

## Hírek

### NEUROPÁTIÁS FÁJDALOM

A magyar lakosság 11 százalékát érinti a neuropátiás, azaz idegi eredetű fájdalom, de a betegség nem kellőképp ismert még az orvosok előtt sem, így a betegek nagy része nem kap kezelést. Ezen szeretne változtatni a Neuropátiás Fájdalom Munkacsoport, amely elsősorban a cukorbetegség érintettségét emeli ki, hiszen a tünetek őket érintik a leggyakrabban. Az égető, szúró, fagyos, bizsergő fájdalom általában éjszaka jelentkezik, így alvászavarhoz, szorongáshoz, hosszú távon depresszióhoz vezethet. Néha már a ruha vagy a takaró érintése is elviselhetetlen kint okoz a betegnek.

[www.sg.hu](http://www.sg.hu)

### ITT A TÜDŐGYULLADÁS-SZEZON

Azt hinnénk, hogy a tüdőgyulladás jól ismert és kezelhető betegség, ám a világ változik. Időskorban gyakran láz nélkül jelentkezik. Ezért ha egy koros ember ismert ok nélkül ágyban marad, gyenge, félrebeszél, mindig gondolni kell a tüdőgyulladásra is, és orvoshoz kell fordulni, mert nem elegendő csak „kifeküdni” a bajt. Tévhit, hogy ez a betegség ma már nem veszélyes, és antibiotikummal könnyedén gyógyítható, mert még napjainkban is ez a tizedik leggyakoribb halál oka.

[www.orvostkeresek.hu](http://www.orvostkeresek.hu)

### EGÉSZSÉGES CSONTOKÉRT

Magyarországon évente százezer csonttörést okoz az oszteoporózis, azaz a csontritkulás. Sajnos a betegek 85 százaléka nem jut el csontritkulás-szakrendelésre, így kezelése sem kezdődik meg. Enélkül pedig megjósolható az eredmény: hamarosan újabb törés következhet be. A megelőzés és a kezelés ebben az esetben is olcsóbb és jobb megoldás lenne, mint a már kialakult betegség gyógyítása. Sajnos Magyarországon 2007-ben jelentős visszalépés történt oszteoporózis-ügyben. A korábbi gyakorlattal ellentétben a háziorvos már nem utalhatja be a betegeket szakvizsgálatra, és a csontsűrűség mérésére csak két évente van lehetőség. Az Oszteoporosis Társaság szerint így ma már csak a rászorulóknak negyede részesül olyan hatékony kezelésben, amely képes a felére-harmadára csökkenteni a csonttörés kockázatát.

Olvassa el cikkünket a megelőzésről a 65. oldalon.

[www.osteoparasis.hu](http://www.osteoparasis.hu)

# Vigyázat, csúszzik!

Hideg van, csúszósak az utak, és bizony sokan elesnek. Bár önmagában ez kis dolognak tűnik, bizonyos életkor felett egy banálisnak tűnő baleset is komoly problémákat okozhat. Az apró egyensúlyvesztés következménye lehet ugyanis ficam, rándulás vagy akár súlyos csonttörés is, így ez a kórházba kerülések vezető oka. Magyarországon évente majdnem ötszáz ezer embert kezelnek ilyen panaszokkal. A becslések szerint a hatvanöt év felettiek 30 százaléka csik el, és aki egyszer elesett már, azzal ez valószínűleg még ugyanabban az évben megismétlődik. A számok évről évre romlanak, egy nyolcvanéves embernek már 50 százaléknyi esélye van arra, hogy balesetet szenvedjen, nem csoda, hogy az idősek közel 20 százaléka igényel baleseti sebészeti ellátást, és kórházi ellátásuk csaknem 36 milliárd forintba kerül évente. Pedig az esések zöme kis odafigyeléssel megelőzhető lenne, csak tartson be néhány



óvintézkedést! Lépcsőn, lejtőn járva mindig kapaszkodjon! A rongyszőnyeget szedje fel, a parketta nagyobb biztonságot nyújt! Ne feledje, hogy felmosás után csúszós a kő! Válasszon inkább rövidebb ruhát, nehogy beleakadjon valamibe! És mozogjon sokat, mert aki sokat mozog, nagyokat sétál, védettebb a sérülésekkel szemben!

## Szemvizsgálatot évente!

Magyarországon minden negyedik nőnek és minden hatodik férfinak enyhe látászavara van. A legtöbben azonban nem tudnak arról, hogy szemüvegre lenne szükségük, mert látásuk lassan romlik. Ezért negyvenöt éves kor felett fontos lenne évente részt venni a szemészeti szűrővizsgálatokon, mert ebben a korban indul el a látás természetes romlása!

[www.afatert.hu](http://www.afatert.hu)



## Egy csepp dal

Magyarországon csaknem másfél millió embert érint a cukorbetegség, ezért ismert zenészeink, énekesek úgy döntöttek, hogy dalban hívják fel a figyelmet a megelőzés fontosságára.

Péter Szabó Szilvia (NOX), Széles Iza, Farkas Zsófi, Deák Bill Gyula, Skrapits Erik (No Thankx), Emilio, Csordás Tibi (Fiesta) együtt énekelték a fiestás Knapik Tamás „Nem késő még” című szerzeményét, melyből videoklip is készült. A dal Erős Antónia Egy Csepp Figyelem Alapítványának cukorbetegség elleni harcát támogatja. Szinte minden énekes családjában előfordult már a betegség, ezért örömmel álltak a nemes cél szolgálatába, de legközelebből Deák Bill Gyula (képünkön a Fiesta két tagja között) tapasztalhatta meg, milyen nehéz a diabétesz kezelése. „A feleségem is súlyos cukorbeteg, ő is szúrja magát, ezért döntöttem úgy, hogy támogatom ezt az ügyet” – mondta.