IUNIE 2012

infolife 30

www.medlife.ro

4 Nou: Centru de Medicina Călătoriei și Boli Infecțioase

26 Interviu cu dr. Mihaela Marcu, fondatoarea MedLife

dosar medical

Copilul tău face sport? Ajută-l să fie activ!

CHIRURGIE
LA CELE MAI ÎNALTE STANDARDE

all inclusive

CHIRURGIE GENERALĂ MEDLIFE GRIVIȚA, ÎN PERIOADA 17 APRILIE - 31 AUGUST:

Consultație gratuită
Spitalizare 2 zile
Intervenție

Preț unic
1760 lei*

* prețul este valabil pentru anumite intervenții și în anumite condiții. Pentru detalii vă rugăm să vă adresați la recepția spitalului.

PROGRAMĂRI ȘI INFORMAȚII: 021.9647
www.medlife.ro

SISTEMUL MEDICAL MedLife

DOSARMEDICAL

Copilul tău face sport?

pag. 12

Hai să reinventăm **copilăria!**

Iar este 1 Iunie și, parcă inevitabil, gândul mă poartă spre acele meleaguri îndepărtate ale inocenței, ale ghidușiilor și ale poveștilor cu zâne și feți-frumoși. Știu, și vă confirm și vouă, că sunt un adult în toată firea care a trecut (din păcate) de ceva timp peste aceste episoade ale basmelor și, cu toate acestea, recunosc că uneori mai tânjesc după acea dulce inconștiență și după acel dram de nebunie continuă ce înseamnă Copilărie.

Vă mai amintiți de "Împărate, Împărate!", "De-a v-ați ascunselea" sau de "Șotron"? Sunt doar câteva dintre jocurile pe care, personal, le experimentam aproape zilnic. Am avut norocul sa fiu printre acei copii care au crescut verile la țară, loc unde fiecare joc, fiecare năzbâtie și fiecare moment erau trăite la maximă intensitate.

Mă uit astăzi în jur și văd ceva foarte diferit. Sunt foarte puțini copiii cărora li se mai permite cu adevărat să fie copii și, mai trist, care vor și simt nevoia să fie copii. Astăzi, copiii trebuie de mici să facă o serie de limbi străine, să învețe despre calculatoare, să facă ore suplimentare și te miri ce alte cursuri și sporturi care îi țin ocupați toată ziua. Părinții, la rândul lor, se învârt într-un cerc vicios și se gândesc că, dacă îi "îndoapă" cu o sumedenie de cunoștințe, micuții vor avea un drum în viață mai... ușor. Încă de când se naște copilul din ziua de azi, i se trasează clar primii ani din viață, la ce grădiniță trebuie să meargă, apoi la ce școală, și apoi liceul și facultatea... și, uite așa, perioada când ar trebui să se bucure de frumosul existenței este înlăturată de pregătirea pentru viața de zi cu zi. Chiar credeți că acești copii se vor descurca mai bine cu problemele vieții, dacă nu vor apuca să se bucure de inocența, de inconștiența și de farmecul copilăriei?

Alimentăm și suntem alimentați de o societate de consum, de o societate al cărei ritm stârpește optimismul, inocența și credința, sub toate formele. Acum „se poartă" supereroii și profile pe Facebook, meditații și cluburi selecte pentru copii. Acum, în puținul timp liber pe care i-l acordăm, în loc să trimitem copilul afară la joacă, cu ceilalți copii, îl ținem în casă, "în siguranță", să își facă temele, să se joace pe calculator sau să urmărească la televizor o serie de programe care mai de care mai nocive. Copleșiți de tot ceea ce înseamnă existență în acest secol XXI, luăm totul, inclusiv pe noi înșine, prea în serios. Și este un mare păcat, pentru că astfel ne răpim nouă și copiilor noștri bucuria de a trăi! E timpul să lăsăm copiii să fie copii; să râdă și să spere cu sufletul curat; să se bată, să cadă și să se ridice din nou, având același chef nebun de joacă; să fugă după zâne și feți-frumoși și să se bucure de tot ceea ce înseamnă cu adevărat "să fii copil"!

Hai să reinventăm copilăria!

Ina Bădărău

infolife

IUNIE 2012

NOUTĂȚISERVICII 4
DOTĂRI 9
MEDICI 10

Regăsiți cele mai importante noutăți referitoare la serviciile, promoțiile, dotările și noii medici MedLife.

REPORTAJ 16

La 1 iunie 2011, pe harta serviciilor medicale din România apărea un nou punct de reper: Spitalul de Pediatrie MedLife. În această ediție vă propunem să vedeți cum arată Spitalul de Pediatrie la un an de la lansare și cum sunt tratați copiii aici.

POVESTEA TA 20

Apariția unui bebeluș este unul dintre cele mai mari evenimente din viața unei femei. Chiar dacă bucuria nu are grade de comparație, nivelul de stres și responsabilitatea pe care le are proaspăta mămică pot determina apariția unor schimbări psihologice la femeie. Despre depresia postnatală în rubrica Utile.

UTILE 24

A născut o fetiță aparent normală, însă la câteva ore medicii au constatat că era ceva în neregulă. După mai multe analize efectuate de urgență, s-a constatat că bebelușul avea o incompatibilitate de grupă sangvină foarte rară. Pentru a-l salva, medicii au recurs la exanghinotransfuzie, o procedură extrem de dificilă și de riscantă.

INTERVIU 22

Este unul dintre cei mai solicitați pediatri din București și poate fi găsită la consultații de dimineața până seara târziu, chiar și sâmbăta sau în perioada sărbătorilor, când toată lumea se odihnește. Dr. Mihaela Marcu, medic primar pediatrie, a tratat generații de copii și face asta cu aceeași pasiune și dăruire. Vă invităm să o cunoașteți pe Doamna care a pus bazele sistemului medical MedLife și care continuă, cu pasiune, să se dedice copiilor.

ÎNTREBĂRILETALE 26

Aflați care sunt avantajele unei ecografii cu substanță de contrast, cum vă puteți pregăti pentru o operație de colecist sau cum se îngrijește dantura copiilor mici.

COLEGIULREDACȚIONAL:

Coordonator proiect: **Ina Bădărău**
Editor: **Victoria Donos**
Grafică: **Octavian Niculescu**

Revista a fost realizată cu sprijinul:

Dr. Marcel Bogdan, medic primar chirurgie generală, Life Memorial Hospital

Silivia Ciobanu, psiholog clinician și psihoterapeut Centrul de Psihiatrie și Psihoterapie „MindCare”

Dr. Ștefan Costescu, medic specialist medicină de familie, Hyperclinica MedLife Băneasa

Dr. Diana Daraban, medic specialist dermatovenerologie, Hyperclinica MedLife Titan

Dr. Cristina Dude, medic specialist psihiatru și psihoterapeut, Centrul de Psihiatrie și Psihoterapie „Mindcare”

Dr. Mihaela Herescu, medic primar pediatrie, Hyperclinica MedLife Băneasa

Dr. Ofelia Niță, medic primar radiologie și imagistică medicală, Hyperclinica MedLife Grivița

Dr. Raluca Olteanu, medic specialist neonatologie, Life Memorial Hospital

Dr. Alin Popescu, medic primar medicină sportivă, Hyperclinica MedLife Grivița

Dr. George Sălăvăstru, medic specialist chirurgie pediatrică laparoscopică, Spitalul de Pediatrie MedLife

Paul Vasiescu, instructor înot, Centrul de Fiziokinetoterapie și Recuperare Medicală, Hyperclinica MedLife Grivița

Redistribuirea revistei, reproducerea textelor sau imaginilor din această revistă sunt posibile numai cu acordul MedLife.

Gama de produse Chicco Natural feeding.
Pentru ca hrănirea la sân să dureze mai mult.

Bebelușul are nevoie să fie îmbrățișat, înconjurat de căldură și hrănit la sân. **Gama de produse Chicco pentru hrănirea la sân** este soluția perfectă pentru mămicile care alăptează. Ea oferă toate produsele necesare pentru ca această experiență să dureze cât mai mult. Bebelușii cei mai fericiți se fac mari cu două lucruri: dragostea și laptele matern.

www.naturalfeeding.chicco.com

OBSERVATORUL CHICCO
CENTRUL DE CERCETARE PENTRU BUNĂSTAREA COPILĂRIEI

București: Str. Ceaikovski nr. 7, Sector 2; tel.: 021.315.89.72; tel./fax: 021.312.35.17
Pitești: Bdv. I. C. Brătianu, Bl. D1, Parter; tel.: 0348.73.04.21; fax: 0248.210.544
Brașov: Bdv. 15 Noiembrie nr. 100; tel./fax: 0268.474.009; 0368.429.170
Galați: Str. Brăilei, Bl. P1, Parter; tel.: 0336.401.284; fax: 0236.329.329
Iași: Str. Costache Negri nr. 43; tel.: 033.240.84.38, 033.240.84.37; fax: 0232.260.220
Craiova: Str. Theodor Aman nr. 1; tel.: 0351.431.058, 0351.431.059, 0771.197.874; tel./fax: 0251.410.350
Timișoara: Str. Augustin Pacha nr. 6; tel./fax: 0256.202.512; tel.: 0356.445.996
Constanța: Bdv. Tomis nr. 105; tel./fax: 0241.520.612
Cluj Napoca: Str. Iuliu Maniu nr. 43; tel./fax: 0264.460.335; tel.: 0364.401.817
Oradea: Gen. Gheorghe Magheru nr. 6; tel.: 0259.434.144, fax: 0259.436.611
Sibiu: Magazin Gaga - Partener Chicco: Str. Calea Dumbrăvii nr. 80A; tel.: 0722.259.800
Unic importator și distribuitor Chicco
S.C. Paralela 45 Turism S.R.L.
Str. Gheorghe Matac nr. 21-23, sector 2, București, tel./fax: 021.231.14.56; 231.13.92; 231.06.26

chicco la tine acasă ! cumpărături on-line www.chicco.ro

Fericirea este o călătorie ce începe în copilărie.

chicco
oriunde există un copil

Premieră: MedLife-Eva lansează prima unitate de naştere naturală acreditată conform normelor internaţionale

Maternitatea MedLife-Eva din Braşov a devenit prima unitate de naştere naturală din România acreditată conform normelor organizaţiei internaţionale IMBCO* (International MotherBaby ChildBirth Organization). Astfel, MedLife-Eva este singura maternitate din ţară acreditată ca Spital Prieten al Naşterii, programul de acreditare fiind coordonat de Asociaţia Mame pentru Mame.

Noua unitate de naştere naturală include sala de naştere normală şi în mediu acvatic, precum şi rezerve dotate cu dispozitive speciale care permit mămicilor să nască în poziţii cât mai confortabile, reducând la minimum durerea şi disconfortul. De asemenea, unitatea de naşteri pune la dispoziţie o serie de servicii, unice în România, care îmbunătăţesc semnificativ experienţa naşterii. Astfel, viitoarele mămici au la dispoziţie consultant în alăptare acreditat ILCA, expert maternolog, psiholog cu competenţă în terapia cuplului, posibilitatea de a naşte cu Doula (persoana specializată care cunoaşte gravida şi oferă sprijin fizic, sufletesc şi spiritual în timpul sarcinii, naşterii şi în primele săptămâni după naştere, dar care nu se implică medical), cursuri Lamaze, cursuri de Hypnobirthing (metoda de control al durerii), educaţie prenatală şi cursuri de îngrijire a perineului.

În plus, Maternitatea MedLife-Eva aduce ca noutate implementarea şi asumarea ”Planului de naştere”. Acesta reprezintă un document cu valoare de contract, prin care viitoarele mămici îşi exprimă în scris opţiunile în ceea ce priveşte modul în care se va desfăşura naşterea chiar de la începerea travaliului şi până la tăierea cordonului ombilical, în cazul în care totul decurge normal şi nu apar complicaţii. De asemenea, planul de naştere este considerat un instrument de comunicare prevăzut în activitatea unui Spital Prieten al Naşterii, fiind respectat de întregul personal medical.

Detalii despre programele şi pachetele de naşteri oferite de Maternitatea MedLife-Eva Braşov găsiţi la www.medlife-eva.ro sau la telefon 0268 333 777.

Chicco: tampoane antibacteriene pentru sân

Eşti proaspătă mămică? E dificil să-ţi controlezi lactaţia? Chicco îţi propune tampoanele speciale de unică folosinţă pentru sân. Fabricate din material supraabsorbant, tampoanele sunt tratate special pentru a nu permite proliferarea bacteriilor. Oferă maximă siguranţă şi nu permit lichidului să iasă la suprafaţă. Un pachet conţine 30/60 bucăţi ambalate separat.

Nou: Centru de medicina călătoriei şi boli infecţioase

Ai marcat deja pe hartă destinaţia de vacanţă? Ţi-ai pregătit biletele de avion, valiza şi paşaportul? Nu uita să-ţi faci şi vaccinurile, înainte de călătorie! Vino în Hyperclinica MedLife Unirii şi beneficiezi de servicii complete de medicina călătoriei (consiliere preexpunere şi postexpunere), dar şi de diagnosticul şi de tratamentul bolilor infecţioase, în cadrul noului cabinet medical de medicină de călătorie şi boli infecţioase. Pentru a avea o vacanţă lipsită de griji, vino la Hyperclinica MedLife Unirii şi fă-ţi vaccinul care se potriveşte destinaţiei tale de vacanţă. În cadrul cabinetului, beneficiaţi de consiliere preexpunere – vaccinări, chimioprofilaxie şi recomandări particulare, în funcţie de zona ce va fi vizitată şi de caracteristicile individuale ale pacientului. În cadrul centrului sunt disponibile următoarele vaccinuri:

- Vaccin antiamaril
- Vaccin febră tifoidă
- Vaccin antihepatitic A, B, A+B
- Vaccin antimeningococic
- Vaccin antipoliomielitic
- Vaccin diftero-tetano-pertusis
- Vaccin diftero-tetano-pertusis-antipoliomielitic
- Vaccin antitetanic
- Vaccin rubeolă-rujeolă-oreion
- Vaccin antirubeolic
- Vaccin antigripal

Pe lângă acestea, pacienţii pot beneficia de chimioprofilaxie antimalarică, inclusiv tratamentul cu Mefloquine comprimate. Vaccinurile sunt consemnate în Certificatul Internaţional de Vaccinare, document conform cu regulamentul Organizaţiei Mondiale a Sănătăţii şi obligatoriu la intrarea în multe ţări din zone tropicale. Consilierea respectă criteriile OMS şi necesită prezenţa pacientului pentru recomandări de vaccin şi chimioprofilaxie corecte şi sigure.

La întoarcere, persoanele care au călătorit în zonele endemice pentru boli tropicale sau cu risc pentru anumite afecţiuni (epidemii sau outbreakuri în curs etc.) sunt sfătuite să fie consultate de către un specialist. Astfel, în cadrul centrului de vaccinări pacienţii beneficiază de consiliere postexpunere, chiar dacă nu prezintă semne evidente de boală. Consultul medicului este recomandat pentru a exclude şi diminua riscul unor afecţiuni cu evoluţie severă în caz de diagnostic tardiv/eronat, cum ar fi malaria, febrele hemoragice, amibiaza etc. În afara medicinei de călătorie, în centrul de vaccinări de la Hyperclinica MedLife Unirii se efectuează diagnosticul şi tratamentul bolilor infecţioase ale copilului şi adultului, precum: bolile eruptive, afecţiunile respiratorii acute, afecţiunile digestive acute, hepatitele virale cronice, bolile copilăriei, bolile cu transmitere prin vectori (borrelioza, rickettsioze) etc.

Consultaţiile de specialitate sunt efectuate de dr. Simin-Aysel Florescu, medic primar boli infecţioase, cu supraspecializare în boli tropicale, şi asistent universitar UMF Carol Davila.

20% reduceri la osteodensitometrie (DXA)

Ai grijă de sănătatea sistemului tău osos şi vino la Hyperclinica MedLife Unirii, pentru a diagnostica şi preîntâmpina apariţia osteoporozei! Vino până la 31 octombrie la Centrul de Diagnostic şi Tratament al Osteoporozei din cadrul Hyperclinicii MedLife Unirii şi beneficiezi de o reducere de 20% la osteodensitometria osoasă (DXA), cea mai modernă metodă de măsurare a densităţii osoase.
Investigaţia se adresează tuturor persoanelor care prezintă factori de risc pentru osteoporoză, precum: femeile după instalarea menopauzei sau cele în perioada premenopauzei, persoanele care au remarcat o scădere în înălţime, bărbaţii cu vârsta peste 65 de ani, fumătorii şi persoanele care primesc tratament cortizonic sau de supresie hormonală.
Procedura este nedureroasă, nu necesită nici o pregătire prealabilă, iar doza de iradiere este de 10 ori mai redusă decât în cazul unei radiografii standard.

Promoţia este valabilă în perioada 1 mai - 31 octombrie 2012. Detalii şi programări, la 021 96 46.

NOU: Tratamente cu laser în sfera ORL, la Hyperclinica MedLife Favorit

Pacienții cu rinită cronică hipertrofică sau cei cu complicații postoperatorii la nivelul nasului pot beneficia de turbinoreducție/turbinoplastie laser și vaporizarea laser a sinechiei septoturbinare la Hyperclinica MedLife Favorit. Turbinoreducția/turbinoplastia LASER este una dintre metodele de tratament chirurgical a rinitei cronice hipertrofice. Rinita cronică hipertrofică este o inflamație a mucoasei cornetelor nazale, fiind cauzată de:

- tulburări de ventilație a foselor nazale (deviație de sept)
- poluarea atmosferică
- fumatul
- dereglări hormonale
- folosirea abuzivă a picăturilor și a spay-urilor nazale cu substanțe vasoconstrictoare.

Turbinoplastia LASER reprezintă cea mai modernă, minim invazivă tehnică de chirurgie a cornetelor nazale. Intervenția se poate efectua în cabinetele de consultații ORL (dotate cu aparat LASER), necesită anestezie locală – de contact, nu impune perioadă de convalescență, pacientul putându-și relua activitatea în ziua următoare.

Pe lângă acestea, în cadrul Hyperclinicii MedLife Favorit mai pot fi tratate sinechii septoturbinare prin vaporizare laser. Sinechia septoturbinară reprezintă o complicație întâlnită uneori în intervențiile chirurgicale de la nivelul nasului, a lipsei tratamentului postoperator sau a frecventelor leziuni de grataj de la nivelul foselor nazale.
Dintre toate metodele utilizate, vaporizarea laser este cea mai indicată, deoarece este tehnică de chirurgie minim invazivă, ce se poate efectua în cabinetele ORL, cu anestezie locală de contact. La fel ca în cazul turbinoplastiei laser nu se impune o perioadă de convalescență, pacienții putându-și relua activitățile imediat.

Donează sânge! Împarte bucuria de a trăi!

MedLife, în colaborare cu Institutul Național de Transfuzie Sangvină, a dat startul campaniei "Donează sânge!" Împarte bucuria de a trăi!". Vino în perioada 18-21 iunie în centrele mobile organizate în locațiile MedLife din Arad, București, Cluj-Napoca și Timișoara și imparte bucuria de a trăi.

Poți fi donator dacă:

- ai între18-60 ani
- greutate 58-100 kg femeile și 60-110 kg bărbații
- tensiune arterială sistolică între 11 și 18 mmH
- nu ai suferit în ultimele luni intervenții chirurgicale
- nu ești însărcinată, în perioada de lăuzie, în perioada menstruală
- nu ai consumat băuturi alcoolice cu cel puțin 72 de ore înainte de a te decide să donezi
- nu ai sau nu ai avut una dintre următoarele boli: hepatită, TBC, sifilis, malarie, epilepsie, bruceloză, ulcer, diabet zaharat, boli de inimă, boli de piele, miopie peste (-) 6 dioptrii

Recoltările se vor efectua între orele 8:00 și 12:00 în următoarele locații:

Arad - 19 iunie - Spitalul MedLife Genesys

București - 18, 19 iunie - Hyperclinica MedLife Grivița
- 20 iunie - Hyperclinica MedLife Băneasa
- 21 iunie - Hyperclinica MedLife Unirii

Cluj-Napoca - 18 iunie - Centrul MedLife Cluj-Napoca

Timișoara - 21 iunie - Hyperclinica MedLife Timișoara

Toți donatorii vor beneficia de toate avantajele prevăzute în legislația în vigoare.

Share

Detalii și programări la adresa de e-mail pr@medlife.ro.

Nou: Program de educație parentală la MindCare

Ai momente în care e dificil să te înțelegi cu copilul tău? Nu știi cum să-l faci să învețe anumite lucruri? Ai multe întrebări referitor la felul în care reacționează acesta? Noi te ajutăm să găsești răspunsurile. Vino la programul de educație parentală "Cum îmi pot ajuta copilul să crească frumos și armonios", susținut de psihologul Silvia Ungureanu, și fă primul pas spre a-ți înțelege și ajuta copilul. Programul se adresează părinților, fiind organizat în 2 module, în funcție de vârsta copiilor. Modulul I se adresează părinților care au copii cu vârstă între 0 și 3 ani, în timp ce modulul II este pentru părinții care au copii cu vârsta cuprinsă între 3 și 7 ani. Programul este structurat în cinci întâlniri a câte două ore fiecare.

Modulul I (0-3 ani)
Sunt momente când propriul copil vi se pare un mic necunoscut. Nu prea știți cum să faceți să învețe tot ce v-ați dori, nu știți dacă e suficient ce îi cereți pentru vârsta lui sau dacă e prea mult; vă întrebați de ce unii copii fac/știu mai multe decât alți copii de aceeași vârstă. Și de multe ori vă întrebați : e ok copilul meu?
Fiți siguri că nu sunteți singurii care își pun astfel de întrebări. Majoritatea părinților o fac.
Vă invităm să participați la o serie de întâlniri în care să aflați:

- cum se dezvoltă copilul din punct de vedere psihic și cognitiv între 0 și 3 ani
- care sunt semnalele care ar trebui să vă pună pe gânduri
- cum să vă educați copilul în așa fel încât să se dezvolte armonios și să te poți înțelege cu el
- cum se face trecerea de la pampers la oliță
- ce jucării îl ajută să se dezvolte

Pe parcursul celor cinci întâlniri, psihologul va discuta despre: dezvoltarea psiho-emoțională și a limbajului pentru copilul între 0 și 3 ani; rutina zilnică; învățarea folosirii oliței; nevoile copilului și stabilirea limitelor; jocul și dezvoltarea cognitivă, emoțională și a limbajului.
Întâlnirile se vor desfășura miercurea, la Centrul de Psihiatrie și Psihoterapie – MindCare, între orele 18:00 și 20:00.
Numărul maxim de părinți: 10.

Modul II (3-7 ani)
În cadrul acestui modul vă invităm să discutăm despre provocările și soluțiile pe care le implică noul palier de vârstă a copilului dumneavoastră. Vă propunem să cunoașteți mai multe lucruri despre copilul dumneavoastră și să vă dezvoltați abilitățile necesare pentru a vă ajuta copilul să crească armonios, respectându-se pe el, pe voi și pe cei din jurul lor. Ne adresăm atât mămicilor, cât și tăticilor și încurajăm participarea ambilor părinți la aceste întâlniri. Este mai ușor să fiți pe aceeași lungime de undă în ceea ce privește cerințele și așteptările pe care le aveți de la copil, dacă dețineți amândoi aceeași informație, care să vă susțină în ceea ce faceți.
Întâlnirile vor cuprinde elemente de dezvoltare cognitivă și emoțională a copilului, soluții pentru implementarea principalelor schimbări pe care vi le doriți la copil – să doarmă în camera lui, să se culce la ora potrivită etc.
Totodată, în cadrul atelierelor, veți cunoaște ce trebuie să faceți pentru dezvoltarea armonioasă a copilului cu vârsta între 3 și 7 ani, din punct de vedere psihic și cognitiv, și cum să vă înțelegeți cu el ținând cont de nevoile lui, dar și de nevoile dvs. Printre temele discutate în cadrul celor cinci întâlniri se numără: dezvoltarea psiho-emoțională a copilului între 3 și 7 ani; nevoile copilului și stabilirea limitelor; jocul și dezvoltarea cognitivă, emoțională și a limbajului, dificultățile cu care părinții se confruntă în relația cu copilul.
Întâlnirile vor fi interactive, astfel încât părinții pot adresa toate întrebările pe care le au în legătură cu dezvoltarea psiho-emoțională a copilului.
Întâlnirile se vor desfășura miercurea, la Centrul de Psihiatrie și Psihoterapie – MindCare, între orele 18:00 și 20:00.
Numărul maxim de părinți: 10.

Pentru detalii și programări sunați la: 0753 535 385.
MindCare: str. Henri Coandă nr. 33, et. 1, sector 1, București (lângă hotelul Minerva)

Pachet de nașteri All Inclusive la MedLife-Genesys Arad

Te pregătești să devii mămică? Ai început să bifezi în calendar lunile pe care le mai ai până la întâlnirea cu bebelușul tău? Fă-ți perioada de sarcină și nașterea speciale! Alege pachetul All Inclusive la Maternitatea MedLife-Genesys din Arad și cu 160 de euro pe lună beneficiezi de:

- serviciile complete de urmărire a sarcinii (consultații, ecografii 3D/4D, analize de laborator)
- Școala Mamei (Cursuri Lamaze/cursuri de puericultură / gimnastică prenatală)
- naștere naturală sau prin cezariană cu anestezia inclusă
- medicul ales preferențial
- cazare în salon VIP
- servicii de screening pentru copil, vaccinuri
- serviciile medicale incluse pentru copil până la vârsta de un an (consultații, analize de laborator, screening)
- Toate consumabilele necesare mamei si copilului pe durata internării
- Produse farmaceutice și cosmetice cadou pentru mamă și copil.

Detalii și programări, la telefon 0257 960.

Află că eşti bine, într-o singură zi!

Pachetele Health Assesment, disponibile acum şi în Hyperclinica MedLife Unirii. Imprevizibile, multe dintre problemele de sănătate cu care ne confruntăm ne iau, de cele mai multe ori, prin surprindere. Un screening constant ne poate salva de multe boli sau complicaţii ale acestora. Pentru că ne pasă de sănătatea ta şi a celor dragi ţie, am creat pachete speciale de screening care oferă o evaluare rapidă şi completă a stării de sănătate. Vino la Hyperclinica MedLife Unirii şi alege unul dintre cele patru pachete "Health Assesment" care ţi se potriveşte.

Pachetul medical Junior

Copilul tău este plin de energie, aleargă tot timpul, este curios şi evoluează de la o zi la alta. De aceea monitorizarea stării sale de sănătate nu este numai o recomandare, ci şi o necesitate. Pachetul medical Junior pentru evaluarea sănătăţii copilului tău cuprinde:

- Set analize standard (+ coprocultură şi sumar de urină)
- Ecografie Pediatrică
- Consult ORL
- Consult Oftalmologie
- Consult Chirurgie Pediatrică
- Consult Pediatrie/Neurochirurgie Pediatrică
- Ecografie Pediatrică

Preţul pachetului: 400 lei

Pachetul medical Lady

Tinereţea nu este numai o bucurie, ci şi o provocare permanentă: job, familie, responsabilităţi, hobby-uri. Pentru a face faţă cu succes unei vieţi solicitante şi dinamice, este important să te menţii mereu în formă. Fă-ţi un screening complet cu pachetul medical Lady:

- Set analize standard
- Ecografie sân
- Ecografie tiroidă
- Consult Nutriţie/Endocrinologie
- Consult Ginecologie (test Babeş-Papanicolau)
- Consult Gastroenterologie
- Consult Nefrologie/Neurologie

Preţul pachetului: 500 lei

Pachetul medical Active

Activităţile şi responsabilităţile zilnice îţi epuizează uneori energia şi-ţi afectează, implicit, starea de bine? Nu neglija semnalele transmise de corpul tău! Verifică-ţi starea de sănătate cu pachetul medical Active (- 50 de ani) şi află dacă eşti bine. Pachetul include:

- Set de analize standard
- Consult Oftalmologie
- Consult Cardiologie (+ECG)
- Consult Nutriţie/ENDOCRINOLOGIE
- Consult Ginecologie
- Consult Gastroenterologie
- Ecografie abdominală

Preţul pachetului: 600 lei

Pachetul medical Senior

Pentru că vrei să rămâi mereu tânăr, ai nevoie în primul rând de o sănătate de fier! Trăieşte activ la orice vârstă şi protejează-ţi sănătatea prin intermediul pachetului medical Senior (+50 de ani), conceput special pentru tine:

- Set analize standard
- Consult Oftalmologic
- Consult ORL
- Consult Cardiologie (+ECG)
- Consult Nutriţie/Endocrinologie
- Consult Ginecologie
- Consult Gastroenterologie (Colonoscopie/Endoscopie Digestivă Superioară)
- Consult Urologie (PSA şi free PSA)
- Consult Reumatologie
- Consult Neurologie
- Ecografie abdominală

Preţul pachetului: 900 lei

Happy Hour pentru vârstnici, la hyperclinicile MedLife Titan şi MedLife Favorit

Trăieşte activ la orice vârstă şi protejează-ţi sănătatea! Dacă eşti pensionar, vino la Hyperclinica MedLife Titan sau la Hyperclinica MedLife Favorit şi-ţi oferim o reducere de 50% la preţul consultaţiilor între orele 12:00 şi 14:00. Pentru a beneficia de ofertă, te aşteptăm cu talonul de pensie de luni până vineri, în hyperclinicile Titan şi Favorit. Detalii şi programări, la telefon 021 96 46

PharmaLife Med te pregăteşte de vară

Oferă-i un bronz sănătos pielii tale şi asigură-i o protecţie optimă faţă de razele soarelui!
Începând cu luna iunie, farmaciile MedLife, PharmaLife Med, vă aşteaptă cu reduceri şi cadouri la produsele pentru protecţie solară.

Profită de soare, sănătos, PharmaLife Med îţi spune cum!

FibroScan, echipament modern de evaluare neinvazivă a fibrozei hepatice

Centrul de Excelenţă în Gastroenterologie din Hyperclinica MedLife Favorit pune la dispoziţia pacienţilor investigaţiile neinvazive cu FibroScan. Echipament ultra-modern, FibroScan-ul măsoară duritatea ţesutului hepatic, fiind utilizat în depistarea şi cuantificarea fibrozei hepatice din hepatite şi ciroză. Investigaţia este o alternativă pentru biopsia hepatică, cu performanţe apropiate acesteia, în condiţiile în care biopsia este o metodă invazivă, care poate fi dureroasă şi prezintă riscuri, complicaţii (hemoragie, peritonită, sepsis) şi care poate avea numeroase limitari şi contraindicaţii.

Evaluarea se face printr-un simplu test rapid, nedureros şi non-invaziv, rezultatul fiind disponibil imediat.

Cum funţionează?

Pentru a evalua elasticitatea ficatului, aparatul emite o undă de şoc plecând de la peretele toracic şi măsoară viteza acesteia cu ajutorul unui fascicul de ultrasunete. Gradul de elasticitate se determină dintr-o medie a măsurătorilor multiple efectuate în acelaşi punct de impact. Aparatul validează doar undele a căror viteză este constantă în parenchimul hepatic, ceea ce determină eliminarea artefactelor.

Volumul explorat este de cel puţin 100 de ori superior eşantionului tisular obţinut prin biopsia hepatică, un punct important fiind recunoaşterea heterogenităţii distribuţiei fibrozei hepatice.

Nou: Ecograf Vidid 7 pentru explorarea afecţiunilor cardiovasculare la Hyperclinica MedLife Titan

Pacienţii cu afecţiuni cardiovasculare pot beneficia de explorări ale sistemului cardiovascular cu ecograful Vivid 7 Dimension de la General Electric. Echipamentul ultramodern dispune de sistemul Ultra Definition Clarity Control, care contribuie la reducerea artefactelor şi la îmbunătăţirea rezoluţiei şi claritătii imaginii.

Vivid 7 Dimension include toate modurile uzuale de lucru, inclusiv Doppler tisular spectral de mare acurateţe, şi oferă posibilitatea stocării datelor şi imaginilor.

Funcţiile de care dispune şi calitatea echipamentului oferă posibilitatea medicului să obţină o evaluare complexă şi amănunţită asupra anatomiei şi funcţiei cardiace.

Dr. Gabriela Hadârcă, medic specialist medicină internă

Dr. Gabriela Hadârcă, medic specialist medicină internă, face parte, de luna trecută, din echipa Centrului Medical MedLife Victoriei. Absolventă a Universității de Medicină și Farmacie „Carol Davila", București, promoția 1993, doctorul Gabriela Hadârcă și-a continuat formarea în cadrul celor două programe de rezidențiat: boli infecțioase și medicină internă. După finalizarea studiilor, a urmat mai multe cursuri de perfecționare. Printre acestea putem enumera cursul de resuscitare cardio pulmonară și cerebrală, adulți, curs de ecografie generală, osteodensitometrie etc. Și-a dezvoltat abilitățile practice activând în cadrul Spitalului Clinic Colentina, la Puls Medica, CMU și Clinica Polisano. Pe lângă acestea, în anul 2005, dr. Hadârcă a activat ca asistent universitar la Facultatea de Medicină a Universității „Titu Maiorescu", disciplina Medicină internă.

Dr. Donata Kacori, medic specialist obstetrică-ginecologie

Dr. Donata Kacori este noul specialist în obstetrică-ginecologie al Centrului Medical MedLife Victoriei. Dr. Donata Kakori a absolvit Facultatea de Medicină Generală, Universitatea Tirana, în anul 1995, ulterior a efectuat stagiatura la Centrul Spitalicesc Universitar Tirana, iar din 1996 până în 1998 a activat ca medic de familie, șef al Centrului de Sănătate Milot, Kurbin.
În anul 1998 vine în România și activează, inițial, ca medic rezident în chirurgie generală la Spitalul Universitar de Urgență București, după care este rezident în urologie la Spitalul Fundeni și Institutul Parhon, iar din 1999 până în 2000, ca medic rezident la Institutul Oncologic București. În paralel se specializează în obstetrică - ginecologie, în perioada 1998-2003, la Spitalul Clinic Filantropia, și după absolvire revine la Tirana unde lucrează ca medic la Spitalul Clinic de Obstetrică Ginecologie din oraș.
Din 2005 este și doctorandă în obstetrică ginecologie, UMF "Carol Davila", București.
Înainte de a veni la MedLife a mai activat la Clinica Eurosanity și la Centrul Medical MED-AS, între 2010 și 2012.
Doctorul Donata Kacori deține competențe în colposcopie și ultrasonografie, după ce a urmat cursurile de specialitate.

Dr. Josephine Marin-Ionaşcu, medic specialist chirurgie generală

Dr. Josephine Marin-Ionaşcu, medic specialist chirurgie generală, activează, din luna mai, în Centrul Medical MedLife Victoriei. Absolventă a Universității de Medicină și Farmacie Gr.T. Popa, Iași, promoția 2001, dr. Marin-Ionașcu s-a specializat în chirurgie generală ca medic rezident în chirurgie generală. Pe parcursul programului de rezidențiat a efectuat mai multe stagii de pregătire în cadrul Spitalului Clinic Colțea, la Spitalul SMC Carol Davila, Spitalul Bagdasar-Arseni, Spitalul Filantropia. Din 2007 activează și la Clinica Munposan 94, iar în noiembrie 2011 devine medic specialist în chirurgie generală.
A scris și a publicat mai multe lucrări din domeniul chirurgiei și participă activ la simpozioane, conferințe și congrese de specialitate.

Dr. Gojko Novcic, medic specialist oftalmologie

Dr. Gojko Novcic este noul specialist în oftalmologie al Hyperclinicii MedLife Timișoara. Dr. Novcic este absolvent al Facultății de Medicină Generală, Universitatea de Medicină și Farmacie "Victor Babeș" din Timișoara, anul 2000, iar în anul 2005 devine medic specialist în oftalmologie după finalizarea rezidențiatului. Specialistul are o bogată experiență profesională activând în cadrul multor clinici de profil. Printre acestea putem enumera: Policlinica S-Profilaxis, Centrul Medical Dr. Grigoraș, Centrul Medical Minerva, Klass Kinetica.

Dr. Ana-Maria Răducu, medic specialist stomatologie

Recent, dr. Ana-Maria Răducu, medic specialist stomatologie, s-a alăturat Centrului Medical MedLife Iride. Dr. Răducu este licențiată în Stomatologie, Universitatea de Medicină și Farmacie „Carol Davila", anul 2006, și este doctorandă în cadrul aceleiași universități. După finalizarea studiilor a activat ca medic specialist în stomatologie la Rodent Clinic, iar din 2007 până în prezent activează ca stomatolog la Eurodentexpert. Pe lângă acestea, pe parcursul a 8 ani, în perioada 2002-2010 s-a ocupat de organizarea conferințelor stomatologice în cadrul Uniunii Naționale a Asociațiilor Stomatologice. Publică lucrări de specialitate și participă la cursuri, conferințe și seminarii stomatologice în țară și în străinătate.

Dr. Alexandru Dan Ressu, medic specialist psihiatrie

Din luna mai, Centrul Medical MedLife Victoriei beneficiază de expertiza dr. Alexandru Dan Ressu, medic specialist psihiatrie. Noul specialist al Universității de Medicină și Farmacie "Carol Davila" din București, promoția 2004, s-a specializat în psihiatrie activând ca medic rezident psihiatrie adulți în cadrul Spitalului "Al. Obregia", secția IX, Psihiatrie Adulți. Din octombrie 2011, după susținerea examenului de profil, dr. Ressu devine medic specialist în psihiatrie. În perioada rezidențiatului, doctorul Ressu a mai activat ca reprezentant medical al mai multor companii farmaceutice cu renume mondial.

Dr. Cristina Stan, medic specialist medicină internă

Dr. Cristina Stan, medic specialist medicină internă, este noul specialist al Hyperclinicii MedLife Titan. Absolventă a Universității de Medicină și Farmacie I. Hațieganu, Cluj- Napoca, promoția 2000, dr. Stan s-a format în cadrul spitalelor Colțea și Sf. Ioan, din București. A urmat un curs de ultrasonografie generală în cadrul Spitalului Clinic Fundeni, iar din 2010 urmează a doua specializare în diabet zaharat, nutriție și boli metabolice, în cadrul Institutului N. Paulescu, București.

Dr. Laura Daria Trifan, medic specialist neurologie

Dr. Laura Daria Trifan, medic specialist neurologie, face parte din echipa Centrului Medical MedLife Victoriei. Dr. Trifan este absolventa Universității de Medicină și Farmacie "Carol Davila" din București, în anul 2006, și s-a specializat în neurologie activând ca medic rezident la Spitalul Colentina din București, iar din 2011 este medic specialist neurolog. A participat la Danubian Neurological Teaching Course, în anul 2007, Conferința Națională de Stroke (AVC), în 2008, a absolvit cursul de European Headache School Videoconference Course și are o participare activă la conferințele din domeniu. Recent, ca urmare a promovării examenului de profil, a obținut competență în ultrasonografie doppler cervicocerebrală.

Dr. Anca Tursie, medic specialist chirurgie vasculară

Din luna mai, echipa Hyperclinicii MedLife Timișoara are un specialist în chirurgia vasculară – dr. Anca Tursie. Dr. Tursie este foarte implicată, având la activ peste 5.000 de intervenții chirurgicale. A absolvit Universitatea de Medicină și Farmacie din Timișoara în 2002. Din 2011 este doctor în științe medicale. S-a specializat în chirurgie vasculară activând ca medic rezident în perioada 2003-2007. Din 2008, activează ca medic specialist chirurg vascular la Clinica de Chirurgie Vasculară a Spitalului Clinic Județean Timișoara, iar din 2009, la Spitalul MedLife Genesys din Arad. Își continuă formarea prin participarea la diverse cursuri și stagii.

Copilul tău face sport? Ajută-l să fie activ!

De niște ani, în curțile blocurilor e liniște. Nu se mai aude gălăgia copiilor care se joacă de-a v-ați ascunselea, bat mingea, sar coarda sau elasticul. Par apuse vremurile în care auzeai câte o mamă supărată strigând de la geamul blocului după ștrengarul care bate mingea de zor și nu-l mai interesează temele sau cina. Copiii de astăzi par invizibili, au dispărut în spatele monitorului de la calculator sau în fața televizorului. Excepția o mai fac micuții până la 5-6 ani, care mai pot fi văzuți în parc cu părinții, dar și câțiva adolescenți pasionați de skatebording, care-și savurează doza de adrenalină în zonele special amenajate.

Pare redundant să mai spunem că activitățile în aer liber sau cele sportive au fost substituite cu jocurile pe calculator sau statul în fața televizorului. Copilul stă comod în camera sa și cu ajutorul unor butoane din tastatură dă pase pe terenul virtual sau "aleargă" după inamici. Nici la școală nu are parte de prea multă mișcare, majoritatea eschivându-se, sub diverse motive, de la orele de sport. Realitățile descrise nu sunt niște cazuri izolate. Un studiu realizat la începutul anului 2012 arată că, în România, 43% dintre copiii cu vârsta între 2 și 18 ani nu practică nici o activitate sportivă. În spatele acestor cifre se poate ascunde nu doar o generație sedentară, ci și una cu foarte multe probleme de sănătate. "Sedentarismul este unul dintre cele mai mari pericole pentru un copil", afirmă dr. Mihaela Herescu, medic primar pediatrie, Hyperclinica MedLife Băneasa. "Studiile arată că atât copiii, cât și adolescenții petrec aproximativ 45 de ore în fiecare săptămână uitându-se la televizor, urmărind filme, lucrând sau jucându-se pe calculator. Acestea sunt premisele care duc la apariția mai multor afecțiuni grave, cum ar fi: obezitatea, diabetul zaharat, boli cardiovasculare, tulburările de vedere, tulburări de postură (deformarea coloanei vertebrale din cauza viciilor de postură) sau tulburări de comportament (copiii devin individualiști, introvertiți). Din aceste motive, este foarte important ca, începând cu vârsta preșcolară, copilul să fie înscris la diverse activități sportive sau să-și petreacă cât mai mult timp în aer liber", explică pediatrul.

Sportul, condiția pentru un copil deștept și sănătos

Încă din Grecia Antică sportul făcea parte din educația cetățenilor, pe lângă filozofie, muzică și arte. Atât în modelul cetății propus de Platon, cât și de Aristotel, dezvoltarea calităților și a "virtuților" unui copil mergeau mână-n mână cu dezvoltarea lui fizică prin practicarea gimnasticii. Astfel, grecii promovau curajul, spiritul de competiție și raționalitatea, precum și imaginea unui corp suplu, bine proporționat și puternic. Odată cu îndepărtarea de scopul militar, practicarea sportului a devenit esențială pentru dezvoltarea armonioasă a individului.
Activitatea fizică de la vârste fragede este esențială pentru formarea psihologică și fizică a copilului. Potrivit dr. Alin Popescu, medic primar medicină sportivă, Hyperclinica MedLife Grivița, "practicarea în mod regulat a unui sport stimulează dezvoltarea anumitor abilități motrice, precum coordonarea, viteza, anduranța și suplețea, sau cognitive, precum vederea, înțelegerea, capacitatea de a-și forma o părere sau de a lua anumite decizii. La nivel tactic, copiii învață să elaboreze anumite strategii. Sportul de echipă influențează în mod pozitiv și nivelul de sociabilitate.
Din punct de vedere psihologic și mental, sportul reprezintă o școală bună, care îi învață pe copii cum să-și întărească voința, rezistența și concentrarea, dar și cum să-și controleze stresul și suferința. Sportul le poate oferi copiilor mai multa siguranță, încredere în ei înșiși, autocontrol și independență. Practicarea unui sport îi învață încă de mici să adopte un stil de viață echilibrat : o alimentație corespunzătoare, respectarea orelor de somn, întreținerea igienei corporale, disciplina, punctualitatea. Totodată, activitățile colective, cum ar fi sportul organizat, ajută copiii să se identifice cu un anumit grup – echipa lor, de exemplu – lucru esențial pentru dezvoltarea personală și socială a unui copil. Cei care nu se simt acceptați sau nu au sentimentul apartenenței la un grup suferă adesea de depresie, de anxietate și de o lipsă generală de încredere.
Pe lângă acestea, activitățile sportive adună de multe ori copii care provin dintr-o varietate de medii sociale și economice, oferindu-le astfel posibilitatea de a învăța despre diversitate și oferindu-le, în același timp, șansa de a-și face noi prieteni. Copiii care participă la aceste tipuri de activități învață să comunice și să lucreze mai bine cu colegii lor și cu adulții", subliniază dr. Alin Popescu. Sportul vă poate ajuta copilul să-și însușească mult mai ușor materiile de la școală. "Datorită faptului că în timpul activității fizice în aer liber creierul este oxigenat mult mai bine, se ameliorează capacitatea de concentrare și de învățare. Prin sport, copilul este mai organizat, iar randamentul școlar crește", explică Silvia Ciobanu, psiholog clinician și psihoterapeut, Centrul de Psihiatrie și Psihoterapie MindCare.
"În sport, reușitele, depășirea limitelor psihologice, succesele sunt o sursă imensă de bucurie pentru copil. Acestea ajută la formarea unei imagini de sine corecte și la creșterea stimei de sine. Se mai dezvoltă și capacitatea de a-și controla propriile impulsuri, stresul, emoțiile. În consecință, un copil care face sport este sănătos, optimist, mănâncă și doarme bine, crește armonios și nu mai are timp să se lase atras de tentațiile nesănătoase ale epocii în care trăim", susține psihologul.

„Sedentarismul este unul dintre cele mai mari pericole pentru un copil. Studiile arată că atât copiii, cât și adolescenții petrec aproximativ 45 de ore în fiecare săptămână uitându-se la televizor, urmărind filme, lucrând sau jucându-se pe calculator"
Dr. Mihaela Herescu, medic primar pediatrie, Hyperclinica MedLife Băneasa

„Practicarea în mod regulat a unui sport stimulează dezvoltarea anumitor abilități motrice, precum coordonarea, viteza, anduranța și suplețea, sau cognitive, precum vederea, înțelegerea, capacitatea de a-și forma o părere sau de a lua anumite decizii”
Dr. Alin Popescu, medic primar medicină sportivă, Hyperclinica MedLife Grivița

Cum alegem sportul potrivit copilului nostru

Înainte de a alege un sport pentru copilul dumneavoastră, trebuie să țineți cont de nivelul de dezvoltare fizic și emoțional al copilului, de înclinația și de preferințele acestuia, ne recomandă Silvia Ciobanu.
Alegerea activităților sportive se face în funcție de mai multe criterii, precum vârstă, personalitate, temperament etc.
„Între 6 și 8 ani, sunt mai potrivite sporturile individuale: înot, balet, gimnastică. După 8 ani, fie sport individual, fie sport de echipă: atletism, înot, karate, tenis, fotbal, handbal etc. După această vârstă, va înțelege mai bine regulile jocului și regulile lucrului în echipă. Va accepta mai ușor autoritatea și va fi dornic să „aparțină” unui grup.
Sunt copii care au o înclinație naturală către sporturile de echipă și atunci ei ar trebui orientați către acestea (baschet, volei, fotbal etc.).
Alții se simt mai bine în activități individuale. Aceștia pot fi orientați către tenis, patinaj, înot, atletism, gimnastică etc.
Temperamentul și personalitatea copilului sunt alte criterii de care ar trebui să ținem cont.
Un copil activ și agitat poate fi orientat către un sport care să-i dezvolte răbdarea și rezistența, de exemplu atletism, înot, tenis.
Un copil timid poate fi introdus în sporturi de echipă, care să-i dezvolte capacitatea de a socializa: fotbal, volei, baschet.
Copiii cu agresivitate crescută pot fi îndrumați către sporturi disciplinare, dar care le oferă și posibilitatea să-și exteriorizeze controlat agresivitatea: arte marțiale, tenis, ciclism.
Copiii care sunt liniștiți și calculați se potrivesc mai bine pentru tenis de masă sau de câmp.
Momentul nepotrivit și alegerea unui sport în care copilul nu se simte confortabil pot deveni frustrări atât pentru copil, cât și pentru părinți și pot îndepărta copilul definitiv de sport”, explică Silvia Ciobanu, psiholog MindCare.

În cazul adolescenților, psihologul recomandă părinților să-i lase să practice sporturile pentru care au înclinații. „Dacă tânărul nu este atras în mod special de o activitate sportivă, el nu trebuie obligat. Misiunea părinților în această situație poate fi dificilă, aceștia având nevoie de mult tact, multă răbdare și atenție. Înainte de a recomanda copilului să practice sport, părintele ar trebui să-și manifeste interesul pentru un sport anume.
Pentru a reuși în acest demers, părinții trebuie să înceapă prin a discuta cu adolescentul despre sport, „dacă i-ar plăcea să practice vreun sport, ce sport i-ar plăcea. Părintele trebuie să observe de ce activități este atras copilul. Ar fi bine ca împreună cu el să meargă la anumite competiții sportive, chiar și la unele în care sunt copii de vârsta lui”, recomandă specialistul MindCare.

“Dacă copilul nu este atras în mod special de o activitate sportivă, el nu trebuie obligat. Misiunea părinților în această situație poate fi dificilă, aceștia având nevoie de mult tact, multă răbdare și atenție. Înainte de a recomanda copilului să practice sport, părintele ar trebui să-și manifeste interesul pentru un sport anume”
Dr. Silvia Ciobanu, psiholog clinician și psihoterapeut, Centrul de Psihiatrie și Psihoterapie MindCare

Înotul ajută copiii cu probleme

„Multă vreme, sportul a fost interzis micuților astmatici. Astăzi s-a ajuns la concluzia că natația este sportul care poate ajuta plămânii micuților bolnavi de astm. Punând în mișcare musculatura întregului corp, înotul stimulează funcția plămânilor, crescându-le astfel capacitatea de funcționare”, spune dr. Alin Popescu, medic primar medicină sportivă.
Potrivit specialistului, înotul este indicat și copiilor cu probleme osoase: scolioze, epifizite de creștere, pentru că apa preia din greutatea corpului, iar durerea care apare în cazul practicării altor sporturi dispare în totalitate.
Pe lângă acestea, „înotul este recomandat copiilor cu sechele de rahitism, copiilor astenici, cu tulburări în dezvoltarea psihosomatică etc. Înotul în apă caldă reușește să învingă spasmul muscular din parezele sau paraliziile spastice; prin activarea circulației sangvine ajută la dezvoltarea musculaturii hipotrofe; reeducă, de asemenea, mișcările articulare reduse în urma a multiple afecțiuni traumatologice. Însă cel mai important efect al înotului este cel psihic. Încrederea copilului în forțele proprii crește atunci când vede că stăpânește apa, că se descurcă singur”, adaugă Paul Vasiescu, instructor înot, Centrul de Kinetoterapie și Recuperare Medicală, Hyperclinica MedLife Grivița.
Pentru copii, piscina din cadrul Centrului de Fiziokinetoterapie și Recuperare Medicală MedLife oferă mai multe programe de tratament. Instructorul Paul Vasiescu și fiziokinetoterapeutul Mihaela Mihăescu se ocupă de copiii cu patologii care au nevoie de o atenție specială în timpul activităților acvatice. „Fiecare copil este supravegheat și îndrumat individual, iar exercițiile de hidrokinetoterapie sunt individualizate în funcție de patologia și de particularitățile fiecăruia”, adaugă Paul Vasiescu.
Înotul poate fi început la orice vârstă, ne spune instructorul. Puteți aduce copilul la bazin începând chiar de la 6 luni, după ce bebelușului i-a fost administrată a doua doză de vaccin care-i asigură securitatea imunitară. Înainte de a veni la bazin, luați un aviz epidemiologic și consultați-vă cu pediatrul copilului.

V.D.

„Înotul poate fi început la orice vârstă. Puteți aduce copilul la bazin începând chiar de la 6 luni, după ce bebelușului i-a fost administrată a doua doză de vaccin care-i asigură securitatea imunitară”
Paul Vasiescu, instructor înot, Centrul de Kinetoterapie lui Recuperare Medicală, Hyperclinica MedLife Grivița

Ajută-ți copilul să devină activ

• Implică-te împreună cu copilul tău în jocuri și activități sportive

• Oferă-i cadouri care să-l determine pe copil să facă mișcare – biciclete, role, minge, rachete de tenis etc.

• Implică-l în competiții. Puteți începe prin a le face cu membrii familiei

• Alimentează-i spiritul de aventură. Construiți împreună un zmeu din hârtie sau un avion și lansați-l împreună.

• Mergeți în drumeții și învățați-l tehnici de supraviețuire și de rezistență. Asociați-le cu scene din poveștile sau filmele lui preferate!

Prima aniversare - **Spitalul de Pediatrie MedLife**

1 iunie 2011. Pentru majoritatea dintre noi se anunța o zi obișnuită de muncă, poate ceva mai aglomerată pentru cei care au copii, însă pentru noua unitate medicală din strada Zăgazului nr. 7 era o zi cu totul și cu totul specială.

Încă de la primele ore ale dimineții era forfotă și aglomerație. O puzderie de jurnaliști, personalități publice, medici și alți invitați participau la evenimentul de lansare a Spitalului de Pediatrie MedLife, primul de acest fel din România și din Europa de Est. Într-o curte mare îi întâmpina la acea vreme o clădire imensă cu 6 etaje, care la prima vedere semăna cu o corabie. Holul de la parter și cabinetele din ambulatoriu erau neîncăpătoare pentru numărul mare de invitați care priveau cu multă curiozitate spațiile si echipamentele.

După ce au îmbrăcat echipamentele sterile, oaspeții au vizitat tot spitalul - secțiile, rezervele, departamentul de imagistică. Au văzut chiar și sălile de operație, prin geamul de sticlă. "Da, este un spital în adevăratul sens al cuvântului!", tot șușoteau între ei.

1 iunie 2012, ora 8:30 dimineața. Parcarea din curtea Spitalului este arhiplină. Urc scările spitalului și mă îndrept spre recepția ambulatoriului. Chiar dacă este o oră matinală, aici este deja aglomerație. Părinți cu copii în brațe, de mână sau în căruț așteaptă în holul cu animații zâmbitoare. Au venit pentru consultații, controale, investigații, analize sau tratamente. Stau doar câteva minute aici și mă îndrept către recepția Spitalului.

Nici aici nu este mai multă liniște. Este un du-te, vino interminabil: părinți care-și aduc copii cu probleme urgente și sunt consultați în camera de gardă, copii care sunt internați, alții care se externează. Mă așez în fotoliul din fața recepției și aștept până când una dintre fetele de la recepție se eliberează. Lângă mine stă un băiețel de vreo 6-7 ani, cu mâna bandajată. E foarte cuminte și privește spre televizorul din holul spitalului, în timp ce mama lui completează formularele de externare. Se ridică și se mută în fotoliul din dreapta, ca să poată vedea mai bine filmul cu desene animate de pe Mini Max. Între timp, lângă el mai apar câțiva copii mult mai mici. Par să recunoască personajele pentru că încep să arate fericiți către acestea. Uită de boala pentru care au venit și rămân acolo până vine asistenta să-i invite în cabinetul de consultații.

Nici eu nu mai stau foarte mult, pentru că și după mine coboară cineva din blocul operator. Îmi pun botoșei, iau un halat și urc.

Spațiul unde se produc miracolele

Nu este pentru prima oară când intru într-o sală de operație. Știu deja regulile și ritualul pe care trebuie să le respecți pentru a ajunge acolo. Înainte de a intra pe ușa cu semnul de acces interzis de la etajul 6, îmi mai pun o pereche de papuci de protecție. Trec prin vestiar, îmi îmbrac echipamentul steril, îmi pun mască, bonetă, mănușile și intru în spațiul aseptic al sălii de operație. Ca pe o scenă, pe masa din mijloc se află copilul pregătit pentru operație. Nu-i pot vedea fața, însă îi trăiesc emoțiile, pentru că aparatul de monitorizare cardiacă amplifică bătăile inimii.

Echipa de chirurgi își coordonează mișcările din priviri. Medicii reglează imaginea de pe monitor, fac o incizie de câțiva milimetri în buric și introduc gazul necesar realizării spațiului de lucru, iar când acesta este gata dr. George Sălăvăstru, medic specialist chirurgie pediatrică laparoscopică, introduce camera laparoscopică,

trocarele de lucru și începe "să repare" cu multă migală problema copilului de 3 ani. „Este o operație de hidrocel pe care am ales să o abordăm laparoscopic", explică dr. Sălăvăstru. „Hidrocelul reprezintă acumularea de lichid într-un rest al canalului peritoneo-vaginal. Când herniază o ansă intestinală rezultă o hernie inghinală sau inghino-scrotală, iar când pătrunde doar lichid va rezulta hidrocelul. Operația de hidrocel constă în identificarea și izolarea canalului peritoneo-vaginal fie prin operație clasică cu incizie la nivelul pliului abdominal inferior, fie modern, prin abord laparoscopic intraabdominal, abord prin care se vizualizează foarte ușor orificiul herniar deschis. După aceasta se identifică și rezecă sacul herniar și se închide orificiul herniar cu fire separate în «X» sau cu surjet", spune chirurgul pediatric.

Se lucrează cu multă atenție, iar medicii vorbesc în șoaptă. Lămpile de deasupra mesei de operație se sting. Porțiunea pe care se operează este iluminată slab, în albastru. „Operațiile laparoscopice se realizează în obscuritatea sălii de operație pentru o mai bună vizualizare a detaliilor de pe monitor", explică doctorul. Concentrația e maximă. Incizii milimetrice și suturi fine. Un proces migălos, care necesită antrenament și multă răbdare.
Din cauza tensiunii și a concentrării, am pierdut noțiunea timpului. Durerea de picioare și luminile care au inundat sala de operație m-au făcut să-mi dau seama că suntem aproape de final. Doctorii au exfsuflat gazul și au extras pensele. „Vom aplica un lipici steril pe plăgile dermice", spune dr. Sălăvăstru. „Pentru România este o noutate, nu se mai cos inciziile în piele, iar asta reduce mult trauma copilului atunci când se extrag firele sau când se aplică pansamente".
După ce s-a încheiat operația, băiețelul a fost mutat în secția de anestezie și terapie intensivă, iar sala este pregătită pentru următoarea intervenție chirurgicală programată în acea zi.

În secția de terapie intensivă băiețelul își continuă liniștit somnul. Doamna dr. Ganea se apropie de el de câteva ori pentru a-i verifica parametrii vitali. Între timp, se apropie și mama copilului. Este emoționată și-i tremură mâna când încearcă să îl mângâie...
„S-a trezit din anestezie, acum doarme. Poate să doarmă o jumătate de oră, o oră, depinde care este ciclul lui firesc de somn. Dacă doarme mai mult este mai bine. Se va trezi mai liniștit și vom reuși să comunicăm mai ușor", ne spune dr. Mihaela Ganea, medic primar anestezie și terapie intensivă.
Nici nu termină bine doamna doctor, că băiețelul se trezește brusc și se ridică, privind buimac în jur. Spune ceva nedeslușit, după care o vede, o recunoaște și o strânge de mână. „Hai să plecăm acasă, mami", spune și se lasă pe pernă.
Operația a trecut cu bine, medicii spun că peste o oră va merge în rezervă și după o zi va putea pleca acasă. Săptămânal, în Spitalul de Pediatrie, se efectuează aprox. 20-25 de intervenții chirurgicale clasice și laparoscopice.
Recent, Spitalul de Pediatrie a încheiat un contract cu Casa de Asigurări de Sănătate astfel încât pacienții care vin cu biletul de trimitere de la medicul de familie aflat în relație contractuală cu Casa de Asigurări de Sănătate, pot beneficia de intervenții chirurgicale la prețul de 1.000 de lei. Prețul acoperă intervențiile efectuate de dr. Mihaela Avram Popa și de dr. George Sălăvăstru, precum și costul unei zile de cazare în spital. În pachet sunt incluse: apendicectomiile, herniile inghinale, hernia ombilicală, orhidopexia, chistul de cordon spermatic, hidrocel și fimoză.
Într-un an, Spitalul de Pediatrie MedLife a devenit un punct de reper pentru serviciile medicale din București și din țară. Așa cum este și cazul Ioanei, care a venit tocmai de la Bacău cu David, un băiețel de un an. „Am venit aseară, David are o viroză. Este pentru prima dată când venim aici și am rămas surprinși de condițiile și de atitudinea personalului de aici. În plus, aici ni s-au făcut toate investigațiile și analizele. N-a mai fost nevoie să mă plimb cu copilul dintr-un loc în altul pentru o analiză sau procedură, așa cum mi s-a întâmplat în altă parte", povestește mămica.

Spitalul are o rată de ocupare de aproximativ 90%. Copiii stau aici 2, 3 zile, li se fac toate investigațiile de care au nevoie, li se stabilește un tratament și, cum dau primele semne de recuperare, pleacă spre casă. Unii continuă tratamentele în ambulatoriu și revin la controalele periodice pentru că Spitalul de Pediatrie le dă părinților siguranța și încrederea că aici copiii lor se vor face bine!

Victoria Donos

A doua **şansă la viață**

Am avut o naştere normală. Medicii mi-au spus că am o fetiță sănătoasă de nota 10. Însă după câteva ore lucrurile au luat o întorsătură neașteptată. Eram încă în secția de terapie intensivă când am auzit vocile îngrijorate ale medicilor. Fetița începuse să se îngălbenească, avea un icter puternic instalat prematur şi destul de violent. Pentru că eram după operația de cezariană, tulburată de ceea ce mi se întâmpla nu am dat importanță de la început acestei rumori, crezând că e ceva trecător şi uzual.

Când am revenit în salon, am aflat că era ceva în neregulă cu bebelușul meu, medicii mi-au spus că este foarte posibil sa aibă o incompatibilitate de grupă sangvină sau Rh. Eram singura mamă care nu şi-a primit copilul în brațe. A fost un moment dramatic. Naşterea este o experiență dificilă, eşti năpădit de emoții, de stres, durerea de la operație te chinuie, iar faptul că eu nici nu îmi ținusem copilul în brațe a fost ceva îngrozitor. Cu atât mai mult cu cât în jur erau numai mame fericite, cu copii, înconjurate de rubedenii, de prieteni care vorbeau despre asta.

Iar eu, eu nu aveam cum să fiu lângă copilul meu. Nu aveam voie, dar nici nu eram în stare. Eram într-o suferință fizică foarte mare, nu puteam să stau mai mult de 15 minute în picioare după operație şi eram şi dărâmată din cauza a ceea ce se întâmpla, oricum...simțeam că nu pot să o văd aşa. Era legată la aparate, cu branulă, cu fața acoperită din cauza ultravioletelor. Nici nu ştiam cum arăta, doar bilețelul de pe pat cu numele îmi demonstra că acela e copilul meu. A fost foarte greu, nu vreau să mă mai gândesc... cred că trebuie să mai treacă timp ca să pot să îmi amintesc acele momente.

Dacă pentru o clipă am crezut că în acea zi trăisem suferința la toate gradele posibile, se pare că nu era aşa. Momentul culminant a fost când am primit să semnez o foaie unde erau scrise riscurile pe care le implică tratamentul fetiței. Erau vreo 14 de toate, primul fiind decesul. Asta cred că m-a doborât... Nu am mai putut să mă duc să îmi văd copilul în acea zi.
Totuşi, medicii s-au mobilizat extraordinar ca să afle care este problema şi să găsească soluții.
Mie mi s-a părut normal că s-au strâns toate mințile luminate din MedLife, de la medici primari până la profesori, deşi în România este ceva extraordinar să se întâmple asta... În tot acest timp s-au comportat extrem de corect. După ce s-a stabilit că fetița noastră are o incompatibilitate subgrupa minora C cu izoimunizare cu titru de anticorpi mare, medicii au decis că este nevoie de exanghinotransfuzie, mai exact să i se înlocuiască dublu volumul de sânge. Au reacționat prompt de fiecare dată, mi-au explicat foarte clar ce i se întâmplă fetiței mele şi ne-au ținut în permanență la curent cu evoluția ei.

Efectele tratamentului s-au resimțit din primele zile. Nu există cuvinte care să exprime bucuria pe care am simțit-o în primul moment în care am ținut-o în brațe. Trăiam un amestec de fericire şi teamă. Mă apăsa gândul că acest copil de numai 3 zile a suferit atât de mult. Am ținut-o foarte mult în brațe după aceea, mai mult decât dacă nu s-ar fi întâmplat nimic. Am apreciat mai mult timpul cu ea, m-am gândit mai puțin la mine şi la suferințele mele fizice.

Ne-am externat după o săptămână, sănătoase. Am plecat cu teama pe care o trăieşte orice mamă. Cum mă voi descurca singură, fără toată armata de asistente, medici, cu acest copil mic şi foarte fragil.

Recent, Maria a împlinit 3 luni. Este un copil extraordinar şi special. Ne-a demonstrat-o imediat după naştere, atunci când ne-a predat o lecție de rezistență şi de forță.

Opinia specialistului

M. s-a născut la termen în Maternitatea MedLife din Bucureşti şi este cel de-al doilea copil al unui cuplu tânăr, fără probleme de sănătate semnificative.

Nou-născutul la termen, aparent sănătos, provine dintr-o sarcină fiziologică, urmărită medical şi născut prin operație cezariană. Adaptarea neonatală a fost favorabilă, însă la două ore de la naştere a prezentat icter sclero-tegumentar precoce, iar analizele au confirmat observația clinică. Valoarea bilirubinei (parametrul biologic cu care se monitorizeaza icterul) era neașteptat de mare pentru vârsta nou-născutului şi în creştere de la o determinare la alta, respectiv s-a identificat prezența şi progresia anemiei prin hemoliză.

Deşi istoricul sarcinii actuale şi al celei precedente nu indica incompatibilitate în sistem ABO sau Rh, s-a lărgit aria investigațiilor şi s-au trimis probe de sânge specifice pentru fenotipare pe subgrupe sangvine la Institutul de Hematologie. Rezultatul analizelor a confirmat o incompatibilitate în subgrupa minora C cu izoimunizare cu titru de anticorpi mare. Nou-născutul a fost monitorizat clinic şi biologic continuu, a fost inițiată fototerapia intensivă la trei lămpi, dar probele biologice s-au deteriorat şi, la 24 de ore de viață, s-a decis exanghinotransfuzie cu sânge ales, compatibil, special preparat la Institutul de Hematologie. După efectuarea acestei proceduri, dificile pentru întreaga echipă de neonatologie (exanghinotransfuzia este o manevră invazivă prin care se schimbă dublul volumului sângelui nou-născului, pentru epurarea anticorpilor şi bilirubinei), evoluția a fost lent favorabilă, fără recăderi şi cu ameliorarea constantelor biologice şi a stării clinice. La o săptămână familia s-a externat cu un nou-născut viguros, alimentat la sân. La controalele ulterioare efectuate la neonatolog şi la pediatru, nou-născutul şi apoi sugarul a avut o evoluție ascendentă, favorabilă.

La nivel mondial, în ultimii 40 de ani s-au înregistrat mai puțin de 100 de cazuri de incompatibilitate cu izoimunizare în subgrupa minora C. Pentru tratamentul acestui caz a fost nevoie de efortul susținut al întregii echipe din secția de neonatologie.

Încrederea cu care ne-a creditat familia a fost extraordinară, de asemenea, modalitatea în care şi-au exprimat/temperat sentimentele a fost admirabilă!

Echipa medicală:

Medic curant: Dr. Raluca Gabriela Olteanu, medic specialist neonatologie

Echipa sectiei de neonatologie:
Dr. Adrian Ioan Toma, medic primar neonatologie, şeful secției
Dr. Aura Irina Cuzino, medic primar neonatologie
Dr. Alexandra Cozinov, medic specialist neonatologie

Echipă de asistente coordonată de asistent principal Mihaela Milencovici

„Băieții mei spun că **n-am fost o mamă bună** pentru că am atribuit foarte mult timp meseriei. E adevărat.”

Interviu cu dr. Mihaela Marcu, fondatoarea MedLife

„Nu e nevoie să-mi fac publicitate. Oamenii vin dacă vor. Se întorc dacă le plac”, spune pediatrul Mihaela Marcu, unul dintre medicii cei mai căutați de către jurnaliștii presei business pentru care fondatoarea MedLife, cel mai mare operator de servicii medicale private din România, este un “trofeu”. Dar Mihaela Marcu nu este om de afaceri, iar patron și milionar este abia în al treilea rând. Medicina și cei doi băieți sunt primele, cele mai dragi și vitale elemente ale vieții acestui pediatru care, la 70 de ani, are de spus o poveste simplă și puternică.

Ați ajuns în vârful carierei…
Mihaela Marcu: Lucrez de 45 de ani și de 16 ani sunt în medicina privată.

…v-ați realizat și financiar, și afectiv.
Mihaela Marcu: Cea mai mare realizare a mea e familia. Deși acum sunt singură, căci soțul nu mai este, triunghiul Mihai-Nini-Mihaela este un triunghi pe care multe mame ar vrea să-l aibă. Deși sunt inerente discuțiile contradictorii, cred, și e real ce spun, că dragostea dintre mine și băieții mei este un lucru de invidiat. Niciodată nu m-am culcat fără să știu unde sunt băieții mei. Deși ei spun că n-am fost o mamă bună pentru că am atribuit foarte mult timp meseriei. Și e adevărat. Mihai spune că într-o zi avea piciorul rupt și eu am plecat să văd un copil, înainte să mă duc să-i pun piciorul în gips.

Și nu vă simțiți vinovată pentru asta?
Mihaela Marcu: Mă simt vinovată, dar mă gândeam că nu e chiar așa de urgentă medical problema lui. Și m-am întors și l-am dus. Acum, dacă eu am o problemă cât de mică de sănătate, dezechilibrul lor în viața de zi cu zi apare imediat. Sunt unele lucruri care-mi încălzesc sufletul și mă fac să stau pe scaunul ăsta. Și voi sta pe scaunul ăsta cât timp voi trăi și cât voi putea.

De ce nu plecați în croaziere în jurul lumii, în vacanțe…?
Mihaela Marcu: Nu-mi place. În 16 ani de medicină privată am avut 17 zile de concediu. 11 ani am lucrat șapte zile din șapte. Apoi o colegă a început să mă înlocuiască duminica și băieții mei s-au gândit că mă vor convinge să renunț și la sâmbete. Ceea ce n-am să fac niciodată. Așa că acum lucrez de luni până sâmbătă. După moartea soțului meu, singurătatea fiind grea, băieții au încercat să mă trimită undeva și să mă detașez de MedLife. Am fost patru zile plecată în Dubai și mi-a fost foarte rău. M-a obosit drumul, mâncarea nu mi-a plăcut. Nu pot să spun nici că am venit odihnită, deși nu am avut telefonul la mine. Eu port telefonul în permanență și, dacă nu-l am, intru în vrie.

Care este cel mai important lucru pe care vi l-a oferit medicina?
Mihaela Marcu: Cea mai frumoasă carieră pe lumea asta este să îngrijești bolnavi. În afară de partea financiară care de la un moment dat nu mai contează, medicina mi-a oferit foarte mulți prieteni. Eu sunt pediatru și acești copii sunt minunile lumii. Să intri într-o sală de consultații și să vezi copiii strigând “a venit Marcu, a venit Marcu!” și să se bucure și apoi să mă mângâie.

Dar de obicei copiilor le e frică de medic.
Mihaela Marcu: Foarte mulți părinți îmi povestesc că atunci când le e rău, copiii le spun “du-mă la Marcu, du-mă la Marcu!”.

De ce?
Mihaela Marcu: Pentru că le e rău și știu că aici se fac bine.

Pot fi copiii atât de maturi?
Mihaela Marcu: Absolut. După trei, patru ani asta fac și se atașează de mine. Și dacă unul dintre părinți spune ceva negativ, îl pârăsc. Copiii aștia sunt nevinovați. Ei nu știu să bârfească, nu știu să urască, nu știu să vorbească negativ despre un doctor. Ei nu știu dacă un doctor e bun sau rău. Ei vin aici pentru că se simt rău și faptul că eu îi fac bine îi face fericiți. Sunt și nemulțumiți, nu pot să spun că-i mulțumesc pe toți. Stilul meu este foarte rapid. Nu am răbdare să explic părinților cu lux de amănunte și de multe ori de aici vin nemulțumirile. Ei doresc să le ofer mai mult timp, dar eu, având o adresabilitate foarte mare, mă gândesc să văd cât mai mulți copii. Noi am făcut acest spital de pediatrie din dragoste pentru copii. Acest spital nu este profitabil.

La deschiderea lui ați spus că vă bucurați, dar în același timp vă temeți pentru ceea ce va fi.
Mihaela Marcu: Mă temeam pentru două lucruri. În primul rând mă temeam de un insucces. Nu financiar, pentru că partea financiară a fost o perioadă importantă, dar acum e mai puțin importantă pentru mine. Mi-era teamă să nu-mi închei cariera cu un insucces. Și mă gândeam că va fi foarte greu să aduc niște medici de la stat excepționali, dar care nu au un stil de comunicare cum am văzut în Vest. Norocul meu este că am făcut naveta în Vest doisprezece ani și am învățat modul de comportament al doctorilor față de pacienți. Așa am învățat să fiu foarte serioasă: dacă am un copil de a cărui evoluție mă tem, stau toată noaptea cu gândul la el. Și întotdeauna cer și a doua opinie.

Pe forumurile părinților, pe Internet, următorul gen de opinie e predominant în ceea ce vă privește: “Doamna Marcu e mai rece, dar știe să-mi spună ce are bebe doar dacă se uită la el.”
Mihaela Marcu: Nu sunt rece deloc. Dragostea mea pentru copii e foarte mare. Nu sunt perfectă. Văzând mulți copii… dacă mă găsește la sfârșitul unei zile cu zeci de consultații, vă dați seama că nu mă comport că la început de program. Cineva îmi spunea: “Doamna doctor, aici sunteți foarte ocupată, veniți vă rog acasă să-mi vedeți copilul, că am auzit că acasă sunteți cu totul altfel”. Sunt rece în sensul că lucrez foarte repede.

De-a lungul unei vieți de medic, care a fost cel mai greu de respectat dintre următoarele patru principii ale jurământului lui Hipocrate?
- *Mă voi abține de la a fi corupt și a face rău.*
- *Nu voi uita că medicina e o artă și că înțelegerea și căldura pot fi mai importante decât bisturiul și medicamentele.*
- *Nu-mi va fi rușine să spun „nu știu” și să solicit sfatul colegilor mei atunci când pacientul are nevoie.*
- *Îmi voi respecta maestrul ca pe părinții mei.*

Mihaela Marcu: Cel de-al treilea.

Vorbiți ca o femeie care a învins.
Mihaela Marcu: Am învins. Am învins pentru că mi-am dorit să rămână ceva după mine.

Autor: Vlad Mixich
Citiți interviul complet pe: http://medlive.hotnews.ro/
-

Depresia postpartum

Mama este cea mai importantă persoană în dezvoltarea nou-născutului și a sugarului. Pentru acest rol, este nevoie ca ea să aibă suficientă energie și interes față de bebeluș, pentru a face față provocării reprezentate de îngrijirea acestuia.

Multe femei prezintă simptome afective în perioada denumită postpartum, la 4-6 săptămâni după naștere. Cel mai frecvent este vorba despre depresia tranzitorie postnatală („baby blues"), care apare la 2-3 zile după naștere și care este caracterizată prin labilitate afectivă, tristețe, iritabilitate, plâns nemotivat. Se crede că aceasta ar fi rezultatul variațiilor rapide ale nivelurilor hormonale, stresului legat de naștere și conștientizării responsabilităților pe care le presupune maternitatea. Dacă aceste simptome nu dispar după două săptămâni, ele ar putea reprezenta debutul unei depresii majore postpartum.
Depresia postnatală, numită și depresie postpartum, este mai puțin frecventă (aproximativ 10-15% dintre mame), dar mai severă și mai îndelungată decât depresia tranzitorie postnatală. Principalele simptome sunt reprezentate de:
• sentimentul de tristețe în cea mai mare parte a timpului
• anxietate
• oboseală, chiar și atunci când somnul este suficient
• dificultăți de concentrare
• incapacitatea de a se bucura de viață, de a privi în viitor
• sentimente de inutilitate, de eșec sau vinovăție
• îndoieli și îngrijorări legate de abilitatea de a îngriji copilul sau lipsa de interes față de copil
• frica de a nu-i face rău copilului
• uneori chiar idei suicidare.
De asemenea, pot să apară simptome fizice (insomnie sau somnolență, poftă de mâncare scăzută sau exagerată, dorință sexuală scăzută, dureri difuze).

Cauze

Instalarea depresiei postnatale nu înseamnă că mama respectivă nu își dorește sau nu își iubește copilul. Nu s-a identificat o cauză clară, însă există o serie de factori care pot crește riscul de depresie după naștere. Aceștia sunt:
• travaliul dificil
• modificările hormonale
• existența unui episod depresiv în trecut sau existența unei tulburări afective la rudele de gradul I
• retrăirea unei pierderi anterioare
• un bebeluș mai solicitant (inclusiv nașterea unui copil care prezintă un handicap sau o infirmitate, nașterea înainte de termen sau nașterea unui copil care necesită tratament într-o secție de îngrijiri speciale)
• probleme în relațiile de familie (probleme maritale, sentimentul că partenerul nu este suportiv, lipsa unei persoane de încredere, o relație deficitară cu propria mamă)
• probleme sociale (șomaj, lipsa resurselor financiare, schimbarea locuinței, mai ales dacă acest lucru presupune mutarea la distanță de familie și de prieteni, renunțarea la carieră pentru creșterea copilului).

Tratament

Diagnosticul și tratamentul precoce al depresiei postpartum sunt importante din mai multe motive: impactul negativ asupra dezvoltării cognitive și emoționale a copilului, riscul de suicid și suferința pe care o determină la nivelul întregii familii.

Principalele tratamente pentru depresia postpartum sunt psihoterapia și medicația. În unele cazuri poate fi necesară spitalizarea. Dacă se are în vedere tratamentul medicamentos, este important de știut faptul că efectele nu apar imediat după începerea tratamentului. Medicamentele antidepresive trec în laptele matern, așa că este recomandat ca acest aspect să fie discutat cu medicul curant și ca tratamentul să fie administrat conform indicațiilor acestuia.

Rolul familiei și al prietenilor

Este indicat ca membrii familiei și prietenii să știe că depresia postnatală este o afecțiune clinică care trebuie privită cu seriozitate. Încurajarea și susținerea din partea lor pot fi foarte utile în procesul de recuperare. Este important ca mama să primească asigurări că depresia nu este din vina sa și că nu reprezintă un semn de slăbiciune.

Dacă mama depresivă se teme să rămână singură cu copilul, membrii familiei și prietenii pot face cu rândul, astfel încât ea să fie tot timpul împreună cu o persoană de încredere. Poate fi de mare ajutor preluarea sarcinilor din gospodărie de către o altă persoană – însă numai dacă mama este de acord cu acest lucru.
Și tații pot face depresie după nașterea unui copil, iar sprijinirea lor în această perioadă este la fel de importantă, atât pentru binele lor, cât și al întregii familii.

Prevenire

Adesea, simptomele depresive sunt catalogate ca fiind normale în cazul femeilor care au născut recent. Este important ca femeile care au avut episoade depresive în trecut sau care prezintă factori de risc pentru depresie să discute acest aspect cu medicul înainte de a rămâne însărcinate sau pe parcursul sarcinii. De asemenea, ar trebui ca toate proaspetele mame să fie evaluate pentru identificarea depresiei.

Efectele depresiei postpartum asupra copilului

În această perioadă de apropiere emoțională și fizică, bebelușii pot fi foarte sensibili la modificările de dispoziție ale mamei. Ei au nevoie de mult ajutor pentru a-și gestiona experiențele și sentimentele. Un copil care nu primește nicio reacție sau nu primește imediat răspunsul adecvat poate percepe comportamentul mamei ca fiind unul de respingere. Mamei îi este greu să răspundă la suferința sau frica bebelușului atunci când ea însăși suferă și se teme. Mai târziu, aceasta poate duce la probleme de comportament, de relaționare, întârziere în dezvoltare, depresie și anxietate la copil. Cauzele acestora se pare că sunt atât expunerea copilului la simptomele depresive ale mamei, cât și problemele legate de afectarea rolului de părinte, asociate cu existența depresiei postpartum.

În această situație, ceilalți adulți importanți din jurul copilului îi pot oferi acestuia dragostea, atenția și îngrijirea esențiale pentru o dezvoltare normală în plan afectiv, cognitiv și interpersonal.

S-a demonstrat că tratamentul eficient și precoce al depresiei mamei determină o evoluție net îmbunătățită a copilului. Pe de altă parte, rămasă netratată, această problemă poate determina suferința semnificativă a întregii familii și poate reprezenta un pericol în cazul în care mama se gândește să își facă rău sau să îi facă rău copilului.

Dr. Cristina Dude, medic specialist psihiatru, psihoterapeut, Centrul de Psihiatrie și Psihoterapie "Mindcare"

Ioana, 46 de ani
Am fost depistată cu litiază biliară, unul dintre calculi având 3,56 cm, și hepatosplenomegalie. Vă rog să-mi explicați care sunt urmările și ce trebuie să fac în acest caz? Sunt o persoană obeză, am 160 kg, deci straturile de grăsime sunt abundente. Ar putea fi aceasta o piedică pentru o eventuală operație? Pot calculii mei genera o pancreatită acută?

Răspunde: dr. Emil Marcel Bogdan, medic primar chirurgie generală, Life Memorial Hospital

Calculii biliari care depășesc o jumătate de centimetru nu reprezintă un factor pentru apariția pancreatitei acute, dar au indicație pentru tratamentul chirurgical deoarece pot determina complicații inflamatorii importante, care să facă dificilă orice intervenție chirurgicală, mai ales în situația dumneavoastră. Este recomandat să faceți operația laparoscopic, înainte de apariția complicațiilor inflamatorii. Problema reală la dumneavoastră este greutatea, nu operația laparoscopică, pentru simplul motiv că mesele din sălile de operație nu suportă greutăți mai mari de 110-120 kg. Este bine să vă interesați dinainte și să faceți eforturi de scădere în greutate.

Sorana, 23 de ani
Am auzit că soarele ajută la vindecarea acneei. Este adevărat? Intenționez să stau mai mult la soare în vara aceasta. Ce altceva aș mai putea să fac pentru acnee ca să-mi treacă?

Răspunde: dr. Diana Daraban, medic specialist dermatovenerologie, Hyperclinica MedLife Titan

La unii pacienți care suferă de acnee, soarele ameliorează, pe termen scurt, aspectul tenului. Radiațiile ultraviolete pot avea un efect antiinflamator, iar, în consecință, leziunile inflamatorii de acnee se îmbunătățesc, dar razele sunt și un comedonogenetic puternic și favorizează apariția punctelor negre care, spre toamnă, se vor transforma, în unele cazuri, în noi leziuni inflamatorii. Există, pe de altă parte, și pacienți la care acneea apare sau se agravează vara (afecțiunea se numește acnee estivală). Pentru a face un tratament adecvat, în funcție de forma clinică, de uprafața de piele afectată, de răspunsul la tratamente anterior efectuate, vă aștept la un consult.

Claudia, 30 de ani
Urmează să fac o operație de colecist și vă rog frumos să îmi spuneți ce analize trebuie să fac înainte. Menționez că iau anticoncepționale de trei ani. Când trebuie să le întrerup?

Răspunde: dr. Ștefan Costescu, medic specialist medicina de familie, Hyperclinica MedLife Băneasa

Înainte de operație ar trebui efectuate următoarele analize de laborator: Hemoleucograma completă, VSH, Proteina C reactivă, Fibrinogen, Creatinina, Uree, Glicemie, Acid uric, TGO, TGP, GGP, Bilirubina directă și indirectă, Fosfataza alcalină, Colesterol total, Trigliceride, Potasiu seric, Sodiu seric, Sideremia, APPT, PT. În ceea ce privește anticoncepționalele, este foarte important să se respecte un anumit protocol și de aceea trebuie discutat direct cu anestezistul și chirurgul care va face operația, pentru că numai aceștia sunt în măsură să indice cu cât timp înainte trebuie eliminați anumiți factori de risc, în funcție de istoricul pacientului.

Ioan, 38 de ani
Recent, un doctor i-a recomandat mamei ecografia cu substanță de contrast. Vă rog să ne spuneți ce aduce nou acest tip de ecografie față de ecografia clasică și care sunt bolile în care metoda oferă cele mai bune rezultate?

Răspunde: dr. Ofelia Niță, medic primar radiologie și imagistică, Hyperclinica MedLife Grivița

Ecografia cu substanțe de contrast este o metodă de investigație neinvazivă și îmbunătățește performanțele ecografiei clasice prin utilizarea unui agent de contrast. Pacienții trebuie să știe că:
• substanța de contrast utilizată nu este toxică (poate fi administrată la pacienți cu insuficiență renală și hepatică), nu conține iod (poate fi utilizată în caz de hipertiroidie), nu este alergogenă;
• metoda permite evaluarea fluxului sangvin în vasele mici, periferice, și permite aprecierea perfuziei organelor parenchimatoase (ficat, splină, rinichi), a miocardului și caracterizarea arhitecturii vasculare a formațiunilor tumorale, oferind indicii ce permit, în majoritatea cazurilor, diagnosticul diferențial între leziune benignă și malignă;
• optimizează diagnosticul și monitorizarea fără riscuri a formațiunilor tumorale benigne / maligne de la nivelul organelor abdomino-pelvine, de la nivelul părților moi (sân, tiroidă)
• permite caracterizarea maselor chistice complexe (hepatice, renale, pancreatice, ovariene)
• face posibilă urmărirea nodulilor hepatici la pacienți cu hepatită cronică și ciroză; diagnostic precoce al hepatocarcinomului;
• patologia traumatică a organelor parenchimatoase, testicul;
• este aplicată în depistarea patologiilor vasculare: tromboza venoasă, evaluarea integrității peretelui vaselor protezate, caracterizarea plăcilor de aterom etc.
• are aplicații endocavitare: diagnosticul refluxului vezico-ureteral, sono histero-salpingografie.

Iulian, 32 de ani
Aș dori să știu cum se întreține dințișorii de lapte la un bebeluș de 1 an și 3 luni? Avem și noi 6 dințișori și nu vrem să-i pierdem timpuriu.

Răspunde: dr. Raluca Baba, medic specialist pedodonție, Hyperclinica MedLife Grivița

La această vârstă este ideal să se folosească o pastă de dinți fără fluor și o periuță cu capul activ mic, cu perii moi, pentru a fi ușor de manevrat. De preferat a se folosi periuța degetar. Este un dispozitiv de cauciuc moale, sub forma unui degetar, în vârful căruia sunt aplicați perii. Periajul e bine să se realizeze de două ori pe zi, dimineața și seara. Vă sfătuim, de asemenea, să faceți un consult stomatologic, de preferat la un medic stomatolog specializat în pedodonție, pentru prevenția afecțiunilor dentare și monitorizarea dezvoltării dentiției.

Aveți nevoie de un sfat sau de un răspuns competent referitor la problemele dumneavoastră de sănătate?

Trimiteți-ne întrebările la **pr@medlife.ro**, iar specialiștii MedLife vă vor răspunde.

REȚEAUA MEDLIFE

Hyperclinici

Hyperclinica MedLife Băneasa
Şos. Bucureşti-Ploieşti nr. 10, sector 1,
Bucureşti • Programări: 021 9646

Hyperclinica MedLife Favorit
Drumul Taberei nr. 24, sector 6,
Bucureşti • Programări: 021 9646

Hyperclinica MedLife-Genesys
Str. Cornel Radu nr. 3, Arad
Tel. 0257 960

Hyperclinica MedLife Grivița
Calea Griviței nr. 365, sector 1,
Bucureşti • Programări: 021 9646

Hyperclinica MedLife PDR Braşov
Str. Livada Vulturului nr. 10, cod
500366, Braşov • Telefon: 0268 960

Hyperclinica MedLife PDR Braşov
Str. Turnului nr. 5A, cod 500152, Braşov
• Telefon: 0268 960

Hyperclinica MedLife Titan
Str. Liviu Rebreanu nr. 8, sector 3,
Bucureşti • Programări: 021 9646

Hyperlinica MedLife Timişoara
Bd. Ion Dragalina nr. 37A, Timişoara
Programări: 0256 960
sau 0256 206 000

Hyperclinica MedLife Unirii
Str. Hans Christian Andersen nr. 1,
sector 4, Bucureşti
Programări: 021 9646

Centre Medicale

Centrul Medical MedLife Iride
Bd. Dimitrie Pompei nr. 9-9A, Iride
Park, clădire 1, sector 1 Bucureşti
Programări: 021 9646, 0371 06 00 61

Centrul Medical de Medicina Muncii Victoriei
Calea Victoriei nr. 222, sector 1
Bucureşti • Programări: 021 9646

Centre de Excelență

DermaLife
Clinică de dermatologie estetică
Şos. Bucureşti-Ploieşti nr. 10, sector 1,
Bucureşti • Tel: 0755 223 333

Centrul de Diagnostic şi Tratament al Osteoporozei, Obezității şi Bolilor Tiroidiene
Str. Hans Christian Andersen nr. 1,
sector 4, Bucureşti
Programări: 021 9646

Centrul de Fiziokinetoterapie şi Recuperare Medicală
Calea Griviței nr. 365, sector 1,
Bucureşti • Programări: 021 9646

Centrul de Herniologie
Strada Calea Griviței nr. 365, sector 1,
Bucureşti • Programări: 021 9647

Centrul de Excelență în Gastroenterologie
Drumul Taberei nr. 24, sector 6,
Bucureşti • Programări: 021 9646

Centrul de Medicină Materno-Fetală şi Reproducere Umană
Calea Griviței nr. 365, sector 1,
Bucureşti • Telefon: 021 209 40 32 sau
021 9646

Centrul de Excelență în Patologia Tiroidiană
Str. Cornel Radu nr. 3, Arad
Tel: 0257 960

Centrul de Psihiatrie şi Psihoterapie MindCare
Str. Henri Coandă nr. 33, et. 1, Bucureşti
• Telefon: 0753 535 385

Centrul de Excelență în Proctologie
Şos. Bucureşti-Ploieşti nr. 10, sector 1,
Bucureşti • Programări: 021 9646

Spitale

Life Memorial Hospital
Calea Griviței, nr. 365 sector 1,
Bucureşti • Telefon: 021 209 40 31 sau
021 9647 (24/24 ore)

Spitalul MedLife Braşov
Str. Turnului nr. 10 A, Braşov
Call Center: 0268 960

Spitalul MedLife-Genesys
Str. Dr. Cornel Radu nr. 3, Arad
Tel. 0257 960

Spitalul de Obstetrică şi Ginecologie MedLife-Eva Braşov
Str. Pălținiş nr. 15, Braşov
Tel: 0268 333 777, 0733 00 73 43

Spitalul de Ortopedie MedLife
Bulevardul Ferdinand 98-100, sector 2,
Bucureşti • Programări: 021 96 46

Spitalul de Pediatrie MedLife
Str. Zăgazului nr. 7, sector 1, Bucureşti
Programări ambulatoriu: 021 96 46

Laboratoare

Laboratorul MedLife Cluj
Str. Bucegi nr. 13-15, Complex Union
Telefon: 0364 800 122

Laboratorul MedLife Cotroceni
Bd. Timişoara nr. 17 A, sector 6,
Bucureşti, • Tel. 021 794 14 42

Laboratorul MedLife Genesys Arad
Str. Dr. Cornel Radu nr. 3,
Tel. 0257 960

Laboratorul MedLife Grivița
Calea Griviței nr. 371, sector 1,
Bucureşti

Laborator MedLife PDR Braşov
Str. Livada Vulturului nr. 10, cod
500366, Braşov

Laborator MedLife Sfântu-Gheorghe
Str. Kos Karoly nr. 60, Sfântu Gheorghe
Call Center: 0268 960
Fax: 037 287 57 45 • www.pdr.ro

Laboratorul MedLife Spitalul de Pediatrie
Str. Zăgazului nr. 7-8, sector 1,
Bucureşti

Laboratorul MedLife Timişoara
Bd. Ion Dragalina nr. 37 A
Telefon:0256 960 sau 0256 206 000

Farmacii

PharmaLife Med Arad
Str. Cornel Radu nr. 3, Arad, în incinta
Spitalului MedLife - Genesys

PharmaLife Med Băneasa
Şoseaua Bucureşti – Ploieşti
nr. 10, sector 1, Bucureşti (în incinta
Hyperclinicii MedLife Băneasa)

PharmaLife Med Braşov
Strada Turnului nr. 5A, Braşov

PharmaLife Med Grivița
Calea Griviței nr. 365, sector 1,
Bucureşti

PharmaLife Med Titan
Str. Liviu Rebreanu nr. 8, sector 3,
Bucureşti (în incinta Hyperclinicii
MedLife Titan)

PharmaLife Med Unirii
Str. Hans Christian Andersen nr. 1,
sector 4, Bucureşti

PharmaLife Med Zăgazului
Strada Zăgazului nr. 7, sector 1,
Bucureşti (în incinta Spitalului
de Pediatrie MedLife)

votat de cititori TRUSTED BRAND 2011 Reader's Digest

votat de cititori TRUSTED BRAND 2011 Reader's Digest

votat de cititori TRUSTED BRAND 2011 Reader's Digest

BUCURĂ-TE DE VIAȚĂ!

MONITORIZEAZĂ-ȚI SĂNĂTATEA CONSTANT

DACĂ EȘTI PENSIONAR

AI 50% REDUCERE LA CONSULTAȚII*

Vino cu talonul de pensie ca să poți beneficia de reducerea de 50% pentru toate consultațiile.

*Promoția este valabilă în Hyperclinicile MedLife Titan și MedLife Favorit, de luni până vineri, între orele 12:00-14:00, pentru toate persoanele pensionate.

Pentru programări: 021 9646.

www.medlife.ro

SISTEMUL MEDICAL MedLife

Cel mai interesant, cel mai amuzant, cel mai emoţionant lucru: VIAŢA.
Nu o ţine numai pentru tine.

Donează sânge!
Împarte bucuria de a trăi!

Share

Fii şi tu donator. Te aşteptăm pe 18, 19 iunie în Hyperclinica MedLife Griviţa,
20 iunie în Hyperclinica MedLife Băneasa şi pe 21 iunie în Hyperclinica MedLife Unirii.
Fă-ţi o programare la următoarea adresă de e-mail: pr@medlife.ro
Recoltările vor avea loc între orele 8:00-12:00.

Informaţii: 021 9646
www.medlife.ro

SISTEMUL MEDICAL MedLife