

II. évf. 6. szám 2011. december

Rák Volt

információ egészségeseknek és betegeknek a rákról

**R
V**
MAGAZIN

A magazin tartalmából:

Prof. dr. Simon Tamás
Visszatekintés

Dr. Szentmártoni Gyöngyvér
Mellékhatások és megoldások

Miért érdemes csatlakozni hozzánk?

Dr. Peták István
Úton a daganatok oki terápiája felé

Márton Anita
Ödéma nélkül

Kéri Ibolya
Gondolatok egy eutanázia-ügy
margójára

Kiss Mariann
Ünnepi ingyencségek

Magyar  Rákellenes Liga[®] hivatalos magazinja

Visszatekintés

A RákVolt magazin második évfolyamának utolsó számát tartja kezében az olvasó. A magazin a **Magyar Rákellenes Liga** nyomtatásban megjelenő szócsöve, tájékoztató a rákellenes eseményekről:

- információkat közöl az orvostudomány új eredményeiről,
- segítséget nyújt az érintetteknek, megmutatva, hogy betegségükben nincsenek egyedül,
- életvezetési tanácsokat ad egészségeseknek és betegeknek,
- hirdetések is közléstesz olyan szerekről, melyek segíthetik a beteg szervezetét a gyógyulásban,
- és minden egyes számban egy-egy kedves tréfát, anekdotát, viccet is közöl.

Úgy tűnik, az olvasók már elfogadják, befogadták a RákVolt magazint és igénylik rendszeres megjelenését.

A lap szerkesztősége, szerkesztő bizottsága ezt az igényt igyekszik kielégíteni, és várja az olvasók rendszeres visszajelzéseit, illetve közlésre érdemes és érett munkáit, hogy ne csak olvasók – de résztvevők, szerzők is legyenek.

Minden kedves olvasónak és szerzőinknek, köszönve az érdeklődést és részvételt, áldott karácsonyt, boldog új évet kívánok!



Simon Tamás
Prof. dr. Simon Tamás

a Magyar Rákellenes Liga elnöke



Juhász Gyula: Karácsony felé

Szép Tündérország támad föl szívemben
Ilyenkor decemberben.

A szeretetnek csillagára nézek,
Megszáll egy titkos, gyönyörű igézet,
Ilyenkor decemberben.

...Bizalmas szívvel járom a világot,
S amit az élet vágott,

Behegesztem a sebet a szívemben,
És hiszek újra égi szeretetben,
Ilyenkor decemberben.

...És valahol csak kételkedő beszédet
Hallok, szomorún nézek,
A kis Jézuska itt van a közelben,
Legyünk hát jobbak, s higgýünk rendületlen,
S ne csak így decemberben.



**Felelős kiadó, szerkesztőség,
hirdetésfelvétel:**

Daylight Kommunikációs Intézet
1033 Budapest, Szentendrei út 89-95.
Telefon: 061-438-0814

A TARTALOMBÓL

4-5. oldal

Dr. Szentmártoni Gyöngyvér
Mellékhatások és megoldások

9. oldal

Felhívás

13. oldal

Miért érdemes csatlakozni hozzánk?

14-15. oldal

Dr. Peták István

Úton a daganatok oki terápiája felé

18-19. oldal

Márton Anita

Ödéma nélkül

22-23. oldal

Kéri Ibolya

Gondolatok egy eutanázia-ügy margójára

24-25. oldal

Kiss Mariann

Ünnepi ingyencségek

28. oldal

Hannibálné Völgyes Krisztina

Együtt a stroke ellen

**A Kiadó és a Magyar Rákellenes Liga
a hirdetések és a PR cikkek tartalmáért nem
vállal semminemű felelősséget!**

A kiadvánnyal kapcsolatos véleményüket,
témajavasolataikat a kiadó címére várjuk!

A RákVolt magazin cikkeit megtalálhatják
a www.daganatok.hu weboldalon is.

Főszerkesztő: Földi Katalin
Grafika, tördelés: Tausz Irina

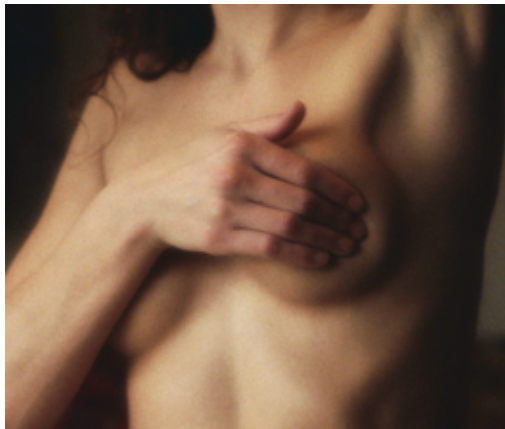
Újságíró: Márton Anita

Copyright: Daylight Kommunikációs Intézet

Mellékhatások és megoldások

A daganatos betegségek kezelésében több közismert eljárás szerepel: a kemoterápia, sugárterápia és a különböző sebészi eljárások, amelyek ma már többé-kevésbé a laikus emberek számára is ismertek. Az utóbbi években egyre inkább teret hódítanak az egyéb, ezektől eltérő hatásmechanizmusú kezelések, melyeket célzott terápiáknak vagy biológiai válaszmódosító szereknek nevezünk. Ahogyan egyre ismertebbé vált a kutatások eredményeképpen az egészséges és daganatos sejt belső szerkezete, eltérő viselkedése, egyre több olyan gyógyszer sikerült megalkotni, amely célzottan egy bizonyos káros sejtműködés ellen hat. Ezáltal a minden sejtre kiterjedő károsító hatásokat sikerült csökkenteni.

Míg korábban az a felfogás uralkodott, hogy a daganatokat minél tökéletesebben el kell távolítani műtéttel, manapság már személyre szabottan határozzuk meg a kezelési módok sorrendjét. Gyakran szisztémás kezeléssel kezdünk: ez többnyire kemoterápia, ritkábban valamely gyógyszeres, tablettás megoldás és a műtét csak ezek után jöhet. Néha nem is cél a daganat teljes eltávolítása, hiszen a betegség előrehaladott volta miatt erre nincs is reális esély. Ha azt elérjük, hogy a daganat ne növekedjen és terjed-



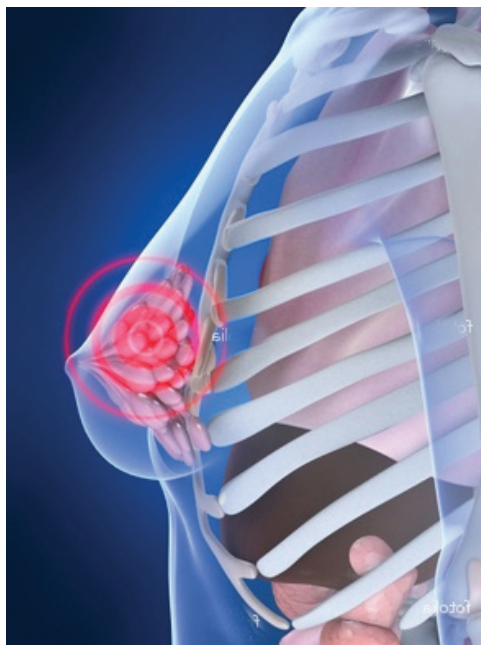
jen tovább, már az is sikernek számít. Ilyenkor az a célunk, hogy minél jobb életminőséget biztosítva létrehozzunk egy olyan egyensúlyt, ahol a daganat ugyan megvan, de nem rosszabbodik a beteg állapota, esetleg javul is. A kemoterápia roncsolja a daganatos szövetet, a tumor mérete csökken, míg a célzott kezelések valamely káros sejtműködést blokkolnak, megátolva a daganat növekedését és az áttétképződést.

A kemoterápiák szerepe elsősorban a daganatok megkisebbitése, a gyorsan osztódó daganatos sejtek pusztítása. Ez a kezelés azonban nemcsak a daganatot, hanem az egészséges sejteket is károsítja átmenetileg vagy véglegesen. Ennek következménye a mindenki által ismert hajhullás, étvágytalanság, hányinger, hányás, vérképromlás és megannyi más, esetleg egyénenként változó erősségű mellékhatás. Ezek a tünetek a kezelés hetei alatt jelentkeznek, úgynevezett korai, akut mellékhatások. Vannak késői következmények, amelyek a kemoterápiát évekkel később követik, amikor esetleg már nem is gondolunk rá, ilyenek lehetnek a szívizom működésének zavarai, második daganat kialakulása stb.

A célzott terápiák bevezetésével változott a korábban kialakult kép. Orvosoknak és betegeknek egyaránt meg kellett ismerkedni egy merőben más módszerrel. Ugyan a bevitel módja nem sokban változott, hiszen ezek a gyógyszerek is többnyire infúziós kezelések, és bizonyos periodicitással követik egymást, de a mellékhatások mások. A HER2 pozitív emlődaganatok kezelésében a HER2 receptor ellenes monoklonális antitest volt az egyik első és manapság is egyik legsikeresebb új, célzott eljárás, amely forradalmasította az emlődaganatos betegek gyógyítását. Mivel nem kemoterápia, sem hajhullás, sem vérképromlás nem várható. Elmarad az émelygés, ezért a betegek élete könnyebbé válik, a dolgok

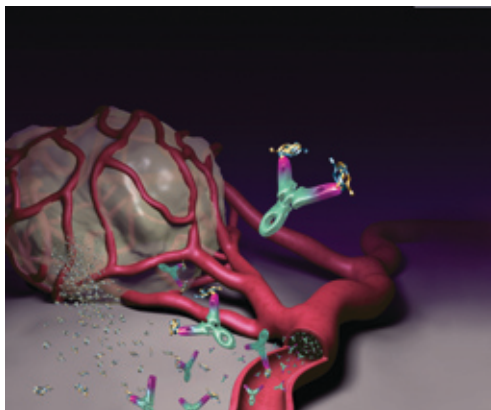
visszazökkenhetnek a normális kerékvágásba. A kezelés nem látványos, könnyebb visszatérni a munka világába. Áttétes emlőrák esetén a kemoterápia kezdetben nem mellőzhető, a célzott terápia ezt egészíti ki. Azonban két különböző kemoterápia helyett csak egyfélélt alkalmazunk, kiegészítve a célzott terápiával, így csökkenek a mellékhatások, elviselhetőbb a kezelés, miközben a hatékonysága nő. A HER2 ellenes kezelésnek is vannak azonban speciális mellékhatásai, amire fel kell készülni, amire gondolni kell. Ilyen a nem dóziszfüggő szívizom károsodás, mely a kezelés során bármikor jelentkezhet, ezért háromhavonta szív ultrahangvizsgálatot kell végezni. Ezzel a módszerrel ugyanis még akkor kimutatható a károsodás, amikor még nincs tünete és visszafordítható a folyamat.

Hasonlóképpen, a metasztatikus emlőrák kezelésébe bevont ériújdonképződést gátló szerek is teljesen eltérőek a mellékhatásai. Működésének alapja nem a sejtroncsolás, hanem az érképződés szabályozása, így sem hajhullás, sem émelygés nem jellemző. Inkább a vérékenység fokozódásával kell számolni, valamint a vérnyomás emelkedésével. Rendszeres vérnyomás ellenőrzés, kardiológiai kontroll fontos ebben a periódusban. A betegeket fel kell világosítani a nem szokványos mellékhatásokról, kiemelt szerepe van ebben nemcsak a kezelőorvosnak, hanem nővéreknek is. Az ő edukációjuk és rendszeres képzésük szintén nagyon fontos. Nem szabad elfe-



lejteni a diétás tanácsadást sem, hiszen életmódváltásról van szó, amely nem feltétlenül csak a daganat kialakulása miatt vált kiemelt jelentőségűvé, hanem az eltérő kezelési módszerek miatt is oda kell figyelni arra, hogy mikor mit eszünk, mennyi folyadékot fogyasztunk.

Dr. Szentmártoni Gyöngyvér
radiológus, klinikai onkológus





Melltartó egészség!

A tökéletes megjelenéshez elengedhetetlen a jól megválasztott fehérnemű, amely nemcsak az érzéki formákat juttatja érvényre, hanem egyúttal biztonságos tartást és kellemes viseletet is biztosít, kielégítve mind az esztétikai, mind a funkcionális, mind a kényelmi szempontokat.

A fehérnemű a női ruhatár egyik alapvető eszköze!

A divat mindenkor hatással volt a fehérnemű megjelenési formájának változásaira.

Napjainkban, a fehérneműdivatban – a ruhákhoz hasonlóan – mindig van valami új, valami más, többféle stílus, irányzat megtalálható és a széles hazai kínálatból nem könnyű a választás.

- A szexis csipkecsodák lenyűgöző látványukkal, az áttetsző anyagok álomszép hímzésekkel mindenkit rabul ejtenek, rendkívüli nőieséget, eleganciát kölcsönözve viselőjüknek.
- A sportos stílusú melltartókat egyszerű szabásvonal, és nagyfokú kényelem jellemzi. Legtöbbször varrás nélküli mellkosarakkal készülnek. Rugalmas anyaguknak köszönhetően jól illeszkednek a testre.
- A sportos stílusú melltartók és a kifejezetten testedzéshez kifejlesztett sport melltartók nem ugyanaz a kategória. Funkciójukban jelentősen különböznek egymástól.

Milyen melltartót válasszunk?

A fehérnemű nemcsak praktikuma egészségügyi és kényelmi szempontjai miatt meghatározó, hanem esztétikuma miatt is előnyösebbé, szebbé teszi az alakot. Egy jól megválasztott melltartó előnyösen formálja a mellet, tökéletes alátámasztást, kényelmet, és megfelelő mozgásszabadságot biztosít. De igaz ez fordítva is, mert egy rosszul megválasztott melltartóval pont az ellenkező hatást érhetjük el. Mivel statisztikai adatok bizonyítják, hogy a nők nagy százaléka nem megfelelő méretű melltartót visel érdemes szólni arról, - milyen is a jó melltartó?

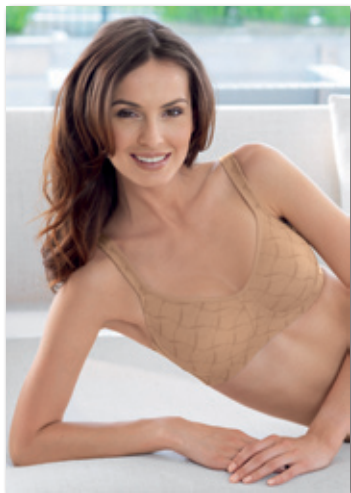
Alapvető szempontok az alkatnak megfelelő melltartó kiválasztásánál:

- A mellkosarak teljesen fedik a melleket, a mell sem oldalt, sem felül nem „buggyan” ki telt mellek esetén sem.
- Félkosaras melltartóknál is fontos a megfelelő kosárméret a szép dekoltázs érdekében.

- A két mellkosár közötti rész nem áll el, hanem tökéletesen hozzásimul a szegycsonthoz.
- A mell alatti pánt anatómiailag formált, nem vág be.
- A melltartónak annál nagyobb tartást kell biztosítania, minél nehezebb a mell. Ilyenkor a mellkosarakba bedolgozott mellemelő, merevítő karikák, a széles alapárnázott vállpántok, és a szélesebb mell alatti pánt biztosítja a megfelelő tartást.
- Telt, nagyobb méretű keblek esetén teljes kosarú melltartó ajánlott.
- A vállpántok lehetnek vékonyak vagy szélesebbek, mindenkor követik a váll anatómiáját, nem vágnak be, magasságuk állítható, nagyobb méretekben a biztos tartás érdekében kiszélesednek, így egyenletesebben osztják el a mellek súlyát a vállakon.
- A vállpántokat úgy kell beállítani, hogy a mell pontosan a könyök és a váll között középen helyezkedjen el. Tudni kell azonban, hogy a vállpántok nem tartó funkciót töltenek be. Megfelelő magasságra történő beállításuk arra szolgál, hogy jó formát adjanak a mellkosárnak. A megfelelő tartásról a melltartó hátsó és oldalsó pántja gondoskodik.
- A melltartó hátrészén -mérettől és modelltől függően- két-vagy háromfokozatú méretállítási lehetőség biztosítja a megfelelő bőséget.
- Lényeges a megfelelő mell alatti méret meghatározása, mert ha túl szűk, akkor kényelmetlen és szorít, ha pedig túl bő, akkor felcsúszik a hátán és nem tart megfelelően.
- Kisebb mellméretnél jó választás a „push-up” melltartó.

Az sem elhanyagolandó szempont, hogy milyen szabásvonalú, milyen színű ruhához, vagy milyen alkalomra választunk melltartót.





- A varrás nélküli melltartó pólókhöz, vagy szorosan testhez simuló ruhákhoz ajánlott.
- A szabott vagy merevítő melltartó elegánsabb, nőiesebb hatást kelt a blúz vagy ruha alatt.
- Azokhoz az estélyi ruhákhoz, amelyek a vállat szabadon hagyják, válasszunk pánt nélküli vagy szilikon pántos melltartót.
- Vannak melltartó modellek, amelyek a hátat szabadon hagyják és a nyakban kapcsolhatók össze, tökéletes összhangot alkotva a hasonló szabásvonalú ruhával.
- A színválasztásnál, pedig elengedhetetlen, hogy különösen az áttetsző ruhák, vagy blúzok, illetve mély dekoltázs esetén a ruhával azonos színű melltartót, fehérneműt válasszunk.
- Talán egyetlen kivétel, ha a fehér blúz alá testszínű melltartót veszünk. A fehér jobban áttűnik, míg a testszínű szinte beleolvad, és láthatatlanná válik a fehér blúz vagy ruha alatt.

A fenti, általános szempontok mellett a melltartó helyes méretének meghatározásához a legfontosabb a pontos méretvétel.

A méretvétel pontosságához az adott testrészzen meg kell határozni a mérés helyét, illetve a mérés kezdő és végpontját. Így az adott helyen bárki megismétli a méretvételt, azonos eredményt kap.

Gyógyászati fehérneműk- mellműtét után

Az emlő daganatos megbetegedésének tényét egy melloperáció testi és lelki következményeit az esetleges utókezelések mellékhatásait minden nő másként éli meg. A mell - a nőiesség a szépség szimbóluma- elvesztésébe nehéz belenyugodni. Sokan elvesztik női identitásukat és nem hisznek abban, hogy valaha teljes életet élhetnek. Éppen ezért nagyon fontos, hogy már a műtét előtt ismertek legyenek azok

a rehabilitációs eszközök, amelyek segítenek visszaszerezni az önbizalmat, a gyógyulásba vetett hitet, és helyreállítják a testképet.

A mellműtét esztétikai, kozmetikai szervei következményeit, a mell plasztikai rekonstrukciójával, vagy megfelelő külső szilikon mellprotézisekkel lehet helyreállítani.

A mellprotézis speciális protézisztartó melltartóban viselhető, és segítségével viselője elfelejtkezhet arról, hogy életminősége átmenetileg megváltozott.

A protézisztartó melltartók ugyanolyan nőiesek, szépek és a legutolsó divat szerint készülnek, mint a divat fehérneműk. A hagyományos melltartótól eltérő kialakítású - amely szükséges az orvosilag elengedhetetlen követelmények biztosításához - árulkodik csupán specialitásukról. A mellkosa- rakba bevart „zsebek” biztosítják a protézis biztos tartását, így a protézis mozgás alkalmával sem csúszik el.

Az úszás a strandolás örömeiről sem kell lemondani mellműtét után. A protézis a fürdőruha mellkosaiba bevart zsebbe helyezhető, és külső szemlélő számára teljesen észrevétlen.



**Higgyen vonzerejében!
A szépség belülről sugárizik!**

Dr. Tóth Lászlóné Lacza Zsuzsanna

Művészettel az emlőrák ellen

– Az AVON egyedülálló művészeti aukció szervezésével támogatja Magyar Rákellenes Ligát –

Az AVON Emlőrák Ellen a Nőkért programjának idei figyelemfelhívó kampányában egy-egy cselekvésre buzdító üzenetet és a kampányt támogató 25 közéleti személyiség egy-egy gondolatát megjelenítő táblát tartó, 25 próbababát helyeztek el az Andrásy úton. A kampányt követő időszakban 8%-kal több mammográfiás vizsgálatot regisztráltak az előző időszakhoz képest a vizsgált szűrőállomásokon – az AVON egyik legfőbb célja, hogy ez az arány tovább növekedjen. Az akció folytatásaként a vállalat művészeket kért fel az említett próbababák átalakítására. Az elkészült alkotások december 13. és 20. között tekinthetők meg az Arena Plazában, s ez időszak alatt elérverezik őket a Teszvesz.hu aukciós portálon, a Magyar Rákellenes Liga javára.

Az aukció keretében a nagyközönség is lehetőséget kap a támogatásra: a www.teszvesz.hu/avonanokert oldalon lehet licitálni az elkészült műalkotásokra. Az aukció részeként támogatói jegyek is vásárolhatók 1000 forintos áron. A babák új tulajdonosai nem csupán értékes és érdekes műalkotásokat tudhatnak majd magukénak, de a mellrák elleni küzdelmet is támogatják: a befolyt összeget az AVON a Magyar Rákellenes Ligának ajánlja fel.

28 művész, divattervezők, iparművészek, képzőművészek, designerek formálták műalkotássá a kampányban felhasznált babákat, továbbgondolva azok eredeti üzenetét.

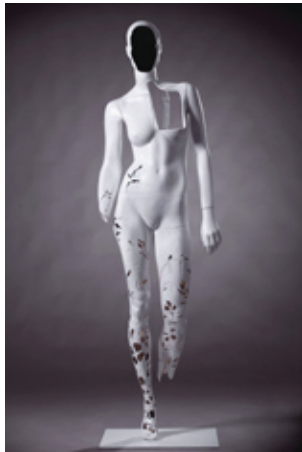
„A nő nagyon érzékeny, törékeny lény – az általam készített egyik babán látható csengő is erre utal” – mondta el Tamara Barnoff, multimédia művész. „A

tükörben saját magunkat látjuk, így megértjük, hogy nők vagyunk, értékes emberek ezen a világon, nem szabad magunkat figyelmen kívül hagynunk. Mindenki egyedül van, sorsunk a saját kezünkbe helyeződött. Felelősséget kell vállalnunk magunkért, a testünkért.”

„Az AVON egyik legfontosabb célja, hogy a nőkért dolgozó vállalatként felhívja a figyelmet az emlőrákkal kapcsolatos veszélyekre, illetve a megelőzés – az önvizsgálat, a mellrákszűrés – fontosságára. A nők felelősek önmagukért, a családjukért, és tudniuk kell, hogy az időben felismert emlőrák gyógyítható. Felelősek vagyunk a testünkért, ezt üzenik a nagyközönségnek az AVON próbababái. A próbababát gyakran látjuk női testként a kirakatban, s míg sérülés esetén a műanyag testrészek bármikor javíthatók vagy kicserélhetők fájdalom és veszteség nélkül, a nők esetében ez nem így van. Figyeljünk oda testünkre, végezzünk önvizsgálatot, 45 éves kor felett pedig legalább kétévente járjunk emlőrák szűrésre, hiszen egy rövid vizsgálattal időben felfedezhetjük a betegséget” – mondta el Tóth Veronika, az AVON kommunikációs vezetője.

„Hazánkban az egészségügyi szűrésre felkért nők 40%-a nem megy szűrésre” – tette hozzá dr. Demeter Jolán, a Magyar Rákellenes Liga alelnöke. „Emlőrákban minden 12. nő érintett, s a korai felismerés 30%-kal csökkenti a betegség halálos kimenetelét. Az önvizsgálat, a mellrákszűrés életet menthet” – figyelmeztetett a szakember.

A cikkben szereplő alkotást Tamara Barnoff készítette



FELHÍVÁS!



Dollinger-díj

Szorongás, türelmetlenség, aggodás, félelem... Jaj, csak ne az legyen a diagnózis, amire gondolok! Lesz-e idő feltenni a kérdéseimet, kapok-e megnyugtató választ? Ilyen, és ehhez hasonló gondolatok járnak azoknak a fejében, akik valamelyik kórház onkológiai osztályán várakoznak.

Hogyan tudom ezt a sok beteget ma megvizsgálni és ellátni? Mikor fogok ma hazaérni a családomhoz? Jaj, de sok mindenkinek kell ma is rossz hírt mondanom! Nagyon fáradt vagyok... Ilyen, és ehhez hasonló gondolatok járnak reggelente az onkológiai osztályokra érkező orvosok fejében.

S az eredmény? Talán azt gondoljuk, hogy panasz, problémák özöne, nehézségek... elégedetlen betegek, fáradt orvosok és nővérek, döcögve működő egészségügy... Ez lehet, hogy sokszor igaz is...

A **Magyar Rákellenes Liga** „Az év onkológusa 2012 – az én orvosom” című pályázatával mégis szeretne erre rácáfolni. Ha létezik is az előbb említett sok gond, mégis vannak orvosok, akik a nehezen elviselhető feltételek ellenére is úgy tudnak jelen lenni a kórházi osztályokon a betegek között, hogy gyógyítják őket, nemcsak orvosi értelemben. Azt teszik lehetővé pácienseik számára, hogy ezt a betegséget ne veszélyként, hanem esélyként élhessék meg.

Ha Ön is találkozott olyan orvossal, akire gyógyulása után is hálás szeretettel gondol, kérjük, írja meg nekünk a tapasztalatait! Hadd szerezzünk örömet jó orvosainknak, és hadd mutassuk meg a sok panaszkodó hang mellett azt is, hogy van remény, mert léteznek példaképként szolgáló gyógyítók is közöttünk.

Olyan, lehetőleg géppel írt pályaműveket várunk, amelyben megosztják velünk gyógyulásuk történetét, valamint javaslatot tesznek arra, hogy kié legyen „Az év onkológusa - az én orvosom” cím. A legtöbb szavazatot kapott onkológus kapja meg a dr. Dollinger Gyula emlékérmét. Névadója, Dr. Dollinger Gyula sebész, ortopéd szakorvos, egyetemi tanár 1902-ben megalakította az Országos Rákbizottságot, így a hazai rákkutatás úttörőjének számít.

A jelíges pályázatnak minimum 2500 karakter terjedelműnek kell lennie, maximális terjedelem nincs. Minden pályázót írásban értesítünk, ezért arra kérjük a szerzőket, hogy pályamunkájuk mellé a jelige feltüntetésén kívül a nevüket, címüket, telefonszámukat is adják meg.

A nyilvános eredményhirdetésre 2012. április 10-én a **Nemzeti Rákellenes Napon** kerül sor. A beküldött történeteket megjelentetjük a Magyar Rákellenes Liga honlapján, az írott médiában és megkíséreljük a 20 legjobb pályamunkát könyvben is kiadni. A beküldőnek az ehhez való hozzájárulását a pályázaton történő részvétellel megadottnak tekintjük.

A pályaművek postai úton (CD-n vagy nyomtatott formában) történő beérkezési határideje:

2012. március 20.

Beküldési cím: Magyar Rákellenes Liga 1507 Budapest, Pf.7.

A borítékra írja rá: „Az év onkológusa – az én orvosom”

Hisszük, hogy a teljes orvostársadalomnak példaértékű és tanulságos olvasmányul szolgálnak a beérkezett pályázatok!

Magyar  Rákellenes Liga®

Összefogunk, segítünk, a rák ellen így győzünk!

Minden személyi jövedelemadót fizető magyar állampolgár egy kicsit beleszólhat abba, hogy az általa már befizetett adó egy százalékát mire fordítsák. A civil szervezetek javára ez a felajánlás nagy segítség, és Önnek, mint adófizetőnek csak annyiba kerül, hogy kitölt egy nyilatkozatot és mellékeli adóbevallásához. Akinek adóbevallását a munkahelye készíti el, annak ezt a nyilatkozatot a munkahely illetékes részlegének kell elküldenie.

A **Magyar Rákellenes Liga** is kéri, hogy nyilatkozzon, kinek kívánja felajánlani személyi jövedelemadója 1%-át – és azt is kéri, hogy nekünk, a Magyar Rákellenes Ligának ajánlja fel azt. Szeretném meggyőzni arról, hogy a felajánlott összeg jó helyre kerül, és jó célt szolgál. Az ilyen módon a Magyar Rákellenes Ligához jövő összegekből a Liga 43 alapszervezete szerte az országban a közel 6000 fős tagságot tudja mozgósítani

- a rák megelőzésére életmódi akciókkal,
- a rák korai felismerésére a szűrővizsgálaton való részvételre buzdítással illetve helyi szűrővizsgálatok szervezésével,
- a gyógyuló illetve a már gyógyult betegek önszorgó klubjának szervezésével.

Az említett rendezvények megszervezéséhez pénzre van szükségünk, és ezt szolgálja az 1%-ból befolyó összeg. A rák már nem olyan sorscsapás, mint ahogy az a köztudatban él. Három lehetséges rákbetegség közül az egyiket el lehet kerülni, a másikat – bár megbetegít –, de meg lehet gyógyítani, és már csak a harmadik esetben fog a beteg meghalni rákban – de az orvostudomány új eredményeinek köszönhetően tovább maradhat köztünk – és jó életminőségben. Azért, hogy ez a fenti lehetőség megvalósuljon, a lakoságnak többet kell tudnia róla és részt kell venniük mind a megelőzés, mind a korai felismerés programjában.

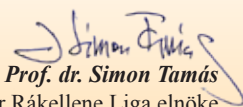
A fenti aktivitásokhoz tájékoztató anyagok kellenek, ezek kiadása és terjesztése is kiemelt feladata a Ligának.

Ha nekünk ajánlja fel jövedelemadója 1%-át, ön is tevékenyen és felelősségteljesen részt vesz a rákmegelőzés és -gyógyítás programjaiban, és egyre többen lesznek azok, akik meggyógyulnak.

A meggyógyulók azt hangsúlyozzák, hogy:

Meggyógyultunk – mi már győztünk, segíts hát, hogy többen legyünk!

Köszönöm figyelmüket!


Prof. dr. Simon Tamás

a Magyar Rákellenes Liga elnöke

Adószámunk: 19653417-2-43

Köszönőlevél

Kedves Támogatónk, köszönjük a támogatást!

Néhány hónapja segítségét kértük a rák elleni küzdelemhez, és Ön támogatta céljainkat. **Köszönjük!**

A rák elleni küzdelemben a megelőzésnek van a legfontosabb szerepe. Ha ez nem sikerül, akkor a következő csatát csak úgy nyerhetjük meg, ha az orvosok megfelelő diagnózist állíthatnak fel, és annak alapján kezdik el a gyógyítást.

A pontos diagnózishoz azonban sokszor kevés az orvosi szakértelem, jó technológia és korszerű berendezések is kellenek hozzá. Ezért döntött úgy a Magyar Rákellenes Liga, hogy segít a debreceni Klinikai Genetikai Központnak egy citogenetikai vizsgálatokhoz szükséges mikroszkóp beszerzésében. Ez lehetővé teszi a személyre szabott kezelést, ami sokaknak életmentő!

Ennek a műszernek az ára 18 millió Ft, ami az Ön adományának segítségével együtt most már rendelkezésre áll, így a Központ megvásárolhatja a berendezést, és még megfelelő mennyiségű reagenst is hozzá.

Boldog vagyok, hogy találtam olyan segítőkész embereket, mint Ön, és köszönöm, hogy az Öntől telhető legjobb módon támogatta a Magyar Rákellenes Liga fenti akcióját!

Együtt hatékonyabb segítséget nyújthatunk a leukémiában szenvedő fiataloknak, ezért kérem, hogy a továbbiakban is álljon mellettünk: azokért, akiknek szükségük van az Ön segítségére.

Hálás köszönettel,


Prof. dr. Simon Tamás
elnök

Magyar  Rákellenes Liga®

Meggyógyultunk - mi már győztünk,
segíts hát, hogy többen legyünk!

ADÓSZÁM:
19653417-2-43

www.rakliga.hu
Segélyvonal: 06-80-505-675

Adója 1%-ával most Ön is segítheti a rák
legyőzésében a Magyar Rákellenes Liga munkáját!



LactoMicroSel® a szelén új formája

Enshi egy kisváros Kínában 1400 km-re Shanghaitól ami arról híres, hogy a statisztikák szerint itt a legalacsonyabb a daganatos megbetegedésben szenvedők aránya egész Kínában. Ma már az egész város abból él, hogy az itt előállított élelmiszereket Kína szerte az egészség védjegyeként árulják. A jelenségért egy barlang a felelős. Mi a titka a barlangnak? Az, hogy ez a világ egyetlen helye, ahol a kőzetben jelentős szelénfeldúsulás mutatható ki. A barlang bejáratánál megcsapja az orrunkat a jellemző fokhagymaszag, ami a hidrogén-szelenid csalhatatlan jele.

A szelén egy antioxidáns hatású mikroelem. Ha az élelmiszerek nem tartalmaznak elegendő szelént, megnő a daganatos betegségek és a szívbetegségek kockázata. Az alacsony szelénbevitel pajzsmirigy alulműködést, fáradtságot, elhízást és terméketlenséget eredményez.

Nem kellene az embereknek is adnunk szelént az élelmiszerbe keverve? Egyszerűnek tűnik megoldani a kérdést, de van egy súlyos probléma. Az ásványi szelént könnyű túladagolni. Nem lehet úgy élelmiszert forgalomba hozni, hogy tudjuk, hogy a tízszeres mennyiség elfogyasztása akár mérgezést is okozhat. Ezt a problémát sikerült megoldanunk a Debreceni Egyetemen. Kimutattuk, hogy a probiotikus joghurt baktériumok úgy alakítják át, ártalmatlanítják az ásványi szelént, hogy azt 100-500 nm méretű vörös elemi szelén gömböcskék formájában a sejteikben tárolják. Ez a szelénforma a LactoMicroSel®, ami nem adagolható túl, ugyanakkor jól felszívódik és hasznosul, így ideális módja az élelmiszerek és takarmányok szelén kiegészítésének. Kiderült, hogy a szelénrel dúsított tejből gyártott joghurt nem lehet mérgező számunkra, akkor sem, ha a javasolt napi bevitel százszorosát, ezerszeresét fogyasztjuk folyamatosan minden nap, ugyanakkor a szelén jótékony hatásai már kis mennyiségnél is jelentkeznek. A probiotikus baktériumok maguk is egészségesek, de szelénrel dúsítva jelentősen csökkenthetik a daganatos megbetegedések kialakulásának valószínűségét.

A szelénnek ez a formája még a növényekre is hatással van. Szövettenyésztetben a növények sokkal lassabban öregszenek, kétszer olyan hosszú ideig élnek. Szövetekben olyan mennyiségben halmozódnak fel ekkor a szelént, hogy bármilyen más formájú szelén már régen a növény pusztulását okozná. Szelénrel dúsított takarmányok megakadályozták, hogy a mikroszkopikus gombák által termelt mérgek, a mikotoxinok károsítsák az állat szervezetét. Egyre jobban feltárt folyamat, hogy a szelén a mérgező higanyt is megköti, az agyban hozzá kapcsolódik, így az nem tud káros hatást kifejteni. A szelénrel dúsított élelmiszerek vagy étrend kiegészítők rendszeres fogyasztása mérhető, jelentős közegészségügyi hatással lenne.

Dr. Aliment

Új és hatékony módja a szelénpótlásnak!

LactoMicroSel®
magyar - EU - USA szabadalom

magyar termék 



**100 µg
szelén / tablettá**

Megvásárolható: A Herbaház, Medline, Béres Egészségtár,
Varga Reformházban valamint a Phoenix Pharma gyógyszer
nagykereskedelmi Zrt.-nél.

Info: +36 30 955 21 57
www.lizin.hu

Miért érdemes csatlakozni hozzánk?

A Magyar Rákellenes Liga támogató csoportfoglalkozással, klubok szervezésével segíti a daganatos betegségből gyógyulókat és hozzátartozóikat. A klubok érdeklődési kör, élethelyzet és betegségcsoportok szerint jöttek létre. Várjuk az Ön jelentkezését is, ha úgy érzi, hogy támogató közösségre van szüksége!

A klubok összetartó erejét a közös élethelyzet, a hasonló betegség, vagy a megegyező gondok adják.

Általában havonta, egyes kluboknál kéthavonta vannak az összejövetelek, amelyeken orvosi előadásokat hallgathatnak a betegek és mód nyílik arra is, hogy kérdéseikre választ kapjanak az adott témakörben. Fontosnak tartjuk a sokoldalú tájékoztatást, mert hiszünk és valljuk, hogy azok, akik kellő ismeretekkel rendelkeznek, könnyebben veszik fel a versenyt a kórral szemben.

Klubjaink olyan közösségek, ahol a betegek és a gyógyultak megoszthatják egymással minden örömet, fájdalmukat és nehézségüket. A találkozások során nagyon sokat kapunk egymástól, hiszen egy terápiákat éppen elkezdő ember legjobb segítője az, aki már évek óta tünetmentes, és végigcsinálta ezt a harcot. Csak ők adhatnak igazi tanácsot és reményt a küzdelem kezdetén állóknak.

A foglalkozásokra általában Budapesten, a XII. kerületben, az Országos Onkológiai Intézetben kerül sor, a kora délutáni órákban.

Amennyiben csatlakozni szeretne valamelyik csoportunkhoz, kérjük, jelentkezzen a megadott elérhetőségeken!

A programokat az Országos Onkológiai Intézetbe kihelyezett szórólapokon, valamint a www.rakliga.hu honlapon találhatja meg. A klubokban, a rendezvényeken a részvétel ingyenes.

*Agydaganatos betegek klubja
Vesedaganatos betegek klubja
Tüdődaganatos betegek klubja
Fiatal rákbetegek klubja
Irodalom terápia
Kiegészítő szerek (egyéni beszélgetés)
E-klub, Her2-klub (emlőbetegeknek)*

*Jelentkezés: Strommer Szilvia
06-20-565-5589
lelkisegely@rakliga.hu*

*Kézműves klub
Fakanál klub
Hozzátartozók klubja
Férfibetegek klubja
Limfómás betegek klubja
Ébredés filmklub
Stresszoldó klub
Túlélők klubja (természetjárás)*

*Jelentkezés: Bajor Bea
321-7445, 06-20-337-4637
[rakasz@rakliga.hu](mailto:rakas@rakliga.hu)*

**Érdemes hozzánk csatlakozni, mert erőt adhatunk egymásnak!
Egyéni beszélgetésre is szeretettel várjuk Önöket!**

Úton a daganatok oki terápiája felé

Azt már régóta tudjuk, hogy a daganatos betegség lényege, hogy a daganatsejtek kóros mértékben szaporodnak, osztódnak, másrésztől nem indul be az az önmegsemmisítő mechanizmus, az úgynevezett programozott sejtthalál, amely normális sejtekben bekövetkezik, amikor már a szervezetnek a túlszaporodott sejtekre nincs többé szüksége. Ma már azonban ismerjük azokat a konkrét molekulákat is, amelyek meghibásodása ezekért a működészavarokért felelős. A sejteket felépítő fehérje molekulák létrehozásához a genetikai információ adja a tervrajzot. Az ebben a tervrajzban bekövetkező hibák a genetikai mutációk, amelyek következtében hibás fehérje molekulák képződnek.

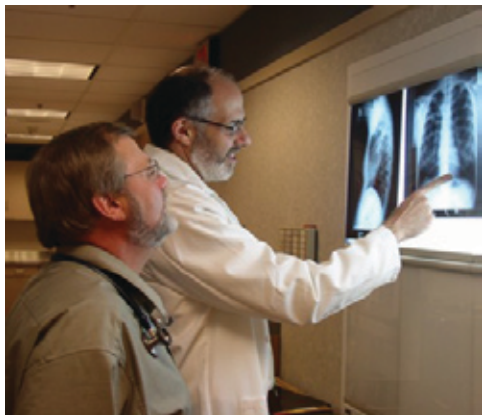
Azokat a géneket, amelyeknek a hibás, mutáns változata egy olyan kóros fehérje létrehozásáért felelős, amely egy normális sejtet daganatsejté tud változtatni, daganatgéneknak, szakszóval onkogéneknak nevezük. Azokat a géneket, amelyek a daganatok kialakulását gátolják, tumorgátló géneknak, szakszóval tumorszupresszor géneknak nevezük. Az onkogének jelentik a gázpedált, és a tumorszupresszor gének a féket.

2003 óta ismert a teljes emberi géntérkép. A daganatgenetikai vizsgálatok eddig körülbelül 100 daganat gént, onkogént és tumorszupresszor gént azonosítottak a leggyakoribb hámeredetű ráktípusokban, mint amilyen a tüdőrák, a vastagbélrák, az emlőrák. Tehát ugyanaz az onkogén a szervezet több pontján kialakuló daganat létrejöttében is részt vehet. Ha mind a 100 gént megvizsgáljuk egy beteg tumorszövetében, akkor mindenkinél meg tudjuk mondani, hogy nála melyik onkogén és tumorszupresszor gén hibája okozta a daganatot. Azonban az egyes rákgének gyakorisága nagyobb, és ha ezekből csak 10-12 gént vizsgálunk, akkor már 60-90% valószínűséggel meg tudjuk ugyanezt az információt.

Amikor egy gyógyszert úgy fejlesztenek ki, hogy eleve ismert a molekuláris célpontja, akkor célzott terápiának nevezzük. A célzott terápia azonban nagyon rosszul működik célzás nélkül. Amikor olyan célzott terápiát alkalmazunk, amely arra az onkogénre hat, amely az adott betegben a daganat kialakulásában részt vett, lényegében a daganat okát célozzuk, személyre szabottan. Azt, hogy az adott beteg daganatszövetében melyik génen van a hiba, speciális molekuláris diagnosztikai vizsgálatokkal lehet kimutatni. Ilyenkor a korábban szövettani vizsgálat céljára eltávolított mintát - amit az adott kórház patológiai osztályán tárolnak -, kell tovább vizsgálni speciális laboratóriumban. Munkatársaimmal a KPS diagnosztikai központban több év munkájával és több százmillió forint beruházásával olyan laboratóriumot hoztunk létre, amely ezekre a vizsgálatokra specializálódott, annak érdekében, hogy a célzás minél precízebb legyen.

A tüdődaganatokban az első oki terápiák az EGFR nevű onkogént gátló gyógyszerek. Ennek a gének a hibája a nem-kissejtes tüdőrákok 5-15%-ban fordul





elő szövettani altípusok szerint. Ezek a gyógyszerek ma már Magyarországon is elérhetőek és finanszírozottak.

Büszkék lehetünk arra is, hogy a világon pont Magyarországon történt először a célpont kimutatásán alapuló oki EGFR célpontú terápia egy tüdőrákos betegnél 2004-ben. Ezzel egy évben a Harvard Egyetem kutatói nagy betegszámon visszafelé következtetve jutottak az összefüggés felismerésére az EGFR onkogén hibája és a célzott kezelés hatékonysága között. Ezáltal az EGFR gén molekuláris diagnosztikája a KPS diagnosztika munkatársai révén egyszerre volt elérhető Magyarországon és a Harvardon. Akkor a betegek csak egyedi engedéllyel és egyedi méltányossági támogatásokkal vagy klinikai vizsgálatokba történő bekerüléssel tudtak kezeléshez jutni. Ma már az EGFR diagnosztika nem csak a KPS diagnosztikai központban, hanem a főbb egyetemi centrumok és az Országos Onkológiai Intézetben is közfinanszírozottan is elérhető a tüdőrák egy bizonyos altípusában.

Jelenleg tehát csak a tüdődaganatosok csak egy kis részének áll rendelkezésre oki terápia a rutin ellátás keretein belül. Azonban a többi gén ellen több tucat gyógyszer áll klinikai fejlesztés alatt, és várható, hogy ezek a következő hónapokban és években elérhetőek lesznek. Ehhez azonban minden betegben legalább 10-12 gént kell megvizsgálni. 2011-ben ezt a génhiba kereső diagnosztikai szolgáltatást is elindította laboratóriumunk, nem csak tüdőrákban, hanem

más daganattípusokban is. Ezzel megint szinkronban vagyunk a Harvard-i egyetemmel, amelynek a kórháza most decemberben számolt be arról, hogy ilyen típusú diagnosztikai szolgáltatást indít (Mass General Study Suggests Benefit from Broad NSCLC Genotyping in Routine Clinical Practice December 07, 2011 Molika Ashford PGX Reporter).

Az onkológus szakemberek támogatásával világszínvonalú diagnosztikához juthatnak a betegek Magyarországon. Azonban fontos tudnunk, hogy ezzel a kiterjesztett részletes diagnosztikával kiderített génhibák többségének ma még nincs közvetlen terápiás következménye, mert az arra ható gyógyszer még csak klinikai vizsgálatokban tart vagy még nincs finanszírozása. A vizsgálatokat a betegek csak orvosi javaslatra rendelhetik meg diagnosztikai központunkban.



Dr. Peták István, kutatóorvos,
molekuláris farmakológus



Tobozangyal

Az őszi séták során gyűjtött tobozokból ez az angyalka gyorsan elkészíthető. Igazán kedves fenyődísz, de akár ajándék vagy ajándékkísérő is lehet.

Nem kell hozzá más, mint:

- toboz
- fa-, papír- vagy hungarocell golyó
- filc (vagy festék, attól függően, hogy milyen golyót használunk)
- 3-4 cm vastag szárnyak (szalag, filc, papír)
- zsinór
- babahaj(hímző cérna, rafia)
- ragasztópisztoly vagy más erős, gyorsan száradó ragasztó

A golyóra megrajzoljuk az arcot, ráragasztjuk a zsinórt és a haját, majd a kész fejet a toboz alájára erősítjük. Az elkészült angyal szárnyát a hátoldalán középtájjra illesztjük. Előre ragaszthatunk neki kezet vagy egy kicsi fenyőfát.

Végh Rita



A nyugdíjasok anyagi biztonsága megoldható!

A kulcs: időskori életjáradék

A rendszerváltás óta rohamosan csökken a nyugdíjak vásárlóértéke, pedig az időskorúak anyagi biztonsága, a jövedelmi helyzetük jelentős mértékű javítása egyszerű és elérhető közelségben van. A megoldás az időskori életjáradék. Ezt a szolgáltatást nyújtja a Perfectum Consulting Zrt. Ezzel kapcsolatban kérdeztük Hliniczky Krisztiánt, a cég elnökvézerigazgatóját.

Mit gondol az életjáradéki piac jelenlegi helyzetéről?

A pénzügyi válság éveit a szolgáltatási szegmenst is megviselték. A korábban legaktívabb három járadék-folyósító intézmény markánsan visszafogta aktivitását, illetve tevékenységét. Azonban az időskorúaknak – ahogy a társadalom egészének is – szüksége van alternatív bevételi lehetőségekre, olyan plusz jövedelemforrásra, amely rendszeres és nem csak a pénzintézeteknek, hanem az ügyfeleknek is előnyös. Ennek az igénynek megfelelően alapítottuk a Perfectum Consulting Zrt.-t és alkottuk meg az Angelus fantáziánévi életjáradéki szolgáltatásainkat.

Ön szerint milyen a jó életjáradék?

Véleményem szerint az életjáradék akkor éri el célját, ha valóban érezhető, tartós és minőségi javulást hoz az ügyfelek életében, amelynek segítségével meg tudják valósítani terveiket, elképzeléseiket és nyugodt, kiegyensúlyozott körülmények között élhetik mindennapjaikat. Meggyőződésem továbbá, hogy az igazi életjáradék rendszeres és értékmentő. Sajnos a piaci gyakorlatban kialakult az úgynevezett egyösszegű kifizetés fogalma. Ez azonban csak az első látásra tűnik megfelelő alternatívának, hiszen a kézhez kapott „nagyobb” összeg rendszerint igen hamar elfogy, így ez nem jelenthet hosszútávon megoldást az adott ügyfél élethelyzetére. Annak aki ezt az módozatot választja, részben vagy egészben le kell mondania a rendszeres havi járadékiösszegeiről.

Miben más a Perfectum Zrt. mint a többi szolgáltató?

Nálunk még a legalacsonyabb induló járadéki összeg is minimum 75 000Ft/hó. Azért döntöttünk emellett az összeg mellett, mert ma hazánkban több mint másfél-millió időskorúak átlagosan ekkora a nyugdíja. Tehát ha valaki a Perfectum Zrt. járadékát választja, annak valóban megduplázódik a havi jövedelme. A másik fontos különbség, hogy rendhagyó és úttörő módon mi

nem veszünk igénybe közvetlen banki finanszírozást. Ennek köszönhetően olyan szolgáltatáscsomagot, valamint szerződést tudunk az igénylőknek ajánlani, amely maximálisan figyelembe veszi az ügyfél igényeit, és tiszteletben tartja annak jogait is.

Ha nincs banki finanszírozás, akkor milyen forrásból tudnak biztonságos és rendszeres szolgáltatást nyújtani?

A járadékszolgáltatáshoz szükséges forrás több részből tevődik össze. Egyrészt a Perfectum Consulting Zrt. saját vagyonából, másrészt a magánbefektetők tőkéjéből finanszírozzuk. Továbbá a cégcsoport új tagjának tevékenysége révén tervezzük biztosítani a folyamatosan növekvő számú ügyfélkör kiszolgálását. Ezekkel az eszközökkel biztonságosan, továbbá a pénzintézetektől függetlenül tudunk működni, és nem vagyunk kiszolgáltatva a profitéhségnek.

Ön szerint mi az, ami leginkább megnehezíti az életjáradéki szolgáltatás értékesítését?

Legnagyobb gond, hogy az emberek fejében az időskori életjáradék igénybevétele egyet jelent a lakásuk, házuk, az otthonuk elvesztésével. Pedig ez korántsem így van. Ügyfeleink a szerződés megkötését követően is a saját otthonukban, a megszokott környezetben élhetik tovább életüket. Semmiről nem kell lemondaniuk, sőt a Perfectum Zrt. vállalja, hogy az ingatlanokat karbantartja, állagukat megőrzi. Ezzel is biztosítva, hogy járadékosaink emberhez méltó körülmények között élhessék nyugdíjas éveiket. Az állagmegőrzési programunknak az előbb említetteknek kívül még két további hozadéka is van. Egyrészt az ügyfeleinknek nem kell tehetetlenül végignézniük, hogy az otthonuk miként pusztul le vagy válik lakhatatlanná. Másrészt jelentős kiadástól is megkíméljük járadékosainkat, hiszen az értékmegőréssel, karbantartással kapcsolatos költségeket a Perfectum Consulting Zrt. állja.

Hogyan látja az Ön által vezetett cég jövőjét?

Rövid távú terveink között szerepel, hogy a Perfectum Consulting Zrt. nevét és szolgáltatásait a lehető legszélesebb közönséggel ismertessük meg. Természetesen a mostani több mint kétszáz járadékosunk soraiban további nagyszámú igénylőt szeretnénk köszönteni. A következő 2 évben piacvezetőkké akarunk válni és nem csupán az ügyfélszámot illetően, hanem a szolgáltatások színvonalának tekintetében is.

Márton Anita

Ödéma nélkül

A hónaljárokban lévő nyirokcsomók központi szerepet játszanak a karok és a mellkasfal nyirokkeringésében. Ha emlődaganat miatt végzett műtét során eltávolítják ezeket, nyirok pangás alakulhat ki. Ilyenkor a gyógyszeres vízhajtás nem segít, sőt néha káros is. A kellemetlen tüneten speciális kezelésekkkel lehet javítani, ennek három eleme a manuális nyirokdrenázs (egyfajta masszázs), a kiegészítő kompressziós terápia és a speciális gyógytorna.

Emlőrák esetén a gyógyítás egyik legfőbb eszköze a műtét, amely során az orvos eltávolítja a daganatot bizonyos mennyiségű környező ép emlőszövettel együtt. A beavatkozás után ödémás lehet nemcsak a kar, hanem a mell, a mellkas, a hát és a hónalj alatti terület is. Dr. Stirczer Gabriella, a Budai Irgalmasrendi Kórház Lymphoedema Ambulancia vezető főorvosa szerint a mellműtött betegeknél gyakori ödémás panaszt nem szabad elhanyagolni. A nyirokkeringés zavara a teherbírás, a munkaképesség



elvesztéséhez, rossz közérzethez és akár tartós egészségkárosodáshoz vezethet.

- Minden beteget személyre szabottan kell ellátni, ezért nagyon fontos a gyógyítók szakmai tapasztalata. Egy kezelési periódus általában két hétig tart, a terápia naponta 1 órát vesz igénybe. Vannak kórházban fekvő és bejáró pácienseink is. Először is egy 25-30 perces tartó manuális nyirokdrenázs során speciális masszázstechnikával az ebben jártas gyógytornász vagy gyógymasszőr eltereli a felesleges folyadékot az ép oldal felé. Ha megindult a nyirokelfolyás, felpuhult az érintett terület, akkor következhet a gépi kompresszió. Ennek során egy több kamrás, levegővel felfúvódó mandzsetta tereli a pangó folyadékot alulról felfelé, a hónalj irányába. A gépi kezelés szintén körülbelül fél órát vesz igénybe – magyarázza Stirczer doktornő.

Annak érdekében, hogy a nyirok pangás ne térjen vissza, a betegek nyomókötést kapnak a karjukra, mely napközben aztán folyamatosan rajta is marad. Ebben a kötésben a betegnek a gyógytornász irányításával speciális, egyénre szabott gyógytornát kell végezni, ez javítja az izmok pumpafunkcióját, mely tovább serkenti a nyirokkeringést. A páciensek naponta találkoznak a gyógytornásszal, és megbeszéljük az aktuális teendőket. A kéthetes periódust követően az érintettek nagy része jelentős javulásról számolhat be.

A limfödéma kezelésnek, mint minden orvosi beavatkozásnak megvannak a maga ellenjavallatai is. Csak abban az esetben végezhető, ha a beteget valóban sikerült tumormentessé tenni, hogy el lehessen kerülni a daganat esetleges szóródását. Szintén ellenjavallatot jelenthet fennálló súlyos keringési problémákkal járó szívbetegség.

- Budapesten jelenleg 3 helyen végeznek TB-támogatott ellátás keretében limfödéma kezelést fekvőbeteg háttérrel. Az ambulanciák előjegyzés alapján

családorvosi beutalóval is fogadják a rászoruló betegeket. Reumatológus, sebész és onkológus szakorvos is küldhet ide betegeket. Jó lenne, ha minden rászoruló hozzájuthatna ehhez az életminőséget egyértelműen javító lehetőséghez – ajánlja a specialista.

Tanácsok limfödémás betegeknek

- Óvja bőrét a kiszáradástól! Használjon rendszeresen megfelelő hidratáló-zsírozó krémeket!
- Ne használjon vérbőséget okozó krémet, folyadékot!
- Fürdés után bőrét dörzsölés nélkül törölje szárazra!
- Varráshoz használjon gyűszűt, kertészkesztyűt!
- Gyantázás, hagyományos borotva helyett használjon villanyborotvát!
- Az ödémás oldalon kerülendő a vérvétel, injekció adása, az akupunktúrás kezelés.
- Óvakodjon a háziállatok karmolásától, rovarcsípésektől!
- A kialakult sérüléseket gondosan fertőtlenítse, majd steril fedőkötéssel fedje le!

- Kerülje a végtag leszorítását! Ne hordjon szoros ékszert, ruhát! Ne engedjen vényomást mérni az érintett oldalon!

- Forró vízben ne mosson, ne mosogasson, ne fürödjön! Szauna használata tilos. Káros lehet a napozás és a túlzott lehűlés is.

- Ne emeljen nehéz súlyt az érintett oldalon!

- Mozogjon sokat friss levegőn, ússzon! Kerülendő az olyan sportok, amelyek a végtag erőteljes igénybevitelével vagy nagy sérülésveszéllyel járnak (tenisz, sí, lovaglás).

- Ne engedjen klasszikus masszázst végezni az ödémás oldalon!

- Törekedjen az ideális testsúly megőrzésére! Kerülje a túlzott sófogyasztást!

- Repülőúton használjon kompressziós kötést!

- Fekvésnél ne engedje lógni az érintett végtagot!

- Azonnal forduljon orvoshoz, ha végtagduzzanata hirtelen fokozódik, fájdalom jelentkezik vagy gyulladáshoz hasonló tüneteket észlel!

Márton Anita

Hogyan csatlakozhat a HER2 Klubhoz?

Személyesen:

a Magyar Rákellenes Liga irodájában (1123 Budapest, Ráth György utca 6.)
hétköznap 8.30 és 15.00 óra között.

Telefonon: 0680-505-675, 061-438-0814

Emailben: info@daylightmedia.hu

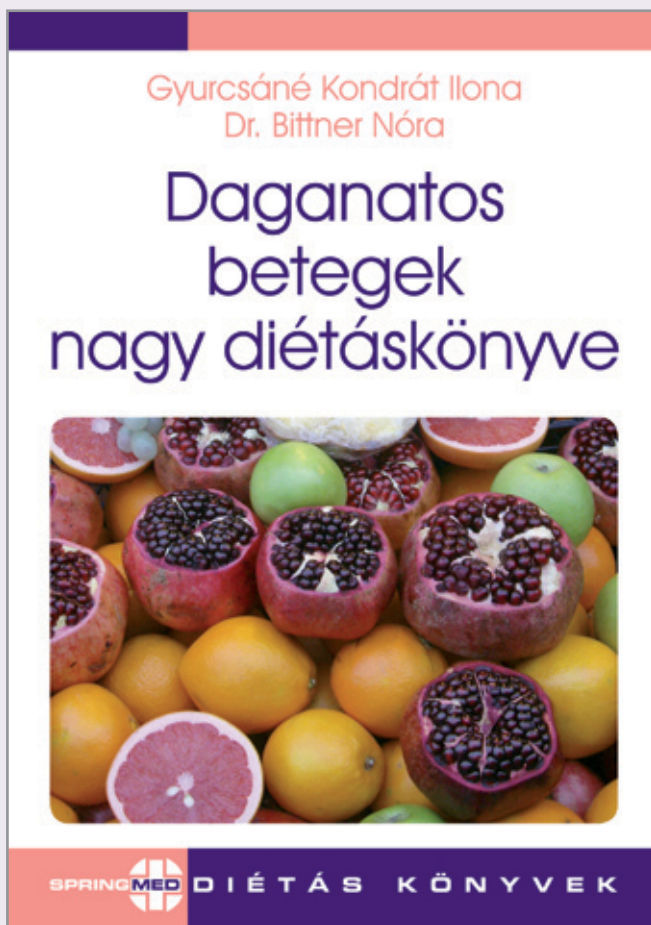


Hogyan tudhat meg többet HER2-ről?

www.her2.hu
www.rakliga.hu
www.vanholnap.hu

Mert
hiszem
hogy **V** **Ö**
holnap

Rövidesen megjelenik!



Eredeti ár:
3480 Ft
Kedvezményes
ár:
2785 Ft

VÁRHATÓ MEGJELENÉS: 2012. február

A könyv megrendelhető közvetlenül a kiadótól:

SpringMed könyvesbolt: 1114 Budapest, Bartók Béla út 62-64.

SpringMed webáruház: www.springmed.hu

A könyv kapható lesz a nagyobb könyvesboltokban és egyes patikákban!



SpringMed Kiadó • SZERKESZTŐSÉG ÉS KÖNYVESBOLT:
1114 Budapest, Bartók Béla út 62-64.
Nyitva tartás: H–Cs: 8–17, P: 8–15.
TELEFON: (06 1) 279 0527 • FAX: (06 1) 279 0528
E-MAIL: info@springmed.hu • HONLAP: www.springmed.hu

Lelkisegély telefonon

06-80-505-675

A karácsony közeledtével egyre fokozódó ünnepi hangulat mindenkire hatással van. Sokakat fellelkesít a készülődés, mások azonban érzékenyebben reagálnak erre az időszakra. A Magyar Rákellenes Liga központi irodájában és ingyenesen hívható lelki segély vonalán a szervezet munkatársai és képzett önkéntesei szívesen meghallgatják mindazokat, akik szeretnék elmondani szorongató gondolataikat, akár névtelenül is.



Strommer Szilvia

A Magyar Rákellenes Liga ingyenesen hívható lelki segély szolgálata 1992-ben jött létre. A megkeresések száma évről évre emelkedik, 6-10 hívás fut be naponta. Strommer Szilvia 11 éve vezeti a Liga lelki segély szolgálatát, a központi irodába érkező telefonokat leggyakrabban ő fogadja. Távollétében persze munkatársai, sőt, időnként akár Prof Dr. Simon Tamás, a Liga elnöke is a telefonáló rendelkezésére áll információval, tanáccsal vagy éppen egy jó szóval.

- Sokan, sokféle kérdéssel, kéréssel fordulnak hozzánk. Van, aki informálódni szeretne a betegségről, a gyógyulás lehetőségeiről. Mások a bánatukat, félelmeiket szeretnék megosztani velünk. Az ünnepi időszak érzékenyebbé teszi a betegeket és a hozzátartozóikat egyaránt. Vonalunk anonim jellegű, senkinek sem muszáj bemutatkoznia. Így könnyebb a probléma feltárása, tabu témák is bátran érinthetők.

A legtöbbször akkor telefonálnak, amikor napközben egyedül vannak. Ilyenkor nincs fűtanú a közelben, így a hívó jobban meg tud nyílni. A segítők számára ismert, hogy milyen lelki fázisokon mennek át a daganatos betegek és velük szinkronban az aggódó családtagok is.

- A diagnózis közlése, a rákkal való szembesülés, majd a műtét, a kezelések megkezdése is kritikus pont. Néha kellemtelen érzés a kórházból hazaérkezés is. Ilyenkor érezheti azt, hogy kikerült a védett kórházi közegből és fél, hogy nem tud hova fordulni kérdéseivel és kétségeivel. Ha problémájuk van, mindig bizonytalanok a betegek, kit hívhatnak, kereshetik-e az orvost a kérdéseikkel – magyarázza Szilvia. - A hozzátartozók túlnyomó többsége szeretne a daganatos rokonnak segíteni. Néha azonban a legjobb szándék mellett is kérdéses, hogyan tudnak jól segíteni. Ilyenkor szoktuk azt tanácsolni, hogy elsősorban hallgassák meg a panaszt. Ne akarjanak minden áron tanácsokat osztogatni, ugyanakkor ne bagatellizálják el a beteg problémáitpanaszait. Az érintetteknek a legjobb, ha ki tudja mondani, hogy mi jár a fejében, hogy mi foglalkoztatja. Ezen kívül nem mindig kell és nem is mindig jó csak a pozitív dolgokra korlátozni a megbeszélést otthon, hanem a fájó, kellemtelen témát sem kell örökké kikerülni.

Nincs kész megoldás, hiszen mindenkinek egyéni útja van. A beszélgetések során a hívó érzései állnak a középpontban, nem a „történet” a fontos, hanem amit az számára jelent. A telefonos segítő nem osztogat tanácsokat, mert azzal a beteg nem tudna mit kezdeni. Inkább támogatja abban, hogy beszélgetőpartnere maga jöjjön rá a megoldásra, és a krízisben lévő önmagától képes legyen az első lépéseket megtenni, így saját problémájára saját megoldást találjon.

- Bárkit meghallgatunk, aki hozzánk fordul, problémájával, és ha szükséges, szakmai kapcsolatainkat felhasználva, megpróbáljuk a megfelelő egészségügyi, szociális ellátórendszer, civil szervezet, egyház felé irányítani. Munkatársaink hétfőtől péntekig 9-19 óra között, szombaton 9-14 óráig várják hívásukat a 06-80-505-675-ös, ingyenesen hívható telefonszámon.

Márton Anita

Adószám  19653417-2-43

Gondolatok egy eutanázia-ügy margójára

*„Mindennek rendelt ideje van, és ideje van az ég alatt minden akaratnak.
Ideje van a születésnek és ideje a meghalásnak;” (Préd 3,1-2)*

Az elmúlt hetekben számos médiumban szólaltak meg orvosok, jogászok, bioetikusok a közvéleményt erősen foglalkoztató eutanázia-ügy kapcsán. A konkrét esettel nem kívánunk foglalkozni, hiszen a vizsgálat folyamatban van az érintettnek mondott kórház és a rendőrség részéről egyaránt. Reményeink szerint hamarosan fény derül az igazságra és beigazolódik, hogy alaptalanok voltak a vádak, mert az efféle botrányok súlyos károkat okoznak: megingatják a betegek bizalmát orvosaikban és az alkalmazott kezeléseikben.

Az eutanázia fogalma

Az eutanázia kifejezés a görög eu- (jó, szép) és thanatos (halál) szavakból származik. Olyan szándékos orvosi tevékenységet értünk alatta, amely a beteg halálának elősegítésére irányul aktív, tevőleges (pl. halált okozó injekció beadása) vagy passzív, mulasztásos (gyógyszerek, étel, ital megvonása) módon. Gondolata összeegyeztethetetlen az orvosi hivatással, hiszen már a Hippokratészi Orvosi Eskü is megfogalmazza: „Senkinek sem adok halálos mérget, akkor sem, ha kéri, és erre vonatkozólag még tanácsot sem adok.” Az egyházak álláspontja szintén egyértelmű: II. János Pál pápa 1995-ben kiadott, az emberi élet sérthetlenségéről szóló Evangelium Vitae kezdetű enciklikája kimondja, hogy „Minden, ami az élet ellen irányul: az emberölés bármely formája... az eutanázia... minden, ami az emberi személy épségét sérti... kétségtelenül szüzenletes gaztettek...”

A magyar joggyakorlat

Magyarországon a jog tiltja az eutanázia minden formáját. Egyes országokban megnyílt rá a lehetőség törvényileg szabályozott keretek között (pl. Hollandia, Belgium), de ez felveti a „csúszós lejtő” veszélyét: amint az abszolút tiltó rendelkezéseket felváltja egy megengedőbb szabályozás, akkor a társadalom megindul a csúszós lejtőn és egyre liberálisabb szabályozást követel. Szintén félelemre adhat okot a fogyasztói társadalom utilitarista (haszonelvű) megközelítése, mely szerint a gyógyíthatatlan, fájdalomtól szenvedő, haldokló ember élete már nem jár haszonnal, így annak értéke megkérdőjeleződik, ezáltal elfogadhatóvá válik a szándékos halálalkozás.

Az önrendelkezéshez való jog és az ellátás visszautasításának joga

Az eutanázia pártolói gyakran megfogalmazzák azt a kívánalmat, hogy saját életükről és halálukról maguk döntsenek. Az egészségügyről szóló 1997. évi CLIV. törvény szabályozza az ellátás visszautasításának jogát, de ezt a jogot határozottan meg kell különböztetnünk az eutanáziától! A beteget megilleti az önrendelkezéshez való jog, amely révén szabadon eldöntheti, hogy kíván-e egészségügyi ellátást igénybe venni és milyen beavatkozások elvégzésébe egyezik bele valamint utasít el (bizonyos korlátozásokkal). A cselekvőképes betegnek joga van arra, hogy visszautasítsa az egészségügyi ellátást, ha ezzel nem fenyegeti mások életét vagy testi épségét (pl. várandós édesanya a magzatát, fertőző beteg a környezetét). Azt az ellátást, amelynek elmaradása esetén egészségi állapotában várhatóan súlyos vagy maradandó károsodás következne be, csak közokiratban vagy teljes bizonyító erejű magánokiratban, illetve írásképtelensége esetén két tanú együttes jelenlétében utasíthatja vissza. Ezt a nyilatkozatot bármikor visszavonhatja akár szóban is.

Az életfenntartó és életmentő beavatkozások visszautasítása



Ha a beteg olyan súlyos betegségben szenved, ami rövid időn belül még a szakszerű orvosi ellátás mellett is halálhoz vezetne, akkor visszautasíthatja az életfenntartó és életmentő beavatkozásokat. Ennek szigorú szabályai vannak: a visszautasítás csak akkor érvényes, ha egy

háromtagú orvosi bizottság (tagjai: a beteg kezelőorvosa, a beteg gyógykezelésében részt nem vevő, a betegség jellegének megfelelő szakorvos és egy pszichiáter szakorvos) nyilatkozik arról egybehangzóan, írásban, hogy valóban fennáll a súlyos állapot, a beteg tisztában van döntése következményével és ezt a nyilatkozatot három nap elteltével ismételtlen megteszi két tanú előtt. A beteg ilyenkor is jogosult a szenvedéseinek enyhítésére, fájdalomainak csökkentésére irányuló ellátásra. A nyilatkozat is visszavonható bármikor, alaki kötöttségek nélkül, akár szóban is. A beteg nem utasíthatja vissza az életfenntartó vagy életmentő beavatkozást, ha várandós és előre láthatóan képes a gyermek kihordására.

Az „élő végrendelet”

Habár a jogszabály nem nevezi meg ezzel a kifejezéssel a lehetőséget, de a cselekvőképes személy dönthet arról előre, hogy majdani cselekvőképtelensége esetén nem kíván élni az életfenntartó és életmentő beavatkozásokkal. A nyilatkozatot közokiratba kell foglalni és szükségessé hozzá egy pszichiáter szakorvos egy hónapnál nem régebbi szakvéleménye arról, hogy a személy a döntését annak lehetséges következményei tudatában hozta meg. Ezt a nyilatkozatot két évente meg kell újítani és bármikor, bármilyen formában visszavonható. Fontos tudni, hogy az ilyen nyilatkozatokról nincs semmilyen nyilvántartás, így azt érdemes magunknál hordani, tájékoztatni róla kezelőorvosunkat, családtagjainkat. Arról is rendelkezhetünk, hogy cselekvőképtelenségünk esetén ki dönthet az életünket érintő kérdésekben, de ezt közokiratba kell foglalni valamint a törvény előírja a helyettes döntéshozó pszichiátriai vizsgálatát is.

A terminális palliatív ellátás

A végstádiumban lévő betegeket kímélni kell a „kezelési túlbuzgóságtól”, a makacs, erőltetett orvosi tevékenységtől, a felesleges vizsgálatoktól, beavatkozásoktól, amelyek nem javítanak az életminőségét, de ez nem jelent egyet a passzív eutanáziával. A hazánkban Polcz Elaine nevéhez köthető hospice szemlélet terjedésével az elmúlt években örvendetesen előtérbe került a palliatív ellátás fogalma. Az Egészségügyi Világszervezet 2002-es meghatározása szerint a palliatív ellátás olyan megközelítést jelent, amely segít javítani a szenvedő ember életminőségét a betegségét kísérő fájdalom, egyéb kínzó tünetek, a fizikai, pszichoszociális és spirituális problémák kezelésével.

A fájdalomcsillapítás lehetőségei

Számos tanulmány igazolja, hogy az emberek valójában nem a halál bekövetkeztétől félnek, hanem az azt megelőző szenvedéstől, fájdalomtól, kiszolgáltatottságtól, kontrollvesztéstől. Talán ezeknek az elkerülésére gon-

dolják megoldásnak az eutanáziát, ezért fontos, hogy tudatosítsuk: a palliatív ellátás keretein belül van segítség. A fájdalomcsillapítás minden eszköze és készítménye elérhető hazánkban, amelyek használata az Egészségügyi Világszervezet „háromlépcsős” fájdalomcsillapítás-létrája szerint történik. Ha az első lépcsőn ajánlott gyógyszerek nem hozzák meg a kívánt hatást, tovább kell lépni a másodikra és így tovább, míg a beteg panaszai megszűnnek. Mivel a fájdalom szubjektív érzés, aminek az erősségét csak a beteg érzi, segítséget jelent az orvosnak, ha egy 10 cm-es skálán a beteg megjelöli, hogy fájdalma milyen fokú, valamint saját szavaival megfogalmazza a fájdalom jellegét (szűrő, nyilalló, égető, szorító stb.), megmutatja az érintett testrészt. Az elmondottakat az orvosnak minden körülmények között el kell fogadni, nem bírálhatja felül a beteg szenvedését és ennek megfelelően kell megkezelnie a terápiát.

Alaptalan félelem az opioid készítményektől

Amennyiben a fájdalom olyan erős, hogy csak opioid készítményekre reagál, akkor azt kell alkalmazni. Ezeknek a szereknek az adagja lépcsőzetesen, de elméletben korlátlanul emelhető, a gyakorlatban a határt a jelentkező mellékhatások (pl. légzésdepresszió) jelentik. A dózis egyénenként változik (életkor, anyagcsere gyorsasága, láz stb.), de optimálisnak tekinthető az a mennyiség, amellyel a beteg számára fájdalommentesség vagy elviselhető fájdalom biztosítható és a mellékhatások is minimálisak. A beteg nem az opioid készítmény alkalmazása miatt hal meg, hanem az alapbetegsége miatt, hiszen még a súlyos mellékhatások is azonnal kezelhetők megfelelő „ellengyógyszer” (antagonista) beadásával! Ez a tévhit onnan ered, hogy régebben az ilyen típusú fájdalomcsillapítókat csak az utolsó napokban kaptak meg a beteg, így a gyógyszer valamint a halál bekövetkezése összekapcsolódott a családtagok gondolataiban. A kirobbant túladagolás-ügy káros hozadéka, hogy a társadalomban egyébként is jelen lévő opiophobia (az opioid készítményektől való alaptalan félelem) felerősödik és súlyos fájdalomtól szenvedő betegek utasítják el a megfelelő és biztonságos kezelést.

Viktor E. Frankl örökérvényű soraival kívánok gyógyulást a betegeknek, enyhülést a szenvedőknek és áldott karácsonyt minden kedves olvasónknak: „...a létezés végtelen értelme még a szenvedést, a kint és a halált is magában foglalja.”

Kéri Ibolya

egészségügyi szociális munkás
EgészségÖr Alapítvány

Ünnepi ínycségek

A karácsony megünneplése mindannyiunk fejében összekapcsolódik a finom ízekkel és illatokkal. Kiss Mariann séf, a Magyar Rákellenes Liga Fakanál Klubjának visszatérő vendége is így van ezzel, a mesterszakács a RákVolt olvasóinak most két különleges recepttel kedveskedik.

- A december volt mindig is az a hónap, amikor számomra egyszerűen más lett az a levegő illata! Vidéki gyerekként a disznóvágást vártam ilyenkor a legjobban. Gyöngyözött a fazékban az orja leves, sült a hurka, a kolbász. A barátok perdültek-fordultak, serényen dolgoztak, daloláztak és a régi idők szép emlékeit mesélték egymásnak. Rólam sem feledkeztek meg, a nagypapám mindig figyelt arra, hogy mellette legyek és tanuljak tőle. Tátott szájjal hallgattam a felnőtteket és arra gondoltam, hogy nincs is annál szebb dolog, mint amikor szeretetben, békességben élnek egymás mellett az emberek. Ha én lehetnék a Mikulás, csilingelve érkeznék meg minden házba, adnám mindenkinek az ajándékokat, csak lássam a boldogságot a szemekben...akkor lenne igazi karácsony a lelkemben! Sajnos nem én vagyok a Mikulás, és mint szakács, nincs egyebem, csak pár jó receptem. Remélem, kedvüket lelik a finomságok elkészítésében!

**Szeretettel, egészségben gazdag,
boldog karácsonyt kívánok!**



Lazackrém leves friss kaporral

Hozzávalók:

- 100g jó minőségű, füstölt lazac
- 200g jó minőségű, nem füstölt lazac
- 1 fej salotta hagyma
- 4 dkg vaj
- 8 dkg frissen reszelt parmezán
- 250 ml tej
- 125 g mascarpone
- 1 tk barnacukor
- 2 tk mustár (dijoni)
- ½ citrom leve és héja
- 4 dl húsleves (vagy egy bio leveskocka és víz)
- 1 dl tejszín
- 1 ek kapor

A vékony szeletekre vágott hagymát a vajon megfuttatjuk, 1 percre pároljuk, majd felöntjük tejjel. Hozzáadjuk a mascarpone-t, a parmezánt, a mustárt és addig melegítjük, míg a sajt felolvad. Ezután hozzáadjuk a felaprított lazacot és a húslevest. Puhára főzzük, majd egy turmixgép segítségével pépesítjük. Visszöntjük, egy lábosban hozzáadjuk a tejszínt és egy teáskanál barnacukrot. Egyet forralunk rajta, és a végén saját szájízünknek megfelelően adunk hozzá még pár csepp citromlevet. Ha kell, sózzuk, borsozzuk. Tálaláskor felaprított friss kaporot szórunk a levesre.



Karácsonyi gyümölcskenyér

Hozzávalók:

- 50 dkg liszt
- 10 dkg cukor
- 4 dkg élesztő
- bő 1 dl langyos tej
- 6 tojássárgája
- 20 dkg szobahőmérsékletű vaj
- 1 citrom lereszelt héja
- 7,5 -7,5 dkg cukrozott citrom- és narancshéj
- 5 dkg aszalt sárgabarack
- 5 dkg rumos aszalt szilva
- 10 dkg arany mazsola
- 1 csipet só
- 1 csipet őrölt szegfűszeg
- 1 csipet őrölt fahéj

Előkészítésképpen az aszalt gyümölcsöket áztassuk be vízbe.

A lisztet beleöntjük egy tálba, és a közepében kialakítunk egy mélyedést, amibe beleszórjuk az élesztőt, egy evőkanál cukrot, a tej felét. Addig keverjük, amíg az élesztő folyékonyra nem válik. A kovászt

lefedjük, és 30 percig hagyjuk kelni. A megmaradt cukrot, a tejet és a tojások sárgáját adjuk a tésztához, majd a feldarabolt vajat és a fűszereket is. Az egészet addig gyúrjuk, amíg a tészta el nem válik az edény falától. A tálal leborítjuk egy ruhával, és meleg helyre téve egy óra hosszáig kelesztjük. Amíg a tészta megkel, feldaraboljuk a cukrozott gyümölcsöket. A kenyeret egy kb. 20 cm átmérőjű kerek edényben sütjük meg úgy, hogy alufóliából magasztott peremet készítünk. A formát kiszírozzuk, és megszórjuk liszttel. A megkelt tésztát nyújtódeszkán kinyújtjuk, rászórjuk a feldarabolt gyümölcsöket és a mazsolát, majd alaposan összegyúrjuk. A tésztát beletesszük a sütőformába, majd egy ruhával letakarjuk, és még egy óráig kelesztjük. A sütőt előmelegítjük 200°C-ra (gázsütőben 4-es fokozat). A sütemény tetejét kereszt alakban bevágjuk, és megkenjük a tojássárgájával. A sütő alsó részére téve kb. 45 percig sütjük. Ha készen van, hagyjuk kihűlni, és megszórjuk porcukorral.

Márton Anita

Precíz és minden eddiginél hatékonyabb agyműtétek a koponya megnyitása nélkül Debrecenben

Magyarországon egyedüli sugársebészeti eljárás és ehhez szükséges berendezés –hétköznapi nevén gamma-kés - működik 2007. óta Debrecenben agyi idegsebészeti elváltozások kezelésére. A beavatkozás – a „kés” elnevezés ellenére - non-invazív, tehát nem jár sebbel, vérzéssel, nagy fájdalommal. A Gamma Sugársebészeti Központ a Debreceni Egyetem Orvos- és Egészségtudományi Centrum területén található. Idegsebészek és fizikus-informatikusok közös munkájának köszönhetően az indulás óta eltelt négy év alatt több mint 1600 beteget kezeltek a központban.

Az orvosi és műszaki szaktudás összegyűrése a kezelések mellett innovatív ötletek megjelenéséhez vezetett Debrecenben, amelyek a berendezés működés körének kiterjesztését teszik lehetővé. A fejlesztésekhez a BRAIN-X Kft. „Dózismoduláció alapuló precíziós sugársebészet” címmel egy GOP 1.3.1-08/B programhoz kapcsolódó pályázatot nyert el. Az ennek keretében zajló kutató-fejlesztő program alapötlete onnan ered, hogy a Debrecenben használt speciális berendezés forgó rendszerben működik. Ez azt jelenti, hogy a gyógyításhoz használt sugárforrások a műtét alatt a fej körül forognak, ezáltal a sugarak igen nagy intenzitást érnek el a fókuszpontban, de azon kívül minimálisra csökken a szöveti károsodás.

A debreceni forgórendszerű sugársebészeti eszközön végzett kezelések előtt a beteg MR és CT



diagnosztikai vizsgálatokon megy keresztül. A felvételek lehetővé teszik a kezelendő térfogat helyének pontos meghatározását, illetve a források pozíciójának ismeretében a gammasugarak elnyelődésére vonatkozó fizikai számítások elvégzését. A pályázati program keretében elvégzett fejlesztések

egyrészt a besugárzás tervező program finomításáról, másrészt a forgó mozgást vezérlő egységben szükséges változtatásokról szóltak.

Az eddig is egyedülálló, fájdalom mentes agyműtét a fejlesztésnek köszönhetően még pontosabb, s így nagyobb hatásfokú lesz. Ez úgy jöhet létre, hogy a kutatócsoport kidolgozta a gammasugarak forgatásának új változatát. Ezáltal a fókuszpont, vagyis a műtéti beavatkozás célterületének beállítása pontosabb, alakja formálható. A beavatkozás tervezése során a besugárzandó szabálytalan térfogat (a daganat) jobban kitölthető, mialatt a környező egészséges sejtek épek maradnak. Fontos, hogy az agy olyan régiói is megműthetők így, amelyeket korábban nehezen tudtak kezelni, így a szem- illetve agytörzs környéki területek.

A társaság által kifejlesztett matematikai algoritmus minden forgórendszerű berendezésre alkalmazható, ezért a fejlesztők azt remélik, hogy a debreceni kezelések palettájának színesítése mellett nemzetközi érdeklődés is megmutatkozik az eredmények iránt.

Dr. Takács Endre, vezető fizikus

Speciális - gyógyászati célra szánt - tápszer.
Az Oncomar nem helyettesíti, hanem
kiegészíti az onkológiai kezeléseket.



Új

Oncomar™

"Az elmúlt évek során lehetőségem nyílt arra, hogy korszerűsítsem a korábbi találmányomat. Ennek a munkának a gyümölcse az Oncomar, amely a fermentált búzacsíra-kivonatot a tudomány és technika állása szerinti legtöményebb formában, vivő- és adalékanyagoktól mentesen tartalmazza ... amelyet nagy örömmel fogadtak a rászorulóknak és az egészségügyi szakemberek egyaránt."

Hidvégi Máté

A feltaláló:

Dr. Hidvégi Máté biokémikus



Az elmúlt másfél évtized során Dr. Hidvégi Máté bebizonyította, hogy természetes alapú találmányai és innovációi emberek százai számára

képesek megteremteni egy jobb élet lehetőségét. Úttörő gondolkodásmódja meghatározó befolyást gyakorolt a daganatos betegségek kiegészítő kezelésére.

A termék: Oncomar tápszer (OÉTI szám: 1162)



Az Oncomar Dr. Hidvégi Máté biokémikus eredeti találmánya mindazok számára, akiknek az életét megérintette a rák. Az új szabadalmi eljárással készülő

Oncomar a fermentált búzacsíra-kivonatot legkorszerűbb termékváltozata. A magas minőséget német és amerikai gyártóbázisok biztosítják. Keresse a gyógyszertárakban!

A feltaláló, dr. Hidvégi Máté minden fontos tudnivalót elmond Önnek: 06-40-102-678*

Kedvezményesen megvásárolható: Onco-Shop márkabolt (Keresse a lila madarat!)
Budapest, XII. ker., Schwartzer F. u. 3. (az Országos Onkológiai Intézettel szemben)

www.oncomar.hu

*Kék szám:
helyi tarifával hívható.

Együtt a stroke ellen

„Stroke isn't joke” vagyis „a stroke nem tréfa” lett a Nemzeti Stroke Prevenációs és Rehabilitációs Liga jelmondata.

Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) adatai szerint Magyarország a stroke miatti halálozást jelző országok között a második helyen áll, tehát a jelentésben részt vevő államok közül egy kivételével a betegeknek mindenütt több az esélye a túlélésre, mint nálunk, ezért a szakemberek a stroke-t „új morbus hungaricusnak” nevezik.

Szócska Miklós egészségügyért felelős államtitkár a betegség megelőzését célzó program mellé állt. Kiemelte a civil szervezetek szerepvállalását a stroke prevencióban, és rehabilitáció hatékonyságának növelésében.

Miután hazánkban félóránként meghal valaki stroke következtében, és Magyarországon átlag 15 évvel korábban kapnak az emberek stroke-t, mint Nyugat-Európában a stroke valóban nem tréfa. A magyarországi esetek száma több, mint háromszorosa a szomszédos Ausztriáénak.



A Nemzeti Stroke Liga hídként funkcionál az orvosok és a betegek között. Ezért az alábbi négy területen rendszeres ismertető, felvilágosító munkát végzünk, személyesen klubfoglalkozásaink keretében, interneten, és prospektusokkal, felvilágosító anyagokkal azoknak, akik számára az internet nem elérhető.

- Megelőzés, egészséges életmód tanácsadás (mennyivel kisebb ráfordítás ma egészségünkre odafigyelni, mint holnap a kórház, rehabilitáció költségeit vállalni).
- Mi az és hogyan kell a stroke jelek észlelésétől számítva három órán belül tenni, hogy a folyamat visszafordítható legyen.
- A rehabilitáció segítése, társadalmi támogatások elérhetőségei.
- Együttműködés más szervezetekkel, szív és érrendszer. A pitvarfibrilláció okozta stroke kockázata.
- Az orvostudomány új kutatása: a stroke és az agydaganatos megbetegedések kapcsolata

A Nemzeti Stroke Liga reméli, hogy társadalmi szerepvállalásában, a vezető gyógyszergyártók, multinacionális cégek mellé állnak, hiszen itt az elsődleges cél nemcsak az idős emberek életminőségének javítása, hanem a hatvan év alattiak esetszámainak visszaszorítása, mely jelenleg hatszorosa a Nyugat-Európa stroke megbetegedéseinek. Prevenációs munkánk új területe: milyen szerepe lehet a stroke-okozta elváltozásoknak, a stroke rizikó faktorainak az agyi tumorok kialakulásában.

A fentiek hazánk lakosságának 1/10-ét érintik, tehát stroke isn't joke.



Hannibálné Völgyes Krisztina
elnök
Nemzeti Stroke Prevenációs
és Rehabilitációs Liga

Természetes immunvédelem a gyógyító gombák erejével

Az immunrendszer feladata

a „nem-saját”, vagyis a testidegen anyagok felismerése, közömbösítése, illetve megsemmisítése – legyen az külső (pl. baktérium, vírus, parazita, stb.) vagy belső eredetű (pl. megváltozott saját testalkotók, daganatok, idegen transzplantátum, kémiai anyagok, stb.). Az immunrendszer egyfelől folyamatosan védi a szervezetet a kívülről fenyegető kórokozókkal szemben. Másik feladata kiszűrni a hibás sejteket és sejtalkotókat, s azokat megsemmisíteni. Szervezetünkben ugyanis folyamatos sejt-bontás és sejtépítés zajlik, melynek során kóros sejtek és sejtalkotók is képződhetnek. Az immunrendszer elégtelen működése esetén a hibás sejtek életben maradhatnak, s zabolátlan burjánzásuk felemésztheti a szervezetet.

A biztonságos, tökéletes immunvédelemhez

az immunrendszer minden elemének kifogástalanul kell működnie. Idegi és hormonális vezérlés mellett számtalan sejt és immunfolyamat harmonikus összjátéka biztosítja a védelmünket. A tartósan fennálló stressz, a nem kielégítő, egészségtelen táplálkozás,

a helytelen életmód (kevés alvás, mozgásszegény napi-rend, szabadlevegő hiánya, dohányzás, stb.) együttesen gyengítik a szervezet immunerejét, ami hosszabb távon utat nyithat a daganatok kialakulásának.



Prof. Dr. Facht József

Céltzott immunerősítés – gyógyító gombákkal

A gyógyító gombák jótékony hatásai évszázadok óta ismertek.

Prof. Dr. Facht József rákkutató, immunológus, az MTA Doktora a világon elsőként bizonyította a gyógyító gombák immunrendszerre kifejtett hatását, ami többek közt a daganatos betegségek esetén is létfontosságú lehet.

Két alapvető megállapítást igazoltak a kutatások, melyeket figyelembe kell vennünk immunrendszerünk erősítése kapcsán a fent leírt életviteli elemek mellett:

1. nem létezik egyetlen speciális hatóanyag, amely az immunrendszer minden sejt típusát, hatóanyagát és reakcióját egyedül képes mozgósítani és aktiválni, amelyek pl. a daganatsejtek ellen hatásosak
2. nincs olyan egyetlen immunreakció, amely egyedül minden típusú daganatot képes elpusztítani és az áttétképződést megállítani

Ezekből következik, hogy az immunrendszer széleskörű aktivizálásához nem elég egyetlen hatóanyagot alkalmazni, hanem ahhoz céltzottan választott összetevők kombinációja szükséges.

A különböző gombapoliszaharidák együttes alkalmazása például ideális megoldást kínál.

dr. Darnói Tibor



Orvosviccek

Az idős úr új hallókészüléket kap. Két hét után kérdezi az orvosa:

-Mit szólt a családjá az új hallókészülékéhez?

-Még nem mondtam el nekik, de azóta már kétszer átírtam a végrendeletemet.

Csőtörés egy orvos villájában. A doki éppen telefonon beszél egy ismerős csőszerelővel.

- Azonnal ugorj kocsiba, csőtörés van nálunk, a pincében már minden úszik!!!

- Nem mehetek dokikám, tudod hogy ünnelplünk, itt vannak a gyerekek, az egész rokonság, hívjál valaki mást!

- Bezzeg, mikor beteg valaki a családból mindig engem hívsz, és én mindig szó nélkül indulok.

- Igazad van, már indulok is!

A csőszerelő megérkezik. Kinyitja a pincébe vezető ajtót, és a harmadik lépcsőfokról bedob a vízbe két aszpirint és így szól:

- Ha hétfőig nem apad le, akkor hívjál vissza!

Utasok ülnek a repülőn, egyszer csak a pilóta hangja hallatszik a hangosbeszélőből:

- Hölgyeim és uraim, itt a pilóta beszél. Van önök között orvos? Kérem, fáradjon a pilótafülkébe.

Egy orvos feláll és bemegy a fülkébe. Néhány perc múlva újra a hangosbeszélő, ám most az orvos hangja hallatszik:

- Kedves utasaink! Van önök között pilóta?

A gyógyszerész füstölőg hajjal és feketé, kormos képpel, morcosan megy oda a várakozó ügyfélhez:

- Hölgyem, most szépen visszamegy a doktor úrhoz, és elkéri újra a receptet, de ezúttal KINYOMTATVA!

A vizsgálat után így szólt az orvos a beteghez:

- Tudja, hogy az utolsó pillanatban jött el hozzám?

- Jaj, olyan súlyos a baj, doktor úr?

- Ellenkezőleg! Még egy nap, és magától meggyógyult volna.



Egy ember elmegy az orvoshoz. Az orvos megvizsgálja és alaposan ki-kérdezi.

- Itt egy marék tablettá.

Reggel kéket vegyen be,

és igyon rá egy nagy pohár vizet! Délben egy nagy pohár vízzel egy sárgát vegyen be! Este,

lefekvés előtt egy piros tablettára igyon egy nagy pohár vizet!

- Mi a bajom, doktor úr? - kérdezi aggódva a beteg.

- Nem iszik elég vizet..

A professzor egy röntgenfelvételt mutat a medikusoknak:

- Nézzék uraim. A beteg nagyon sántít, mert a bal lába kétszáz milliméterrel rövidebb, mint a másik.

Nos, kolléga - fordul az egyik hallgatóhoz -, ön mit tenne ilyen esetben?

- Hát, én is sántítanék...

- Jaj, doktor úr, azt hiszem, a sok kagylótól vagyok rosszul.

- Friss volt? - kérdi az orvos, miközben a beteg hasát tapintja.

- Honnan tudnám?

- Hogy nézett ki, mikor szétnyitotta?

- Szét kellett volna nyitnom?

Egy asszony panaszkodik az orvosánál:

- Doktor úr, segítsen rajtam! Nem tudom mit tegyek, ugyanis a férjem állandóan beleszól a vezetésembe.

- Nyugodjon meg, asszonyom, a legtöbb jogosítvánnyal rendelkező férj ezt csinálja, ha a felesége vezet.

- Csakhogy én nem autót vezetek, hanem villámot!

1	VALAMELY TÁRGYNAK ADOTT ÉRTÉK A BRONZKOR ELŐTTI TÖRTÉNELMI IDŐSZAK	NORVÉG AUTÓK JELZÉSE	VÁLOGATOTT, RANGOS	LIBAVÉLEMÉNY!	ATTILA EGYIK BECÉZÉSE	PEKING A FŐVÁROSA TONNA	SOK MŰANYAG ALAPVEGÜLETE	SAKK-BÁBUT MEGTOL
	2							S
KÓRHÁZ JELE		2	SEZMEL ÉRZÉKEL			GICCSÉS DÍSZTÁRGY		
KIEJTETT BETŰ			MELY SZEMÉLY?			..., -VEL		
... LILE; VÉDETT MADÁR				SZLÁV FÉRFINEV HATÁRRAG			NULLA RÉGI FELSŐFOKA!	
HIVATÁSOS VERSENYLOVAS	BÍRÁLAT AMERIKAI RENDEZŐ (OLIVER)					A DUNA MELLEKFOLYÓJA FÉLT!		
			GALILEO ...; TUDÓS					
ROSSZ MINŐSÉGŰ, VACAK			<p style="text-align: center;">Kedves Rejtvényfejtő!</p> <p style="text-align: center;">A helyes megfejtést beküldők közül szerencsés játékosunk nyereménye egy ajándékcsomag a SpringMed felajánlásával.</p> <p style="text-align: center;">Előző számunk nyertese: Zsigáné Fekete Julianna (Szentendre)</p> <p style="text-align: center;"><i>A megfejtést a kiadó címére kérjük beküldeni:</i> Daylight Kommunikációs Intézet, 1033 Budapest, Szentendrei út 89-95. PP Center</p> <p style="text-align: center;"><i>A beküldés határideje:</i> 2011. január 20. <i>Jelige: „Rák Volt”</i></p>				LOCOMOTIV ...; ZENEKAR	
AZ OXIGÉN VEGYJELE	PARKOLÓ JELE KIGONDOL						KESERVESEN SÍR	
PRINCE ...; ORRCSIP-TETŐ							ESZTENDŐ BIBLIAI IDÉZET	
ANNAK IRÁNYÁBA TELESPORT, R. BETŰ FŐLÉ IRT KIS V ALAK EGYES NYELVEKBE							EMELET, RÖV, ÉPÍTÉSZ (MIKLÓS)	
METROPOLITAN, RÖVIDEN								
A MUNKA CGS-BELI EGYSÉGE		PART FELÉ LAPÁTOL ZENIT	FRANCIA FESTŐ (PIERRE-AUGUSTE, 1841-1919) BETEGSÉG JELE	VILÁGÍTÓ DIÓDA MEGAKAD	KOMPLIKÁLT FELADAT	TÁGAS ITÁLIAI		
MINTEGY, SZINTE								
TENGERI EMLŐSÁLLAT		TÁPLÁLÉK KALUGA FOLYÓJA				RÁSKAI ...; KÖDEXMÁSOLÓ	Á	
POZSONYBAN LAKIK					CSENDES LUTÉCIUM			
KÉRDŐ SZÓCSKA	SZEMÉLYES NÉVMÁS	Ó					RÓMAI 500-AS	
MAGASODIK		HATÁROZOTT NÉVELŐ		DAGAD, DOMBORODIK				

Magyar Rákellenes Liga®



www.rakliga.hu

Segélyvonal: 06-80-505-675

**Meggyógyultunk - mi már győztünk,
segíts hát, hogy többen legyünk!**

ADÓSZÁM: 19653417-2-43

Adója 1%-ával most Ön is segítheti a rák legyőzésében a Magyar Rákellenes Liga munkáját!