

**Kandász  
Andrea**  
rovata



## Kandász-kód

### Ferdítő félelmek

Érdekes, hogy gyermekkorunkban a nevelés részeként szinte azonnal megtanítanak minket arra, hogy palástoljuk a félelmeinket mások előtt. Így aztán a minket körülvevő emberekről azt hisszük, sokkal kevesebb rettegéssel élik az életüket, csak mi vagyunk ennyire félős nyuszik. Az igazság az, hogy a látszólag gondtalannak tűnő ismerőseid valószínűleg éppúgy aggódnak mindenben, mint te, csak talán jobban palástolják, vagy nem osztják meg másokkal a szorongásaikat.

Márpedig azok megbetegítik az embert... Ettől fáj az én hátam is, a gyerek kirándulása miatt. Miközben per-sze semmi tragikusát nem felejtettem el, és a lányom szuperül érzi magát. Én meg ramatyul. Vicc, már én is beismerem. De a kocka el van vetve: a fájdalom kialakult.

Yumeiho-masszázsra érkezem. A saolin harcművészek testi-lelki teljesítőképességének javítására használták. Fehér ruhába bújok. A masször először fellazítja az izmait, a meridiánpályákon szabadon áramlik az energia. Mindjárt a nyakamnál is. Hatalmasat roppan ugyanis, amikor helyreteszi. A feszültség energiablokkokat hozott létre a testemben, amelyek viszont eltolták jobbra a hangsúlyokat, tehát aszimmetrikus vagyok. Így az energia-áramlás sem működik jól, ami a belső szervekre is kihat. Te is könnyedén ellenőrizheted a tükröben: jól rázd meg magad, és maradj úgy. A tükröben látom, hogy a bal vállam sokkal lejjebb van, mint a jobb.

Neked melyek a leggyakoribb szorongásaid? Írd meg a tapasztalataidat a [kandasz@yantracentrum.hu](mailto:kandasz@yantracentrum.hu)-ra!

*Kandász Andrea*



Kandász Andrea riporter blogja folytatódik a Pink.hu-n! Keresse a Kandász-kódot hétről hétre az Ezotéma rovatban!



## Óvatosan a gyógyszer

A MEDICINÁKHOZ ADOTT BETEGTÁJÉKOZTATÁSOK NAGYON HOSSZÚ A LEHETSÉGES MELLÉKHATÁSOK MEGNEVEZÉSÉVEL



### A Blikk Nők szakértője

Prof. dr. Baló J. Mátyás  
bőrgyógyász, allergológus

„A nemsteroid gyulladáscsökkentők, így az ibuprofen is kiválthat az asztmához hasonló panaszokat.”

A gyógyszereszedést valóban kísérhetik bizonyos mellékhatások – magyarázza **prof. dr. Baló J. Mátyás** bőrgyógyász, allergológus, a Budai Allergiaközpont orvosa.

– Az egyik legismertebb az antibiotikumok szedését követően a gyomor- és bélrendszeri panaszok jelentkezése. Az antibiotikumok ugyanis nemcsak a kórokozókat, de azokkal együtt a jótékony baktériumokat is elpusztítják a bélrendszer-

ben. Ez a kellemetlen szövődés azonban probiotikumok szedésével ellenőrizhető.

– Az aszpirin és más nemsteroid gyulladáscsökkentők, így az ibuprofen is kiválthat asztmához hasonló, nehéz légzéssel járó panaszokat, a tüneteket azonban rendszerint nem igazi gyógyszerallergia okozza. Ezt a jelenséget intoleranciának nevezzük, ami valójában alkattól függő megnyilvánulás, „túlérzékenység a mellékhatásokra”.

A Kandász-kód az Itthon.TV együttműködésével készült.  
Fotó: archiv (2), 123 RF (2)



Az antibiotikummal együtt probiotikumot is érdemes szedni.

dett medicinát vennének be – figyelmeztet a professzor. – Az is lényeges, miként szedjük a gyógyszereket. Bizonyos tablettákat éhgyomorra, míg másokat étkezés után vagy közben kell bevenni. Erről minden esetben tájékozódjunk! Fontos az is, hogy az előírtnál nagyobb mennyiségben soha ne szedjük az egyes készítményeket.

## Hogyan vizsgálható?

– Gyanú esetén több módszer áll a rendelkezésünkre, és laboratóriumi vizsgálattal is felállítható a diagnózis. Ha pozitív az eredmény, a páciens semmilyen körülmények között nem szedheti az adott gyógyszert. Amennyiben negatív, egyáltalán nem biztos, hogy a későbbiekben ugyanaz a gyógyszer nem vált ki nála ellenreakciót.

– Egyes esetekben az úgynevezett epikután gyógyszeres tesztelést is elvégzik a betegen. Ilyenkor speciális ragtapasz segítségével rögzítik a hát bőrére egyesével felvitt, gyógyszereket, illetve azok kísérő vegyületeit tartalmazó tesztkészítményeket. Az eredményt aztán az allergén felvitelének helyén kialakuló bőrelváltozásból olvassák le.

## Egyértelmű tünetek

A gyógyszerallergia súlyosabb és enyhébb panaszokat egyaránt okozhat, úgyhogy ha az alább felsorolt általános és bőrtüneteket észleli magán, mindenképpen konzultáljon a kezelőorvosával!

\* Kiütés \* bőrvörösség \* csalánkiütés \* ajak- és torokduzzanat \* légzési nehézség \* hányinger \* hányás \* székrekedés/hasmenés \* vérnyomáscsökkenés \* fejfájás \* szédülés \* fülcsengés \* homályos látás \* szokatlan álmoság.

NI. ERRŐL MINDIG KÉRDEZZE MEG AZ ORVOSÁT!

## Csak pár perc a válaszig...

HA FELMERÜL A TERHESSÉG LEHETŐSÉGE, MINÉL ELŐBB GYŐZŐDJÖN MEG ARRÓL, VAJON TÉNYLEG GYERMEKÁLDÁS ELÉ NÉZ-E!

Manapság már könnyen kideríthető, hogy mi az igazság. Azt viszont csak kevesen tudják, hogy nem mindegy, milyen tesztet vásárolnak!

A terhességi teszt a csak várandósság esetén jelen levő terhességi hormont, az úgynevezett humán chorion gonadotropint (hCG) mutatja ki a vizeletből. Ennek termelődése a beágyazódáskor indul meg, tehát általában az elmaradt vérzés – ekkorra már két hét eltelt a megtermékenyülés óta – után jó egy héttel válik pozitívvá a teszt.

Vannak olyan termékek, amelyek már a korai várandósságot is nagy biztonsággal jelzik. Jó tudni, hogy ezeknél sem a fájdalomcsillapítók, sem a fogamzásgátlók nem befolyásolják az eredményt. Azok a tesztek, amelyek a nap bármely szakában elvégezhetők, már a korai terhességet is képesek kimutatni, így kiderül, valóban van-e ok az örömré.

hirdetés

**Magyarország**  
egyik legmegbízhatóbb  
terhességi tesztje



Semper Veritas Kft., Cím: 9023 Győr, Téglavető u. 41.  
Tel./Fax: +36 96 416 053, E-mail: info@semperveritas.hu

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