

## Születés a múzeumban



Boldogasszony ágya – Fotó: Oszkó Zsuzsa

A gyermekáldás kultúrája címmel – kórházunk közreműködésével – kiállítás nyílt a veszprémi Laczkó Dezső Múzeumban. Erről szóló írásunkat lapunk 8. oldalán találják meg.

## Változások közepette...

Évtizedek óta tudjuk, hogy a magyar egészségügy a korábbi formájában nem működtethető, és minden területen gyökeres változásokra van szükség. Vannak, akik mindent megtesznek a változások ellen, vannak, akik sodródnak az árral, és vannak, akik elébe mennek a változásoknak. Veszprém megye kórházai már évekkel ezelőtt elindultak azon az úton, amely 2012. július 1-jétől az ország többi kórháza számára is kötelező haladási irányvá vált.

A szakmai profilok tisztítása, a nagy értékű műszereket és speciális szakembereket igénylő ellátások központosítása, a sürgősségi ellátás fejlesztése olyan célok, melyeket senki nem kérdőjelez meg, de ez csak akkor valósítható meg,

ha mögötte kikristályosodott szakmai programok vannak, és a változtatásokhoz szükséges pénz is rendelkezésre áll.

A Veszprém Megyei Csolnokzy Ferenc Kórház Nonprofit Zrt. szakmai fejlesztési tervében egyértelműen arra törekszik, hogy nem csak a megye, hanem a régió – vagy új megfogalmazásban a Nyugat-dunántúli Térség – egyik meghatározó kórházává váljon.

Az elmúlt évek eredményeiként a jelenlegi átalakítás során egyetlen szakmai profil sem szűnt meg a kórházban, sőt, újabb területek ellátását csatolták az intézményhez – reméljük, hogy előbb-utóbb ezt a többletfeladatot többletfinanszírozás is követi majd.

Folytatás a 3. oldalon

A Magyar Rákellenes Liga<sup>®</sup> ajánlásával

avemar  
daganatos betegek részére

### Az Avemar rendszeres alkalmazásával

- csökkenthetők a kemoterápia és a sugárkezelés mellékhatásai
- rövidülhet a műtétet követő lábadozási idő
- csökkenhet a betegséggel együtt járó fáradékonyság, fájdalom
- javulhat a beteg közérzete, életminősége, fizikai teljesítőképessége
- megszűnhet az étvágytalanság
- megakadályozható a lesoványodás.

★★★★★

Az Avemar 2012 júliusában ünnepelte a 10. évfordulóját annak, hogy Magyarországon elsőként speciális - gyógyászati célra szánt - tápszereként ismerték el daganatos betegek kezelésének kiegészítésére. Az elmúlt tíz év jelentős nemzetközi sikerei mellett már 33 tudományos publikáció olvasható az amerikai PubMed adatbázisában az Avemar hatásairól, hatékonyságáról és eredményeiről.

Avemar granulátum és filmtabletta. Speciális – gyógyászati célra szánt – tápszerek daganatos betegek részére. Egészségpénztári számla terhére megvásárolhatók. Gyógyszertárban kaphatók. Nem helyettesítik, hanem kiegészítik a klinikai onkológiai kezeléseket és gyógyszereket.



Közeli vásárlási hely: Fehér Üröm Gyógyszertár: 8200 Veszprém, Iskola u. 3. Tel.: 06 (88) 567 420  
Avemar Információs Központ Budapest: 1123 Budapest, Kék Golyó u. 14. Tel.: 06 (1) 20 20 290  
Avemar Infopont Pécs: 7621 Pécs, Király utca 76. (Átrium Üzletház) I. em. Tel.: 06 (72) 238 022  
Webshop és házhoz szállítás: www.avemashop.hu ■ 06 (1) 412-2619 ■ www.avemar.hu

BioPharma

**„Hogy a mozgás újra öröm legyen!”**

Egyéni gyógytorna, igény szerint az Ön otthonában!

**DVD-program: gyógytorna, személyre szabott DVD-segédlettel**

**Modern Scoliosis Terápia: Schroth módszere a gerincferdülés kezelésére**

**McKenzie-terápia: a gerincserv és fájdalomszindrómák kezelésére**

További információ és megrendelés:  
**Tel.: 06-30/699-5071**  
 E-mail: [info@melindatorna.hu](mailto:info@melindatorna.hu)  
 Web: [www.melindatorna.hu](http://www.melindatorna.hu)

Hungarian Red Cross Magyar Vöröskereszt  
 Veszprém Megyei Szervezete

**TÁMOGATÓ-SZÁLLÍTÓ SZOLGÁLAT**

**Kedvezményes szállító szolgálat, akadálymentesített járművel!**

**Veszprém területén és vidéken is!**

Fekvőbeteget nem áll módunkban szállítani!  
 Előzékeny, udvarias kiszolgálás!

**Gyógyászati segédeszközök bérbeadása!**

**Elérhetőségünk:**  
 8200 Veszprém, Haszskövő u. 16/H  
**Telefon:**  
 06 70/933-8697  
 06 88/564-250, 251



**Kedvenc** +  
**Állatorvosi Rendelő**  
 Veszprém, Budapest u. 43.

**Szolgáltatásaink:**

- sebészeti, belgyógyászati és szülészeti ellátás
- labor diagnosztika (vérvizsgálatok, szerológiai gyorsteszt, pl. kutya-parvo, macskaleucosis stb.)
- progeszteronszint mérés, hüvelycitológia
- tervezett műtétek (ivartalanítás, dagadateltávolítás, plasztikai műtétek)
- sürgősségi műtétek (hasi akut műtétek, császármetszés)
- védőoltások, szűrővizsgálatok és szaktanácsadás
- idős állatok gerontológiai vizsgálatai
- egzotikus kisállatok ellátása (egzotikus állatgyógyász szakrendelés)
- szájhygiéniai kezelések
- chipbeültetés, útlevel kiadása

Ingyenes parkolási lehetőség az udvarban!

**Rendelési idő:**  
 munkanapokon: 8–20, szombat: 9–11, vasárnap: 17–19 óráig  
**Tel.: 88/786-990, 30/274-1754**  
**e-mail: [kedvencrendelo.kft@upcmail.hu](mailto:kedvencrendelo.kft@upcmail.hu)**

**ÁLLATORVOSI ELLÁTÁS HÁZNÁL**  
**Dr. Pásztor István • Tel.: 06-30/274-1754**

**2X TÖBB HATÓANYAG\***  
**AKÁR 12 ÓRÁS FÁJDALOMCSILLAPÍTÓ HATÁS**

**ÚJ!**



**Voltaren Emulgel Forte®**  
 20 mg/g gél

A Voltaren Emulgel Forte® 20 mg/g gél az ízületek és az izmok, közepes és erős fájdalommal járó elváltozásai esetén enyhíti a fájdalmat és csökkenti a gyulladást. Így tartós fájdalomcsillapítást nyújt, akár **12 órán** át.

**VÉNY NÉLKÜL KAPHATÓ!**



\*A Voltaren Emulgel 1% gél készítményhez képest.

NOVARTIS

A kockázatokról és mellékhatásokról olvassa el a betegtájékoztatót, vagy kérdezze meg kezelőorvosát, gyógyszerészét!

Novartis Hungária Kft. Consumer Health, 1114 Budapest, Bartók Béla út 43-47. • Tel: 457-6656, 457-6678 • [www.novartis.hu](http://www.novartis.hu)  
 E-mail: [infoch.hungary@novartis.com](mailto:infoch.hungary@novartis.com) • [vtc243@novartis.com](mailto:vtc243@novartis.com)

*Kedvenceink egészsége*

**Miért ivartalanítsuk kutyáinkat, macskáinkat?**

Sok tévhit ellenében ez egy rutinműtét, az állat egy hét alatt teljesen felépül, és elhanyagolható a szövődmények kialakulásának esélye.

Az ivarérettség elérése előtt, a 6-7 hónapos életkor a legoptimálisabb a beavatkozásra, de persze soha nem késő...

Nőstények esetén a nem kívánt vemhesség mellett megelőzhetőek a női ivarszervek rosszindulatú elváltozásai, úgymint a gennyes méhgyulladás, emlő-, méh- és petefészkek-daganat.

Hímek esetén elkerülhetőek a prosztatata és a here megbetegedései, valamint a tesztoszteronfüggő végbél-daganat kialakulása.

Az egészségügyi előnyök mellett bizonyos viselkedési problémák is nagy eséllyel kiküszöbölhetőek. A hímeknél csökken az agresszió, ritkul az állandó „jelölgetés”, és a tüzelési időszakban jellemző szökés. Nőstények ivartalanításával a tüzeléssel járó nyugtalanság, a vérpötytyök csepegtetése kerülhető el. A műtét után kedvencünk személyisége, intelligenciája változatlan marad, ezzel együtt kezelhetőbbé, nyugodtabbá válhat.

Köszönjük, hogy átgondolja az ivartalanítás előnyeit, és ezt az egyszerű műtétet elvégezteti!

*Pásztor István  
 állatorvos*

Nehézségeink ellenére sokan cserélnének a mi gondjainkkal

# Változások közepette változatlan célok

Folytatás az 1. oldalról

Befejeződött a sürgősségi osztály fejlesztése, elindult a csaknem minden szakmát érintő rekonstrukció, félidőben van a koraszülött-ellátást fejlesztő program, és leraktuk az onkológiai központ alapkövét. Tudjuk, hogy az építkezések és az új több száz milliós eszközök mit sem érnek megfelelő szakemberek nélkül, ezért is fontos mérföldkő volt a számunkra, hogy kórházunk megpályázta és elnyerte a Pécsi Tudományegyetem Oktatókórháza címet. Így a gyógyítás, oktatás és kutatás hármas egységének minden elemét már egy emeltebb szinten végezhetik munkatársaink.

Közel sem mondhatjuk még el, hogy nincsenek problémáink, hiszen mi is küszködünk a pénzhiány, az orvoshiány és a szakdolgozóhiány mindennapos gondjaival. Tudjuk,



Képünkön dr. Rácz Jenő, dr. Kásler Miklós, dr. Navracsics Tibor az onkológia alapkövetételénél

hogy a következő két év építkezései a betegek, az orvosok és a nővérek, valamint a gazdasági és műszaki apparátusunk számára is nehéz időszakot jelentenek, de sokan cserélnének a mi gondjainkkal azok közül, akik nem léptek időben, és nekik most nem az építkezés nehézségein kell gondolkodniuk, hanem a közvetlen túlélésen.

Az ókori római birodalom virágzása idejéből tudjuk, hogy a legnehezebb körülmények között is érvényes a „navigare necesse est” (hajózni kell) gondolat, de ez leginkább akkor sikeres, ha azt is tudjuk, hogy hova tartunk. A veszprémi Csolnokyi Ferenc Kórház tudja, hogy hova szeretne eljutni, és meggyőződése, hogy a lakosság támogatásával ez a hajó egyszer valóban révbe is ér.

Dr. Rácz Jenő főigazgató

Svédmasszázs · Talpmasszázs  
Alternatív nyirokmasszázs  
Cellulit-, és alakformáló masszáz  
Lávaköves masszáz  
Ma-Uri masszáz · Kineziológia

Frissítő, stresszoldó  
**MASSZÁZS**  
Nyugati- és polinéz technikákkal

www.zatykojuli.hupont.hu  
10% kedvezmény  
ezen hirdetés felmutatásával!

ZATYKÓ JULIANNA +36/20 9 355 246 · Veszprém, Török I. u. 3. · Emotion Fitness

**SZÁJSEBÉSZETI - IMPLANTOLÓGIAI MAGÁNRENDELÉS**

**Dr. Nagy Attila**  
SZÁJSEBÉSZ SZAKORVOS,  
FOGORVOS,  
SEBÉSZ SZAKORVOS

06-70  
251-8234

**Táplálék Allergia Centrum és Webáruház**

Itt egy helyen kínálunk a lisztérzékenyeknek, tej-, tojás-, szójaallergiásoknak, fenilketonuriásoknak, galaktózémiásoknak, vese- és cukorbetegnek kóstolóval egybekötött termékbemutatót, vásárlási lehetőséget több, mint 1000 termék kínálatával **alacsony árakon!**

**Új, saját sütésű friss kenyerek, pékáruk és cukrászsütemények kaphatók különleges ízekben is.**

Veszprém, Budapesti út 7.  
T.: +36(88)444-014  
M.: +36(30)557-0779  
[www.taca.hu](http://www.taca.hu)

**ENDOMEDIX**  
DIAGNOSZTIKAI KÖZPONTOK  
**Veszprém, Egyetem u. 7.**

Felnőtt és gyermek  
**GASZTROENTEROLÓGIAI,  
BELGYÓGYÁSZATI  
MAGÁNRENDELÉSEK**

Dr. Dávid Gyula, dr. Erdélyi Zsuzsanna,  
dr. Lakatos László PhD, dr. Pandur Tünde,  
dr. Szita István, dr. Horváth Ágnes, dr. Németh Ilona

**Szakvizsgálatok, szűrővizsgálatok  
rövid határidővel, igényes környezetben,  
a legmodernebb eszközökkel.**

Gyomorégés, puffadás, emésztési panaszok,  
székelési zavarok kivizsgálása és kezelése.  
Ételintolerancia-vizsgálat. Vastagbélrákszűrés.

**Gyomor- és vastagbéltükrözés  
altatásban is!**

Részletes információ és bejelentkezés  
a [www.endomedix.hu](http://www.endomedix.hu) honlapon, ill.  
a **06-1/413-2500** vagy a **06-30/738-5274**  
telefonszámokon.

**TERMÉSZETGYÓGYÁSZ-  
KÉPZÉS**

**Várjuk tanfolyamainkra,  
ha természetes módon  
szeretne  
tenni egészségéért!**

Természetgyógyász- és  
egészségügyi alap-  
tanfolyam Veszprémben.

Őszi szaktanfolyamaink:  
**Reflexológia:** októberben  
**Kineziológia:** októberben  
(januárban is indul kezdő csoport)

**AFT - akupresszúrás  
pontokon kopogtató  
módszer (előképzettség  
nem szükséges):** november

További tanfolyamaink:  
**Fülakupunktúrás  
addiktológia és Bach virág-  
terápia** januári kezdéssel  
**Bioenergetika**  
tanfolyam februárban  
**Akupresszúra** májusban

Kreditszerző tanfolyamok  
gyógymasszöröknek,  
természetgyógyászoknak:  
**Bach virágterápia,  
akupresszúra**

**Várjuk a „Marianna”  
Természetgyógyász-  
képző Stúdióba!**  
**20/9-440-984**  
Email: [mariannatourist@t-online.hu](mailto:mariannatourist@t-online.hu)  
[www.mariannatourist.hu](http://www.mariannatourist.hu)

# Kitüntetések Semmelweis-nap alkalmából

Semmelweis Ignác születésének évfordulója hosszú évek óta hagyományosan az egészségügyben áldozatos és elengedhetetlen munkát vállalók napja. Az Emberi Erőforrások Minisztériuma ez alkalmából minden évben kitüntéseket adományoz az egészségügy területén végzett kiemelkedő munka elismeréseként.

Idén kórházunk három dolgozója kapott kitüntetést: **Bátainé Virágos Erika** (epidemiológiai szakápoló) Emberi Erőforrások Miniszteri Dicséretben részesült, **dr. Pákozdy János** (kórházunk volt főigazgatója, a baleseti sebészeti és ortopédiai osztály főorvosa) Pro Sanitate Díjat kapott, va-

lamint **dr. Csergőffy Gyula** (a szülészet-nőgyógyászati osztály főorvosa) az Emberi Erőforrások Miniszterének díszoklevelét vehette át.

*A díjazottak mindegyikéhez ugyanazt a három kérdést tettük fel:*

1. Az első kérdés a jelennel kapcsolatos: milyen érzéseket váltott ki önben a kitüntetés?
2. A második a múlttól szól: megvalósultak-e azok az elképzelései, amiért ezt a pályát választotta?
3. A harmadik kérdés – már kitalálható – a jövőt érinti: hogyan látja szakmája jövőjét?

## Bátainé Virágos Erika:

1. Megtiszteltetés megkapni egy ilyen miniszteri dicséretet. Az első pillanatban nem is hittem, hogy ez velem történik meg. A kórház-higiéna nem kifejezett sikerszakma, hiszen az eredmények megvalósulása nem közvetlenül egy személyen vagy egy csoporton múlik, hanem a kórház összes dolgozójának együtt kell elköteleződni a higiénés betegellátás irányába. A dicséret mindenképpen megerősítés, hogy a cél, melyet képviselünk, és a módszer, melyet gyakorlunk, elfogadható a vezetés és más szakterületek számára is.

2. Hosszú volt az út, hogy erre a területre sodort az élet, hiszen huszonöt évvel ezelőtt az ajkai kórház gyermekosztályán kezdtem pályámat, ahol a higiénia még csak annyit jelentett számomra, hogy az osztály főnövére rendkívül szigorúan követelte meg a rendet és a tisztaságot. Az évek során gyermek-szakápolói, diplomás ápolói és epidemiológiai szakápolói képesítést szereztem, 1999-ben a veszprémi kórházba kerültem, ahol először a baleseti sebészeti ambulancián, majd a minőség-biztosítás területén dolgoztam.

2001-ben dr. Berényi Édua megkérte, hogy a kórház-higiénés csoportba hívjon dolgozni, mely szakterület abban az időben már egyre nagyobb figyelmet kapott. A főorvosnő személyisége és tanításai ma is munkám alapját képezik: a higiénés csoport nem csak egy felügyelő, ellenőrző szerv! Munkatársi kapcsolatot épít ki minden dolgozóval, a meggyőzés erejével fogadtatja el a higiénés szabályokat, a lehetőségekhez képest a legnagyobb mértékben.

Éz alatt a tíz év alatt több kórházzsintű program került megvalósításra: átláthatóvá tettük és rendszerbe foglaltuk a fertőtlenítés folyamatát, külön hangsúlyozva a kéz-fertőtlenítés fontosságát. Jelentős eredményeket értünk el a mikrobiológiai adatok napi szintű figyelemmel kísérésében, halmozódások, járványok megelőzése tekintetében. Öt éve koordináljuk a Decubitus



*Képünkön dr. Csergőffy Gyula, Bátainé Virágos Erika, Horváth Ferencné, dr. Szócska Miklós és dr. Pákozdy János*

programot, mely szerkezeti felépítése kórházzsintén jól működő rendszerben valósul meg, és országosan is elismert. Külön megtiszteltetés számomra, hogy az országos Infekciókontroll Társaság elnökségi tagja, jelenleg titkára lehetek.

3. A jövőben várhatóan egyre több higiéniairól vonatkozó ajánlás születik. A kórokozók élni akarnak, az antibiotikumokkal szemben egyre változatosabb rezisztenciával rendelkeznek, de a higiénés szabályok betartásával hatékonyan tudunk ellenük védekezni. A kórház-higiénéiával foglalkozó két nagyszerű kolléganőmmel, valamint orvos vezetőinkkel együtt folytatjuk a munkát.

Ezúton szeretném megköszönni a kórház minden dolgozójának, hogy a rájuk nehezedő feladatok mellett a higiénés előírásokat is hatékonyan tudják beépíteni a mindennapi munkájukba.

## Dr. Pákozdy János:

1. Természetesen, valószínűleg úgy, mint mindenki, én is örültem, amikor megtudtam, hogy a minisztérium Semmelweis-ünnepségére el kell mennem. Pályám vége felé ért a megtiszteltetés. Úgy gondolom, hogy ezt a munkát, amit én vé-

geztem, és örömmre talán még folytathatom is tovább, nem lehet egyedül csinálni, csak társakkal.

Jó iskolát kaptam a házban, amikor dolgozni kezdtem, és jó munkatársaim voltak és vannak, akik nélkül a munkámat nehezen tudom elképzelni. A kitüntetés őket is illeti.

2. A szakmámat az orvosi pályán belül azért választottam, mert úgy éreztem, hogy olyan területen szeretnék dolgozni, amelyben a munka eredménye kézzelfogható és látható. Erre a traumatológia, ortopédia teljesen alkalmas. Ahogy az idő haladt, és az osztály ranglétráján feljebb és feljebb lépegettem, egyre inkább születtek bennem újabb és újabb a szakmával kapcsolatos elképzelések, gondolatok. Azt nem mondom, hogy ezek mind megvalósultak, mert szubjektív és nagyon sok objektív feltétel nem volt meg hozzá. Amíg igazgató voltam, céloim mindig az volt, hogy bármilyen rosszak is a külső körülmények, a betegellátás ne szenvedjen hátrányt, az intézetben nyugalom és – ha lehet – béke legyen, még ha ezért néha szankciók is érhetnek volna. Hogy ez mennyire valósult meg, nem az én tisztem eldönteni.

3. A magyar egészségügy jövője az én látásom szerint elég sötét, hiába is hallunk vagy olvasunk nagyszerű híreket. Mindannyian érezzük, hogy a lehetőségeink szűkülnek, és nem tudjuk az általunk megismert, boldogabb vidékeken már jócskán alkalmazott, betegeink számára nagyon fontos, új dolgokat bevezetni. A fentiek vonatkoztathatók az általam művelt szűkebb szakmai területre, a traumatológiára és ortopédiára is. Mint országos szakfelügyelő, valamelyest ismerem az országos helyzetet is, és örömmel tudom mondani, hogy minden helyi nehézség ellenére mi még viszonylag jó helyzetben vagyunk. A különböző kórházi átszervezések nem csökkentették a traumatológia és ortopédiai szakma között a feszültséget. Ennek lehetnek még a betegellátás szempontjából is rossz

következményei. Amíg tudok, ez ellen szeretnék dolgozni, mindenben támogatva a traumatológiai osztályunk munkáját is.

Köszönöm mindazoknak, akik a kitüntetésben szerepet játszottak, az igyekezetüket, segítségüket, és gratulálok a kitüntetett társaimnak. Szeretném, hogy a jövőben is e házból többen jussanak el hasonló vagy magasabb megtiszteltetésig.

#### Dr. Csergőffy Gyula:

1. Szabadságon voltam, amikor megkaptam az értesítést, hogy kitüntetés kapok a minisztériumban. Hát majdnem eldobtam a horgászbotomat a meglepetéstől (nyugodtan eldobhattam volna, mert utána már nem fogtam semmit). Egyedül voltam, majd szétfeszített az öröm, hát felhívtam a feleségemet, elmondtam, de megesktem,

hogy még a családban sem mondja el senkinek, mert esetleg félreértés is lehet ez az egész. Aztán felmentünk kitüntetett társaimmal Budapestre.

Nagyon ünnepélyes volt. Egész idő alatt azt éreztem, hogy kilógok én itt a sorból, nem tudom, miért kapom a kitüntetést. Amikor vége volt az ünnepségnek, menekültem a teremből kifelé, e reprezentáció nem áll közel a szívemhez. Kétszer is visszaparancsoltak fotózásra. Aztán egy idő elteltével jó érzés fogott el az egészszel kapcsolatban. Talán valahol valakinek számít, hogy mit tesz le egy ember az asztalra? Talán igen.

2. Nagyon régen kezdtem a szakmámat. Fiatalkorban egészen mások az elképzelései egy orvosnak, aztán a szakma megismerése után ezek megint változnak.

A tapasztalat megszerzésével párhuzamosan mindig munkált bennem a „még többet tudni, még jobban csinálni” szándék. Ez persze mind nagyobb feladatok teljesítésével, a felelősség növekedésével járt együtt. Ha azt mondom, hogy a munkám a hobbim még most is, akkor ezzel, úgy gondolom mindent elmondtam.

3. Az egészségügy jelenleg nem a legjobban finanszírozott ágazat országunkban. Ebből eredően sok gond, baj van, amit az utánunk jövőknek kell megoldaniuk. A szűkebb szakmámban is azt látom, hogy a fiatalok a képzés befejezése után – a jobb élet reményében – külföld felé kacsintgatnak. Ha mindenki elmegy, ki fog itthon gyógyítani? Mi öregek csak ideig-óráig bírjuk!

Taxné Karli Éva



**Veszprém, Szabadság tér 6.**  
(a Mackó cukrászdával szemben)

**Tel.: 88/578-720,**  
**30/846-26-68**

**EZ A BÓN ÖNNEK**

**5.000 FT-OT ÉR**

**AMENNYIBEN NÁLUNK**

**KÉSZÍTETI SZEMÜVEGÉT!**





**BetúNet**  
Média- és Hírgyűjtemény  
www.betunet.hu

Következő lapszámunk  
fél év múlva jelenik meg.  
**Hirdetésfelvétel:**  
**06-70/639-1842**

**Ön is szeretne egészséges, tiszta vizet otthonában?**

**www.ionizaltviz.hu**

**Kérje ingyenes tájékoztatónkat!**

**GRANDION Kft. • Gyurkó Eszter 06-30/331-0571**

**info@ionizaltviz.hu**

**BÉBIMENTŐ ALAPÍTVÁNY**

**A veszprémi kórház súlyos gyerekbetegeinek gyógyításához**

**1%**

**Adószám: 18933943-2-19**

**Bankszámlaszám: 11748007-20136064**

**www.bebimento.hu**

*Segítsen, hogy segíthessük a koraszülöttek mentését!*

### Márai Sándor: Füves könyv (részlet)

#### Arról, hogy a betegség pihenés

Az élet rettenetes versenyében legtöbb ember csak akkor pihen meg, ha beteg. A betegség, a francia költő szavával, nemcsak a szegények utazása, hanem a szegények nyaralása, téli Rivierája, Tátrája és Egyiptoma is. A lázas kedélyekre a betegség igazi lázat küld, hogy kissé megnyugodjanak. A becsúgyó és kielégületlen ámokfutó, aki – mint Kleist, a költő – „váltogatja a városokat, mint a lázbeteg a vankosokat”, csak a betegágyban eszmél igazi vágyaira, reménytelen szenvedélyeire.

A betegség pihenés is, ez közhely. Ezért előzd meg a természet parancsát, a kényszerű betegszabadságot, s iktassz életed iramába apró, mesterséges betegségeket, hogy megpihenjél. Makkegészségesen őrizd néha egy napon át az ágyat. Farkasévtágyad van, a szöveget is megrágnád: koplalj önként egy-két napot. Szíved nem zsörtölődik még a nikotin miatt: jutalmazd meg azzal, hogy parancsoló szükség nélkül abbahagyod három napra a cigarettát. A szervezet oly hálás a legcsekélyebb figyelemért! S ezek az apró, mesterséges, a betegség parancsa nélkül felidézett betegségi és gyógyítási állapotok, önkéntes diéták, megvonások és pihenések felérnek egy keleti úttal vagy egy vakbélműtéttel. Kísérelj meg. Csodákat látsz majd.

# Gondolatok a 2012. évi nyári olimpiáról

Az olimpia ősi bölcsője Hellász. Pál apostol jelentős missziót fejtett ki görög földön. Antropológiáját és teológiáját, valamint lángelkű Krisztus-hívő eszmefuttatásait komoly mértékben befolyásolták a hellén hatások. Egyebek között a nagyon gyakorlatias missziói és lelki gondozói tanácsai során sokszor kölcsönöz jelképes értelemben bizonyos fogalmakat a sportnyelvből. A korintusiaknak azt írja: „**Nem tudjátok-e, hogy akik versenypályán futnak, mindnyájan futnak ugyan, de csak egy nyeri el a versenydíjat? Úgy fussatok, hogy elnyerjétek. Aki pedig versenyben vesz részt, mindenben önmegtartóztató: azok azért, hogy elhervadó koszorút nyerjenek, mi pedig azért, hogy hervadhatatlant. Én tehát úgy futok, mint aki előtt nem bizonytalan a cél, úgy öklözök, mint aki nem a levegőbe vág...**” (I. Korintus 9:26) Nemde nem az ókori atlétika itt az ihlető – a futó, gyalogló, ugró és dobó vagy lökő sportágak összefoglaló elnevezése az ógörög *αθλόν*

(athlon) szó, mely akár az Athénből is jöhet így: *athéni futás*? Dehogyan! A győztesnek járó babérkoszorú képe is világos. Sőt, már az egykori műkénei fiatalok által is űzött öklövívás – a *püx* vagy *pügmé* – is egyértelműen ott van Pál ragyogóan kifejező erejű jelkép tárában.

„**Ha pedig küzd is valaki, nem koronáztatik meg, ha nem szabályszerűen küzd.**” (II. Timóteus 2:5) – írja Szent Pál kedves tanítványának és munkatársának, Timóteusnak. Ó, a szabályszerűség! De jó is lenne, minden egyes kitériumával, széles spektrumú részmotívumaival megtapasztalni másoknál, és jólesően konstatálni perszonálisan, individuálisan és őszintén önmagamnál! Nem csak úgy, hogy az olimpián a *doping kizáró* – hanem ennek kiterjesztett értelmű valóságában! Ó, a korona, a babérkoszorú! De jó is lenne, ha nem *tal-mi babér* vagy – *horribile dictu* – *idegen babér* lenne! Az élet minden területén!

Más helyütt – megint csak a Timóteushoz írt levelében – azt írja az apostol,

mintegy testamentumszerű vallomásként: „**Ama nemes harcot megharcoltam, futásomat elvégeztem, a hitet megtartottam: Végezetre eltételezt nékem az igazság koronája, melyet megad nékem az Úr ama napon, az igaz Bíró; nemcsak nékem pedig, hanem mindazoknak is, akik vágyva várják az ő megjelenését.**” (II. Timóteus 4:7,8) A hitet megtartottam – tehát. Ez itt a lényeg! Legalábbis az apostolnál. Kérdés: mi a lényeg nálunk, a mi soraink között? Lehet, hogy nem az apostoli mérték szerinti hit – merthogy e téren gyakorta vagyunk szemérmesek, titkolózók, akár még önmagunk előtt is –, hanem csak valamiféle *diffúz hit*, annak minden szinonimájával együtt? Egy titokzatos belső tartás, amely hamar *nemes harccá* és szabályszerű küzdelemmé tudja magasztosítani az életet, mint az emberiség örök küzdőterét.

Nagy Lajos kórházi lelkész  
(A Belgyógyászati Centrumban  
2012. július 30-án elhangzott hétkezdő  
meditáció szerkesztett változata)



## Gizella Hotel és Étterem

*a modern tradíció*

A Gizella Hotel\*\*\* és Étterem Veszprém történelmi városrészében, a vár tövében helyezkedik el.

A több mint 200 éves műemlék épületben a múltból örökölt patinás környezet ötvöződik korunk egyszerű, természetes eleganciájával.

- 22 fürdőszobás szobánk televízióval, telefonnal, minibárral, légkondicionálóval felszerelve szolgálja a vendégek kényelmét.
- Ingyenes internet-hozzáférés (WLAN).
- A háromszintes épületben felvonó üzemel.
- Speciálisan kialakított lakosztályunk mozgáskorlátozottak számára is megfelelő kényelmet biztosít.
- Az autók zárt parkolóban helyezhetők el.



Gizella Hotel és Étterem • 8200 Veszprém, Jókai u. 48. • Tel.: 36-88/579-490. Fax: 36-88/579-491  
E-mail: info@hotelgizella.hu • Internet: www.hotelgizella.hu

## Glória kegytárgy-ajándékbolt

Veszprém, Kossuth u. 6. félelelet • Nyitva: H-P: 9-17.30, Sz: 9-13  
Tel.: 70/612-16-47; email: gloriakegytargy@gmail.com

<ul style="list-style-type: none"> <li>Kegyűrtárgyak</li> <li>Rózsafüzérek</li> <li>Különleges rózsafüzérek</li> <li>Feszületek</li> <li>Gyertyák</li> <li>Érmekek - Szobrok</li> <li>Szenteltvíztartók</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Imakönyvek</li> <li>Szentképek</li> <li>Biblia-Szentírás</li> <li>Vallásos könyvek</li> <li>Naptárak</li> <li>Vallásos cd-k, dvd-k</li> <li>Képek és egyéb ajándéktárgyak</li> </ul>
--	---	---



## Német és angol orvosi állások

közvetítője rezidenstől szakorvosig

„Locum”-ozna, „RMO”-zna, vagy háziorvosi praxisban dolgozna Svájcban, vagy szimplán kipróbálna magát Németországban?  
A családi kasszát akarja megtoldani, vagy fejlődni szeretne?  
A Doctors Abroad Kft. segít önnek, hogy megtalálja a testhez illő állását.

**Orvosi és ápolói állásközvetítés az Egyesült Királyságba, Németországba és Svájcba**

Bővebben:  
<http://www.doctorsabroad.hu> vagy [info@doctorsabroad.hu](mailto:info@doctorsabroad.hu)  
vagy keressen minket a Facebook-on  
**Doctors Abroad Egészségügyi és Szolgáltató Kft.**

# Dietetikusunk táplálkozási tanácsai

**A hideg őszi-téli hónapok során szervezetünk egyre több fertőzésnek van kitéve. Ezeket a veszélyeket kiegyensúlyozott, vitamindús táplálkozással megelőzhetjük és elkerülhetjük szervezetünk téli kimerülését. A következőkben a két leggyakoribb téli probléma, a megfázásos, influenzaszerű betegségek, valamint a felfázás táplálkozással kapcsolatos vonatkozásairól olvashat.**

Mindkét betegcsoport egyik alapvető megelőzési stratégiája a megfelelő mennyiségű folyadékfogyasztás. Sajnos a téli hónapokban kevésbé jelentős a hangsúly a folyadékfogyasztáson, pedig a nyálkahártyák kiszáradása kedvez a baktériumok és vírusok megtapadásának. A napi 1,5–2 liter folyadék elfogyasztása tehát a téli hónapokban is fontos. A folyadékfogyasztás nagy részét víz, ásványvíz tegye ki, de ebben az időszakban érdemes reggelente zöld teát, csipkebogyóteát is fogyasztani. Ezek a teaféleségek magas C-vitamin-tartalmukkal már a nap kezdetén gondoskodnak a szervezet feltöltéséről. Ezt a kedvező hatást fokozhatjuk friss citromlével, valamint jó minőségű mézzel is. Említésre méltó, hogy a két utóbbi ízesítő akkor kerüljön a teába, amikor már nem forró, hiszen így őrzik meg vitamin- és ásványianyag-tartalmukat! A teák mellett jó hatásúak a különböző

frissen préselt gyümölcslevek, illetve a boltokban kapható százszázalékos gyümölcsstartalmú, cukrozatlan levek. Ezek közül a leghatékonyabb baktériumölő és C-vitaminban gazdag grapefruitlé, mely az influenzaszerű megbetegedésekben, valamint a húgyúti fertőzések esetén is hatékonyan segít a megelőzésben és a könnyebb gyógyulásban is. Utóbbi betegcsoportban segítséget nyújt még a tözegélfonyalé is. Ebből napi egy-két pohár a hideg időszakban nagyon jó hatású.

A téli idényben is érdemes körülnézni a boltok zöldséges pultjain, hiszen számos olyan zöldség és gyümölcs kapható, melyek hatékony segítséget nyújtanak szervezetünk számára. Érdemes kihasználni a magas karotintartalmú sötétzöld leveles zöldségeket, továbbá a különböző citrusfélék gazdag kínálatát. Törekedni kell arra, hogy a téli hónapokban is naponta szerepeljen nyers zöldség, gyü-

mölcs étrendünkben. A káposztafélék, különösen a hideg időszakban sokat fogyasztott savanyú káposzta jó C-vitaminforrás. Zöldségek közül rendszeresen érdemes fogyasztani a sárgarépat, a céklát, mivel magas antioxidáns tartalmuk révén erősítik immunrendszerünket. Egy finom és vitamindús téli saláta például a reszelt cékla, sárgarépa és alma egyvelege, melyet friss citromlével és kevés mézzel ízesítve ajánlott fogyasztani. Ugyanígy friss gyümölcsökből is érdemes különböző salátákat készíteni, hiszen így egyszeri fogyasztással több értékes vitamin és ásványi anyag fogyasztható el. Szendvicsekbe, krémekbe és salátákba is ajánlottak a különböző csírák (rettek, káposzta, búza stb.), hiszen rendkívül gazdagak vitaminokban, ásványi anyagokban.

Természetesen ezek mellett étrendkiegészítők fogyasztásával is sokat tehetünk egészségünk érdekében. Ezek közül érdemes a természetes eredetűeket előnyben részesíteni. Leghasznosabb téli étrendkiegészítők a C-vitamin-készítmények, különösen a bíborkasvirággal vagy csipkebogyóval kiegészített termékek, valamint a tözegélfonyalé kivonatát tartalmazó termékek.

Ködbaum Zsanett

## Mellműtét utáni teljes körű ellátás, intim és személyre szabott tanácsadás



8200 Veszprém, Egyetem út 5.  
tel.: 06 88/624 107, 06 20/415 4808  
langnegitka@gmail.com  
www.amoena.hu

## Csigaház Családi Napközi

Igazi gyerekparadicsom Veszprémtől 3 percre!  
Csendes, nyugodt környezetben, nagy udvarral, háziállatokkal, szakképzett gondozók várják 20 hetes kortól 4 éves korig, 1-2 órára vagy egész napra, kis létszámú csoportunkba gyermekét.

Cím: 8411 Veszprém-Kádárta, Vasút utca 28/1.  
Tel.: 30/463-5586 • Honlap: www.csigahaz.info.hu



## FÜLBELÖVÉS

Újszülöttkortól az önk otthonában.

Előre egyeztetett időpontban, modern, steril eszközökkel, nikkelmentes orvosi fémből készült fülbevalók nagy választékával.

30/226-7014  
www.fulbelovesveszprem.hu

## Dr. Previc's Erzsébet

klinikus szakpszichológus,  
pszichoterapeuta

Rendel:  
csütörtökön 16–19 óráig  
Bejelentkezés telefonon:  
20/916 -9900

# Születés a veszprémi múzeumban

„Születés – A gyermekáldás kultúrája” címmel szeptember 8-án kiállítás nyílt a veszprémi Laczkó Dezső Múzeumban. A termékenység kérdésköre az emberiség egész történetét

végighatja. Kiállításunkban térben és időben bolyongva, különböző történeti korok és társadalmi rétegek gyermekáldással kapcsolatos kulturális viselkedését mutatjuk be.

Az őskori termékenységszobor, az egykori és mai várandósviselő, a bábák mágikus tárgyai, a komakosár kellékei, a keresztelői takarók és emlékek mind ugyanazt a történetet mesélik: a világrajövetel és a közösségbe fogadás nagy kalandját.

A hagyományos néprajzi emlékek felsorolása mellett a kiállítás felvállalja a jelenkor értékeinek közzétételét is. Így kerülhetett sor a Veszprém Megyei Csolnokyi Ferenc Kórház Nonprofit Zrt. és a Laczkó Dezső Veszprém Megyei Múzeum közötti együttműködésre, melynek eredményeként a kórházi szülést bemutató egység valósult meg. A használaton kívüli nőgyógyászati vizsgálószék, az 1980-as évek elejéről származó első ultrahangos készülék, a fes-

tett fémváz, üveges műszerasztalka a rajta található eszközökkel együttesen imitálják az 1950-es évek óta kötelező kórházi születek körülményeit.



Részlet a „Születés” kiállításból – Fotó: Oszkó Zsuzsa

Számos interaktív elem biztatja a látogatókat aktív közreműködésre, így például a Lélek Éled Kör segítségével létrejött hatalmas anyaméh és szülőcsatorna, amely Szócs Zsuzsa grafikus tervei alapján valósult meg. A gyermekek mellett a szülők is belebújhatnak, és felidézhetik magzati emlékeiket.

A kiállításához fényképgyűjtést szerveztünk, ennek eredményeként rengeteg fénykép várja a látogatókat. Amennyiben önnek is van a témába tartozó családi felvétele, és elküldi a szuleskiállítás@gmail.com címre, akkor ajándék belépővel kedveskedünk!

Mészáros Veronika  
néprajzos muzeológus

**GYÓGY HÁZ**  
FOURMED KFT.



#### Elérhetőségeink:

Veszprém, Ádám I. u. 1. • Fax: 88/442-763 •  
Tel.: 88/421-217, 421-251, 564-180, 564-181  
Veszprém, Egyetem u. 5. • Tel.: 88/624-107  
E-mail: fourmed@vnet.hu • honlap: www.fourmed.hu

#### Tisztelt Hölgyem, Uram!

A Fourmed Kft. Gyógyház Veszprém város egyik meghatározó egészségügyi intézménye.

Célunk, hogy kiválóan képzett szakorvosaink, szakápolóink és korszerű eszközrendszerünk segítségével a gyógyító ellátáson kívül a betegségek megelőzésében, a lakosság egészségben tartásában is szolgáltatásokat tudjunk nyújtani.

Bizonyára Önnek is fontos egészségének védelme, esetleg már vannak is problémái.

Kérjük, keresse fel bizalommal minőségbiztosítással működő, akadálymentes rendelőinket, ahol választ kap kérdéseire.

**Telephelyeink:** Veszprém, Ádám Iván utca 1.  
Veszprém, Egyetem utca 5.

#### Profilkunk:

##### TB-FINANSZÍROZOTT HÁZIORVOSI ELLÁTÁS:

**Dr. Geiszt Jakab** belgyógyász, háziorvos,  
foglalkozás-egészségügyi szakorvos:  
Tel.: 88/421-217

**Dr. Gergelyi Ákos** háziorvos szakorvos:  
Tel.: 88/421-251

**Dr. Holler Olga** háziorvos, foglalkozás-egészségügyi szakorvos:  
Tel.: 88/624-107

**Dr. Sinka László** belgyógyász, háziorvos szakorvos:  
Tel.: 88/564-180

#### Szakrendeléseink:

##### KARDIOLÓGIA:

Tel.: 88/564-181

**Dr. Dósa Andrea** adjunktus

**Dr. Kutor Gábor** főorvos

Szívultrahang, terheléses EKG, Holter-vizsgálatok

##### ULTRAHANG-DIAGNOSZTIKA:

Tel.: 30/517-3172

**Dr. Beéry Iván** főorvos

Hasi, mell-, pajzsmirigy- és lágyszerv-ultrahangvizsgálatok

##### ENDOKRINOLÓGIA (hormonbetegségek):

Tel.: 88/564-181

**Dr. Fultz Ágnes** főorvos

##### NEUROLÓGIA (idegyógyászat):

Tel.: 88/564-181

**Dr. Horváth László** adjunktus

Nyaki verőerek ultrahangvizsgálata

##### REUMATOLÓGIA, FIZIOTERÁPIA:

Tel.: 88/564-181

**Dr. Szakács István** főorvos

##### PULMONOLÓGIA, ALLERGIOLÓGIA (tüdőbetegségek):

Tel.: 88/564-181

**Dr. Naményi Miklós** főorvos

##### ÉRELMESZESEDÉS SZŰRŐVIZSGÁLATA, LABORVIZSGÁLATOK



**Várjuk Önöket! Kérjük, keressenek minket személyesen, telefonon, vagy ismerjék meg honlapunkat!**