. Náluk béke és nyugalom van a rendeléseken.

Nagyon köszönöm, családom nevében is a munkájukat.

Üdvözlettel. F. P.-né”

„Tisztelt Cím!

MŰKÖDIK A TÁVMEDICINA.

Csillagos ötös az Sztk szemészetének.

Pár napja észrevettem, hogy árpa van a szememen.

Először vény nélkül kapható kenőccsel kezeltem, de nem volt sikeres.

Ma lefényképeztem, és elküldtem emaiben a szemészetnek.

Rendelési időben felhívtam őket (felvették). Az asszisztens megmutatta a képet az orvosnak, aki megerősítette, hogy árpa.

Elmondta, hogy milyen gyógyszert írnak fel.
Fél óra sem telt el, és a felhőben ott volt a gyógyszer.

Köszönettel: B.J.”

„Üdvözlöm!

Először is elnézést kérek, hogy levelemmel zavarok.
Másod sorban szeretném megírni a mai látogatásom eredményét az Önök intézetében.
Herold Zsolt vagyok. Urológia problémával kerestem fel az intézetüket. Dr. Dér János volt a kezelő orvosom. Én ilyen hozzáállást még nem láttam. Kedvesen fogadott. Minden kérdésemet, mielőtt feltehettem volna, már meg is válaszolt. Nem szeretek orvosokhoz járni, de Dér doktor úr szerte foszlatta bennem az orvosokról képzett rossz képet.
Még több ilyen lelkes, emberien viselkedő orvos kellene az egészségügynek.

Tisztelettel, H.Zs.”

„Tisztelt Kumin Marianna főigazgató főorvos Asszony!

Tisztelettel köszönöm gyors válaszát.
Megjegyezni kívánom, hogy a mai nap folyamán voltam az Intézetükben.
Mammográfia, Szemészet csak köszönetet tudok mondani az udvarias, alapos vizsgálatokért,
Emberséges magatartásért, melyet a dolgozók tanúsítottak felénk.
Köszönet még egyszer és jó egészséget kívánok Önöknek.

Üdvözlettel.: M.J.-né”

Szakrendelői tájékoztató

Idén Nőnap alkalmából az alábbi dolgozók részesültek igazgatói dicséretben és jutalomban:

- ❖ **dr. Sárdi Katalin** rendelésvezető főorvos – Szemészet
- ❖ **Pauscher Éva** asszisztens – Onkológia
- ❖ **Németh Róza** minőségügyi koordinátor – Igazgatóság
- ❖ **Girardi Éva** pénzügyi előadó – Pénzügyi osztály
- ❖ **Bauer Ilona** takarítónő – Takarítószolgálat

Kovács Lászlóné gyógytornász ötven éve dolgozik az egészségügyben.
Köszönet és megbecsülés illeti a kitartó szolgálatért.

Zöld, zöldebb, még zöldebb...

A KEI következő telephelyein folyik már szelektív hulladékgyűjtés:

- Madách gyermekfogászat
- Madách felnőtt háziiorvosi rendelő
- Forrásház védőnők
- Berzsenyi utcai gyermekorvosi rendelő
- Csokonai utcai gyermekorvosi rendelő

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 háziiorvosi rendelőkben, de az Ady rendelőben sem lenne lehetetlen.

A Fővárosi Közterület-fenntartó Zrt. ingyenesen szállítja el a szelektíven gyűjtött hulladékot, ehhez biztosít kukákat. Csak a szobákban, várókban kell valamilyen gyűjtődényt biztosítani.

Akit érdekel, kérem, jelentkezzen: Szánthó András dr. szantho.andras@gmail.com

dr. Szánthó András
gyermek háziiorvos

MOK hírek

Kedves Kollégák!

Nehéz napokat él át az egész ország és különösen nagy teher hárul a magyar egészségügyre.



KÖSZÖNJÜK!

A MOK a fenti képpel szeretne köszönetet mondani minden orvosnak a helytállásáért.

Én hozzátenném, hogy minden egészségügyi és az egészségügyben dolgozót is megillet a köszönet!

Kellemes, egészséges Húsvéti Ünnepeket kívánok minden Kollégának!

Kérek Titeket, hogy tájékozódjatok az aktuális hírekről: MOK.hu /Hírek és a facebook-on is: a MOK Tagsági Fórum csoportban. Persze én is igyekszem eljuttatni e-mailben a lehető leggyorsabban a minket érintő dokumentumokat.

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

Informatikai Osztály

Informatikai hálózatfejlesztés az Egynapos sebészet előkészítése kapcsán

Az Egynapos sebészet leendő helyszínének biztosítása érdekében az Intézet vezetése elhatározta a szakrendelések helyének átcsoportosítását, az egyes rendelők átköltöztetését.

Az új helyszíneken biztosítani kellett az IT eszközök és a telefonok használatát.

A korábbi analóg telefonhálózat nem tette lehetővé sem az egyes készülékek áthelyezését, sem új vonalak kiépítését, ezért ezt a jelenlegi műszaki színvonalnak is megfelelő VoIP készülékek beszerzésével és új IT-végpontok kiépítésével oldottuk meg, emellett a szakrendelések különböző eszközei is új informatikai végpontok létesítését tették szükségessé.

Egyszerűbb lenne a helyükön maradó rendelőket felsorolni, mint amelyek új helyre költöztek. A részbeni felújítással egybekötött költözködés során jelentős informatikai hálózat fejlesztést kellett megvalósítani. Az alábbi táblázat jól mutatja, hogy alig maradt olyan rendelőnk, amely nem érintett a munkálatokban.

Etap	Ki	Honnan	Hova	Ütem
1	Tüdőgyógyászat	Tüdőszűrő szoc. h.		1
	Gondnokság vezető	Fsz.	Tüdőszűrő szoc. h.	2
	Minőségügyi koordinátor	2. em. 206	Fsz (gondnokság)	3
	Kardiometabolikus ambulancia	1.em. 107-108	2. 206	4
	Ortopédia	3. em.	1. em. 107-108	5
2	Gyógytorna2	1. em. 155	1. em. Galván therápia	1

	Onkológia	1. em. 151	CSVSZ öltöző	2
	Nőgyógyászat	1. em. 152-154	1. em. 151-153	3
	Bőrgyógyászat	1. em. 101-104	1. em. 154-155	4

3	Masszázs	2. em. masszázss	1. 102-104	1
	Gasztroenterológia	3. em.	2. masszázss	2
	Urológia	3. em.	2. em. labor	3
	Sebészet	3. em.	2. em. labor	4

Az elmúlt hetekben 240 m kábelcsatornát építettünk, amibe több mint 1600 m vezetékot húztunk be. Ezzel az első és második emelet részbeni hálózatbővítése elkészült. Igyekeztünk több évre előre tervezni, illetve a további bővítésekre lehetőséget biztosítani.

A belső telefonhálózatunk átalakítása is egyre növekvő ütemben zajlik. Az átépítéssel, költözésekkel együtt mindenhol korszerű, ún. VoIP telefonkészülékeket helyeztünk üzembe.

A hetvenéves nem strukturált analóg telefonhálózatunk gyakorlatilag nem üzemeltethető tovább. Amint egy kötés megmozdul – és ez a folyamatosan zajló munkálatok miatt elég gyakori -, zajossá, sistergőssé, esetleg süketté válik a régi vonal s nagyon nehéz megtalálni, hol melyik vezeték mozdult el. Ezért ahol a régi analóg készülék cseréje nem oldja meg a hibát, ott átállítjuk a vonalat és az informatikai hálózaton működő telefonkészüléket telepítünk a régi helyére.

Fontos tudni, hogy a régi telefon esetében a fali aljzat, ha úgy tetszik: a drót „tudta”, hogy ő melyik mellék, az új megoldáskor ez a „tudás” a készülékben van; az adott számot tárcsázva a készülék csörögni fog az épületen belül bármelyik informatikai végpontba bedugva.

Az EMMA medikai programunk is fejlődik. Jelen soraim írásakor már az új program verzió frissítésének előkészítése folyik: sikerült az új keresőképtelenségi nyomtatványt beállítani és reményeim szerint a program indítása is jelentősen gyorsabb lesz.

Sajnos a szakorvosi javaslat megfelelő működésére és az e-beutaló fogadására még várni kell, de remélhetőleg ezek a problémák is néhány héten belül megoldódnak, s mire a járványhelyzet miatti szigorítások enyhülése következtében a betegforgalom növekedni kezd, már ezek se fogják zavarni az ellátás adminisztrációját.

Szövérfy Dénes
osztályvezető

Kitekintés

Széchenyi születésének évfordulója

Gróf Széchenyi István (1791-1860) 230 éve született. Minden magyar ember tudja, hogy mely ügyeket mozdította elő jelentős mértékben szellemi és anyagi eszközökkel egyaránt: Lánchíd, Magyar Tudományos Akadémia, balatoni gőzhajózás, lóversenyzés, Kaszinó. A Hitel, Világ, Stádium és Lovakrul c. műveiről szintén hallottunk. De talán kevesen vették rá magukat, hogy végigolvassák 1134 oldalas írását, a Naplót. Pedig élvezetes is, de

mindenképpen tanulságos annak, aki akár Széchenyit, akár a XIX. század Magyarországot jobban meg akarja ismerni.



Szülőháza Bécsben

Ezért hadd idézzek néhány gondolatot ebből a műből, amelynek olvasása nekem nagy élményt jelentett. 1814-től 1848 szeptemberéig írta naplóját, majd hosszú szünet után 1859 októberétől 1860 áprilisáig folytatta. Nem sokkal ezután halt meg. Bár alapvetően németül írt, vegyülnek bele magyar, angol és francia mondatok. Egy német mondatba beilleszt például olyan magyar szót, hogy „teketóriázni”. A magyar nyelvet kifejezetten szerette és magas szinten művelte, világpolgár létére is. Tudjuk, hogy az „ön” megszólítás az ő ötlete volt és el is terjedt. Amikor a parlamentben harcosan szorgalmazta, hogy a képviselők magyarul és érthetően szólaljanak fel, ráragasztották a Világos Pista csúfnevet. Eredetileg az Akadémiát is a „nyelvnek művelésére” szánta.

Amikor selyemhernyó-tenyésztésbe kezdett, a rá jellemző precizitással kiszámította külföldi példák alapján, hogy mekkora területen mennyi eperfát kell telepíteni, azok mennyi idő múlva mennyi szedhető levelet adnak, azzal mennyi hernyót lehet etetni és mennyi selyemszál lesz belőle, az pedig mennyi nyereséget hozhat: ez a kimutatás is megtalálható a Naplóban. Ezt a vállalkozását így emlegeti: „*Szederda*”.

Feleségét teázás közben magyarra tanította. Amikor Crescence és két kisfiuk, Béla és Ödön felköszönti a neve napján, annak örül a legjobban, hogy „*mindnyájan mondtak nekem valamit magyarul.*”

Az úszásról, lovaglásról, estélyeken való részvételről, táncról és kártyázásról szóló beszámolókból érződik a szeretetvágy és a jó benyomás keltésére való törekvés. Minduntalan ostromozza a tunyaságot és érdektelenséget. Egy helyen így vélekedik: „*Az ember sohasem lehet kiváló a szakmájában, ha nem lesz művészetének, hogy úgy mondjam, másodszori megalkotója.*”

A külföldi újítások behozatalával sok gondja volt, mégsem adta fel. „*...különös, ha egy huszárkapitány nem csak gépészekről, hanem még segédeiktől is naponta három elméleti és gyakorlati leckeórát vesz*” – egyik angliai útjáról szólva ír így.

A léggömbbel való röpködést is pártolta volna, valamint egy pesti kikötő építését, de nem talált hozzá társakat. Báró Eötvös József komédiát írt, amelyben Fellegvárinak nevezi, mintha Széchenyi tervei csak meddő álmódozást jelentenének...



Belpolitikáról szólva felháborodik azon, hogy a császár szobájában kérelmek hevernek - „Egy szabad országban!” „A császár nem kegyet gyakorol, ha a magyar alkotmányt fenntartja.” Kifejti, hogy az osztrákok régi módszere a nemesség és a parasztság egymás ellen hangolása. Ostorozza a pletykák alapján feljelentgető rendőrséget is. „Mindenütt előrehaladást érzek, csak Magyarország nem mozdul a helyéről” – írja keserűen, amikor Prágában jár. Még Metternich-hel is egyezkedett az ország érdekében, meghívta a Kaszinóba (sejtven, hogy úgysem jön el), diplomáciai ügyességről tanúskodva. Wesselényi szabadon bocsátásáért is közbenjárt, holott sok vitája volt vele. Senkinek az uszályába nem szegődött, a maga feje után ment, ezért mindenki bírálta. Azt akarták, hogy „*pártember legyek, erőnek erejével.*”

Az élménybeszámolókat és azokhoz fűzött kommentárokat saját versei színezik. Időnként felcsillan a humor is: „*Mikor a nápolyi király francia négyest táncol, olybá tűnik fel, mint egy idomított oroszlán.*”

Mindezt a gazdag életművet egészségi problémák és a megöregléstől való félelem árnyékában vitte véghez. A Vaskapu bejárása közben – a szabályozást előkészítendő – maláriában is megbetegedett. Szervezetét „*silány gépezet*”-nek nevezi. Időnként „*mélységes mélabú*” vett erőt rajta, nyomasztó álmok gyötörték. A Napló egyik utolsó oldalán kimerülten írja: „*Terhemre kezd lenni az élet.*” Ekkor a régebben nagyon rendezett, szép írás kuszább, sok áthúzás és javítás teszi zilálttá (amint néhány oldalról készült felvételek mutatják).

(Az idézetek lelőhelye: Széchenyi István: Napló. Gondolat Kiadó, Budapest, 1978.)

(Dr. Berghammer Rita)
pszichológus

Tudományos élet

Reflektorfényben egy újabb magyar kutató, Dr. Lukács Noémi

A koronavírus elleni oltóanyagok tisztaságáról is azzal az ellenanyaggal bizonyosodnak meg a gyártók, amit egy sziráki laboratóriumban állítanak elő. Egyetlen méréshez legfeljebb a gramm egymilliomod részére van szükség, és a maga nemében egyedülálló szert nem véletlenül emlegetik világszerte a dsRNS-kimutatás „arany sztenderdjeként”.

Szirák, az ezerlelkes nógrádi falu eddig a kastélyáról volt híres, mostantól viszont arra is büszkéek lehetnek a helyiek, hogy a koronavírus ellen kifejlesztett vakcina minőség-ellenőrzésére is alkalmas ellenanyag gyártója és világméretű forgalmazója is a településen lakik, munkájával és sikereivel öregbíti szülőfaluja hírnevét.

Dr. Lukács Noémi molekuláris biológus több évtizedes külföldi karrier után döntött úgy, hogy hazaköltözik. Természetesen ismerik a szirákiakat, hiszen ott nőtt fel, kutatóbázisát dédszülei felújított házában hozta létre, a kocsiszínből jól felszerelt laboratóriumot kialakítva. Azt viszont már nehezebb lenne elmagyaráznia a lakosságnak, hogy pontosan mivel is foglalkozik, hiszen munkája egyáltalán nem látványos.

Évente egy-két gramm(!) fehérje előállítására csekély mennyiségnek tűnik, pedig annak ismeretében egyáltalán nem az, hogy egy-egy méréshez legfeljebb a gramm egymilliomod része szükséges. Mint mondja, két teherautó szalmabála vagy három raklap vaj jobban körülhatárolható, elképzelhető lenne. Hasonló dilemmában lehetett a hatóság is a labor engedélyeztetése során, mert majd' egy évbe telt az „illetékes” megtalálása.

Mielőtt elkezdenénk a beszélgetést, a professzor asszony két dolgot szeretne tisztázni. Először is, az általa kifejlesztett ellenanyagot nem a Covid-19 elleni vakcina előállítására használják, hanem az mRNS (hírvivő RNS) vakcinák minőség-ellenőrzésére, vagyis a gyártás során keletkező melléktermék, szennyeződés kimutatására. A másik fontos előzetes közlendő pedig az, hogy ezt a szert már évek óta forgalmazzák, 780 tudományos publikáció említi a használatát, a világ 50 országába szállítanak, egyebek mellett a Cambridge-i és Oxfordi Egyetem, a Harvard, a Robert Koch, illetve a Pasteur Intézet tartozik a megrendelőik közé.

Tehát nem új felfedezésről van szó, csak most a koronavírus-járvány miatt ők is reflektorfénybe kerültek, ütemesebben kell a keresletet kielégíteniük. De mivel az ellenanyagból nagyon kis mennyiség is elegendő, fennakadás biztosan nem lesz.

– Ha egy vakcinában van nem kívánt szennyeződés, bizonyos esetekben kijelenthetjük, hogy a vakcina nem biztonságos. A dupla szálú RNS – más néven dsRNS – olyan melléktermék, amit egyik mRNS-vakcinagyártó sem szeretne a termékében látni. E vakcinák gyártásánál viszont az úgynevezett T7 RNS-polimeráz enzimet használják, aminek a segítségével a DNS-szálon lévő információt mRNS-re „átírják”. Ennek az enzimnek a működése során melléktermékként óhatatlanul is keletkezik minimális mennyiségű dsRNS – magyarázza dr. Lukács Noémi.

Persze nem volt ez mindig evidencia. A doktornő németországi tudományos pályafutása során, az 1980-as évek végén pusztán virológiai érdeklődésből kezdte meg a kísérleteit, és akkoriban még senki sem sejtette, hogy valaha is lesz mRNS-vakcina. Sőt, tudományos körökben az volt az elfogadott, de nem bizonyított vélemény, hogy a vírusok sokszorozódása során nem keletkezik dupla szálú RNS, s amit mégis kimutattak, azt izolálási műtermékeknek nevezték, ami nem létezik a természetben.

Érdeklik a növényi vírusok is. Dr. Lukács Noémi 1972-ben diplomázott az ELTE biológia szakán. Nem sokkal később Németországba ment férjhez, tudományos pályafutása ott teljesedett ki. Tübingenben doktorált, majd immunológiával és víruskutatással kezdett foglalkozni. Később a düsseldorfi egyetemen oktatott, habilitált, és elnyerte az önálló előadások meghirdetéséhez való jogot. Mindig hazakészült, de három gyerekkel és angol férjével ez nehéz döntésnek bizonyult.

Végül a Szegedi Biológiai Központban csoportvezetői állás várta, amit 1995-ben leginkább azért fogadott el, mert hitt benne, hogy a külföldön megszerzett tudását itthon hasznosíthatja. Ehhez képest törés következett be a karrierjében, és az első öt évben semmilyen pályázaton nem nyert kutatói támogatást. 2003-tól a Szent István Egyetem Kertészettudományi Kara következett, ahonnan a Növényélettan és Növényi Biokémia Tanszék vezetőjeként ment nyugdíjba 2014-ben. Mindvégig kitartott a növényi vírusok kutatása mellett, és úgy véli, ez a terület rendkívül érdekes része a biológiának, s tartogat meglepetéseket.

Lukács Noémi mindig is azt vallotta, hogy a tudományban nincsenek örök érvényű dogmák, szórakoztatónak, élvezetesnek tartotta az előremutató felfedezőmunkát. Úgyhogy e dogma kísérletes vizsgálatára olyan reagenseket (ellenanyagokat) állított elő, amelyekkel közvetlenül a sejtekben, izolálás nélkül kimutatható a virális dsRNS-ek jelenléte, és ezt 1991-

ben publikálta. Más kutatók, köztük kiváló hazai tudósok is, más megközelítéseket alkalmazva egyre több bizonyítékot találtak arra, hogy a dsRNS-ek nemcsak léteznek a sejtben, hanem fontos biológiai szerepet játszanak, például a vírusfertőzések elleni védekezőválaszban. A magyar biológusnő reagenseit a víruskutatásban egyre többen kezdték alkalmazni.

Dr. Lukács Noémi sziráki székhelyű családi vállalkozása 1999-ben jött létre, ám eredetileg egészen más céllal. Mára az English and Scientific Consulting Kft. (márkanévén Scicons) kizárólagosan a dupla szálú RNS specifikus ellenanyagok előállítására, fejlesztésére és forgalmazására szakosodott. Mindhárom lánya tagja a cégnek, bár közülük jelenleg csak a legidősebb, Symmons Johanna tartózkodik itt, az üzleti ügyek mellett ő intézi az apró fiolákba töltött, hat hét alatt elkészülő fehér por forgalmazását is. Az antitestet sokan „arany sztenderdnek” is nevezik, mert ez az egyedüli szer, amit világszerte használnak és elfogadnak a dsRNS kimutatására.

A csapathoz tartozik Török Alexandra biológus is, aki a szomszéd faluból jár át dolgozni. A professzor asszony fontosnak tartja, hogy elősegítse szülőfaluja és a helyiek fejlődését, gyarapodását, ennek érdekében alapítványt hozott létre, s egy tetterre kész törzsgárdával különféle közösségi programokat szerveznek, hogy a falu ne szakadjon le a XXI. századtól.

– Dr. Karikó Katalinnal régebb óta ismerjük egymást, Németországban többször találkoztunk is – említi meg végezetül a 71 esztendő kutatónő. – Nagy izgalommal olvastam 2011-ben a publikációját a szintetikus mRNS tisztításáról. A cikkben kitért az mRNS terápiás szerként való alkalmazására is, mellyel eddig gyógyíthatatlannak hitt betegségek is orvosolhatóak lennének.

Katalin a vakcinafejlesztés során rájött, hogy kromatográfiás eljárásokkal lehetséges az mRNS-t úgy tisztítani, hogy megszabaduljon a felesleges dsRNS-től. Mivel a mi termékeink kizárólagosan és szelektíven csak a dsRNS-t ismerik fel, kiválóan alkalmasak arra, hogy ellenőrizzék vele, a kromatográfiás eljárás valóban jól sikerült-e, s tényleg nincs dsRNS-szennyeződés a tisztított termékben.

Nagy öröm, hogy a Covid–19 elleni oltóanyag kapcsán reflektorfénybe került az RNS-terápia, hiszen a gyógyításban megnyitotta az utat számos személyre szabott alkalmazás előtt. Úgy hiszem, ígéretes jövő előtt állunk.



Világszínvonalú munkát végeznek a sziráki laboratóriumban. Képünkön Török Alexandra, Symmons Johanna és dr. Lukács Noémi Fotó: Ladóczki Balázs, Nool.hu

<https://szabadjfold.hu/orszag-vilag/reflektorfenyben-egy-ujabb-magyar-kutato-dr-lukacs-noemi-285587/>

Egészségünkért

Az éneklés áldásos hatásai

Kodály a zenét „*tápláló és vigasztaló elixírnak*” nevezi. Az ő országában, nemzetének tagjaként különösen fontos, hogy tudatosítsuk, milyen egészségvédő hatása van az éneklésnek. Ha már kaptunk ilyen képességet, használjuk is!

- segíti a mélyebb légzést, hogy ne csak pihegjünk, hanem a levegő jól átjárja a tüdőnket,
- felfrissíti a vérkeringést, ami azt jelenti, hogy minden betegséget könnyebben kivédünk és levetünk magunkról,
- javítja a koncentrációképességet és a memóriát,
- a ritmusok révén a biológiai ritmusokat is szinkronba hozza egymással,
- felszabadítja a boldogsághormonokat az agyban, tehát kedélyjavító hatású, bekapcsol minket egy kulturális közegbe, amelyben az a zene keletkezett,
- egyfajta önkifejezés, amelynek révén az önbizalmunk növekedhet,
- ha kórusban énekelünk, akkor a fentiekén kívül még az összetartozás érzése, a közösség szorongásoldó ereje is érvényesül.

dr. Berghammer Rita
pszichológus

Vers

Petőfi Sándor (1823-1849): A tavaszhoz

Ifju lánya a vén télnek,
Kedves kikelet,
Hol maradsz? mért nem jelensz meg
A világ felett?

Jöszte, jöszte, várnak régi
Jóbarátaid;
Vond föl a kék ég alatt a
Fák zöld sátrait.

Gyógyítsd meg a beteg hajnalt,
Beteg most szegény,
Oly halványan üldögél ott
A föld küszöbén;

Áldást hoz majd a mezőre,
Ha meggyógyítod:
Édes örömkönnyeket sír,
Édes harmatot.

Hozd magaddal a pacsírtát,
Nagy mesteremet,
Aki szép szabad dalokra
Tanít engemet.

S ne feledd el a virágot,
Ne feledd el ezt,
Hozz belőle, amennyit csak
Elbír két kezed.

Nagyobbodtak a halálnak
Tartományai,
S bennök sokan a szabadság
Szent halottai;

Ne legyenek szemfedőtlen
Pusztá sír alatt,
Hintsd reájok szemfedőül
A virágokat!

Pest, 1848 április

Humor

Palindrom mondatok

Marad a madaram.
A sah kerek hasa.
A tari pap irata.
Csak a mama makacs.
Te mező, neveled eleven őzemet.
Te pék, láttál képet?
E teke fekete.

Hiedelmek

A reinkarnációs tanfolyam plakátja előtt két barát tanakodik:

- Jelentkezzünk erre? Borzasztó drága!
- Mégiscsak jelentkezzünk! Hiszen egyszer élünk!

A nagy mágus előadást hirdet. Nagy tömeg gyűlik össze. Ketten jelentkeznek, akiken bemutathatja a tudományát. Soós úr két mankóval jár, de szeretne szabadon járni, Koós úr pedig a pöszeségétől akar megszabadulni. A nagy mágus felszólítja őket, hogy menjenek a paraván mögé és erősen koncentrálnak. Kis idő múlva így szól:

- Most pedig, Soós úr, dobja el a mankóit!

Két mankó kirepül a paraván mögül, óriási ováció kíséretében.

- Most pedig, Koós úr, szólaljon meg ékes, szentori hangon – hangzik a felszólítás. Mire ő:
- Szósz úr moszt eszett szeggre.

**Gyűjtötte: dr. Berghammer Rita
pszichológus**

Oltópont. Pont

Az utóbbi években már megszokott gyakorlattá vált, hogy „fönről” általában pénteken 12 óra után érkezik az aktuális hét legfontosabb levele, melyben a válaszadás / jelentés / végrehajtás határidejének a hétfő reggel 9 órát határozzák meg.

Nekünk először is el kéne ámulnunk ezen a nagyvonalúságon, hiszen a több napos határidő alkalmat ad többek közt a hétvégére ütemezett kerti munkák elvégzésére – a család többi tagjának. esetleg egy kiadós sétára, kirándulásra a friss levegőn, wifivel fedett területen.

De mi nem ámulunk el. Mi résen vagyunk. Velünk nem lehet hétvégére időzített azonnali feladatokkal kibabrálni!

És mi élvezzük ezt, mondhatni szeretjük. Nem esnek szét a gondolataink, összeszedetten kezdjük a hetet... Jó ez, na!

A jelenlegi, pandémiával átítatott helyzetben, mi másról álmodhatna egy hozzánk hasonló szakrendelő, mint hogy oltópont legyen.

Az ám, oltópontnak lenni jó! Végre tehetünk valamit ez ellen a kis rohadt izé: a koronavírus ellen! Formálisan agyonszúrhatjuk! Kiirthatjuk a Föld színéről! ... na jó, nem, de azért tehetünk valamit ellene, a folyamatos kézmosást leszámítva. Jött a hír: Oltópont leszünk! És mindjárt öt oltópont, több helyszínen!

Mi megterveztünk mindent, elő- és fölkészültünk egy részben képzelet-szülte feladatra. Pakoltuk a számítógépeket, sátrat vertünk az Aulában, beosztottuk, hogy ki mikor honnan hova megy, s ott mit csinál. Megtörtént a betegutak kijelölése, Call center, GYIK (gyakran ismételt kérdések), a páciensek tájékoztatása, minden. Kétszer. Teljes erővel.

És az indulás előtt mindkét alkalommal az oltóanyag helyett csak az elkészerítő hír érkezett "Ja, itt mégsem lesz oltópont."

Nézzük a dolog jó oldalát: ha egyszer oltópont kialakításban versenyezni kellene, számunkra sanszos a Guinness rekord közeli eredmény. Ha egyszer véget ér ez a veszélyhelyzet-örület és újra lesz kerületi gulyásfőzés, javasolni fogom szabadtéri játékként egy oltópont-építő verseny megszervezését.

Pont.

... és akkor a hazafele készülődés közepette jött a telefon, hogy szombattól kezdődően mégiscsak oltópont leszünk.

Pont.

Mindenkinek vakcinában gazdag, áldott húsvétot kívánok!

Szövérfy Dénes
osztályvezető



Néhány érdekes recept, jó étvágyat hozzájuk!

Töltött tojás háromféleképpen

Hozzávalók:

- 9db tojás
- 1csok medvehagyma
- 1tk őrölt füstölt paprika
- 3ek majonéz
- 2tk mustár
- 2szál újhagyma
- só
- bors

Elkészítés

1. A tojásokat keményre főzzük, majd megpucoljuk és kettévágjuk őket.
2. **A medvehagymás** tojáskrémhez kisedjük 3 tojás sárgáját, és villával összenyomkodjuk. Hozzáadjuk az apróra vágott medvehagymát és 1 evőkanál majonézt, majd ízlés szerint sózzuk és borsozzuk, és mikor összeállt a krém, habnyomóval vagy egy kiskanállal visszatöltjük a tojásfehérjébe.
3. **A füstölt paprikás** tojáskrémhez kisedjük 3 tojás sárgáját, és villával összenyomkodjuk. Hozzáadunk 1 ek majonézt, a füstölt paprikát, és ízlés szerint sózzuk, borsozzuk és mikor összeállt a krém, habnyomóval vagy egy kiskanállal visszatöltjük a tojásfehérjébe.
4. **Az újhagymás-mustáros** tojáskrémhez kisedjük 3 tojás sárgáját, és villával összenyomkodjuk. Az újhagymát nagyon apróra vágjuk, és hozzáadjuk a sárgákhoz. Ezután belekeverjük az 1 ek majonézt, és a 2 tk mustárt, majd ízlés szerint sózzuk és borsozzuk. Majd, amikor összeállt a krém, habnyomóval vagy egy kiskanállal visszatöltjük a tojásfehérjébe.

Medvehagyma-krémleves

A kedvenc infóm a medvehagymáról, hogy azért ez a neve, mert a barnamedvék nagyon szeretik. A másik kedvenc infóm, hogy nagyon egészséges növényről van szó, vérnyomás-csökkentő, tartalmaz C-vitamint, gyakori fogyasztása csökkenti a koleszterinszintet. Emellett megjelenésével és illatával is tavaszi hangulatot kelt.

Hozzávalók:

- 25 dkg vaj
- 2 nagyobb darab krumpli
- 1 hagyma
- 1 liter zöldségalaplé
- 1 nagy csokor, 50g medvehagyma
- 1 dl tejszín

Elkészítés:

Olvaszd fel a vajat egy lábasban. Ha már picit habzik, add hozzá a krumplit, az apróra vágott hagymát és hagyd kicsit párolódni őket. Sózd, borsozd. Alacsony lángon főzd 10 percig, míg a zöldségek megpuhulnak, közben néha kevergesd, nehogy leégjen. Ha az idő letelt, jöhet az alaplé, ha felforr, dobd hozzá a medvehagymaleveleket és főzd 2 percig, vigyázz, ne főzd túl, mert akkor elveszíti az ízét és a csodás zöld színét is. Egy mixer segítségével pürésítsd, majd add hozzá a tejszínt és hagyd még egyet rotytanni. Pirítóssal tálald!

Citromos, rozmaringos csirkemell, brokkolival, barna rizzsel

Ez az étel a gyors előkészítésnek hála egyáltalán nem pepecselős. Könnyedén elkészíthető, sőt, ha szeretnéd, feldobhatod plusz zöldségekkel is. A csirkemell egyébként egészben, sütőben sütve a legfinomabb!

Hozzávalók:

- 2 evőkanál friss rozmaring
- 1 nagy gerezd fokhagyma
- 2 evőkanál mustár
- 3 kanál olívaolaj
- só, bors
- 1 citrom
- 2 pár csirkemell (4 nagy szelet)
- 2 fej brokkoli
- 1 lila hagyma
- piros paprika
- barna rizs

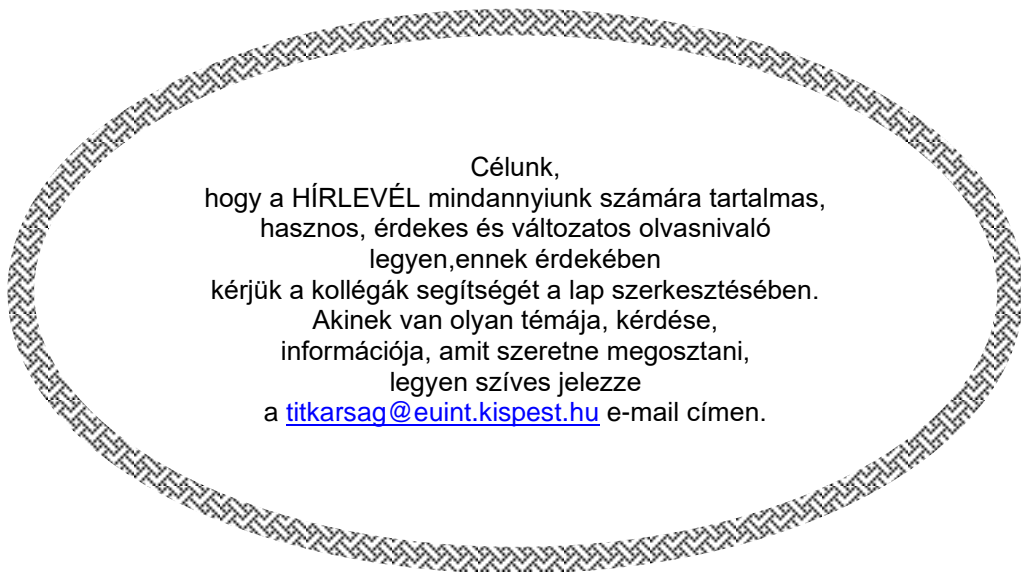
Elkészítés:

Melegítsd elő a sütőt 200 fokra. Egy kis tálban keverd össze a mustárt, egy evőkanál olívaolajat, az áttört fokhagymát, némi sót, borsot és a rozmaringot. A páccal dörzsöld be a csirkemelleket, tedd őket egy tepsibe és jöhetnek is rá a citromszeletek. 20-22 percre mehet is a sütőbe az étel. Ezalatt mosd meg a brokkolit, szedd rózsáira. A lila hagymát vágd fel csíkokra, majd a brokkolival együtt egy tálban öntözd meg némi olívaolajjal, fűszerezd sóval,

borssal és egy kis kanál pirospaprikával. Vedd ki a sütőből a tepsit, és vedd körbe a csirkét a zöldségekkel, majd told vissza további 15-20 percre a sütőbe, a hőfokot vedd le 100 fokra.

<https://woohoo.hu/komplett-5-fogasos-husveti-menu-amibol-egesz-hetvegen-lakmarozhattok/>

Minden munkatársunknak kellemes húsvéti ünnepet kívánunk!



SZERKESZTŐ BIZOTTSÁG:

Dr. Kumin Marianna
Németh Anna
dr. Berghammer Rita
dr. Zalaföldi Kornélia
Szövérfy Dénes

–
–

Felelős szerkesztő
főszerkesztő