



temat miesiąca

NOWOCZESNA DIAGNOSTYKA MEDYCZNA

W styczniowym numerze

TEMAT MIESIĄCA NOWOCZESNA DIAGNOSTYKA MEDYCZNA

- Wypadanie włosów – diagnostyka i przyczyny / 2
- Bóle stóp i nóg / 3
- Sposób na raka – możesz zmniejszyć ryzyko! / 4
- Biopsje tkanek miękkich – dlaczego są ważne? / 5
- Czy możemy mówić o profilaktyce w przypadku raka? / 6
- Badania profilaktyczne w kierunku czerniaka / 7
- Diagnostyka molekularna nowotworów / 8
- Markery nowotworowe – nowoczesna diagnostyka raka / 9

WARTO WIEDZIEĆ

- Zima najważniejsza dla naszych nóg / 10
- Mioterapia w profilaktyce ortodontycznej / 11
- Laguna Medical – zdrowie Twoich oczu to dla nas priorytet / 12
- Barometr zdrowia – Instytut Psychosomatyczny / 13
- Diagnostyka włosów i leczenie chirurgiczne / 14
- Kompresjoterapia – prosta metoda na ciężkie nogi / 15

AKTUALNOŚCI

- Leczenie wspomagające dny moczanowej / 16
- Badania laboratoryjne / 17



Redakcja Ogólnopolskiego Portalu Medycznego MEDserwis.pl

Redaktor naczelna
Agnieszka Szcześniak-Ziętek

Redakcja
Katarzyna Rodzik rodzik@medserwis.eu
Jakub Stępnowski stepnowski@medserwis.eu

Dział reklamy
Paweł Zgórzak pzgorzak@medserwis.eu
Marcin Banachiewicz reklama@medserwis.eu

Skład i łamanie
Wioleta Chrostowska wchrostowska@instalreporter.pl



www.medserwis.pl

Telewolt sp. z o.o.
telefon: (22) 621-81-17, fax (22) 212-82-98
00-671 Warszawa ul. Koszykowa 70 lok. 2



Wypadanie włosów – diagnostyka i przyczyny

MARZENA DUBAS

Wypadanie włosów, łupież, przetłuszczanie się włosów, zniszczone końcówki to często wstydlive problemy. Problemy te dotyczą zarówno mężczyzn, jak i kobiet.

Przyczyny patologicznej utraty włosów u kobiet są, podobnie jak u mężczyzn, uwarunkowane genetycznie, hormonalnie, wiekowo. Za jedną z głównych przyczyn łysienia u kobiet uznaje się choroby przemiany materii, tj. zaburzenia funkcji tarczycy, kory nadnerczy, itp. Podobnie jak u mężczyzn, również u kobiet geny powodujące utratę włosów mogą być dziedziczne zarówno od strony ojca, jak i matki. W przypadku większości osób utrata włosów może być stanem uleczalnym, rozpoznawalnym przy pomocy badań laboratoryjnych krwi lub moczu.

Diagnostykę problemów wypadania włosów rozpoczyna się od przeprowadzenia wywiadu z pacjentem. Ważna jest obserwacja pacjenta, co jeszcze uległo zmianie, czy zmieniła się również struktura włosa, struktura skóry głowy, czy pojawiły się inne objawy chorobowe organizmu, tj. złe samopoczucie, senność, nerwowość, czy pacjent nie zauważył zmian na skórze w innych okolicach ciała.

Głównymi badaniami przeprowadzanymi w celu ustalenia przyczyny wypadania włosów są: morfologia, ferrytyna, badania tarczycy – TSH, Ft3, Ft4, anty TPO, a także testosteron, androstendion, prolaktyna, ANA. Oczywiście nie są to wszystkie badania, które mogą być przydatne w diagnozowaniu przyczyny problemów z włosami. O tym, jakie badania należy wykonać, decyduje lekarz i trycholog po rozmowie z pacjentem i ocenie jego stanu zdrowia.

Bardzo szeroka diagnostyka jest prowadzona w przypadku łysienia plackowatego. Ale czasami mimo wielu badań jest to nadal nieodkryta do końca choroba i przyczyna wyłysienia. W niektórych przypadkach wskazane jest wykonanie badania włosa, czyli trichogram. Badaniami diagnostycznymi skóry głowy i włosa są trichoskopia i trychogram.

TRICHOSKOPIA – diagnozowanie to polega na obserwowaniu skóry głowy i włosów



w 200-krotnym powiększeniu. Dokładny obraz pozwala ocenić kondycję włosów, stan skóry głowy i cebulek włosowych.

TRICHOGRAM – to badanie mechanizmu i przyczyny łysienia oraz ocena stanów włosów. Badanie polega na mikroskopowej ocenie 50-100 włosów. Ocenie podlegają mieszki włosowe oraz łodygi włosa. Ocena stanu korzeni pozwala na określenie mechanizmu łysienia i nasilenia wypadania włosów. W uzupełnieniu pełnej diagnostyki trychologicznej wykonuje się badanie pierwiastkowe włosa. Analiza pierwiastkowa włosów ilustruje ilość

pierwiastków magazynowanych przez organizm badanego. Badanie można określić jako morfologię organizmu, w której materiałem badanym nie jest krew, a włosy. Jest to metoda diagnostyczna oceniająca stan odżywiania człowieka i stan biochemiczny organizmu. Według badań istnieje zależność między poziomem pierwiastków we włosach i narządach wewnętrznych. Wynik badania zawiera pomiar zawartości wszystkich pierwiastków w organizmie, opis przemiany mineralnej ze wskazaniem tendencji chorobowych oraz sugestie dietetyczne wraz z suplementacją witaminową i mikroelementową.

Jak widać przyczyn wypadania włosów jest bardzo dużo i we włosach objawiają się choroby całego organizmu. Dlatego też przed używaniem preparatów zapobiegających wypadaniu włosów lub wykonaniem zabiegów medycznych przeciwko wypadaniu włosów należy przeprowadzić dokładną diagnozę u specjalisty. Stosowanie różnych metod na własną rękę lub na podstawie reklamy prowadzi do straty czasu oraz niepotrzebnych wydatków.

Marzena Dubas – trycholog,
analityk, diagnosta ■

MD MEDMIX
hair clinic

MD MEDMIX Hair Clinic
ul. Cieszyńska 132, Bielsko-Biała
telefon: (33) 815 24 04, 603 777 679
www.klinikamedmix.pl
gabinet@medmix.pl

Bóle stóp i nóg

Jaką diagnostykę wybrać w przypadku bólów stóp i nóg?

Aby dokonać kompleksowej diagnostyki bólów stóp i całych nóg, warto wykonać kilka badań diagnostycznych, począwszy od badania komputerowego stóp aż po USG. Badanie komputerowe stóp składa się z części dynamicznej oraz statycznej, co oznacza, że można diagnozować pacjenta podczas stania i chodu. Do badania używana jest platforma podobaroskopowa oraz podoskaner. Podczas badania na platformie komputer pokazuje nacisk stopy na podłoże budując tym samym jej odcisk. W trakcie badania chodu obrazowana jest klatka po klatce, faza przetoczenia stopy od pięty po palce, czyli aż do momentu wybicia. Dzięki użyciu podoskanera widać obraz podeszwy stopy podczas jej obciążania podczas stania. Dzięki temu ocenie poddaje się obciążenie obu stron ciała i każdej stopy osobno. Posiadając do-

kładne dane w jaki sposób obciążone są stopy, możemy wnioskować o schorzeniach, jakie mogą nas czekać w przyszłości. Zmian, których możemy się spodziewać, to: płaskostopie poprzeczne, zapalenie rozciągna podeszwy, halluksy, palce młoteczkowate, dolegliwości bólowe kręgosłupa czy wady postawy. Zaleca się wykonanie komputerowego badania stóp dzieciom w ramach profilaktyki wad stóp i postawy po ukończeniu 4 roku życia. Uzyskane informacje o rozłożeniu ciężaru ciała i środka ciężkości stanowią podstawę do oceny postawy ciała.

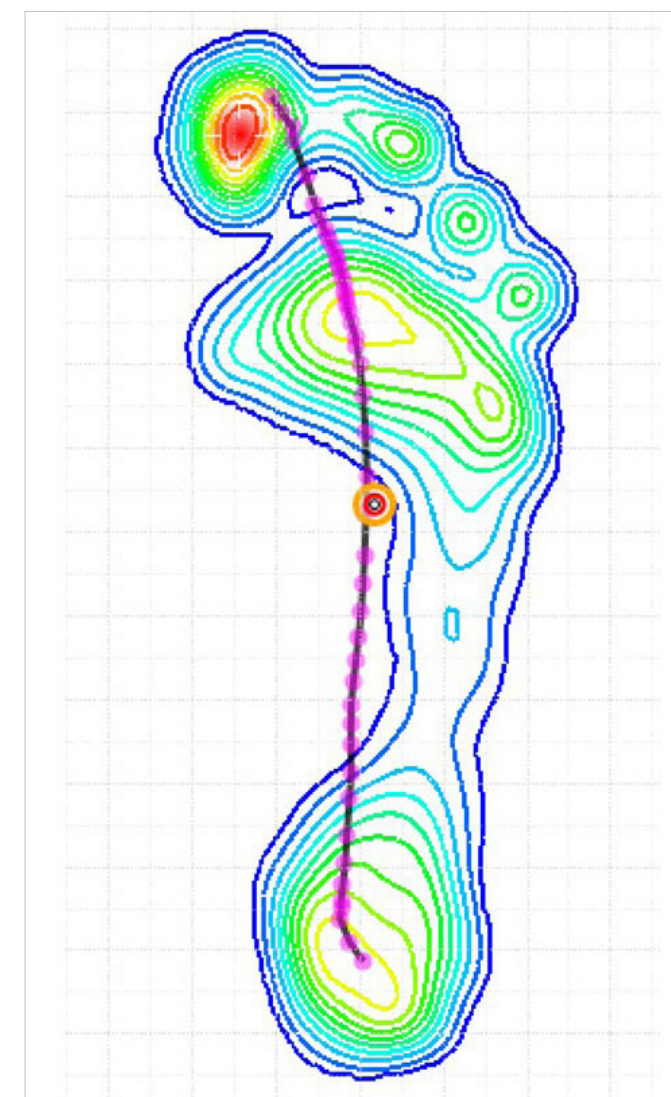
Kiedy należy wykonać badanie:

- u dzieci powyżej 4 roku życia – profilaktycznie,
- gdy chorujesz na cukrzycę lub RZS,
- kiedy cierpisz na bóle kolan, bioder czy kręgosłupa,
- gdy masz wrażenie „niestabilnej stopy”,
- po urazach kończyn dolnych,

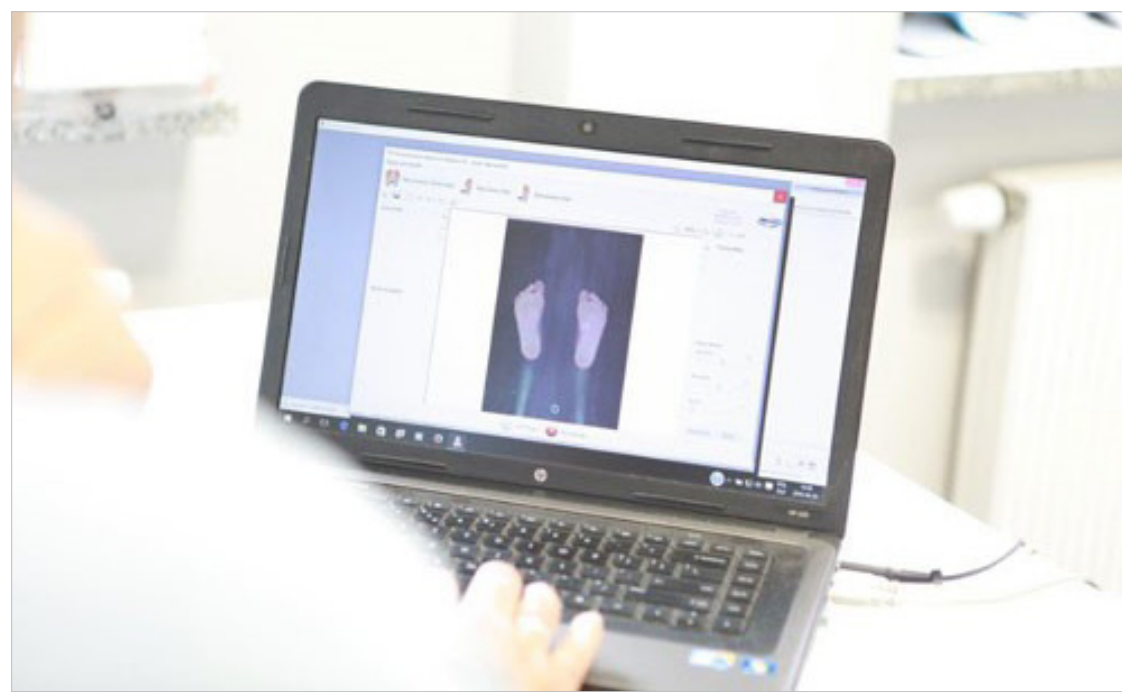
- kiedy masz halluksy lub możesz być obciążony nimi genetycznie,
- kiedy masz tendencje do modzeli, odcisków, nagniotków,
- gdy stwierdzono u Ciebie skrzywienie kręgosłupa,
- gdy męczy Cię ból w obrębie stopy, łydki,
- kiedy masz zaburzenia chodu lub równowagi,
- w przypadku podejrzenia lub wykrycia nerwiaka Mortona.

Za pomocą badania RTG można zdiagnozować wszelkie dolegliwości, których przyczyną tkwi w kościach. Na wyniku badania widać układ i strukturę kości, braki, rysy oraz pęknięcia. Aby bardziej szczegółowo ocenić strukturę kości np. w kierunku chorób nowotworowych wykonuje się badanie scyntygraficzne.

Kolejnym badaniem, które warto wykonać jest USG tkanek miękkich, czyli tkanek okalających kości. W sytuacji kiedy po urazie kończyny dolnej odczuwamy uporczywy ból, a badanie RTG nie wskazuje żadnych nieprawidłowości, warto wykonać badanie USG. Badanie to wskaże, czy przyczyną bólu nie jest uszkodzenie stawów, powięzi, mięśni lub więzadeł. Naciągnięcia, naderwania oraz zerwa-



nia tych tkanek widoczne są w badaniu diagnostycznym USG. Warto zwrócić uwagę na to, na jakim sprzęcie badanie jest wykonywane oraz czy lekarz ma w tym zakresie doświadczenie. Badanie to jest bezbolesne i bezpieczne. ■



stanley
centrum medyczne

Stanley Centrum Medyczne
ul. 28 Czerwca 1956 r. 135, Poznań
telefon: (61) 649 05 55, (61) 649 05 56
www.centrummedycznestanley.pl

Sposób na raka

– możesz zmniejszyć ryzyko!

Zachorować może każdy, ale ryzyko zachorowania zależy nie tylko od genetycznych uwarunkowań, ale także od tego, jaki styl życia prowadzimy.

Większość nowotworów to tak zwane nowotwory sporadyczne, co oznacza, że wśród najbliższej rodziny chorego nie było zachorowań na nie, a choroba jest skutkiem uszkodzenia kodu genetycznego u konkretnej osoby, które powoduje niekontrolowane namnażanie się komórek. Jednak około 5-10% przypadków zachorowań na nowotwór wynika

z rodzinnych predyspozycji. Dziś już wiemy, jakie czynniki sprzyjają chorobie nowotworowej, a które zmniejszają ryzyko zachorowania na nią. Oto kilka z nich:

1. Otyłość. Badania dowodzą, że dodatkowe kilogramy tłuszczu sprzyjają nowotworom jelita grubego i odbytnicy. Warto zadbać o utrzymanie właściwej wagi ciała, zwracając

uwagę na to, co jemy oraz podejmując regularną aktywność fizyczną.

2. Jedz zdrowo! Czego powinniśmy się w posiłkach wystrzegać? Wysokokalorycznych produktów z dużą ilością cukrów i tłuszczu. Wskazaniem jest ograniczyć spożycie mięsa czerwonego oraz pokarmów z dużą ilością soli. W zamian za to mile widziane są produkty o wysokiej zawartości błonnika np. pieczywo pełnoziarniste oraz rośliny strączkowe, warzywa i owoce.

3. Uprawiaj sport. Ogranicz długie siedzenie. Co 2 h zrób sobie 15 minut przerwy na ruch. Zadbaj o codzienną aktywność fizyczną – może to być nawet 30 minutowy spacer.

4. Rzuć palenie. Rak płuca dotyka niemal wyłącznie palaczy (czynnych i biernych). Nie ma bezpiecznej liczby papierosów. Jeśli palisz – rośnie ryzyko zachorowania na m.in. raka płuca, pęcherza moczowego, krtani, przełyku czy żołądka

5. Ogranicz alkohol. Alkohol jest rozkładany w wątrobie i to jej głównie szkodzi. Aldehyd octowy (produkt trawienia etanolu) uszkadza DNA, co sprzyja powstaniu mutacji prowadzących do powstania nowotworów.

6. Chroń się przed słońcem. Nowotwory łagodne skóry należą do jednych z najczęściej spotykanych. Nie mówimy tutaj tylko o czerniaku (najbardziej złośliwym z nich), który występuje tylko w 5% przypadków nowotworów skóry. W naszym klimacie wystarczy 15 minut ekspozycji latem lub 45 minut zimą, aby wytworzyć odpowiednią ilość witaminy D. Najbardziej podatne na poparzenia są osoby o jasnej cerze i włosach oraz niebieskich oczach. Największe ryzyko natomiast dotyczy osób, które doznają tzw. „wakacyjnych poparzeń” po krótkiej, ale bardzo intensywnej ekspozycji na słońce.

7. Szczep się. Istnieje możliwość zaszczepienia się przeciwko WZW typu B czy Wirusowi brodawczaka ludzkiego – HPV. W obu przypad-

kach wystąpienie przewlekłej choroby prowadzi w wielu przypadkach do nowotworów.

8. Badaj się! Przede wszystkim nie należy bagatelizować niepokojących objawów, takich jak: wyczuwalny guzek w piersi; powiększone jądro; zmiana kształtu, barwy lub nadmierny wzrost znamienia skórniego; kaszel z odkrztuszaniem skrzepów krwi czy obecność krwi w kale lub moczu. Ponadto pamiętajmy o regularnej mammografii, cytologii czy badaniu PSA.

W przypadku ryzyka odziedziczenia wadliwych genów zachęcamy do wykonania badań genetycznych. W opinii dra Grzegorza Bajko – Dyrektora ds. Lecznictwa w Prywatnej Lecznicy Certus *dzięki wykryciu nosicielstwa mutacji w genie predyspozycji do zachorowania na nowotwór możliwe jest przygotowanie szczegółowych planów badań profilaktycznych w celu szybkiego wykrycia zmiany nowotworowej, zastosowanie farmakologicznych lub chirurgicznych metod przeciwdziałania oraz podniesienie komfortu psychicznego pacjenta.*

Więcej szczegółów na www.certus.med.pl lub pod numerem telefonu (61) 8 604 200. ■



Certus Prywatna Lecznica
ul. Grunwaldzka 156, Poznań
telefon: (61) 860 43 91, (61) 860 42 00
www.certus.med.pl
szpital@certus.med.pl

Biopsje tkanek miękkich

– dlaczego są ważne?

Biopsje tkanek miękkich – dlaczego są ważne?

Według statystyk, tylko w 2010 r. na nowotwory zachorowało w Polsce ponad 140 tys. osób. Liczba ta rośnie z roku na rok. W przypadku nowotworów szansę na wyleczenie znacznie zwiększa szybka i dokładna diagnostyka. Jednym z najnowszych osiągnięć medycyny w tym zakresie są biopsje tkanek miękkich i biopsja mammotomiczna, które wykonać można w Klinice Medycznej WILMED.

Podejrzenie nowotworu nie musi od razu oznaczać tragicznego dla pacjenta wyroku. Bardzo istotna jest jednak szybka i precyzyjna diagnostyka. W przypadku podejrzenia zmian nowotworowych tkanek miękkich – takich jak tarczyca, węzły chłonne czy piersi – poleca się przede wszystkim wykonanie biopsji pod kontrolą USG.

Biopsja pod kontrolą USG – co to za badanie?

Biopsja tkanek miękkich pod kontrolą USG to bezpieczna dla pacjenta i mało inwazyjna metoda diagnostyczna, polegająca na pobraniu próbki materiału komórkowego za pomocą specjalnej igły.

Wyróżnia się dwa rodzaje badania:

- biopsja cienkoigłowa jest mniej inwazyjna,

polega na pobraniu komórek do badania cytologicznego,

- biopsja gruboigłowa jest nieco bardziej inwazyjna, wykonuje się ją w znieczuleniu miejscowym, a polega na pobraniu tkanek za pomocą specjalnej, grubszej igły do badania histopatologicznego.

W obu przypadkach biopsja wykonywana jest pod kontrolą ultrasonografu, co gwarantuje precyzję badania (pobrać można materiał nawet z guzów położonych głęboko wśród tkanek) oraz komfort pacjenta. W Klinice Medycznej WILMED uzyskana w ten sposób próbka jest następnie poddawana badaniu mikroskopowemu, które przeprowadza wykwalifikowany histopatolog.

Biopsja mammotomiczna – nowoczesna metoda diagnostyki

Jednym z najczęściej diagnozowanych w naszym kraju nowotworów jest rak piersi – co roku wykrywa się go u około 13 tys. kobiet. Co ważne, wczesne wykrycie zmian nowotworowych znacznie zwiększa szanse pacjentki na pokonanie choroby – tylko u pań po 50. roku życia szybka diagnostyka obniża śmiertelność nawet o 35%. Z tego powodu wciąż poszukuje się nowoczesnych i jak najbardziej precyzyjnych metod diagnostycznych. Jedną z nich jest biopsja mammotomiczna, którą wykonać można w przychodni onkolo-

gicznej Kliniki Medycznej WILMED. Za każdym razem wykonuje ją specjalista chirurgii, na co dzień zajmujący się leczeniem chorób piersi, w tym nowotworów. Każda pacjentka znajduje się więc pod opieką najwyższej klasy profesjonalisty.

Na czym polega biopsja mammotomiczna?

Jest to badanie krótkotrwałe (około 20 minut) i bezpieczne dla pacjentki. W jej trakcie lekarz, korzystając z igły o średnicy 3 mm z mechanizmem rotacyjnym oraz specjalnego urządzenia wytwarzającego próżnię, szybko i sprawnie pobiera fragment niepokojącej zmiany. Zabieg odbywa się pod kontrolą USG, co pozwala na dokładne zlokalizowanie guza oraz precyzyjne pobranie jego fragmentu. Zmianę można również usunąć w całości. Następnie materiał trafia do badania histopatologicznego – należy przy tym zaznaczyć, że aż 80% zmian wykrywanych w kobiecych piersiach ma charakter łagodny, więc wykrycie guzka nie musi od razu oznaczać najgorszej diagnozy. Należy jedynie konsultować wszelkie niepokojące zmiany z profesjonalistami. W Klinice Medycznej WILMED zespołem diagnostów onkologicznych kieruje prof. Tadeusz Pieńkowski – prezes Polskiego Towarzystwa Badań nad Rakiem Piersi. ■



WILMED Specjalistyczna Przychodnia Lekarska
ul. Wiktorii Wiedeńskiej 9a, Warszawa
telefon: (22) 651 98 61, 692 407 540
www.wilmed.pl
przychodnia@wilmed.pl

Czy możemy mówić o profilaktyce w przypadku raka?

Czy możemy mówić o profilaktyce przeciwnowotworowej? Czy pomoże nam zdrowy tryb życia, zdrowa dieta, regularne wizyty na siłowni?

Przede wszystkim nie palić papierosów! Zapobiegamy w ten sposób rakowi płuc czy sutka. Natomiast nadużywanie alkoholu może doprowadzić do powstania raka trzustki. Tak więc, nie palimy papierosów i nie pijemy alkoholu! – mówi dr M. Słomkowski.

A jak dbać o siebie, żeby nie zachorować na raka krwi? *Niestety nie ma recepty na za-*

chowanie, które eliminuje podatność na raka krwi – odpowiada prof. Leszek Kauc, szef polskiego ośrodka dawców szpiku Medigen, współzałożyciel Fundacji Przeciwno Leukemii.

Czyli nie ma ratunku w profilaktyce? Oczywiście, że jest! Tylko kto w dzisiejszych czasach zdecyduje się na wyjazd z dużego miasta? Zamieszkanie w otoczeniu natury, z dala



od dymu z kominów fabrycznych, nawozów sztucznych i wszelkiego rodzaju promieniowania? Pytanie, czy w ogóle jest takie miejsce? Cywilizacja zgotowała nam ten los i przyjmując jej dobrodziejstwa musimy pogodzić się także z konsekwencjami takimi, jak choroby nowotworowe. Niestety nawet na najczystszych wyspach na oceanie, gdzie nie ma żadnych zanieczyszczeń, mieszkańcy chorują na białaczki. Niezależnie od środowiska może powstać jakieś zwyrodnienie na poziomie genetycznym, kiedy w czasie replikowania na matrycy DNA nastąpi błąd... jakiś transpozon przeskoczy z miejsca na miejsce na chromosomie.

Nie ma też lekarstwa uniwersalnego leku na raka, ale nowotwory krwi są uleczalne. Można je leczyć nie lekami, ale przeszczepem. Pozwala to w ponad 70% przypadków na całkowite wyzdrowienie.

W Medigenie od lat pomagamy chorym na białaczki. Znajdujemy chorym dawców szpiku. U nas to dawca czeka na pacjenta, a nie odwrotnie.

Współpracująca z Medigenem - Fundacja Przeciwno Leukemii, ma dla chorych bezpłatny „Poradnik dla pacjenta”. Wystarczy się zgłosić, szczegóły na www.leukemia.pl.



medigen

Medigen Ośrodek Dawców Szpiku
ul. Morcinka 5, paw. 19, Warszawa
telefon: (22) 638 35 38
www.medigen.pl
medigen@medigen.pl

Badania profilaktyczne w kierunku czerniaka

DALIA CHRZANOWSKA

Czerniak jest jednym z groźniejszych nowotworów. Dla wielu osób kojarzy się z wyrokiem. Jednak wcześniej wykryty, może zostać skutecznie wyleczony.

Jak wygląda czerniak?

Czasami przybiera postać niewinnych zmian skórnych, pieprzyków, plam. Może być mylony z grzybicą, zwłaszcza jeśli rozwija się pod paznokciami. Jeżeli pacjent cierpi na choroby skóry, nie powinien ignorować problemu, lecz zgłosić się do dermatologa lub onkologa, ponieważ wczesne wykrycie schorzenia gwarantuje jego skuteczne leczenie.

Czym jest czerniak?

Czerniak złośliwy jest nowotworem wywodzącym się z melanocytów – komórek barwnikowych. Stanowi około 2% wszystkich zachorowań na nowotwory. Najczęstszym punktem wyjścia czerniaka jest skóra, ale może on powstawać także np. w gałce ocznej. Czerniak jest nowotworem o wysokim stopniu złośliwości. Może dawać przerzuty do okolicznych węzłów chłonnych, a także przerzuty odległe, najczęściej do płuc i mózgu. Czerniak jest nowotworem rozwijającym się pod wpływem różnych czynników. Nadmierne opalanie to najczęstsza przyczyna rozwoju nowotworu. Promienie UV są rakotwórcze. Osobom o ja-

snej karnacji opalanie szczególnie szkodzi. Ich skórę bardzo łatwo podrażnić, często ulega ona oparzeniom słonecznym. Nadmierne opalanie i promienie UV mogą zaszkodzić też osobom, które mają dużo zmian barwnikowych o średnicach przekraczających 5 milimetrów.

Jak rozpoznać czerniaka?

Wykrywanie czerniaka na wczesnym etapie zaawansowania jest priorytetem w walce o zmniejszenie śmiertelności. Czerniak może powstać na skórze zarówno wcześniej niezmiętej, jak i w zakresie istniejących znamion skórnych. W trakcie wywiadu lekarz pyta chorego, czy zauważył nowe zmiany skórne lub zmianę w dotychczas istniejących znamionach, a także czy w rodzinie wystąpił przypadek czerniaka.

Podstawowym badaniem, wykorzystywanym we wstępnej diagnostyce, jest dermatoskopia lub wideodermatoskopia. Najprostsza technika dermoskopowa, tzw. „trzy punktowa skala dermoskopowa”, opiera się na podejrzaniu klinicznym czerniaka w przypadku spełnienia dwu z trzech następujących kryte-



riów: 1) asymetryczny rozkład struktur w obrębie zmiany, 2) atypowa siatka barwnikowa, 3) niebiesko-biały welon. Inne metody analizy dermoskopowej to np. metoda dermoskopowa ABCD:

A (asymmetry) – asymetria (czerniak jest asymetryczny względem każdej osi w odróżnieniu do łagodnych zmian, które zwykle są okrągłe lub owalne, a także prezentuje obraz nieregularny, złożony z wyniosłości określanych mianem wysp);

B (borders) – brzegi nierówne i postrzępione;

C (color) – kolor różnorodny (od jasnobrązowego po czarny, stalowy) z nierównomiernym rozkładem barwnika, często z jego punktowymi depozytami (szczególnie dobrze widoczne w badaniu dermoskopowym);

DERMATOLOGIA
& medycyna estetyczna



DERMATOLOGIA & Medycyna Estetyczna
dr n. med. Dalia Chrzanowska
ul. Dąbrowskiego 7, Rzeszów
telefon: 534 558 558, 536 933 333
www.dermatologiaimedycynaestetyczna.pl
gabinet@dermatologiaimedycynaestetyczna.pl

D (diameter) – średnica większa niż 5 mm lub (dynamics) dynamika zmian morfologicznych w guzie;

E (elevation) – uwypuklenie powierzchni ponad poziom otaczającego zmianę naskórka. Podstawą rozpoznania czerniaków skóry jest histopatologiczne badanie całej wyciętej chirurgicznie zmiany barwnikowej. Po uzyskaniu rozpoznania histopatologicznego czerniaka skóry wdraża się leczenie zgodnie z oceną stopnia zaawansowania nowotworu.

Jak ustrzec się nowotworu skóry?

Na to pytanie odpowiada dr n. med. dermatolog Dalia Chrzanowska. – *Prewencja zachorowania na czerniaka polega przede wszystkim na ochronie skóry przed szkodliwym promieniowaniem UV. Ważne jest stosowanie wysokiej jakości kremów z filtrami o wysokim faktorze w słoneczne dni (wielokrotnie powtarzana aplikacja w ciągu dnia). Nie zaleca się także korzystania z solariumów. Osoby o jasnej karnacji, z mnogimi znamionami powinny pozostać pod stałą kontrolą lekarską i mieć regularnie wykonywane badania dermoskopem w celu diagnozowania choroby na wczesnym, wysokowyleczalnym etapie.* ■

Diagnostyka molekularna nowotworów

Profilowanie molekularne to nowa i obiecująca metoda diagnostyki onkologicznej, oferowana przez współczesną medycynę, która bez wątpienia stanowi integralną część właściwej oraz efektywnej terapii chorób nowotworowych. Umożliwia dobranie leku skierowanego bezpośrednio przeciwko komórkom guza, w których wcześniej wykryto określone nieprawidłowości, co znacznie zwiększa szanse na całkowite wyleczenie.

Słów kilka o diagnostyce molekularnej nowotworów...

W procesie diagnostycznym chorób nowotworowych wykorzystuje się wiele metod laboratoryjnych, z których zasadnicze znaczenie mają techniki biologii molekularnej. Dają one bowiem możliwość przeanalizowania materiału genetycznego guza i zidentyfikowania zmian genetycznych, a następnie doboru skutecznego leczenia, zwanego również terapią celowaną (spersonalizowaną). Kluczową rolę w poznaniu DNA nowotworu odgrywa fragment tkanki guza lub materiał pobrany na drodze biopsji, który poddawany jest badaniom. Po szczegółowej ocenie w dokładny sposób można ustalić unikalne właściwości danego nowotworu. Na podstawie przeprowadzonych analiz zostaje stwo-

rzony tzw. Raport Końcowy, zawierający informacje na temat wykrytych mutacji oraz ich zależności z poszczególnymi terapiami celowanymi. Stwarza to możliwość zmaksymalizowania strategii leczenia, co znacznie podnosi ich skuteczność i powodzenie, a co za tym idzie znacząco poprawia rokowanie. Lekami najczęściej stosowanymi w terapii spersonalizowanej są przeciwciała monoklonalne oraz inhibitory kinaz.

Dla kogo dedykowana jest diagnostyka molekularna nowotworów?

Metody molekularne można zastosować u większości pacjentów onkologicznych, jednak największe korzyści przynoszą one u osób:

- we wczesnym stadium zaawansowania choroby nowotworowej;



- u których udało się pobrać materiał z guza i można go wykorzystać do badań;
- sprawnych, zdolnych do samodzielnego wykonywania codziennych czynności;
- z jednym pierwotnym ogniskiem nowotworowym;
- u których nie zastosowano jeszcze chemioterapii lub włączono chemioterapię przed- albo pooperacyjną oraz tzw. leczenie pierwszego wyboru;
- bez dalszej progresji choroby lub w trakcie terapii onkologicznej. ■

Ober Clinic™
medycyna specjalistyczna

Ober Clinic – Medycyna Specjalistyczna
ul. Chałubińskiego 8 (budynek Oxford Tower,
I piętro), Warszawa
telefon: (22) 830 71 71, 515 331 188
www.oberclinic.pl
repcja@oberclinic.pl

Markery nowotworowe

– nowoczesna diagnostyka raka

Nowotwory złośliwe to druga najczęstsza przyczyna zgonów w Polsce. Wśród mężczyzn, dominują nowotwory płuc (20%) oraz gruczołu krokowego (13%), a w dalszej kolejności w statystykach pojawia się rak jelita grubego, pęcherza moczowego, żołądka i nerek. Z kolei największym problemem onkologicznym u pań jest rak piersi (22%) oraz nowotwory ginekologiczne (kobięcych narządów płciowych), które obejmują jajniki (5%), trzon i szyjkę macicy (7%), pochwę oraz srom. Czy przed rakiem możemy się ustrzec i jak postępować, żeby chronić swoje zdrowie?

Nowoczesna profilaktyka raka

Choć statystyki nie są optymistyczne, w ostatnich latach rośnie liczba wcześnie wykrytych nowotworów dzięki nowoczesnym metodom diagnostyki raka, co zwiększa szanse na skuteczną terapię pacjentów onkologicznych. Jedną z metod takiej profilaktyki są badania biochemiczne na oznaczenie markerów nowotworowych (wskaźniki lub znaczniki nowotworowe), które pozwalają na wykrycie obecności antygenów w płynach ustrojowych, wytwarzanych przez komórki nowotworowe. Ponieważ w zdrowych komórkach markery nie występują praktycznie wcale lub ich stężenie jest bardzo niskie, ich obecność sugeruje, że

w organizmie może toczyć się proces nowotworowy i np. w przypadku guza zwiększa się ich ekspresja, co może zaburzać rutynowe wyniki badań laboratoryjnych. Markery przedostają się do krwi i mogą przyjmować postać antygenów, białek, enzymów lub hormonów, a ich wykrycie umożliwia wykonanie badania krwi, moczu lub badań mikroskopowych tkanek pobranych od osoby chorej na nowotwór.

Markery nowotworowe – badanie krwi

Wiadomo, że jeden nowotwór może produkować kilka markerów, które na dodatek są charakterystyczne dla innych nowotworów i tak np. obecność markerów charakterystycznych



dla nowotworu jajnika może również potwierdzać obecność nowotworu trzustki lub żołądka. Są także markery, które stanowią pewny dowód na obecność określonego typu zmian, jak np. antygen PSA, wskazujący na raka prostaty. Żeby określić rodzaj toczącego się w organizmie procesu patofizjologicznego, z racji braku jednorodności markerów, zwykle zleca się pacjentowi wykonanie całego zestawu oznaczeń (panel markerowy). Jest on niezwykle pomocny w procesie rozpoznawania choroby oraz substancji, której stężenie służy do oceny zaawansowania nowotworu, wykrywania przerzutów, skuteczności zastosowanego leczenia oraz monitoringu stanu zdrowia. Ponadto, jako metoda nieinwazyjna, markery nowotworowe są również najbardziej ekonomiczne i stanowią alternatywę dla kosztownych badań genetycznych lub inwazyjnej biopsji. W Przychodni KEN oferujemy specjalistyczną diagnostykę w kierunku raka jajnika dla kobiet oraz raka prostaty dla mężczyzn, ze szczególnym wskazaniem dla rodzin genetycznie obciążonych chorobą nowotworową. Z pobranej próbki krwi zwykle oznacza się

markery, które określają stopień rozwoju nowotworu, a badanie wykonywane jest jako uzupełnienie rutynowej diagnostyki nowotworowej wykonywanej podczas wizyty lekarskiej (USG, cytologia) i odgrywa istotną rolę w terapii nowotworów. ■



Przychodnia KEN
al. Komisji Edukacji Narodowej 103
(blisko stacji Metra Ursynów), Warszawa
telefon: (22) 643 59 11
www.przychodniaken.pl
rejestracja@przychodniaken.pl

Zima najważniejsza dla naszych nóg

Kiedy zadbać o nogi?

Z pewnością jesienią i zimą. Wtedy bowiem brak słońca, niskie temperatury, czas na dłuższą rekonwalescencję będą bardzo pożądane lub nawet konieczne.

RADY FLEBOLOGA

VENEFIT – termoablacja radiowa żyłaków kończyn dolnych (VNUS). Zabieg wykonuje się w trybie chirurgii jednego dnia. Specjalista, korzystając z pomocy USG, przez niewielkie nacięcie skóry wprowadza do naczynia cienki cewnik zasilany prądem o częstotliwości radiowej. Fala radiowa emituje ciepło do ściany naczynia, powodując jej obkurczenie i zamknięcie światła żyły. Po zamknięciu naczynia, płynący przez nie strumień krwi ulega samoczynnemu przekierowaniu do zdrowych żył. Wyrażna poprawa już po 1-2 tygodniach od zabiegu.

Zalety zabiegu:

- ustąpienie objawów w ciągu 2 dni;
- w warunkach ambulatoryjnych;
- w znieczuleniu miejscowym;
- jednocześnie wykonuje się miniflebektomię;
- powrót do zwykłego trybu życia w ciągu kilku dni.

SKLEROTERAPIA – na problem tzw. pajęczaków na nogach. Zabieg przeprowadzany jest

poprzez wprowadzenie strzykawkami z cienkimi igłami do rozszerzonych naczyń preparatów, które „sklejają” żyły, co powoduje ich całkowite zniknięcie, zostawiając po sobie czystą skórę bez nacięć i blizn.

Wskazania:

- teleangiektazje, wenulektazje i poszerzone żyły siatkowate;
- żylaki kończyn dolnych;
- owrzodzenie żyłne podudzi.

LASEROTERAPIA – zabieg polecany w przypadku, gdy naczynka są małe i nie można wykonać skleroterapii. System laserowego zamykania naczyń wykorzystuje zjawisko absorpcji światła w hemoglobinie krwi zgromadzonej w uszkodzonym naczyniu. Laser nie uszkadza naskórka, zabiegi są więc mało inwazyjne i jednocześnie bardzo precyzyjne, skutecznie koncentrują energię na leczonej tkance. Naczynia na nogach zamykane są laserem diodowym lub laserem Nd-Yag ze specjalną głowicą stworzoną do zamykania naczyń na nogach.

STRIPPING ŻYŁ KOŃCZYN DOLNYCH – klasyczna metoda usuwania dużych niewydolnych pni żył powierzchownych. Stripping przeprowadza się w znieczuleniu lędźwiowym. Pacjent pozostaje w klinice przez jeden dzień. Wszelkie ślady znikają po upływie kilku miesięcy. Często sródoperacyjnie uzupełniana miniflebektomią, a w dalszym leczeniu skleroterapią. Daje bardzo dobry efekt lecz-

niczy. Po zabiegu zalecane jest noszenie pończoch przeciwżylakowych.

MINIFLEBEKTOMIA – nowoczesny, mało inwazyjny, dający bardzo dobry efekt kosmetyczny zabieg chirurgiczny wykonywany metodą Mullera, polegający na usuwaniu niewydolnych, żylakowato zmienionych gałęzi żylnych przez mikronacięcia (cięcia od 1-2 milimetrów). Zabieg wykonuje się w znieczuleniu miejscowym, nie wymaga hospitalizacji. Po zabiegu widoczne krwiaki, znikające po 2-3 tyg. Na zoperowaną nogę zakłada się bandaż elastyczny lub pończochy uciskowe. Po 3-6 miesiącach nacięcia są praktycznie niewidoczne. ■



ESTEDERM

KLINIKA
AMBROZIAK

Klinika Ambroziak Estederm
Al. Gen. W. Sikorskiego, 13, Warszawa
telefon: 726 101 000, (22) 111 50 05
www.klinikaambroziak.pl
repcja@klinikaambroziak.pl

Mioterapia

w profilaktyce ortodontycznej

MONIKA UNGIER-NIKOŁAJUK

Na sukces leczenia ortodontycznego składa się wiele czynników, które w większości przypadków nie są dla pacjenta uświadomione.

Osobie dorosłej trudno przyjąć, że jej problemy ortodontyczne mogą w dużej mierze wynikać z nieprawidłowego sposobu połykania, żucia lub niewłaściwego toru oddechowego. Nie zawsze zdajemy sobie sprawę z obniżonego lub nadmiernie wzmożonego napięcia mięśni w obrębie aparatu artykularnego, a także mięśni całego ciała. Funkcjonowanie układu nerwowo-mięśniowego, pozycja ciała, jaką przyjmujemy, nasze nawyki, parafunkcje wpływają znacząco na niektóre wady zgryzu.

Poprawne oddychanie powinno odbywać się torem nosowym przy zamkniętych ustach, połykanie przy zwartych ustach, gdzie czubek języka oraz jego boki stykają się z górnymi zębami, przednimi i bocznymi oraz dziąsłami, a szczęki są zaciśnięte. Duże zna-



czenie ma również prawidłowa realizacja poszczególnych głosek, z właściwym ułożeniem warg i języka.

Co proponujemy w naszej klinice pacjentom, to szeroko rozumiana profilaktyka ortodontyczna polegająca m.in. na mioterapii, czyli ćwiczeniu mięśni mimicznych i mięśni narządu żucia. Ćwiczenia te są wykonywane przez pacjenta w sposób bierny i czynny.

Za ich pomocą można wpłynąć na uregulowanie napięcia mięśni w obrębie aparatu artykularnego. Dzięki regularnym ćwiczeniom mio-



terapeutycznym możemy zmienić złe nawyki na prawidłowe wykonywanie takich czynności fizjologicznych jak: oddychanie, żucie, połykanie, mowa. W niektórych przypadkach systematyczne gimnastykowanie odpowiednich mięśni może doprowadzić do samowyleczenia. Jednak pacjent musi pozostać pod opieką ortodonta i mioterapeuty, gdyż tylko specjalista może ocenić na wizytach kontrolnych postępy leczenia z użyciem mioterapii.

Reasumując, dla skutecznej terapii ortodontycznej bardzo istotne jest prawidłowe funkcjonowanie mięśni mimicznych, narządu żucia oraz prawidłowe wykonywanie czynności fizjologicznych w obrębie aparatu oddechowo-artykularnego. A co za tym idzie, jeśli oczywiście istnieje taka potrzeba, w terapii ortodontycznej powinna być ścisła współpraca pomiędzy ortodontą, mioterapeutą i pa-

cjentem oraz niejednokrotnie fizjoterapeutą, ale o tym w innym artykule.

*mgr Monika Ungier-Nikołajuk
pedagog specjalny, logopeda* ■



Ortolan Klinika stomatologii estetycznej
ul. Popularna 8/10 lok. 3 (parter – wejście
od ul. Milanowskiej), Warszawa
telefon: (22) 863 15 61, 609 240 401
www.ortolan.pl
ortolan@ortolan.pl



Laguna Medical

– zdrowie Twoich oczu to dla nas priorytet

Na choroby oczu cierpi coraz więcej Polaków. Przyczynia się do tego przyspieszony pęd życia oraz zbyt długa praca przed ekranem komputera w skąym lub szkodliwym oświetleniu. Tymczasem zniszczenia wzroku postępują – dyskretnie, ale systematycznie.

Laguna Medical jest liderem na trójmiejskim rynku usług okulistycznych, codziennie przyjmuje dziesiątki pacjentów, przeprowadza liczne konsultacje i zabiegi przywracające prawidłowe funkcje wzroku. Ośrodek jest wyposażony w zaawansowany sprzęt oraz nowoczesne sale zabiegowe, gdzie operowani są pacjenci ze wskazaniami do interwencji chirurgicznej. Proces przywracania zdrowia należy zawsze rozpocząć od postawienia właściwej diagnozy. Dlatego Laguna Medical zadbała o to, aby konsultacje odbywały się w warunkach możliwie najbardziej komfortowych dla pacjenta. Pierwsza rozmowa i badanie przebiegają w zaciszu gabinetu, gdzie okuliści oceniają stan zdrowia pacjenta, orientują w jego potrzebach, a następnie opracowują indywidualną ścieżkę terapii. Pamiętajmy, że zabieg chirurgiczny nie jest regułą, niekiedy terapię ograniczyć można do leczenia zachowawczego. O tym jednak, czy pacjent powinien przyjmować regularnie leki, czy bezzwłocznie zapisać na zabieg chirurgiczny, decydują doświadczeni specjaliści. Laguna Medical specjalizuje się w leczeniu zaćmy. Schorzenie to w krótkim czasie może

doprowadzić do całkowitego zmętnienia soczewki, a w konsekwencji ślepoty. Podobnemu scenariuszowi można jednak zapobiec, decydując się na wszczęcie do oka odpowiedniej soczewki. Soczewki zaprojektowane do korekcji poprawiają jakość obrazu i sprawiają, że widzenie z dali i bliska staje się zupełnie naturalne. Dodatkowy element w postaci filtra UV chroni siatkówkę przed szkodliwym wpływem promieni słonecznych. Słowem, soczewki nie tylko oddalają widmo zaćmy wtórnej, ale i chronią przed rozwojem chorób siatkówki. Wszystkie wszczepiane modele dobieramy indywidualnie. Z kolei dla tych, którzy marzą o zdjęciu okularów na stałe, znakomitym rozwiązaniem będzie laserowa korekcja wzroku. Jest to najszybszy i najbardziej skuteczny sposób na poprawienie funkcji wzroku przy wadach takich jak: astygmatyzm, krótkowzroczność, dalekowzroczność czy starczowzroczność. Laserowa korekcja przywraca wzrok i pewność siebie. Pacjenci wracają do dawnej aktywności i na nowo odkrywają uroki życia bez okularów lub szkieł kontaktowych. Do zabie-

gu kwalifikują się osoby w wieku 18-55 lat, bez bezpośrednich przeciwwskazań do operacji (niestabilne wady wzroku; inne współistniejące schorzenia oczu). O jakości usług ośrodka najczęściej jednak mówią rosnące grono pacjentów. Specjaliści pracujący w Lagunie Medical zoperowali już ponad kilkaset tysięcy osób. Co oznacza tyle samo sukcesów na koncie. A ono stale się powiększa! Zespołowi z Laguny zależy, aby Państwo wiedzieli, że stawiają znak równości pomiędzy wszystkimi pacjentami, dlatego z usług ośrodka skorzystać można zarówno w ramach opieki Narodowego Funduszu Zdrowia, jak i prywatnie. W obydwu przypadkach nad Waszym zdrowiem i bezpieczeństwem czuwać będzie cały fachowy zespół, tworzony przez wysokiej klasy specjalistów z dziedziny okulistyki oraz wykwalifikowaną kadrą pielęgniarską. Na bieżące pytania natomiast odpowiedzi chętnie udzielają panie pracujące w rejestracji. Laguna Medical to zespół aktywny i nastawiony na rozwój, udzielający się społecznie i uczestniczący w wielu interesujących projektach. Kontakt z pacjentem odbywa się bezpośrednio,



Laguna Medical
Plac Kaszubski 1, Gdynia
telefon: (58) 719 82 86
www.lagunamedical.pl, www.lagunaestetica.pl
rejestracja@lagunamedical.pl

w ośrodku w centrum Gdyni, ale także za pośrednictwem mediów społecznościowych. Jeśli niepokój o zdrowie Twoich oczu spędza Ci sen z powiek, skontaktuj się z kliniką. Pomoże Ci znaleźć rozwiązanie idealne dla Ciebie. Przychodnia otwarta jest od poniedziałku do piątku w godzinach od 8 do 20 oraz w sobotę od 9 do 15. ■

Barometr zdrowia

– Instytut Psychosomatyczny

ANNA NIZIOŁEK



Rano jest Ci ciężko wstać, czujesz, że brak Ci sił i energii do codziennego funkcjonowania. Każdy dzień wygląda tak samo, masz poczucie braku sensu, celu, wartości. Gdzieś podskórnie czujesz, że potrzebujesz wsparcia, pomocy od psychologa, ale:

- nie masz na to czasu, ponieważ pracujesz w korporacji i praca wypełnia cały Twój dzień,
- mieszkasz w miejscu, gdzie dostęp do psychologa jest utrudniony,
- pracujesz za granicą i mimo, że biegle władasz obcym językiem, o problemach wolałbyś porozmawiać w ojczystym języku,
- stan zdrowia, nie pozwala Ci na wyjście z domu, ze szpitala,
- masz małe dziecko i brak wokół Ciebie osób, które mogłyby Ci pomóc w opiece nad nim,
- obawiasz się pokazać w miejscu kojarzonym z pomocą psychologiczną.



Jeżeli któryś z powyższych punktów opisuje Twoją sytuację, to nowy program Instytutu Psychosomatycznego może być właśnie dla Ciebie. Profesor Bohdan Wasilewski opracował krótki i prosty test do rozwiązania na stronie internetowej www.barometr-zdrowia.pl. Jeżeli na dwa lub więcej pytań odpowiedź brzmi TAK to oznacza, że konsultacja psychologiczna byłaby wskazana. W tak krótki, sprawny i prosty sposób, można przekonać się, czy moje trudności dotyczą strefy zdrowia emocjonalnego. Nie wychodząc z pracy, z domu, nawet podczas lunchu możemy sprawdzić czy to, co nas niepokoi, martwi, wymaga konsultacji specjalisty.

Możliwość współpracy z psychologiem czy psychiatrą przez Internet jest znakomitą alternatywą, rozwiązaniem dla dzisiejszego szybkiego i przeładowanego bodźcami obowiązkami życia. Często czujemy, że pomoc jest potrzebna, ale praca, obowiązki czy lęk, wstyd utrudniają nam dotarcie na wizytę. A praca online po pierwsze oszczędza nam czas, a po drugie zapewnia anonimowość, która dla wielu osób w przypadku spraw zdrowotnych jest ważna.

Badania pokazują, że zarówno pod względem efektywności, jak i stopnia satysfakcji pacjenta, nie ma istotnej różnicy pomiędzy pracą terapeutyczną w gabinecie a przez Internet. Jeśli dodatkowo spojrzymy na najnowsze raporty WHO, które problemy emocjonalne, psychosomatyczne umieszczają na równi pod względem występowania z chorobami układu krwionośnego i nowotworami, to znak, że tą częścią naszego życia, również należy się zająć.

Anna Niziołek – psycholog, psychoterapeuta ■

Centrum Medyczne IPS
ul. Mokotowska 3 lok. 6, Warszawa telefon:
(22) 845 57 84, (22) 646 11 76,
668 045 682
www.ips.pl
mokotowska@ips.pl

Diagnostyka włosów i leczenie chirurgiczne

Wypadanie włosów u kobiet i mężczyzn stanowi bardzo ważny problem natury socjopsychicznej. W ostatnim czasie notuje się występowanie łysienia w coraz młodszym wieku. Do klinik leczących pacjentów z łysieniem zgłaszają się nawet 18-letnie osoby.



Łysienie androgenowe to obecnie najczęstsza przyczyna łysienia u mężczyzn. W przypadku łysienia androgenowego za proces wypadania włosów odpowiadają czynniki genetyczne oraz zwiększona wrażliwość mieszków włosowych na działanie DHT – aktywnego metabolitu testosteronu.

W przypadku kobiet obserwuje się łysienia rozlane, łysienie bliznowaciejące, łysienie w przebiegu zaburzeń hormonalnych, łysienie androgenowe typu żeńskiego oraz łysienie telogenowe.

Nie zawsze można jednoznacznie ustalić przyczynę łysienia. Bardzo ważna jest diagnostyka. Pacjent z wypadaniem włosów powinien zgłosić się do lekarza zajmującego się takimi problemami. Podczas wizyty lekarskiej i po dokładnym zbadaniu pacjenta moż-

na wykonać badania diagnostyczne. Bardzo ważne jest oznaczanie poziomu hormonów sterydowych, hormonów tarczycy i hormonów płciowych. Niekiedy w przypadku ukrytej cukrzycy włosy wypadają – wtedy ważne informacje przynosi oznaczenie poziomu cukru. W ostatnim czasie zwraca się uwagę wpływu niedoboru witaminy D3 u pacjentów z łysieniem. W przypadku kobiet warto wykonać USG narządu rodowego, aby wykluczyć zespół policystycznych jajników. Jedną z podstawowych badań diagnostycznych u pacjentów z utratą włosów jest wykonanie badania trichoskopowego. Podczas tego bezinwazyjnego badania lekarz dokładnie może ocenić stan skóry głowy. Można również określić grubość włosa, jego strukturę oraz ocenić okolicę mieszka włosowego. Dzięki trichoskopii potrafimy wyliczyć ilość

włosów w fazie miniaturyzacji i uzyskać dane na temat odnowy mieszków włosowych. Niekiedy decydujemy się na wykonanie biopsji skóry głowy. Dzięki temu badaniu wycinka skóry głowy można rozpoznać liszaj płaski, toczeń oraz zobaczyć, czy nie mamy do czynienia z łysieniem bliznowaciejącym. W przypadku łysienia androgenowego najlepsze rezultaty przynosi chirurgia odtwórcza włosów. Zabieg transplantacji włosów polega na przeszczepie własnych włosów pobranych z tyłu głowy. Przeszczepiane włosy nie wypadają, gdyż nie działa na nie DHT – aktywny metabolit testosteronu. Aktualnie istnieją 2 podstawowe sposoby przeszczepu włosów. Metoda FUT – wycięcia paska skóry oraz mniej inwazyjna metoda FUE. Dr Sandelewski – specjalista chirurgii odtwórczej włosów z kliniki San-Medical

wykonuje zabiegi transplantacji włosów metodą FUE. Podczas tego zabiegu dzięki specjalnemu instrumentarium pobierane są pojedyncze mieszki włosowe z miejsca dawczego – okolicy tyłu głowy. Następnie uzyskane transplanty oceniane są pod mikroskopem stereoskopowym, aby wybrać tylko te nieuszkodzone mieszki włosowe. W klinice San-Medical to jedynie 2-3% pobieranych włosów. Przygotowane mieszki włosowe są następnie wszczepiane do miejsca biorczego. Cały zabieg wykonywany jest w znieczuleniu miejscowym i jest zupełnie bezbolesny. Włosy po transplantacji zaczynają rosnąć po około 4 miesiącach.

Decydując się na zabieg przeszczepu włosów warto poznać ośrodek i lekarza przeprowadzającego zabiegi. Dr Sandelewski należy do nielicznego grona lekarzy z Polski, którzy są członkami najważniejszej międzynarodowej organizacji – ISHRS. ISHRS to towarzystwo lekarzy specjalistów chirurgii odtwórczej włosów, które gwarantuje jakość i kompetencje. ■



SAN-MEDICAL Centrum Medyczne
ul. Międzyrzecka 26, Bielsko-Biała
telefon: 600 758 663, (33) 818 51 20
www.san-medical.pl
info@san-medical.pl

Kompresjoterapia

– prosta metoda na ciężkie nogi



Kompresjoterapia polegająca na stopniowanym ucisku na zewnętrzną stronę nóg wspomaga krążenie żyłne krwi. Ucisk ten masuje kończynę przy każdym stawianym kroku i zmusza do efektywności działania tzw. pompę mięśniową podudzia, pobudzając tym samym przepływ chłonki oraz krwi żyłnej.

Dlaczego to tak istotne?

Krew żylna w nodze musi płynąć w górę, pokonując siłę grawitacji. Często zdarza się jednak, że system pomp mięśniowych, mający ją tłoczyć, zawodzi. Krew cofa się i zaczyna zalegać w żyłach, rozciągając je. Jest to tak zwany refluks żylny, gdyż zastawki nie spełniają już dobrze swej roli. Stosowanie kompresjoterapii nie dopuszcza do zalegania krwi w kończynie, zmniejsza obrzęk i przywraca kończynom fizjologiczne kształty.

Jak to wygląda w praktyce?

Kompresjoterapię realizuje się za pomocą specjalistycznych wyrobów uciskowych (raj-

stopy, pończochy lub podkolanówki) wywierających ucisk na kończynę.

Co jest ważne? Warunkiem powodzenia terapii uciskowej jest odpowiednie dobranie stopnia ucisku oraz właściwego rozmiaru pończoch czy podkolanówek. Przy zakładaniu szczególną uwagę należy zwrócić na położenie pięty – powinna być dobrze naciągnięta, gdyż dopiero wtedy ucisk rozkłada się prawidłowo.

Niedoceniana forma profilaktyki dla każdego

Kiedy twój charakter pracy wymaga długotrwałego stania lub siedzenia, dobrze byłoby rozważyć stosowanie profilaktycznej kompre-

sjoterapii. Szeroka oferta wyrobów uciskowych, ich estetyka wykonania i dostępność kolorów zadowolą nawet najbardziej wymagających. Od dłuższego czasu nie musisz już szukać tego typu preparatów tylko w wyspecjalizowanych sklepach medycznych. Obecnie preparaty profilaktyczne dostępne są w aptekach na terenie całego kraju.

Profilaktykę zaleca się przede wszystkim:

- osobom obciążonym genetycznie ryzykiem wystąpienia przewlekłej niewydolności żyłnej,
- osobom z nadwagą,
- kobietom w ciąży,
- osobom, które wybierają się w dłuższą podróż samochodem lub samolotem,
- osobom, które w pracy z racji wykonywanego zawodu są zmuszone do długiego stania lub siedzenia (sprzedawcy, fryzjerzy, pielęgniarki, dentyści, kierowcy, urzędnicy, kasjerzy, pracownicy biurowi, lekarze).

Dlaczego warto sięgnąć po profilaktyczne produkty Detramax?

Uciskowe podkolanówki profilaktyczne Detramax dzięki zaznaczonej pięcie zapewniają 100% ucisku w kostce oraz 70% ucisku w łydce, wzmacniając i kształtując nogi. Profilaktyczne rajstopy uciskowe Detramax zapewniają stopniowaną kompresję, najsilniejszą w okolicy kostek i zmniejszającą się w kierunku uda. Rajstopy mają wzmocnioną piętę oraz obszar palców. Produkty Detramax stymulują krążenie nóg zapobiegając ich zmęczeniu, obrzękom i bólowi. Ponadto produkty posiadają certyfikat OEKO-TEX oraz Certyfikat Instytutu Włókiennictwa. Zawierają aktywne jony srebra, które zapobiegają rozmnażaniu się mikroorganizmów (grzybów i bakterii), co zwiększa higieniczność i trwałość, zapobiega powstawaniu nieprzyjemnego zapachu i uprzyjemnia codzienne użytkowanie. ■

Detramax®

**Kompleksowo dba
o zmęczone,
opuchnięte nogi**

**RAJSTOPY
I PODKOLANÓWKI
UCISKOWE**



**Stymulują krążenie nóg,
zapobiegają ich zmęczeniu,
obrzękom i bólowi**

Leczenie wspomagające dny moczanowej



Dna moczanowa (podagra) to tak zwane zapalenie stawów spowodowane gromadzeniem się we krwi zbyt dużej ilości kwasu moczowego. Taka sytuacja może doprowadzić do gromadzenia się kryształów moczanu sodu wokół niektórych stawów, co wiąże się z silnym stanem zapalnym oraz ogromnym bólem.

które wspomagają leczenie, na uwagę zasługują niektóre zioła, jak również leki naturalne np. preparat Urarhone (www.urarhone.lehning.pl), który posiada dość szerokie działanie. Przede wszystkim pobudza on procesy przeciwzapalne, równocześnie zmniejszając objawy bólowe. Stymuluje również procesy

Osoby mające predyspozycje do tego typu dolegliwości mogą kontrolować sytuację poprzez odpowiednią dietę i właściwy styl życia. Jednak to nie wszystkie naturalne metody,

przemiany materii oraz znacznie obniża poziom kwasu moczowego, pobudzając wydalniczą funkcję układu moczowego. Dzięki temu szybciej przywrócimy stan równowagi w naszym organizmie.

Dna moczanowa należy do bardzo nieprzyjemnych i bolesnych dolegliwości, wynikających z odkładania się kwasu moczowego. Poczyszczające jest jednak to, że chorobę tę można całkowicie wyleczyć, a sukces w ogromnym stopniu zależy od naszych nawyków żywieniowych i stylu życia.

Urarhone płyn doustny 250 ml

Wskazania:

Lek wspomagający w leczeniu choroby reumatycznej, o ostrym, jak i przewlekłym przebiegu, dotyczącej stawów oraz tkanek miękkich.

Wspomaga także leczenie dny moczanowej (dając dobre efekty), neuralgii oraz rwy kulszowej.

Działanie:

Pobudza procesy przeciwzapalne, zmniejszające objawy bólowe w ostrym i przewlekłym reumatyzmie. Stymuluje procesy przemiany

materii, stabilizuje lub obniża poziom kwasu moczowego (jeżeli występuje w nadmiarze) oraz pobudza wydalniczą funkcję układu moczowego.

Polecany przy:

- chorobie reumatycznej,
- neuralgii,
- dnie moczanowej.

Dawkowanie:

Jeżeli lekarz nie zaleci inaczej: 2 x dziennie (początkowo nawet częściej) 1 łyżka stołowa na 1/2 szklanki wody.

Opakowanie:

Butelka 250 ml.
Postać leku: nalewka.

Skład:

Colchicum D1, Dulcamara TM, Kalium iodatum D2, Aqua silicata D2, Sulfur D4, Natrum salicylicum D3, Mercurius corrosivus D4, Spiritus vini, Bryonia alba TM, Viscum album TM, Aurum natr. chloratum D8, Rubia TM, Betula TM, Carmel, Aqua dest.

Lek zawiera 22% v/v etanol. ■

Badania laboratoryjne

Ocenę ogólnego stanu zdrowia i kondycji poszczególnych narządów można uzyskać przy pomocy badań laboratoryjnych.

Klinika Ober Clinic oferuje szeroki wachlarz tego typu procedur, z których najczęściej wykonywane są:

- morfologia – to jedno z najczęściej wykonywanych badań krwi. Polega na analizie elementów morfotycznych, hematokrytu oraz hemoglobiny i wykorzystywane jest m.in. w diagnostyce niedokrwistości, zaburzeń krzepnięcia, zakażeń wirusowych oraz bakteryjnych.
- cholesterol – jest składnikiem błon komórkowych oraz prekursorem kwasów żółciowych i hormonów steroidowych. Określenie jego stężenia odgrywa rolę w rozpoznawaniu zaburzeń gospodarki lipidowej oraz chorób układu krążenia.
- TSH – inaczej hormon tyreotropowy, produkowany przez przysadkę mózgową i oznaczany przy podejrzeniu niewłaściwej czynności tarczycy.
- testosteron - to męski hormon płciowy, wytwarzany głównie w jądrach. Jego poziom ustala się w przypadku objawów, świadczących o nieprawidłowej androgenizacji ustroju.

Dużym zainteresowaniem cieszą się również markery nowotworowe, takie jak:

- CEA - zwiększony poziom tej substancji obserwuje się przede wszystkim u pacjentów z rakiem jelita grubego, gdzie jest wykorzystywany do monitorowania przebiegu choro-

by. Wzrost jego stężenia występuje również w raku płuca, trzustki, wątroby, piersi oraz pęcherza moczowego.

- CA-125 – wykazuje związek z rakiem jajnika i występuje aż u 80% kobiet z tym nowotworem. Wzrost poziomu tego związku we krwi mogą także powodować stany zapalne narządu rodowego, ciąża, endometrioza oraz miesiączka.
- CA 15-3 – wykorzystywany jest w diagnostyce raka piersi o dużym stopniu zaawansowania.
- PSA – jest glikoproteiną produkowaną zarówno przez prawidłowe komórki prostaty, jak i komórki nowotworu złośliwego tego gruczołu. Podwyższony poziom tego antygenu stanowi wskazanie do ultrasonografii przezodbytniczej, połączonej z biopsją stercza.
- AFP – wzrost poziomu tego markera występuje w przebiegu nowotworów wątroby oraz zarodkowych nowotworów jąder i jajników.

USG jako dopełnienie badań laboratoryjnych

W przypadku pojawienia się niepokojących objawów i/lub nieprawidłowości w analizach laboratoryjnych, warto wykonać badanie ultrasonograficzne. Jest to jedna z najczęściej przeprowadzanych procedur medycznych ze względu na dużą dostępność, nieinwazyjność oraz bezbolesny przebieg. Pozwala na zobrazowanie większości narządów, określenie ich wielkości, kształtu, jednorodności miąższu oraz ruchomości. Dzięki funkcji Doppler ist-



nieje możliwość oceny drożności i przepływu krwi w naczyniach, zaopatrujących poszczególne organy, a także szczegółowego określenia związanych z tym patologii.

Badanie ultrasonograficzne przeprowadzane jest przy pomocy urządzenia, na które składa się głowica oraz aparat przetwarzający fale ultradźwiękowe na obraz oglądany na monitorze. Warto również wspomnieć, że opisywana procedura jest całkowicie bezpieczna, bowiem siła, z jaką głowica wysyła ultradźwięki, jest bardzo mała, a ryzyko uszkodzenia narządów znikome. ■

Ober Clinic™
medycyna specjalistyczna

Ober Clinic – Medycyna Specjalistyczna
ul. Chałubińskiego 8 (budynek Oxford Tower,
I piętro), Warszawa
telefon: (22) 830 71 71, 515 331 188
www.oberclinic.pl
repcja@oberclinic.pl