



EGÉSZSÉGES HEGYVIDÉK



TARTALOM

KÖSZÖNTŐ	7
A HEGYVIDÉKI EGÉSZSÉGÜGY TÖRTÉNETE	8
„MENET KÖZBEN EGY AUTÓT ÁTÉPÍTENI”	10
POKORNI ZOLTÁN POLGÁRMESTER A HEGYVIDÉKI EGÉSZSÉGÜGYRŐL	10
EGÉSZSÉGÜGYI ALAPELLÁTÁS A HEGYVIDÉKEN, RENDELŐFELÚJÍTÁSOK	14
HEGYVIDÉKI RENDELŐFELÚJÍTÁSI PROGRAM	15
TELJES MEGÚJULÁS ELŐTT	17
DR. TAKÁCS PÉTER, A SZENT JÁNOS KÓRHÁZ FŐIGAZGATÓJA	
GYERMEKEK EGÉSZSÉGÜGYI ALAPELLÁTÁSA	20
VÉDŐNŐI HÁLÓZAT	20
HÁZI GYERMEKORVOSI ELLÁTÁS	23
RENDELÉSI IDŐN KÍVÜLI SÜRGŐSSÉGI ELLÁTÁS	26
GYERMEK- ÉS IFJÚSÁGI FOGÁSZATI ALAPELLÁTÁS	28
ISKOLA-EGÉSZSÉGÜGYI ELLÁTÁS	30
PREVENCIÓS PROGRAMOK ÓVODÁSOKNAK ÉS ISKOLÁSOKNAK	33
LISZTÉRZÉKENYSÉG SZŰRÉSE	33
ORTOPÉDIAI SZŰRÉS	33
FOGÁSZATI SZŰRŐVIZSGÁLAT	34
VÉDŐNŐI SZŰRŐVIZSGÁLATOK AZ ÓVODÁSOKNÁL	35
A LÁTÁS VIZSGÁLATA	36
A HALLÁS VIZSGÁLATA	36
ÚJRAÉLESZTÉS-TANFOLYAM AZ ISKOLÁKBAN	36
DOHÁNYZÁSMEGELŐZŐ PROGRAM 7. OSZTÁLYOSOK RÉSZÉRE	37
„SEGÍTSETEK NEKÜNK, HOGY A BETEGEKET SEGÍTHESSÜK!”	38
DR. TOLDY-SCHEDEL EMIL, A BUDAPESTI SZENT FERENC KÓRHÁZ FŐIGAZGATÓJA	
GYERMEKORVOSI EGÉSZSÉGÜGYI SZAKELLÁTÁSA	40
FEKVŐBETEG-ELLÁTÁS	40
SZAKRENDELÉSEK I.	40
SZAKRENDELÉSEK II.	41
GYERMEKSZAKRENDELÉSI IDŐK	45



A FELNŐTTKORÚAK EGÉSZSÉGÜGYI ALAPELLÁTÁSA	46
HÁZIORVOSI ELLÁTÁS	46
KÖZPONTI HÁZIORVOSI ÜGYELET	49
FOGÁSZATI ALAPELLÁTÁS	50
FOGÁSZATI ALAPELLÁTÁS – SÜRGŐSSÉGI ELLÁTÁS	52
HEGYVIDÉKI OTTHONI SZAKÁPOLÁSI SZOLGÁLAT	53
HOSPICEELLÁTÁS	55
A MAGYAR REHABILITÁCIÓ FELLEGVÁRA	56
DR. CSERHÁTI PÉTER, AZ ORSZÁGOS ORVOSI REHABILITÁCIÓS INTÉZET FŐIGAZGATÓJA	
HEGYVIDÉKI BETEGIRÁNYÍTÁSI RENDSZER	58
PREVENCIÓS PROGRAMOK FELNŐTTEKNEK ÉS CSALÁDOKNAK	59
ÚJRAÉLESZTÉSI TANFOLYAM	59
„SZÍVSN A KERINGÉSI BETEGSÉGEK MEGELŐZÉSÉÉRT” MOZGALOM	59
KISMAMATORNA	60
OTTHONÁPOLÁS A GYAKORLATBAN	60
EGÉSZSÉGNAP	60
PREVENCIÓS SZŰRŐSZOMBAT	61
HEGYVIDÉKI SZABADEGYETEM	61
FEJLESZTÉSI TERVEK AZ ONKOLÓGIAI INTÉZETBEN	62
PROF. DR. POLGÁR CSABA, AZ ORSZÁGOS ONKOLÓGIAI INTÉZET FŐIGAZGATÓJA	
CSALÁDVÉDELMI SZOLGÁLAT	64
„ELSŐ A BETEGÉRDEK, AZAZ A SZAKMAI MINŐSÉG!”	66
DR. VARGA PÉTER PÁL, AZ ORSZÁGOS GERINCGYÓGYÁSZATI KÖZPONTOT MŰKÖDTETŐ BUDAI EGÉSZSÉGGYÓGYKÖZPONT KFT. ÜGYZEZETŐ IGAZGATÓJA	
ÖNKORMÁNYZATI TÁMOGATÁSOK	68
KÖZGYÓGYELLÁTÁS	68
GYÓGYÁSZATI TÁMOGATÁS	69
„AZ ORVOS GONDOLKODJON ÉS GONDOSKODJON A BETEGRŐL, NE EGY GÉP!”	70
DR. KOVÁCS GÁBOR, AZ ORSZÁGOS KORÁNYI PULMONOLÓGIAI INTÉZET FŐIGAZGATÓJA	



EGÉSZSÉGÜGYI JÁRÓ- ÉS FEKVŐBETEG-ELLÁTÁS **72**

KÓRHÁZAK A HEGYVIDÉKEN **75**

ÉSZAK-KÖZÉP-BUDAI CENTRUM ÚJ SZENT JÁNOS KÓRHÁZ ÉS SZAKRENDELŐ (ÉKC)	75
SEMMELWEIS EGYETEM VÁROSMAJORI SZÍV-ÉS ÉRGYÓGYÁSZATI KLINIKA	77
ORSZÁGOS ONKOLÓGIAI INTÉZET	78
ORSZÁGOS ORVOSI REHABILITÁCIÓS INTÉZET	79
ORSZÁGOS KORÁNYI PULMONOLÓGIAI INTÉZET	79
MAGYAR HONVÉDSÉG EGÉSZSÉGÜGYI KÖZPONT III. SZ. TELEPHELY (VOLT BUDAI MÁV KÓRHÁZ)	81
ORSZÁGOS GERINCGYÓGYÁSZATI KÖZPONT	81
SEMMELWEIS EGYETEM PETŐ ANDRÁS KAR	82
BUDAPESTI SZENT FERENC KÓRHÁZ	83
XII. KERÜLETI NAGYOBB MAGÁNEGÉSZSÉGÜGYI SZOLGÁLTATÓK	85
FEKVŐBETEG-ELLÁTÁST NYÚJTÓ EGÉSZSÉGÜGYI SZOLGÁLTATÓK TERÜLETI ELLÁTÁSI KÖTELEZETTSÉGE	
A XII. KERÜLETI BETEGEKRE (FELNŐTT- ÉS GYERMEKKORÚAKRA) VONATKOZÓAN	86
BETEGJOGI KÉPVISELŐK	88

SÜRGŐSSÉGI ELLÁTÁS **89**

EGÉSZSÉGMEGŐRZÉS **91**

EGÉSZSÉGES HEGYVIDÉK PROGRAM	91
AZ EGÉSZSÉGES TÁPLÁLKOZÁS 12 PONTJA	93
KERINGÉSI BETEGSÉGEK	95
DAGANATOS BETEGSÉGEK	95
KORUNK BETEGSÉGE: AZ ALLERGIA	96
ALVÁSZAVAROK, LÉGZÉSPROBLÉMÁK	97
ORTOPÉDIAI BETEGSÉGEK	98
NEUROLÓGIAI BETEGSÉGEK	98
EGÉSZ ÉVBEN KULLANCSVESZÉLY	99

„KIEMELTEN FOGLALKOZUNK A CSALÁDOKKAL” **100**

GALLAI DOLORES, A HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT EGÉSZSÉGÜGYI REFERENSE

ÁLLATORVOSI SZOLGÁLTATÁSOK **102**

BUDAPEST FŐVÁROS KORMÁNYHIVATALA XI. KERÜLETI HIVATALA HATÓSÁGI FŐOSZTÁLY NÉPEGÉSZSÉGÜGYI OSZTÁLY ÉS CSALÁDVÉDELMI SZOLGÁLTAT **105**



INSPIRÁLÓ KÖRNYEZET EURÓPA ÉLVONALÁBAN	106
DR. MERKELY BÉLA, A SEMMELWEIS EGYETEM REKTORA, A VÁROSMAJORI SZÍV- ÉS ÉRGYÓGYÁSZATI KLINIKA IGAZGATÓJA	
GYÓGYSZERTÁRAK	108
MAGÁNEGÉSZSÉGÜGYI TEVÉKENYSÉGEK	111
TELEFONSZÁMOK, CÍMEK SÜRGŐS ESETEKRE	116





TISZTELT HEGYVIDÉKI POLGÁROK!

Önkormányzatunk kilenc évvel ezelőtt útjára bocsátott egy kiadványsorozatot, amelynek egyes példányaiban összefoglaltuk, mintegy praktikus kalauzként, a mindennapi élet egy-egy területére vonatkozó legfontosabb tudnivalókat. Eddig tizenkét füzet jelent meg, közülük a legtöbbször már a második, időközben aktualizált kiadása forog közkézen, s most eljött az ideje a 2010-ben „Egészséges Hegyvidék” címmel megjelent kötet frissítésének is.

E kiadványban tájékoztatást kapnak a házi orvosi és házi gyermekorvosi alapellátásról, a Hegyvidéki Önkormányzat fenntartásában működő rendelők elmúlt években zajlott felújítási programjáról. Megismerhetik az önkormányzat egészségmegőrző programjait, az ezek keretein belül igénybe vehető szűrővizsgálatokat, az otthonápolási lehetőségeket, és hasznos információkat olvashatnak az egészségügy területéhez kapcsolódó önkormányzati támogatásokról.

Fontos tudnivalókat találhatnak az egészségügyi intézményrendszer szolgáltatásainak igénybevételével kapcsolatosan, és tájékozódhatnak a Hegyvidéken fellelhető állami fenntartású kórházakban jelenleg is zajló rekonstrukciókról és a jövőbeni fejlesztésekről. A kiadvány továbbá tartalmazza a kerületi egészségügyi intézmények címét, nyitvatartási idejét, a védőnők és házi orvosok illetékességi terület szerinti felsorolását, a gyógyszertárak, valamint a magánegészségügyi intézmények listáját is.

Mindemellett számos praktikus tudnivalóval is szolgál. Vajon biztosan tudjuk-e, hogy milyen tünetek észlelésekor kell azonnal gyermekorvost hívnunk, és ilyen esetben mit kell közölni vele? Mikor hívjunk mentőt, és melyek azok az adatok, amiket ilyen esetben feltétlenül meg kell adnunk? Milyen esetben van szükség a sürgősségi ellátás igénybevételére, s mikor elég, ha először csak a házi orvost keressük fel? Milyen szakellátások igénybevételéhez van szükség házi orvosi beutalóra, és melyekhez nem? Hogyan működik a nappali kórház, és ott milyen egészségügyi ellátások zajlanak? Hol vehetünk igénybe speciális orvosi szolgáltatásokat (szájsebészeti, idegsebészeti, valamint gyermeksebészeti ellátást), illetve melyek azok a budapesti kórházak, amelyeknek területi ellátási kötelezettsége van a XII. kerületi betegek (felnőtt- és gyermekkorúak) tekintetében? Mit tegyünk kullancscsípés esetén, és hogyan léphetünk kapcsolatba betegjogi képviselőnkkel?

Sorolhatnám tovább a példákat, de azt javaslom, inkább lapozzák végig kiadványunkat. Remélem, haszonnal forgatják majd oldalait.

Péter Zoltán

A HEGYVIDÉKI EGÉSZSÉGÜGY TÖRTÉNETE

Az 1800-as években a budai és pesti orvosok gyógyszerként ajánlották sok betegnek a hegyvidéki levegőt – sőt, az egészségesekeknek is. Éppen ezért a Hegyvidéket már a 19. században Pest tüdejeként emlegették, nem véletlen, hogy számos gyógyászati intézmény talált itt otthonra. Általános vélemény volt, hogy a betegeknek felesleges messzi vidékekre elutazniuk, hiszen a fővárosban is megtalálják a gyógyulásukat elősegítő környezetet.

A budai és pesti polgárokat egyaránt vonzotta a Hegyvidéken lévő jó klíma, az egészséges levegő és a nyugalmat árasztó természet. Ennek köszönhető, hogy számos gyógyászati intézmény működött itt az elmúlt közel 300 évben, és működik ma is.

Ezek közül a legnagyobb és legkorábbi a Szent János Kórház, amely már 1713-ban fogadott betegeket, akkor még a mai Széna téren. Mária Terézia idejében, 1777-ben a Budára költöző nagyszombati egyetem gyakorlati képzése a régi Szent János Kórházban volt, amely 1898-ban költözött a jelenlegi helyére.

BUDAPEST. Uj Szent János kórház
Johannis-Spital.



A második világháború idején nem volt fennakadás az intézmény munkájában, bár szélsőséges körülmények között kellett dolgozniuk a szakembereknek, miután a német megszállást követően katonai igazgatás alá került a kórház. Az ostrom sok kárt okozott, mert a nyilasok és a németek védőállást rendeztek be az épületekben és azok környékén. A szovjet csapatok 1944. december 25-én értek oda, és a németeket aknavetővel lőtték a Kis-Sváb-hegyről.

A kórház az 1956-os forradalom és szabadságharc idején is kivette részét a betegek, sérültek ellátásából. Saját mentőszolgálatot szervezett, s Horváth professzor révén, aki a Nemzetközi Vöröskereszt vezetőségének tagja volt, megfelelő gyógyszerekkel is rendelkezett. Nem véletlen, hogy ide kerültek a Széna téri harcok sebesültjei is.

A városmajori park szélén lévő bő víző forrás adta a lehetőséget, hogy Siklósy Károly 1853-ban felépíthesse vízgyógyintézetét, amely később a módosabb polgárság igényeit kielégítve tovább



fejlődött, és dr. Vaskovits János vette át az irányítását. A Városmajori Vízgyógyintézet 1920-tól Bíró Dániel Kórház néven működött tovább egészen 1945 végéig.

Közvetlenül az egykori vízgyógyintézet közelében nyílt meg 1912 júniusában a János Szanatórium – a mai Városmajori Szív- és Érgyógyászati Klinika elődje –, egy 40 ágyas, modern magánszanatórium. Sok neves művész, közéleti ember gyógyult itt, így 1912-ben és 1916-ban Ady Endre, 1933-ban és 1938-ban Babits Mihály, az 1950-es évek második felében Jávorszky Pál. 1926-ban itt írta végrendeletét s halt meg Jászai Mari. A Svábhegy első gyógyintézete az 1837. május 7-én megnyitott Szuhányi Gyógysavóintézet volt. A mai Város-kút környékén állt, tíz szoba várta a betegeket, de ismeretlen okok miatt hamar megszűnt. A leghíresebb svábhegyi egészségügyi intézmény a későbbi Svábhegyi Szanatórium, amelynek elődje az egykori Eötvös-villa telkén épült fel 1883-ban, a Vaskovits-féle vízgyógyintézet fiókinzeteként.

A nevezetes sanatóriumok és kisebb kórházak – az 1901-ben felépülő Erzsébet Királyné Szanatórium (a mostani Országos Korányi Pulmonológiai Intézet), az 1918-ban megnyitott József Szanatórium (a mostani Országos Orvosi Rehabilitációs Központ), a tragikus sorsú Maros utcai Izraelita kórház, a Zugligeri Révész és Preisich Szanatórium – gyógyítómunkája mellett a pszichiátriai ellátás terén is úttörő volt a Hegyvidék. A Kék golyó utcában nyitotta meg Schwartzner Ferenc 1852-ben az első budai tébolydát, „magánörülédét”, a későbbi híres Siesta Szanatóriumot. Az épület jelenleg az Országos Onkológiai Intézetnek ad helyet.

Jelentős hegyvidéki kórház a Kútvölgy is, míg az ápolónőképzés miatt kulcsfontosságú az 1884-ben Ferenc József jelenlétében a Győri út és az Alkotás utca közötti területen egykor felavatott Vöröskereszt Erzsébet Kórház. A világon szinte egyedülálló hazai védőnőképzés története is szorosan kapcsolódik a Hegyvidékhez, miután 1951-ben az Állami Védőnőképző Iskola új helyre, az Istenhegyi út 32. szám alá költözött.

Az 1848–49-es forradalom és szabadságharc idején már közel harminc patika volt Budán. A Hegyvidék talán első név szerint ismert gyógyszertára az Irgalmas Patika, amelynek épülete a mai napig megőrizte eklektikus homlokzatát. Jelenleg is a Hegyvidéken, a BAH-csomópont mellett, az Alkotás utcában található Budapest legnagyobb állományával rendelkező mentőállomása. Ezek az intézmények és épületek mind azt igazolják, hogy a Hegyvidék nemcsak a főváros, hanem az egész ország egyik legmeghatározóbb egészségügyi központja volt a múltban, és az most a jelenben is.

„MENET KÖZBEN EGY AUTÓT ÁTÉPÍTENI”

POKORNI ZOLTÁN POLGÁRMESTER A HEGYVIDÉKI EGÉSZSÉGÜGYRŐL

„Egy kórházat folyamatos működés közben felújítani olyan feladat, mint menet közben egy autót átépíteni” – mondta Pokorni Zoltán polgármester annak kapcsán, hogy küszöbön áll a Hegyvidéken, egyúttal Közép-Budán és az agglomeráció mintegy 130 településén élőket ellátó Szent János Kórház teljes átalakítása. Interjúnkban arról is beszélt, hogy a kórházhoz került az eddig egyetemi kézben lévő Kútvolgyi-tömb, ahol korszerű körülményeket teremtenek a járóbeteg-szakrendelések számára, továbbá a végéhez közeledik az az önkormányzati program, aminek eredményeként az összes hegyvidéki háziiorvosi rendelő megújul. Az egészségügy „hardveres” részei mellett a „szoftverekre” is igyekszik minél nagyobb figyelmet fordítani az önkormányzat: folytatódnak a rendszeres szűrések, valamint újabb és újabb ötletekkel igyekszik fenntartani az érdeklődést az egészséges életvitelt segítő programok iránt.

Mennyire egészségesek a hegyvidéki polgárok?

A magas iskolázottságnak és a tudatos életvezetésnek köszönhetően itt élnek a leghosszabb ideig a magyar állampolgárok az országban. Az életkilátásokat tekintve már akkor is felfedezhető különbség, ha csak a pesti oldalra nézünk, amennyiben viszont az észak-magyarországi települések átlagát vizsgáljuk, években mérhető a hegyvidékiek előnye. Ez a szerencsés helyzet új szempontok megjelenítését követeli meg tőlünk: a fiatal nyugdíjasok igényei mellett a már nehezebben közlekedő kilencven felettiiek problémáival is többet kell foglalkoznunk.

Egészségi problémáinkkal először általában a háziorvosunkat keressük fel. Mit tesz annak érdekében a Hegyvidéki Önkormányzat, hogy ezek a találkozások lehetőleg megnyugtató körülmények között történjenek?

A háziorvosok szakmai felügyelete az államé, mi az infrastruktúra, az orvosi helyiségek és a várók fejlesztésében tudunk segíteni. E téren nincs szégyenkezni való, a mögöttünk hagyott években a háziiorvosi és házi gyermekorvosi rendelőik túlnyomó többségét tervszerűen felújítottuk, szépek lettek, büszkék lehetünk rájuk. Egy új betegirányító rendszer kifejlesztéséhez is hozzáláttunk. Ezt egyelőre a Böszörményi úti irodaház földszintjén lévő rendelőben működtetjük kísérleti jelleggel, hogy előre lehessen időpontot foglalni, és minél kevesebb idő teljen a felesleges várakozással.

Ha komolyabb a gond, a háziorvosok a legközelebbi szakintézménybe irányítanak bennünket. Ezen a szinten milyen ellátásra számíthatunk?

Több csúcshintézmény is működik kerületünkben. A két legfontosabb betegségrcsoport, a daganatos betegségek, valamint a szív- és érrendszeri betegségek vezető intézménye itt van nálunk: az egyik az Országos Onkológiai Intézet, a másik pedig a Semmelweis Egyetem Városmajori Szív- és Érgyógyászati Klinikája. A tüdőgyógyászat és a rehabilitáció egyedülálló intézményeiről, az Országos Korányi Pulmonológiai Intézettről és az Országos Orvosi Rehabilitációs Intézettről sokan azt gondolják, hogy Budakeszihez tartoznak,

mert közel vannak a város határához, de ezek is XII. kerületi intézmények. Hosszú ideig a Sportkórház az a Hegyvidék büszkeségei közé sorolhattuk, de mára egy kerülettel arrébb költözött, hogy helyet adjon a Testnevelési Egyetemnek.

Hogyan tudja segíteni az önkormányzat az egészségügyi intézmények fejlesztését?

Elsősorban építési szabályozással. A Szent János Kórház mellett a Korányi, a rehabilitációs intézet, az onkológia, a városmajori klinika, sőt a félig magán-, félig közösségi finanszírozású, Királyhágó utcai Országos Gerincgyógyászati Központ és a Budai Egészségközpont is nagyszabású fejlesztések előtt áll.

Valószínűleg sokan bizakodva olvassák a híreket a leromlott műszaki állapotú Szent János Kórház átfogó megújításának terveiről, de talán ők sem értik, miért kellett évtizedekig várniuk erre a fejlesztésre.

A legnagyobb kihívás mindenki által tudottan a Szent János Kórház problémáinak megoldása. Az intézmény hatalmas szeletet visz az országos feladatellátásban. Nemcsak a XII. kerületben élők látja el, hanem a II. kerületiek jelentős részét, az I. kerületieket, sőt még a III. kerületből is járnak ide – volt idő, amikor a Margit kórház szervezetenként is ide tartozott. Az agglomeráció hatalmas íve Esztergomtól a Zsámbéki-medence aljáig szintén a János kórházé, mintegy 130 település található a körzetében. A betegek egyik fele Budapestről



jön, a másik fele a környékről. Évente 40-50 ezer fekvőbeteg és majdnem tízszer ennyi járóbeteg keresi fel a kórházat, ami egy évben közel egymillió orvos-beteg találkozót jelent. Ez hallatlan nagy feladat. Polgármesteri tevékenységem első évétől, 2006 óta aktívan figyelemmel kísérem a Szent János Kórház működését. Tizenhárom évvel ezelőtt azért ültem be a fővárosi önkormányzat egészségügyi bizottságába, hogy segíteni próbáljak az akkor még fővárosi kézben lévő kórházon. Már akkor világossá vált előttem, hogy a Kútvolgyi klinikával való szoros együttműködés és integráció jelentheti a János kórház jövőjét. Amikor

2010-ben az állam a vállára vette a fővárosi és megyei kórházak működtetésének feladatát, ezt nagyon sokan kifogásolták. Az iskolák átvétele kapcsán nekem is sok fenntartásom volt, de a két szomszéd, a fővárosiból államivá váló János kórház és az egészen mostanáig egyetemi irányítás alatt álló Kútvölgyi esete azt mutatta, szükség lehet az állam szerepvállalására, ha az egymást jól kiegészíteni képes intézmények között nincs meg a minimális kooperáció. Az önkormányzat az elmúlt években számos javaslatot kidolgozott a feladatmegosztás különböző formáira, sőt évi ötvenmillió forintot helyezett kilátásba arra az esetre, ha a János kórház és a Kútvölgyi közötti együttműködés elindul. Szinte minden elméleti variációt felvetettünk az elmúlt hét-nyolc évben, kidolgoztunk egy jogi konstrukciót arra, hogyan tudna a két kórház két különböző fenntartóval, mégis együttműködve, integrált járóbeteg-szakrendelőt létrehozni. Az utóbbi időben arról folytak a tárgyalások, hogy a Semmelweis Egyetem budai kampusza alakul ki itt, és az integráció az egyetem keretei között jön létre. Aztán a kormány mégis máshogy döntött, és azt az álláspontot foglalta el, hogy az egyetem adja át a rendszerváltáskor hozzá került egykori pártkórház épületét, a Kútvölgyi kórházi és járóbetegtömbjét, és az új Szent János Kórház szervezeti keretei között valósuljon meg az integráció. A kormány szerencsére nemcsak

ezt a döntést hozta meg, hanem ingatlanok vásárlására, költöztetésre és a kapacitások új elhelyezésére is forrást biztosított, hogy a Semmelweis Egyetem a pesti oldalon tudja a lehető legjobb színvonalon ellátni a feladatait.

A Kútvölgyi fenntartói feladataival kapcsolatos döntésben az is szerepet játszott, hogy a kormány a Szent János Kórházat centrumkórházzá alakítaná?

Igen. Gulyás Gergely országgyűlési képviselőnek, a Miniszterelnökséget vezető miniszternek

nagy szerepe volt abban, hogy a korábbi, három centrumkórházzal számoló elképzelést – a két pesti mellett egy dél-budai centrumkórház szerepelt a tervekben – a kormány felülvizsgálta, így negyedikként a Szent János Kórház is centrumkórházzá alakul. Gulyás Gergely mellett Varga Mihály pénzügyminiszter, valamint érintett polgármesterként Láng Zsolt, a II. kerület vezetője és én is kezdettől fogva ezt a megoldást támogattuk. A Kútvölgyi-tömbben lévő szakrendelőt – a szakrendelésben részt vevő orvosokkal, szakszemélyzettel, műszerekkel együtt – most nyáron, július 1-jén vette át a Szent János Kórház. Meg kell említenem, hogy a Semmelweis Egyetem mindaddig a kormánydöntésnek megfelelően, fegyelmezetten hajtotta végre a költözést, amiért köszönettel tartozunk Merkely Béla rektor úrnak, ugyanakkor a kormányt is elismerés illeti, hogy jelentős összegekkel támogatja a költözést.

Hogyan áll a különálló szakrendelő-épület fejlesztése?

Az önkormányzat vállalta a szakrendelő orvosszakmai programjának finanszírozását abból az évi 50 millió forintból, amit korábban erre a célra megszavaztunk. A program elkészült, most ennek vitája zajlik a tárcák és a szakértők között. Ebből lesz majd egy tervpályázat annak kidolgozására, hogyan és milyen mértékben

kell átépíteni a hetvenes években épült szakrendelőt. Azt gondoljuk, hogy a tervpályázatot nyáron ki tudjuk írni, és valamikor ősszel, kora télen eredményt is lehet hirdetni. A beruházásra a kormány már biztosította a pénzt egy nagy, 9,3 milliárd forintos és néhány kisebb tételben. Az új szakrendelő kialakítására durván 10-11 milliárd áll rendelkezésre. Ebbe az építómesteri munka és a műszerek beszerzése egyaránt beletartozik. Az önkormányzat a szakrendelő és a kórház fejlesztéséhez a parkolókapacitások bővítésével is hozzájárulna. A tervek szerint a Kútvölgyi út túloldalán, az út és a villamospálya között épülnének új parkolóhelyek. Érdemes figyelembe vennünk, hogy a meglévő parkoló már most is P+R-ként működik, az agglomerációból érkezők közül sokan itt teszik le az autójukat, és szállnak át tömegközlekedési eszközre, ezért a fővárossal is felvettük a kapcsolatot annak érdekében, hogy közösen valósíthassuk meg a beruházást.

Hogyan újulhat meg a Szent János Kórház központi területe?

A kórházat folyamatos működés közben felújítani olyan feladat, mint menet közben egy autót átépíteni – a munka tehát rendkívül összetett és időigényes. Könnyebbé teszi majd az intézmény számára, hogy a járóbeteg-rendelések fokozatosan kikerülnek a fekvőbetegosztályokról. Emellett a Semmelweis Egyetem által fenntartott pulmonológia átköltözik a pesti oldalra, továbbá a Kútvölgyi-tömb nagy toronyépülete is kiürül, így oda is át lehet majd költöztetni osztályokat a felújítás idejére. Az egészségügyi államtitkár, a Miniszterelnökséget vezető miniszter kabinetfőnöke, az Állami Egészségügyi Ellátó Központ és a beruházási ügynökség vezetője, a kórház főigazgatója, továbbá a II. kerület polgármestere velem együtt kéthetente ül le egy asztalhoz, hogy sorra vegyük az éppen aktuális operatív feladatokat. Jelenleg a fekvőbeteg-ellátás megújításának szakmai programja készül, ez reményeink szerint a nyáron befejeződik. Elvárható, hogy a tényleges építészeti pályázat kiírása még ebben az évben megjelenjen.

Mennyi időt vesz majd igénybe a kivitelezés?

Míg a szakrendelő átépítése egy-két év alatt megvalósítható, addig a kórház teljes átalakítása a szakemberek számításai szerint öt-hét évre tehető. A kormány a fekvőbetegrendszer átalakításának finanszírozását is vállalta, ennek költsége azonban még nem ismert. Várhatóan a szakrendelőre fordítandó összeg többszörösére lesz szükség.

Beszélgetésünkben eddig főként a járó- és fekvőbeteg-ellátás körülményeinek javításáról esett szó. Mi a helyzet a betegségmegelőzéssel, e téren milyen lehetőségei vannak az önkormányzatnak?

Az egészségügy „hardveres” részei elsősorban az állam kezében összpontosulnak: ilyenek a kórházak. Körülötte vannak a „szoftverek”, mint a szűrőprogramok, valamint az egészséges életmód fontosságának tudatosítása, amiben fontos szerepe van az önkormányzatnak. Tehát nemcsak a háziorvosi rendelők felújításával tudjuk szolgálni az itt élők egészségét, hanem azzal is, hogy szűrőprogramokat szervezünk, sportolási lehetőségeket biztosítunk, az idősek aktivitását támogatjuk különböző módokon. Az egészségmegőrzést szolgáló programok egy idő után kifáradnak, ezért fontos, hogy ezeket időről időre megújítsuk. Persze, ugyanarra szeretnénk rávenni az embereket – figyeljenek magukra, mozogjanak többet –, de ezt mindig valami mással tudjuk elérni. Azt gondolom, mi ebben elég frissek vagyunk. Nyitott szemmel járunk a világban, újabb és újabb ötleteket valósítunk meg a kollégáink, partnerintézményeink vagy egy-egy polgár javaslatára. A normafai kardioösvényt például a Budapesti Szent Ferenc Kórház vezetője, dr. Toldy-Schedel Emil kezdeményezésére alakítottuk ki, hogy ne a négy fal között, szobabiciklin, hanem jó levegőn, séta közben, egy terheléses EKG-vizsgálathoz hasonló felméréssel, a pulzusszám vizsgálatával végezhesünk egyéni állapotfelmérést.

EGÉSZSÉGÜGYI ALAPELLÁTÁS A HEGYVIDÉKEN, RENDELŐFELÚJÍTÁSOK

„A Magyarország területén élőknek joguk van a lehető legmagasabb szintű testi és lelki egészséghez” – mondja ki az alkotmányunk, amely szerint ennek egyik elengedhetetlen feltétele az egészségügyi szolgáltatások és az orvosi ellátás megszervezése. A települési önkormányzatok a kötelező egészségügyi alapellátás körében törvényi előírások alapján számos fontos terület koordinálását végzik. Nincs ez másképp a Hegyvidéken sem. A védőnői, a háziorvosi, a házi gyermekorvosi, a fogorvosi, a gyermek- és ifjúsági fogorvosi ellátás, a házi-orvosi és házi gyermekorvosi ügyelet, valamint az iskola-egészségügyi ellátás megszervezéséért, a működés rendezett körülményeinek megteremtéséért a Hegyvidéki Önkormányzat felel. Ezenkívül egy önként vállalt egészségügyi szakellátási formát is biztosít: az otthoni szakápolási szolgálatot, amelynek feladata, hogy a beteg otthoni környezetben humánus és szakszerű ápolásban részesüljön.

A XII. kerületben 12 helyszínen történik az egészségügyi alapellátás:

Házi orvosok	Házi gyermekorvosok	Fogorvosok, gyermek- és ifjúsági fogorvosok
1. Kiss János altábornagy utca 38.		
2. Rácz Aladár út 5.	Rácz Aladár út 5.	
3. Ugocsa utca 6/b		
4. Böszörményi út 20.	Böszörményi út 20.	
5. Zugligeri út 60.		
6. Normafa út 4.	Normafa út 4.	
7. Fodor utca 2/c		
8. Beethoven utca 8.		Beethoven utca 8.
9. Városmajor utca 33. (háziorvosi ügyelet)		
10.	Szilágyi Erzsébet fasor 18.	
11.		Diós árok 1–3. (Szent János Kórház X. épület)
12.		Mészáros utca 10. (I. kerület)

A Hegyvidék állandó lakosainak a száma 2018-ban összesen 57 094 fő volt, ebből a 14 év felettiek száma: 48 394 fő. A kerületi lakosság 84,8%-a tartozik valamelyik kerületi háziorvosi praxishoz. A háziorvosokat a magyarországi átlaghoz képest több idős ember látogatja, ami azzal magyarázható, hogy amíg az országban 19,36% a 65 év felettiek aránya a teljes lakosságszámhoz viszonyítva, addig ez az arány a kerületben 25,49%. A 27 háziorvosi körzet orvosai összesen 8 rendelőben praktizálnak. Házi gyermekorvosi ellátás 10 körzetben, 4 helyszínen folyik, hozzájuk a 14 év alatti gyerekek tartoznak (8700 fő), akik a kerület lakosságának 15,2%-át teszik ki. A fogorvosi ellátás 10 körzetre bontva 2 helyszínen, míg a gyermek- és ifjúsági fogorvosi ellátás 4 körzetben, 1 helyszínen zajlik.

A háziiorvosi, házi gyermekorvosi, fogorvosi, valamint gyermek- és ifjúsági fogorvosi ellátás vállalkozó orvosok, a védőnői ellátás, az iskola-egészségügyi ellátás, valamint az otthoni szakápolás közalkalmazottak közreműködésével valósul meg, az alábbi megoszlás szerint:

- 10 fő házi gyermekorvos
- 27 fő háziiorvos
- 4 fő gyermek- és ifjúsági fogorvos
- 10 fő fogorvos
- 18 fő területi védőnő
- 7 fő ifjúsági védőnő
- 2 fő iskolaorvos főállású és 10 fő iskolaorvos részmunkaidős
- 7 fő az otthoni szakápolási szolgálatnál (diplomás szakápoló, gyógytornász, fizioterapeuta)

A kerületi háziiorvosi, házi gyermekorvosi, fogorvosi, háziiorvosi és házi gyermekorvosi ügyeletek ellátását, valamint a közalkalmazott munkavállalók foglalkozás-egészségügyi ellátását egészségügyi szolgálatok végzik.

HEGYVIDÉKI RENDELŐFELÚJÍTÁSI PROGRAM |||||

A hegyvidéki háziiorvosi rendelők infrastrukturális fejlesztése 2016 nyarán kezdődött. A **2020 végére megvalósuló program** részeként megújulnak, akadálymentessé válnak az önkormányzat tulajdonában lévő orvosi rendelők közösségi terei (a beteg- és tanácsadóvárók) és mellékhelyiségei, valamint – ahol szükséges – a homlokzatok is.



Az egészségügyi alapellátás 12 telephelyét érintő fejlesztési program során 16 egészségügyi szolgáltatást befogadó helyiségcsoport újul(t) meg, továbbá a Böszörményi út 20. szám alatt új gyermekrendelő jött létre. A fejlesztés komplex, mivel az érintett rendelők több egészségügyi szolgáltatásnak adnak helyet: így a felnőtteket és a gyerekeket ellátó háziiorvosi, házi gyermekorvosi ellátásnak, valamint a védőnői ellátásnak is. A tervezett felújítási, akadálymentesítési munkák során a következő műszaki munkák elvégzése történt/történik meg, az érintett rendelők adottságait figyelembe véve: a váró alapterület-növelése (senki sem szeret egy zsúfolt szobában ücsörögni, ahol a betegek nagy része a hűvös, téli idő miatt prüszköl, köhög, vagy az orrát fújja); akadálymentes WC kialakítása; a helyiségkapcsolatok és az akadálymentesítés kialakítása; rámpa kialakítása az épület akadálymentes megközelítése érdekében; padlóburkolatok, nyílászárók (ajtók, ablakok) cseréje; belső felületfestés; a „vizes” helyiségek csempeburkolása; homlokzatjavítás, bútorok cseréje. Megszépülnek a betegvárók, a tanácsadó helyiségek és a hozzájuk kapcsolódó mellékhelyiségek is. A gyermekrendelőben barátságos környezet fogadja a gyerekeket. A rendelők szebbé tételével javul a hegyvidékiek közérzete és az egészségügyi alapellátással kapcsolatos elégedettsége.

2016 őszétől a következő rendelőket alakította ki, újította fel az önkormányzat:

1. Böszörményi út 20. – gyermekrendelő
2. védőnői szolgálat
3. Rácz Aladár út 5. – háziiorvosi rendelő – otthoni szakápolási szolgálat
4. Rácz Aladár út 5. – gyermekrendelő
5. védőnői szolgálat
6. Városmajor utca 33. – központi háziiorvosi ügyelet
7. Fodor utca 2/c – háziiorvosi rendelő
8. Ugocsa utca 6/b – háziiorvosi rendelő
9. Normafa út 4. – házi gyermekorvosi rendelő
10. védőnői szolgálat
11. Normafa út 4. – háziiorvosi rendelő
12. Zugligeti út 60. – háziiorvosi rendelő
13. Beethoven utca 8. – háziiorvosi rendelő

2019–2020 végéig a következő rendelőket újíttatja fel az önkormányzat:

14. Kiss János altábornagy utca 38. – háziiorvosi rendelő
15. Szilágyi Erzsébet fasor 18. – házi gyermekorvosi rendelő
16. Szilágyi Erzsébet fasor 18. – védőnői szolgálat

TELJES MEGÚJULÁS ELŐTT

DR. TAKÁCS PÉTER
A SZENT JÁNOS KÓRHÁZ
FŐIGAZGATÓJA



Évtizedeken át az egészségügy „mostohagyereke” volt a Szent János Kórház, helyzetének bizonytalanságára utalt, hogy időnként a bezárásáról is felröppentek hírek. A jövőjét illetően 2018 decemberében hozott a kormány sorsfordító döntést azzal, hogy bejelentette az intézmény centrumkórházzá fejlesztését és a Kútvolgyi-tömbben lévő egyetemi területek átvételét. A különálló járóbeteg-rendelőépület kialakításának és a fekvőbeteg-részlegek megújításának feladatára ez év februárjában dr. Takács Péter kapott megbízást, aki korábban járóbeteg-ellátási igazgató volt a kórházban. Vele beszélgettünk a kialakult állapotok okairól és a jövőbe vezető útról, a korszerű körülmények megteremtéséhez szükséges lépésekről.

A Szent János Kórházban járva sok helyen málló vakolatú, pusztuló épületek látványa fogad minket. Joggal merülhet fel mindenkiben a kérdés: miért ilyen elhanyagolt, lepusztult már régóta ez az intézmény?

A forrásokat elsődlegesen a betegellátásra kell fordítani, és ez sajnos meglátszik a János kórház infrastruktúráján, hosszú időn át ugyanis nem kapta meg az intézmény a feladatai ellátásához szükséges finanszírozást, így csak kisebb, ad hoc felújításokra nyílt lehetőség. Kórházunk egy nagyobb megyei kórháznak megfelelő ellátási területtel és

szakmai portfólióval rendelkezik. Amikor Molnár Lajos minisztersége alatt meghatározták a teljesítményvolumen-korlátot – az egészségbiztosító által kifizetett beavatkozások számának felső korlátját –, kórházunk nyilvánvalóan hátrányos megkülönböztést szenvedett. Az intézmény tehát 2007 óta alulfinszírozott, egy akkor született döntés miatt 30%-kal kevesebb forrást kap, mint egy hasonló nagyságú átlagos magyar kórház. Most jutott el odáig a nemzetgazdaság, hogy ezt a kormány kompenzálni tudja. Három-négy év alatt fel kell zárkóznunk arra a finanszírozási színvonalra, ami a többi kórházban van. Addig is a rendelkezésre álló anyagi erőforrások egy részének átcsoportosításával igyekszünk rendezettebbé tenni a betegfogadó tereket, és a dolgozó iltözőket, a kiszolgálóhelyiségeket is megfelelő állapotba hozzuk, hiszen a munkakörnyezet romlása az itt dolgozók hangulatára is rányomta a bélyegét.

A lehangoló képet mutató kórházi terekben milyen színvonalú gyógyítómunkát lehet végezni?

Az ellátás színvonaláról objektív képet mutató statisztikák, például a reoperációs arányok, vagy a kórházi fertőzések száma alapján egyáltalán nincs okunk szegyenkezni, számos mutatóban átlagon felüli a teljesítményünk. Sokszor hoznak hozzánk olyanokat, akiket máshol nem tudnak megoperálni. Ha például egy család autóbalesetet szenved, és kisgyermek, terhes nő is van a sérültek között,

akkor mi mindenkit el tudunk látni: a gyereket, az anyukát és a magzatot is. A koraszülöttcentrumunk és a szülészeti magas progresszivitású, ami azt jelenti, hogy azokat a szüléseket, amik kiemelt kockázatot jelentenek, az alacsonyabb progresszivitású kórházak hozzánk irányítják.

A Szent János Kórházat milyen mértékben sújtja a munkaerőhiány?

Orvosok megfelelő számban vannak nálunk, bár sokan közülük már elérték a nyugdíjkorhatárt, a negyven és hatvan év közötti generáció száma pedig csökkent, mivel sokáig bizonytalan volt a kórház sorsa. Most ugyanakkor, hogy centrumkórházzá válunk, és ismét van jövőképe az intézménynek, újból vannak orvoskollégák, akik szívesen jönnének hozzánk dolgozni. Szerencsére a fiatal rezidensek számára is vonzó az intézményünk. Szakdolgozókból egész Budapesten hiány van, ezért nagy számban alkalmazunk vidéki munkaerőt. Őket úgy tudjuk megtartani, ha szállást is biztosítunk nekik, ebből azonban nincs elég, így már tervezzük a nemrégiben felújított nővérszálló bővítését. Ideiglenes

megoldásként a Budai Gyermekkórház üresen álló részeinek hasznosításán gondolkodunk, ahol segédápolóknak, takarítóknak tudnánk szállást adni. A dolgozók kötődését azzal is erősítjük, hogy bevezettük a Szent János Hűségprémiumot: évente kétszer, karácsonykor és Semmelweis-napon bruttó hatvanezer forint extra díjazásban részesülnek a közalkalmazott kollégák.

A kormány által támogatott fejlesztési program kezdeteként megújult a Semmelweis Egyetemtől átvett szakrendelő-épület első szintje, ahová már átköltözött néhány János kórházi járóbeteg-rendelés.

Mikor költözik a többi szakma?

A Szent János Kórház három szakrendelése, a nőgyógyászat, a gastroenterológia és a fül-orr-gégészet május közepén kapta meg a nagy értékű, vadonatúj műszerekkel felszerelt tereket a Kútvölgyi úti szakrendelő megújult első emeletén. A vagyonezelési jogot már korábban átvettük, de július elsejével a működtetés feladata is a miénk lett, ami azt jelenti, hogy a szakrendelő orvosai, szakdolgozói közül már mindenkit, aki addig az



egyetem alkalmazásában állt, mi foglalkoztunk. A szakrendelő-épület megújításának tervei reményeink szerint ősszel elkészülnek, így ez év végén vagy a jövő év elején megkezdődhet a kivitelezés. Szintről szintre haladva körülbelül két év alatt végezhető el a teljes épület korszerűsítése, a János kórházi rendelések átköltöztetése ezáltal több ütemben valósulhat meg.

Milyen változásokra számíthatunk a fekvőbetegeket ellátó területeken?

A fekvőbeteg-konceptiónk szerint egy központi épületben helyeznénk el a sürgősségi betegellátáshoz szorosan kapcsolódó szakmákat, a traumatológiát, a sebészetet, a neurológiát, a kardiológiát, valamint a nagy értékű képi diagnosztikát, például az MR-t és a DSA-t. Ez utóbbi egy éren belüli képalkotást és operációt lehetővé tevő technika, ami várhatóan már novembertől működni fog a traumatológiánk épületében. Az új központi épület és a megmaradó régi épületek felújításának tervezésére ősszel írunk ki közbeszerzést, utána a kivitelezői közbeszerzést is elindíthatjuk. Ha minden az ütemterv szerint alakul, 2022 elején vonulhatnak fel a munkagépek a kórház területén, és négy-öt évig tart a kivitelezés. A folyamatos ellátás közbeni fejlesztést nagyban segíti, hogy csak a közvetlenül a fekvőbeteg-ellátásokhoz kapcsolódó ambulanciák, utókezelések maradnak az osztályokon, ezért azok jelentős forgalmi teheről mentesülnek. Többletterülettel tudunk gazdálkodni azáltal is, hogy a Semmelweis Egyetem átadta a kórházunk területén lévő, már kiürített Pulmonológiai Klinika épületét, jövő év január 1-jétől pedig a Kút-völgyi-tömb még egyetemi kézben lévő toronyszárnya is megüresedik.

Mi lesz a régi pavilonépületek sorsa?

Harminc évvel ezelőtt minden új építkezés tömbkórházépítésről szólt, időközben azonban annyi antibiotikumoknak ellenálló kórokozó jelent meg, hogy a sürgősségi ellátáshoz közvetlenül kapcsolódó szakmákon kívül minden mást inkább leválasztható, szatellitépületekben célszerű elhelyezni. A meglévő



pavilonos rendszert tehát nem érdemes teljesen temetni, csak a fedett összeköttetéseket kell megoldani az egyes épületek között.

A gyermekellátásokat hogyan fejleszténék?

A fejlesztések során Budai Gyermekcentrummá válik intézményünk, a meddőség kezelésében országos intézetté alakulunk. Centrumként a meddőség egyik fő okát jelentő endometriózis kezelését is meg kell oldanunk, amire magas progresszivitású nőgyógyászatunk és sebészetünk alkalmassá tesz minket. Az Európában egyedülálló Együtt, Baba–Mama–Papa programunkat is tovább kívánjuk fejleszteni, ami egyebek mellett az édesanyák 14-18%-át érintő szülés utáni depresszió kezeléséhez nyújt hatékony segítséget.

GYERMEKEK EGÉSZSÉGÜGYI ALAPELLÁTÁSA

Egy beteg gyermeknél nincs szomorúbb látvány. A gyerekek ellátására szakosodott orvosok mindent megtesznek a gyógyulásuk érdekében. A védőnőktől a házi gyermekorvosokon át a gyermek- és ifjúsági fogászokig jól szervezett hálózat látja el azt a munkát a Hegyvidéken is, ami természetesen nemcsak a gyógyításra, hanem a megelőzésre is nagy hangsúlyt helyez.

VÉDŐNŐI HÁLÓZAT

Európában ebben a formában kizárólag Magyarországon működik védőnői hálózat. A védőnők a várandós anyáknak, családoknak, segítenek, a csecsemőkortól nyomon követik a gyermek fejlődését. Átsegítik a szülőket az első napok, hetek nehézségein, tanácsokkal látják el a kismamákat, figyelemmel kísérik a családok otthoni körülményeit. Szűrővizsgálatokat végeznek, dokumentálják a kicsik fejlődését, később, a középiskolában pedig a felvilágosításra is figyelmet fordítanak. Ezenkívül fontos szerepük van az egészségfejlesztésben, az egészségnevelésben, a betegségek megelőzésében. A védőnői szolgáltatást a családok alanyi jogon vehetik igénybe.

A XII. kerületben a védőnők munkáltatója:

Hegyvidéki Egészségügyi Központ

Cím: 1126 Budapest, Böszörményi út 20. III. emelet • Telefonszám: +36 1 224 0295

A területi védőnők feladatai

- nővédelem;
- a várandós anyák gondozása;
- a gyermekágyas időszakban segítségnyújtás és tanácsadás az egészségi állapottal, az életmóddal, a szoptatással, valamint a családtervezéssel kapcsolatban;
- a 0–6 éves korú gyermekek gondozása;
- a védőnői feladatok ellátása az óvodában;
- az oktatási intézménybe nem járó, otthon gondozott, tanköteles korú gyermekek gondozása.

A területi védőnő a jogszabályokban előírt feladatait a mindenkor érvényes védőnői utcajegyzék alapján, egy földrajzilag meghatározott területen látja el. Preventív tevékenységét az ellátási területén (állandó vagy ideiglenes) lakcímmel rendelkező emberek gondozásán túl azoknál a körzetében jogszerűen tartózkodóknál is végzi, akik a védőnőnél bejelentik az ellátás iránti igényüket. **A területi védőnő nem választható.**

A Hegyvidék tizennyolc védőnői körzetét négy központból látják el a területileg illetékes védőnők. (Az egyes körzetekhez tartozó utcajegyzékek a www.hegyvidek.hu weboldalon megtekinthetők.)

Cím: 1121 Budapest, Rácz Aladár út 3–5. • Telefonszám: +36 1 249 2869

Gajdáné Fekete Zita	1. körzet
Szeredi Ágnes	2. körzet

Cím: 1126 Budapest, Böszörményi út 20. • Telefonszám: +36 1 355 3212, +36 1 356 2446

Ludányiné Stefán Julianna	3. körzet
Cséki Katalin	4. körzet
Bodroghelyi Eszter	5. körzet
Őri Zsófia	6. körzet
Németh Zoltánné	7. körzet
Tóth Liliána	8. körzet
Endersné Petrovics Erika	9. körzet

Cím: 1126 Budapest, Szilágyi Erzsébet fasor 18. • Telefonszám: +36 1 355 2601

Forróné Illés Judit	10. körzet
Erdőhegyi Erika	11. körzet
Visnyei Kármén	12. körzet
Révész Mónika	13. körzet
Juhász Anita	14. körzet
Bodnár Ágnes	15. körzet
Némethné Borlay Andrea	16. körzet

Cím: 1121 Budapest, Normafa út 4. • Telefonszám: +36 1 395 1184

Bukodiné Baumgartner Erzsébet	17. körzet
dr. Kaluczka Rita	18. körzet

Iskolavédőnők:

Tomena Krisztina	1. körzet
Sziebert Zsófia	2. körzet
Czimerné Gergely Judit	3. körzet
Mészáros Anna	4. körzet
Petrovszki Szilvia	5. körzet
Majorovics Orsolya	6. körzet
Dohány Dorottya Barbara	7. körzet

Az iskolavédőnők feladatai

- Alapszűrések végzése a vonatkozó módszertani irányelv szerint:
 - testi fejlődés (súly, hossz, mellkőfogat);
 - pszichomotoros, mentális, szociális fejlődés;
 - érzékszervek működése (látásélesség, színlátás, hallás);
 - BCG-heg ellenőrzése;
 - mozgásszervek szűrése (lúdtalp, gerincelváltozások);

- golyvaszűrés;
- vérnyomásmérés.
- A gyermekek, tanulók személyi higiéniájának ellenőrzése, testi, szellemi fejlődésük ellenőrzése, regisztrálása.
- Elsősegélynyújtás.
- Az orvosi vizsgálatok előkészítése.
- A krónikus betegek, magatartási zavarokkal küzdők életvitelének segítése.
- Részvétel az egészségtan-oktatásban, elsősorban az alábbi témákban:
 - az egészséggel kapcsolatos alapismeretek (személyi higiénié, egészséges életmód, betegápolás, elsősegélynyújtás);
 - családtervezés, fogamzásgátlás;
 - szülői szerep, csecsemőgondozás;
 - szenvedélybetegségek megelőzése.
- Testnevelés, gyógytestnevelés, technikai órák, iskolai helyiségek és környezet, az étkeztetés higiéniés ellenőrzésében való részvétel.
- Kapcsolattartás szülőkkel.
- Pályaválasztás segítése.
- Az elvégzett feladatok dokumentációjának vezetése. Egészségügyi törzslapok, ambuláns napló, védőoltások, szakorvosi beutalások, veszélyeztetett nyilvántartása.

Szülészet az Észak-Közép-budai Centrum, Új Szent János Kórház és Szakrendelőben

A kórház öt minden igényt kielégítő, egyágyas szülőszobával áll a szülő nők és párhoz rendelkezésére. A szülőszobák jól felszereltek, a kényelemről sarokkádban, saját WC és fürdőszoba, pólózó, televízió, a vajúdást megkönnyítő eszközök és klímaberendezés gondoskodik. A gyermekágyas részlegesen külön térítés ellenében egy- vagy kétágyas szobákat lehet igénybe venni.



A kórház auditoriumában minden kedden 17.00 órától szülésre felkészítő tanfolyamot tartanak az osztály szülésznői. A foglalkozások a szülés megindulásától a hazamenetelig hat főbb témakört érintenek.

Szükséges iratok

A kórházi szülés során szükség van a személyes okiratokra, érvényes személyi igazolványra és lakcím-kártyára, tájkártyára, valamint a terhsgondozási kiskönyvre. A szülés biztonságos levezetése érdekében a kórház a terhesség alatt elvégzett vizsgálatok leleteit is kéri.

Az anyakönyvezés

A megszületett gyermek anyakönyvezéséhez az anya iratain kívül be kell mutatni az apasági nyilatkozatot vagy a házassági anyakönyvi kivonatot. Az újszülött anyakönyvi kivonatát a kiállító kormányhivatal postai úton küldi ki a lakcímre. A többi okmányt – NAV, NEAK – szintén postai úton kapják meg az érintettek.

Anyatejes depó

Bár nem kötelező önkormányzati feladat, a Hegyvidéki Önkormányzat anyatejes depót működtet a Böszörményi út 20. szám alatti Védőnői Szolgálat tanácsadójában. A feladatot ellátó anyatejes védőnő a kerületi anyukáktól összegyűjti, továbbítja az anyatejre vonatkozó igényeket, és gondoskodik a központi anyatej-gyűjtő-állomás által névre szóló anyatej szétosztásáról.

Jó tanácsok kismamáknak

Ha váratlanul és gyorsan változik, romlik a baba egészségi állapota, a szülők azonnal forduljanak orvoshoz! Érdemes kiemelten figyelni az alábbiakra:

- hirtelen felszökő magas láz;
- lázat kísérő vagy önmagában jelentkező izomgörcs;
- eszmélet- vagy tudatzavar;
- ismételt hányás, hasmenés;
- ha szembeszökően megváltozik a csecsemő széklete;
- sérülés, baleset;
- ha a bőrszín feltűnően szürkés, kékes vagy sápadt;
- ugató köhögés, egybefüggő, kínzó köhögési rohamok, feltűnő rekedtség;
- kiütés, bőrgyulladás;
- erős fájdalom jelei, kínzó, csillapíthatatlan sírás.

HÁZI GYERMEKORVOSI ELLÁTÁS |||||

A XII. kerület házi gyermekorvosi rendelőiben, az önkormányzattal megkötött feladatellátási szerződés alapján, **tíz** kiválóan felkészült és évtizedes tapasztalatokkal rendelkező **házi gyermekorvos várja a pácienseket**. Területi ellátási kötelezettségük mellett más körzetekből is fogadhatnak betegeket. Sürgős helyzetben, baleset vagy rosszullet esetén ugyanakkor a lakóhely szerinti gyermekorvos akkor is **köteles ellátni** a hozzá fordulót, ha annak más a háziorvosa.

A Hegyvidéken területi ellátási kötelezettséggel négy önkormányzati házi gyermekorvosi rendelő működik. Négy orvos dolgozik a Böszörményi út 20. és a Szilágyi Erzsébet fasor 18. szám alatti rendelőkben, míg egy-egy praxis a Rácz Aladár út 5. szám alatt és a Normafa út 4. szám alatt kapott helyet. A házi gyermekorvosok

a betegeket a rendelési idejük egy részében előjegyzés alapján fogadják. A betegellátás helye a rendelő, indokolt esetben azonban az orvos köteles otthonában meglátogatni a beteget.

Rendelők, házi gyermekorvosok rendelési ideje

(B: betegrendelés, E: egészséges tanácsadás)

Cím: 1121 Budapest, Rácz Aladár út 5.

dr. Dolowschiák Annamária (+36 1 249 0140)

hétfő **E:** 8.00–10.00, **B:** 10.00–13.00, kedd **B:** 9.00–11.00, szerda **E:** 13.00–15.00, **B:** 15.00–18.00, csütörtök **B:** 8.00–10.00, péntek **B:** 8.00–10.00

Cím: 1121 Budapest, Normafa út 4.

dr. Bogdányi Katalin (+36 1 275 4852)

hétfő **E:** 13.00–14.00, **B:** 14.00–17.00, kedd **B:** 9.00–12.00, szerda **E:** 13.00–15.00, **B:** 15.00–17.00, csütörtök **B:** 9.00–11.00, péntek **B:** 9.00–11.00



Cím: 1126 Budapest, Szilágyi Erzsébet fasor 18.

dr. Ligeti Katalin (+36 1 355 5691)

hétfő **B:** 14.00–16.00, kedd **E:** 13.30–16.00, **B:** 16.00–18.00, szerda **E:** 10.00–12.00, **B:** 12.00–14.00, csütörtök **B:** 10.00–12.00, péntek **B:** 14.00–16.00

dr. Karácsony Erika (+36 1 201 1260)

hétfő **B:** 10.00–12.00, **E:** 12.00–14.00, kedd **B:** 12.00–14.00, szerda **B:** 14.00–17.00, csütörtök **E:** 14.00–16.00, **B:** 16.00–18.00, péntek **B:** 8.00–10.00

dr. Legánj Zsolt (+36 1 355 5691)

hétfő **E:** 14.00–16.00, **B:** 16.00–18.00, kedd **B:** 14.00–16.30, szerda **B:** 8.00–10.30, csütörtök **B:** 8.00–10.00, péntek **E:** 14.00–16.00, **B:** 16.00–18.00

dr. Henczi Ágnes (+36 1 355 5691)

hétfő **B:** 8.00–10.00, **kedd B:** 8.00–10.00, **E:** 10.00–12.00, **szerda E:** 15.30–18.00, **B:** 18.00–20.00, **csütörtök B:** 14.00–16.00, **péntek B:** 10.00–12.30

Cím: 1126 Budapest, Böszörményi út 20. fszt. (balra)

dr. Erlaky Hajna Rita (+36 1 356 3396)

hétfő **B:** 8.00–10.00, **kedd B:** 15.00–17.00, **E:** 17.00–19.00, **szerda B:** 8.00–10.30, **csütörtök E:** 9.00–11.00, **B:** 11.00–13.00, **péntek B:** 17.00–19.30



dr. Németh Anita (+36 1 355 3002)

hétfő **E:** 15.30–17.30, **B:** 17.30–19.30, **kedd B:** 11.00–13.00, **szerda B:** 15.00–17.00, **csütörtök B:** 17.00–19.30, **péntek B:** 8.00–10.00, **E:** 10.00–12.00

dr. Zováth Erzsébet (+36 1 355 3002)

hétfő **B:** 15.00–17.00, **kedd B:** 8.00–10.00, **E:** 10.00–12.00, **szerda B:** 17.00–19.30, **csütörtök E:** 13.00–15.00, **B:** 15.00–17.00, **péntek B:** 11.00–13.00

dr. Róna Piroska (+36 1 356 3396)

hétfő **E:** 9.00–11.00, **B:** 11.00–13.00, **kedd B:** 17.30–19.30, **szerda B:** 10.30–13.00, **csütörtök B:** 8.00–10.00, **péntek E:** 13.00–15.00, **B:** 15.00–17.00

A házi gyermekorvos kötelező feladatai:

- a csecsemők és gyerekek gyógyító-megelőző alapellátása;
- életvezetési, egészségügyi tanácsadás;
- az újszülöttek, a veszélyeztetett csecsemők és gyerekek szükség szerinti preventív látogatása;
- a gyermekintézményekbe történő felvétel előtti orvosi vizsgálat;
- gyermekápolás címén a jogosult keresőképtelen-állományba vétele;
- orvosi adatlap kiállítás a gyermekről öt éves korában (külön jogszabály szerint).

Amit beteghíváskor feltétlenül közölni kell a házi gyermekorvossal!

A házi gyermekorvoshoz befutó hívások megfelelő értékelése érdekében fontos, hogy a szülő a gyermek állapotával kapcsolatos tudnivalók mellett mondja el:

- a gyermek nevét,
- a lakcímet,
- a telefonszámot,
- a házba történő bejutás módját.

Amennyiben a gyermek további kivizsgálásra, kezelésre szorul, a házi gyermekorvos szakrendelésre vagy fekvőbeteg-ellátásra utalja. A kerületi gyerekek szak- és fekvőbeteg-ellátását az Észak-Közép-budai Centrum, Új Szent János Kórház és Szakrendelő Gyermekosztálya, Gyermeksebészete (1125 Budapest, Diós árok 1–3.), esetenként a Heim Pál kórház, a Semmelweis Egyetem I. és II. sz. Gyermekklinikája, a Magyarországi Református Egyház Bethesda Gyermekkórháza, a Gottsegen György Országos Kardiológiai Intézet, a törökbálinti Tüdőgyógyintézet, valamint a Vadaskert Alapítvány végzi. A betegbeutalás rendjét jogszabályok rögzítik (86–89. oldal).

RENDELÉSI IDŐN KÍVÜLI SÜRGŐSSÉGI ELLÁTÁS

Mivel a csecsemők, kisgyerekek egészségi állapota rövid idő alatt megváltozhat, súlyosbodhat, ezért bizonyos tünetek észlelésekor haladéktalanul orvosi segítségre van szükség. Az Országos Gyermek-egészségügyi Intézet és a Házi Gyermekorvosok Országos Egyesületének ajánlása szerint az elsősegélynyújtás megkezdésével egy időben mentőt kell hívni:

- ha a gyermek nem vesz levegőt, eszméletlen, pulzusa nem tapintható;
- egyes légzésszavarok esetén: nehézlégzés, fulladás, elszürkülés, elkékülés, ugató köhögési rohammal kísért, nehéz, húzó belégzés, hirtelen bekövetkező rekedtség kínzó légszomjjal, hirtelen kialakuló, heves mellkasi fájdalom;
- sérülések, balesetek esetén: láthatóan súlyos sérülés, észlelhető csonttörés, magasból leesés, erős vérzés, vérvesztés, eszméletvesztéses fejsérülés, égés, forrázás, fagyás, kihűlés, mérgezés, idegen test félrenyelése, áramütés vagy ezek gyanúja, állat súlyos harapása, kígyómarás;
- idegrendszeri tünetek esetén: eszméletlen állapot, eszméletzavar, eszméletzavarral járó izomrángatózások, feltűnő aluszékonyosság, szokatlan heves nyugtalanság, merev tarkó, csillapíthatatlan fejfájás, erős, kínzó szédülés, hirtelen látászavar, kettős látás.

Ügyeleti ellátásra van szükség az alábbiak esetén:

- **láz:** láz 3 hónaposnál fiatalabb csecsemőnél, szabályos lázcscillapítás ellenére sem enyhülő magas láz, súlyos, elesett állapottal kísért láz;
- **egyes légúti tünetek:** kínzó, nem csillapodó köhögés, nehezített ugató köhögés, sípoló nehézlégzés, légúti betegség hirtelen rosszabbodása, fájdalomcsillapítás ellenére is fennálló kínzó fül-fájás;
- **hasi tünetek:** csillapíthatatlan, görcsös hasfájás, kínzó haspuffadás, szelek elakadása, súlyos, ismétlődő hányás, hasmenés (kiszáradásra utal, ha több órája száraz a pelenka), csecsemőnél véres széklet, erős alhasi fájdalom, erős nőgyógyászati vérzés, a here fájdalmas duzzanata;
- **vizeletürítési zavarok:** vizeletürítés több mint 12 órá hiánya, gyakori fájdalmas vizelés lázzal, véres vizelet nagy hasi fájdalommal;

- **veszélyes allergiás állapot:** hirtelen bekövetkező, rekedtséggel járó neheztített belégzés, rovarcsípés kifejezett fej-, nyak- és szemhéjduzzanattal, nagy testfelületre kiterjedő csalánkiütés;
- **egyes bőrtünetek:** terjedő bőrvérzések, sárgaság, kiterjedt bőrküüések lázzal;
- **szociális sürgősség:** ha a gyermeket felügyelet nélkül hagyják, elhanyagolás, bántalmazás jelei láthatók rajta.

Ne forduljunk az ügyelethez, ha a gyermek:

- enyhén náthás, csak hőemelkedése van, vagy csillapítható a láza;
- általános állapota jó, csak kevés, nem terjedő kiütése, esetleg hasmenése, nem ismétlődő hányása, székrekedése van;
- elfogyott a szokásos tápszere, állandó gyógyszere (receptírás);
- igazolásra van szüksége táborszórához, sportoláshoz.

XII. kerületi Központi Házi Gyermekorvosi Ügylet

Inter-Ambulance Egészségügyi és Szolgáltató Zrt.

Cím: **1125 Budapest, Diós árok 1–3.** (Észak-Közép-budai Centrum, Új Szent János Kórház és Szakrendelő XXIV. épület) • Telefonszám: **+36 1 212 5979**

Ügyeleti ellátás: mindennap 20.00–8.00 óráig, hétfévén és munkaszüneti napokon 24 órában

■■■ Dr. Bogdányi Katalin házi gyermekorvos tanácsai szülőknek

Az egészséges táplálkozásról és a testmozgásról.

Az egészséges táplálkozásra már a gyermekvállalásra készüléskor oda kell figyelni. A csecsemők legideálisabb tápláléka az anyatej. A WHO 6 hónapos korig a kizárólagos szoptatást javasolja. Ezt követően a szilárd hozzátáplálás bevezetésénél figyelni kell a táplálék-összetevőkre, kerülni kell a sót és a cukrot, helyette inkább a zöldségek javasoltak. A gyerekek ízpreferenciája 2 éves korra alakul ki, így különösen fontos, hogy

addig csak természetes ízekkel találkozzanak. Manapság egyre inkább előtérbe kerül a már a gyerekeket is érintő túlsúly és az elhízás kérdése. Gyermekkorban ennek háttérben többnyire a helytelen táplálkozás és a mozgásszegény életmód áll. Az iskolákban bevezetett rendszeres, mindennapos testnevelésórák jelentős előrelépést jelentenek e téren.

A védőoltásokról. A gyermekbetegségek leküzdésében mérföldkőnek számított a védőoltások bevezetése. A kötelező védőoltásokkal számos fertőző vagy daganatos betegségtől menekülnek meg gyerekek és felnőttek egyaránt. Emellett ma már ingyenesen elérhető a magas halálozással és súlyos maradványtünetekkel járó gennyes agyhártyagyulladás okozó meningococcus baktérium C típusa elleni, valamint az elsősorban méhnyakrákot okozó humán papillomavírus elleni védőoltás. Az említettek túl számos védőoltás szerepel a gyermekkori védőoltási naptárban. Idetartozik a meningococcus baktérium B típusa, a rotavírus, az influenza vagy a Hegyvidéken a nagy gyakoriság miatt különösen



fontos kullancs terjesztette vírusos agyvelőgyulladás elleni védőoltás. Külföldi utazások előtt érdemes konzultálni a védőoltásokról a háziorvossal vagy a Nemzetközi Oltóközponttal.

A szűrővizsgálatokról. A gyermekkori szűrővizsgálatok célja, hogy a betegségeket minél korábban, még tünetmentes állapotukban ismerjük fel. Ezt szolgálja a 6 éves korig évente, majd az iskolában kétévente zajló védőnői és orvosi vizsgálat. Az alapellátásban elvégezhető vizsgálatokon túl a kötelező szűrővizsgálatok közé tartozik az újszülöttkori csípőficam, a hallás és a „PKU” néven ismert 23 anyagcserebetegség szűrése. Az ajánlott szűrővizsgálatok sorában a 6 hetes kori koponya-, hasi, csípőultrahang-, valamint a 8-10 hónapos, 2,5 és 5 éves kori szemészeti vizsgálat érdemel említést.

||||||| GYERMEK- ÉS IFJÚSÁGI FOGÁSZATI ALAPELLÁTÁS

A gyermek- és ifjúsági fogászat a 18 év alatti kerületi gyerekek, az oktatási intézmények 3-18 éves korú tanulói, valamint a 18 év feletti, középfokú nappali rendszerű iskolai képzésben részt vevő, hegyvidéki lakhellyel rendelkező fiatalok számára biztosít **folyamatos fogászati ellátást**. Az ambuláns ellátás a területi beosztástól függetlenül történik.



Az iskola-egészségügyi ellátás keretében a gyerekek csoportos szűrővizsgálata **évente kétszer**, a tanítási időszakban történik. Az iskolás korosztályt a rendelőben szűrik, míg a bölcsődéseket és az óvodásokat az intézményekben látogatják meg a szakemberek. A csoportos szűrések alkalmával **a hangsúly a megelőzésen van**, a gyerekek tájékoztatást kapnak a fogak védelméről, a megelőző beavatkozásokról, a fogszabályozásról és a fogászati kezelésekről. Szó esik az egészséges életmódról, valamint a helyes száj- és fogápolásról is. A vizsgálat eredményéről írásban kapnak tájékoztatást a szülők.

Fogszabályozást a rendelő orvosai térítés ellenében végeznek. **Az egészségügyi alapellátás keretében a 18 év alattiak fogszabályozása beutalás alapján** az alábbi szakrendeléseken történik:

• **Semmelweis Egyetem Fogászati és Szájsebészeti Oktató Intézet**

Cím: **1088 Budapest, Szentkirályi utca 40. II. emelet** • Telefonszám: **+36 1 317 6600**

• **Heim Pál Országos Gyermekgyógyászati Intézet, Fogszabályozási Osztály**

Cím: **1077 Budapest, Rottenbiller utca 26.** • Telefonszám: **+36 1 311 1618**

Hogyan óvhatjuk meg gyermekeink fogzatát?

Az első, legtöbbször csak rágcsálásra használt fogkefe **puha, kicsi fejű, jól fogható** legyen. A fogkefevásárlásnál vegyük figyelembe a gyermek életkorát, ennek megfelelő terméket válasszunk. Ügyelni kell a **megfelelő fogkrém** használatára, a mentoltartalmú helyett kellemes ízű, kifejezetten gyerekek számára kifejlesztett fogkrémeket vásároljunk.

Lehetőség szerint legyen a gyerekek **saját pohara** és a **fogmosás idejét mérő játéka**. Fogmosáskor ne fukarkodjunk a dicsérettel, mutassunk jó példát, és **minden étkezés után mossunk fogat**.

A gyermek növekedésével párhuzamosan fokozatosan térjünk át a fluoralapú fogkrémekre, a tejrágófogak megjelenésével mindenképpen szükség van fluoridtartalmú gyermekfogkrém használatára. Léteznek speciális, kétéves korig ajánlott **önfertőtlenítő bébifogkefék**, ezek fejét antibakteriális védelmet nyújtó ezüsttel vonják be.

A fogmosó eszközöket úgy helyezzük el, hogy a gyermek könnyen elérje, azonban **a fogkrémet mindig a szülő adagolja!** Kétéves korig elegendő a napi egyszeri fogmosás, ezután fokozatosan át kell térni a napi kétszeri, majd az étkezések utáni tisztításra.



Gyermek- és ifjúsági fogorvosok és rendelési idejük

Cím: **1126 Budapest, Beethoven utca 8.**

dr. Tábori Nóra (+36 1 212 6637)

páros hét hétfő 14.00–20.00, páratlan hét hétfő 8.00–14.00, kedd, csütörtök 8.00–14.00, szerda 14.00–20.00, péntek 14.00–20.00

dr. Farkas Györgyi, helyettese: **dr. Török Fanni** (+36 1 202 3441)

páros hét hétfő 8.00–14.00 (dr. Farkas Györgyi), páratlan hét hétfő 14.00–20.00 (dr. Török Fanni) kedd, csütörtök 14.00–20.00 (dr. Török Fanni), szerda 8.00–14.00 (dr. Farkas Györgyi), péntek 8.00–14.00 (dr. Farkas Györgyi)

dr. Takáts Zsuzsanna (+36 1 212 6638)

hétfő, szerda 8.00–14.00, kedd, csütörtök 14.00–20.00, pénteken változó

Némethné dr. Müller Orsolya, helyettesei: **dr. Varga Réka**, **dr. Varga-Homola Zsuzsanna** (+36 1 212 6638, +36 20 290 3913)

hétfő, szerda 14.00–20.00 (dr. Varga-Homola Zsuzsanna), kedd, csütörtök 8.00–14.00 (dr. Varga-Homola Zsuzsanna), páros hét péntek 14.00–20.00 (dr. Varga Réka), páratlan hét péntek 14.00–20.00 (dr. Varga-Homola Zsuzsanna)

Gyermekfogászati ügyelet – sürgősségi ellátás

Rendelési időn túl (hétfőtől péntekig 20.00–8.00 óráig, szombaton, vasárnap és ünnepnap 24 órán keresztül)
Ügyeletet ad: Semmelweis Egyetem Fogászati és Szájsebészeti Oktató Intézet

Cím: **1088 Budapest, Szentkirályi utca 40.** • Telefonszám: **+36 1 317 6600**

■■■ Dr. Tábori Nóra gyermek- és ifjúsági fogorvos tanácsai a szülőknek

Az egészséges fogazat megtartása érdekében meghatározó a helyes táplálkozás, a megfelelő szájjápolás és a rendszeres fogászati szűrővizsgálat. Fontos, hogy gyermekeink sokat rágjanak, s lehetőleg minél kevesebb édes ételt és italt fogyasszanak. Lehetőleg vízzel csillapítsuk szomjukat, különösen az éjszakai felébredések alkalmával. Szeretessük meg velük a fogápolást, vegyünk életkoruknak megfelelő fogkefét és fogkrémet, olyat, amit szívesen használnak. Ha kialakul a fogmosás utáni kellemes közérzet, nyert ügyünk van. Egyes esetekben szükség lehet fluoridálásra, ezt érdemes a fogorvossal egyeztetni.

Szűrővizsgálatra a fogak állapota szerint 3-6 havonta javasolt elmenni. Általában féléves kortól 3 éves korig törnek elő a tejfogak, amelyeket 6 és 12 éves kor között felváltanak a maradó fogak. Minél fiatalabb a gyermek, annál hamarabb alakulhat ki nagymértékű szuvasodás a fogakon, amelyet – ha nem sikerült elkerülni – minél előbb elkezdünk kezelni, annál kevesebb kellemetlenséggel jár. Vegyes fogazat idején indokolt esetben el lehet kezdeni a fogszabályozást, aminek az esztétikán kívül funkcionális és logopédiai szerepe is van.

||||||| ISKOLA-EGÉSZSÉGÜGYI ELLÁTÁS

A kerületi általános iskolákban meghatározott rendelési időben a házi gyermekorvosok biztosítják az iskolaorvosi ellátást, míg a középiskolákban két főállású ifjúsági orvos dolgozik. Ők adják be a kampányoltásokat (például: hepatitis B, HPV), valamint elvégzik a különböző szűrővizsgálatokat. Az orvosok munkáját védőnők segítik.

Az iskola-egészségügyi ellátás telephelyei, rendelési rendje és telefonszámai

Budapesti Gazdasági Szakképzési Centrum Budai Középiskolája

Cím: **1126 Budapest, Márvány utca 32.** • Telefonszám: **+36 1 356 6419**

Iskolaorvos: **dr. Bartók Miklós** • Ifjúsági védőnő: **Tomena Krisztina**

Rendelési idő: **hétfő, kedd, szerda, csütörtök, péntek 8.00–16.00**

Városmajori Gimnázium és Kós Károly Általános Iskola

Cím: **1121 Budapest, Városmajor utca 71.** • Telefonszám: **+36 1 356 1698**

Iskolaorvos (általános iskola): **dr. Ligeti Katalin**

Iskolaorvos (gimnázium): **Lengyelné dr. Fehér Zsuzsanna**

Ifjúsági védőnő: **Sziebert Zsófia**

Rendelési idő (általános iskola): **csütörtök, péntek 8.00–16.00**

Rendelési idő (gimnázium): **hétfő, kedd, szerda 8.00–16.00**

Sashegyi Arany János Általános Iskola és Gimnázium

Cím: 1124 Budapest, Meredek utca 1. • Telefonszám: +36 1 319 3379

Iskolaorvos (általános iskola): dr. Dolowschiák Annamária

Iskolaorvos (gimnázium): Lengyelné dr. Fehér Zsuzsanna

Ifjúsági védőnő: Czimerné Gergely Judit

Rendelési idő: hétfő, szerda, csütörtök 8.00–16.00

ELTE Gyertyánffy István Gyakorló Általános Iskola

Cím: 1126 Budapest, Kiss János altábornagy utca 42–44. • Telefonszám: +36 1 487 8101

Iskolaorvos (általános iskola 1–4. osztály): dr. Zováth Erzsébet

Iskolaorvos (általános iskola 5–8. osztály): dr. Erlaky Hajna Rita

Ifjúsági védőnő: Czimerné Gergely Judit

Rendelési idő: kedd, péntek 8.00–16.00

Jókai Mór Német Nemzetiségi Általános Iskola

Cím: 1125 Budapest, Diana utca 4. • Telefonszám: +36 1 395 8167

Iskolaorvos: dr. Bogdányi Katalin • Ifjúsági védőnő: Mészáros Anna Borbála

Rendelési idő: hétfő, kedd 8.00–16.00

Pannonia Sacra Katolikus Általános Iskola

Cím: 1122 Budapest, Csaba utca 16/c • Telefonszám: +36 1 225 0506

Iskolaorvos: dr. Legány Zsolt • Ifjúsági védőnő: Mészáros Anna Borbála

Rendelési idő: csütörtök, péntek 8.00–16.00

Virányos Általános Iskola

Cím: 1125 Budapest, Virányos út 48. • Telefonszám: +36 1 394 5015

Iskolaorvos: dr. Sepp Csaba • Ifjúsági védőnő: Mészáros Anna Borbála

Rendelési idő: szerda 8.00–16.00

Tamási Áron Általános Iskola és Német Két Tannyelvű Nemzetiségi Gimnázium

Cím: 1124 Budapest, Mártonhegyi út 34. • Telefonszám: +36 1 457 0718

Iskolaorvos (általános iskola): dr. Németh Anita

Iskolaorvos (gimnázium): Lengyelné dr. Fehér Zsuzsanna

Ifjúsági védőnő: Petrovszki Szilvia

Rendelési idő: hétfő, szerda, csütörtök, péntek 8.00–16.00

Fekete István Általános Iskola és Speciális Szakiskola

Cím: 1126 Budapest, Orbánhegyi út 7. • Telefonszám: +36 1 355 0735

Iskolaorvos: dr. Erlaky Hajna Rita • Ifjúsági védőnő: Petrovszki Szilvia

Rendelési idő: kedd 8.00–16.00

Testnevelési Egyetem Gyakorló Sportiskolai Általános Iskola és Gimnázium

Cím: 1125 Budapest, Diana utca 35-37. • Telefonszám: +36 1 275 5780

Iskolaorvos: dr. Henczi Ágnes • Ifjúsági védőnő: Majorovics Orsolya

Rendelési idő: hétfő, szerda, péntek 8.00-16.00

Németvölgyi Általános Iskola

Cím: 1126 Budapest, Németvölgyi út 42-46. • Telefonszám: +36 1 356 0046

Iskolaorvos: dr. Kollai Zenke • Ifjúsági védőnő: Majorovics Orsolya

Rendelési idő: kedd, csütörtök 8.00-16.00

Zugligeti Általános Iskola

Cím: 1121 Budapest, Zugligeti út 113. • Telefonszám: +36 1 200 8721

Iskolaorvos: dr. Legány Zsolt • Ifjúsági védőnő: Dohány Dorottya Barbara

Rendelési idő: kedd 9.00-13.00

Tüskevár Általános Iskola, Szakiskola, Szakközépiskola és Gimnázium

Cím: 1121 Budapest, Konkoly-Thege Miklós út 21. • Telefonszám: +36 1 274 4097

Iskolaorvos: dr. Karácsony Erika • Ifjúsági védőnő: Dohány Dorottya Barbara

Rendelési idő: páros hét csütörtök 9.00-12.00

Nyitott Világ Fejlesztő Iskola

Cím: 1125 Budapest, Diós árok 40. • Telefonszám: +36 1 214 1000

Iskolaorvos: dr. Karácsony Erika • Ifjúsági védőnő: Dohány Dorottya Barbara

Rendelési idő: páratlan hét csütörtök 9.00-12.00

Vakok Batthyány László Római Katolikus Gyermekotthona, Óvoda, Általános Iskola

Cím: 1125 Budapest, Mátyás király út 29. • Telefonszám: +36 1 274 4755

Iskolaorvos: dr. Pálmafy Beatrix • Ifjúsági védőnő: Dohány Dorottya Barbara

Rendelési idő: hétfő, szerda, péntek 13.00-16.00

Gennaro Verolino Általános Iskola és Speciális Szakiskola, Diákotthon és Gyermekotthon

Cím: 1121 Budapest, Hegyhát út 19. • Telefonszám: +36 1 275 4297

Iskolaorvos: dr. Ujhelyi Rita • Ifjúsági védőnő: Majorovics Orsolya

Rendelési idő: szerda 9.00-11.00

Budapesti Japán Iskola

Cím: 1125 Budapest, Diós árok 40. • Telefonszám: +36 1 392 0360

Iskolaorvos: Lengyelne dr. Fehér Zsuzsanna • Ifjúsági védőnő: Dohány Dorottya Barbara

Rendelési idő: minden hónap harmadik péntek 8.00-11.00

PREVENCIÓS PROGRAMOK ÓVODÁSOKNAK ÉS ISKOLÁSOKNAK

EGÉSZSÉGES HEGYVIDÉK PROGRAM

(Az aktuális programok időpontjáról és az ezekre történő jelentkezésről a www.egeszsegeshegyvidek.hu weboldalon lehet információhoz jutni.)



A Hegyvidéki Önkormányzat 2013-ban indította el az Egészséges Hegyvidék Programot, amely egészségügyi, kulturális és sportintézményekkel összefogva kínál megelőző- és gyógyítóprogramokat, valamint az aktív, egészséges életmód megvalósításához szükséges egyéb megoldásokat, lehetőségeket. A gyógyító egészségügyi rendszerek működtetése mellett az itt élő családok részére olyan felvilágosítóprogramokkal szolgál, amiknek a segítségével a résztvevők szakszerű és pontos tájékoztatást kaphatnak az egészség megőrzésének módjairól, a betegségek kialakulásának megelőzéséről. Mindemellett olyan szolgáltatásokat is nyújt (sportolási lehetőségek, szűrések stb.), amik hozzájárulnak az egészség megőrzéséhez. Az alábbiakban a gyerekeket érintő programokat foglaltuk össze.

LISZTÉRZÉKENYSÉG SZŰRÉSE

Magyarországon napjainkban folyamatosan növekszik a lisztérzékeny gyerekek száma. Sok esetben a probléma lappangó, és már csak akkor derül ki, amikor súlyossá válik. Ezt megelőzendő a Hegyvidéki Önkormányzat támogatásával 2014-től minden iskolai tanév elején (szeptemberben és októberben) – előre egyeztetett ütemezés szerint – a szolnoki Lisztérzékenyek Egyesülete díjmentes szűrővizsgálatot szervez a coeliakia (lisztérzékenység) kiszűrésére a kerület önkormányzati fenntartású óvodáiba járó nagycsoportos gyerekek körében. Az előzetesen beszerzett szülői beleegyezés alapján a Hegyvidéki Önkormányzat védőnői és a szolnoki Lisztérzékenyek Egyesületének szakemberei közösen végzik el a gyorsteszt szűrővizsgálatot az óvodákban.

A mintavétel miniatűr, egyszer használatos eszközzel, ujjbegyből történik, az eredmény 10 perc elteltével leolvasható. Pozitív helyszíni minta esetén segítenek a további kivizsgálás menetében. A szűrővizsgálatok célja a tünet- és panaszmentes gyerekek vizsgálata, a rejtett betegség kimutatása, fennállásának valószínűsítése vagy kizárása.

A kezelés hosszú távú eredménye az érdekvédelmi szervezetek hatékony működésén, a speciális diéták társadalmi elfogadásán múlik. A Hegyvidéken ezt a Szent János Kórház szakellátásának és a húsz éve működő Lisztérzékenyek Egyesületének együttműködése biztosítja.

ORTOPÉDIAI SZŰRÉS

A Hegyvidéki Önkormányzat támogatásával a Hegyvidéki Egészségügyi Központ védőnői, egy ortopéd és mozgásszervi rehabilitációs szakorvos közreműködésével, az iskolai tanév elején mozgásszervi szűrővizsgálatot végeznek a kerület 11 általános és 4 középiskolájának 5. és 9. osztályos tanulói körében, májusban

pedig a 14 önkormányzati fenntartású óvoda nagycsoportos gyermekeinél, valamint a gyógytestnevelésre járó tanulóknál.

Magyarországon a gyermekortopédiai szűrővizsgálatok elvégzésénél ajánlott első időpont a gyerek hat-hetes és 4 hónapos kora. A gyermek fejlődése során – hogy a szakemberek követni tudják a mozgásszervek fejlődését az érésel, növekedéssel összefüggésben – továbbra is javasolt a szűrővizsgálatok elvégzése, különösen iskolakezdést megelőzően, valamint 10 és 14 éves korban. A gyermekortopédiai vizsgálatok során a szakorvos megvizsgálja a teljes mozgatórendszert, különösen figyelve a csípők, végtagok fejlettségére, hogy kiszűrhesse az esetleges tartási, fejlődési rendellenességeket. A szűrővizsgálat elvégzéséről, a szűrés eredményéről és a szükséges intézkedésekről írásos tájékoztatást kapnak a szülők.

Az elmúlt évek szűrővizsgálati eredményei tükrében elmondható, hogy a preventív iskolai tartásjavító torna és a célzott gerincjavító torna nagy valószínűséggel jó hatású a gyermekkori tartási zavarok korrekációjában. A rendelkezésre álló adatok alapján a „magára hagyott”, nem kezelt elváltozás sohasem javul, hanem minden esetben romlik. Ennek bizonyítéka, hogy a rendszeresen gyógytestnevelésre járó tanulók közül a szakorvos évről évre többeket tud visszairányítani az iskolai testnevelésre.

FOGÁSZATI SZÜRŐVIZSGÁLAT

Az iskola-egészségügyi előírásoknak megfelelően évente két alkalommal kerül sor a szűrésekre. Minden óvodának van fogorvosa. A körzetekről szóló helyi önkormányzati rendeletben foglaltak szerint az óvodák a XII. kerületi négy gyermek- és ifjúsági praxis között vannak elosztva. Az a legideálisabb, ha a szűrés a fogorvosi rendelőben történik, mert a gyerekek megismerkedhetnek a hellyel, kipróbálhatják a „liftes” széket, jó megvilágításnál, alaposan meg lehet vizsgálni a szájuk, fogazatuk állapotát.

Amennyiben valamilyen okból – rossz időjárás, nagy távolság, kevés kísérő, egyébek miatt – nem ők mennek el a rendelőbe, akkor a fogorvosok keresik fel az óvodákat. Ez a vizsgálat természetesen nem olyan kielégítő, mint a rendelői, ezért a fogorvosok igyekeznek meggyőzni az intézmények vezetőit, hogy vállalják a rendelőben történő szűrést. A vizsgálatot minden esetben csoportonként végzik, és a végén fogászati bemutatót



tartanak, ismertetik a szájhygiéniával, táplálkozással, fogászati kezelésekkal kapcsolatos tudnivalókat, mindig az adott életkornak megfelelően, játékos, barátságos formában. A szűrés alkalmával nem végeznek beavatkozást, a vizsgálat eredményéről a szülőket névre szólóan, írásban tájékoztatják. A találkozás végén a gyerekek mindig kapnak valamilyen apróságot – matricát, színezőt, fogkrém mintát stb. –, hogy kellemes benyomásuk maradjon a fogorvosi látogatásról.

A gyerekek szűrővizsgálata Magyarországon meghatározott életkorokban történik, több szakember együttműködésével és a szülő részvételével válik hatékonnyá. A vizsgálatok célja, hogy még a tünetmentesség állapotában felismerhető legyen a betegség. Gyerekeknél fokozottan fontosak a szűrések, mert a fel nem ismert betegségek érinthetik a testi, lelki, szociális fejlődést, és a tanulásra is hatással lehetnek. Gondoljunk a fel nem ismert halláscsökkenésre, amely a beszédfejlődésre, a kommunikációra és az iskolai teljesítményre is kihat!



A gyerekek szűrése már a születésük után megkezdődik, később a védőnői hálózat, a házi gyermekorvosok, az iskolaorvosok folytatják. A szülők a „Szülői kérdőív a gyermek fejlődéséről” című lapot töltik ki gyermekük meghatározott életkoraiban, amelynek segítségével nyomon követhetik, megfelelően fejlődik-e csemetéjük. A védőnők a várandósság, az újszülött- és gyermekkor időszakában általános rizikófelmérést végeznek kérdőívek segítségével. A szülők visszajelzései és a védőnői felmérések kiegészítik az orvosi vizsgálatokat.

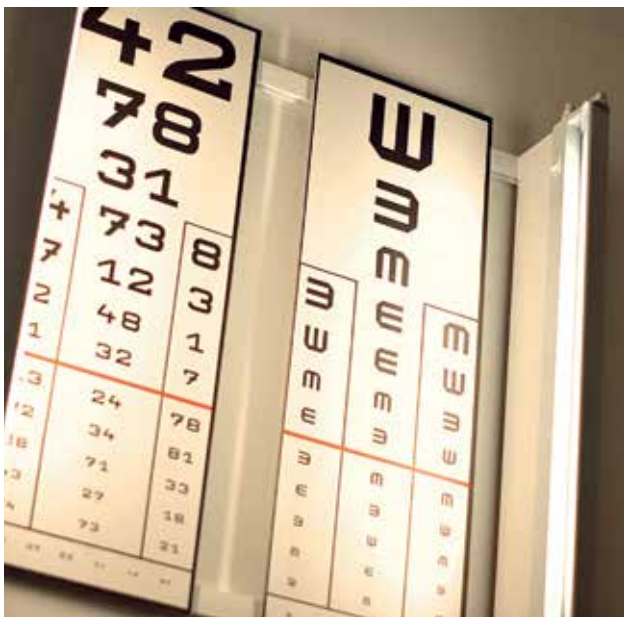
Óvodáskorúak szűrővizsgálata: a vizsgálatok 2, 3, 4, 5 és 6 éves korban történnek. Akik 7 évesen kezdik meg az iskolát, kiegészítő vizsgálatra mennek.

A vizsgált adatok:

- testmagasság, testtömeg (fejkörfogat, szükség szerint), a fejlődés és tápláltsági állapot érzékelése hazai sztenderdek alapján;
- a pszichés, motoros, mentális, szociális fejlődés és magatartásproblémák feltárása;
- érzékszervek (hallás, látás) működésének vizsgálata a szakmai irányelveknek megfelelően;
- mozgásszervek vizsgálata;
- vérnyomásmérés.

A LÁTÁS VIZSGÁLATA

A vizsgált szem látásának élességét a felismert betűk, számok nagysága alapján ítélik meg a szakorvosok. Minden eltérés észlelésekor gyermekszemészeti szakvizsgálatot javasolnak. Gyermekszemészetre nem kell beutaló, de időpontot kell kérni. A nem korrigált szem látása gyorsabban romlik. A rossz látás jelentős terhet jelent a gyermek számára, a foglalkozásokon történő figyelés, akár az információk felismerése is nehézségekbe ütközik, gyakori náluk a délutánra kialakuló fejfájás és a rossz közérzet. A nem párhuzamos szemállás (kancsalság) minden esetben szemészeti korrekciót és rendszeres szemészeti szakvizsgálatot tesz szükségessé, akár már kisdedkortól is. A szemüveget viselő gyermeket félévente kell elvinni szakorvosi kontrollra.



A HALLÁS VIZSGÁLATA

A hallásvizsgálat során tapasztalt eltérés gyakran a vizsgálat alatt is fennálló krónikus nátha, allergia vagy a kisgyermekkorban gyakori fülgyulladás miatt alakulhat ki. Ennek észlelésekor, amennyiben a gyermek náthás a vizsgálat ideje alatt, vagy azt megelőzően légúti hurutos betegsége volt, javallott a vizsgálatot egy későbbi időpontban megismételni. Otthoni körülmények között a gyermek hallásának zavarára utalhat, ha hangosabban beszél, nem érti meg elsőre, amit mondanak neki, gyakran visszakérdez, hangosabban nézi a tévét, vagy nem reagál a háta mögött (a látóterén kívül) elhangzó halkabb szavakra. Ha ilyet tapasztalnak a szülők, minden esetben kérjék ki szakorvos véleményét!

ÚJRAÉLESZTÉS-TANFOLYAM AZ ISKOLÁKBAN

Az egészségügyi alapellátás keretében a kerületben lévő középiskolákban hét ifjúsági védőnő dolgozik, feladataikat az Egészségügyi Minisztérium szakmai protokollja határozza meg. A védőnő a jogszabályok és a szakma szabályai szerint komplex egészségnevelést tanít az iskolák különböző életkorú tanulóinak. Az ifjúsági védőnő egyik legfontosabb feladata, hogy folyamatos megfigyelésen alapuló tanácsadással és egészségneveléssel támogassa a diákokat, segítséget nyújtson az egészséges életvitel kialakításában, az egészségkárosodások elkerülése érdekében felfigyeljen a tanulók életében bekövetkező kedvező vagy kedvezőtlen változásokra.

A Medical Home Kft. segítségével a Hegyvidéki Egészségügyi Központ hét ifjúsági védőnője BLS újraélesztési oktatásban részesült. Az oktatási anyag tartalmaként MINI CRP Training oktatófantomot és oktatófilmet kaptak, amit a Magyar Resuscitációs Társaság és az ICD-Pacemakerrel Élő Alapítvány készített. Így a preventív program legfontosabb szakasza már elkezdődhetett, és zajlik az iskolákban. Az ifjúsági védőnők az iskolai tanév elején elkészített tantervi ütem szerint a középiskolákban oktatják a BLS újraélesztést az oktatófilm és az oktatófantom segítségével.

A Hegyvidéki Önkormányzat támogatásával és az Országos Korányi Pulmonológiai Intézet irányításával folytatódik a dohányzásmegelőző program a kerület általános iskoláiban a 7. évfolyamos tanulók részére.

A Hegyvidéki Egészségügyi Központ ifjúsági védőnői az osztályfőnöki órákon összefoglalják a dohányzásról szóló bizonyítékokon alapuló ismereteket. A tanulók megismerik a dohányzás egészségi hatásait és a nemdohányzáshoz vezető lépéseket. Megtudják, hogyan lehet megelőzni a rászokást, és tanácsadással változtatni a dohányzó életmódon. Kommunikációs gyakorlatokat végeznek a dohányzás megelőzésével és a leszokás segítségével kapcsolatban. A nemdohányzó életmód támogatásában jelentős szerepet játszanak az iskolavédőnők, akik az elmúlt időszakokban szintén oktatásban részesültek, ezáltal képessé váltak a leszokást segítő elméleti és gyakorlati ismeretek alkalmazására, szemléletváltásra az egyéni és csoportos egészségnevelésben.



SZEMÉSZETI PROBLÉMÁJA VAN? SEGÍTÜNK!

SZOLGÁLTATÁSAINK:

- Szabaduljon meg szemüvegétől!
DiamondFEMTO és OptiLASIK lézeres látásjavítás
- Szürkehályog műtétek
- Szemlencse műtétek
- Teljes körű szemészeti vizsgálat
- Gondozás (zöldhályog, diabetes, macula degeneráció)
- Könnyezés miatti beavatkozások
- Szemészeti plasztikai műtétek

Időpontkérés:

+36 1 240-6334

Nyitvatartás:

hétfő-péntek: 8.00-18.00

hétfőgén: ZÁRVA



Budai Szemészeti Központ

1126 Budapest, Tartsay Vilmos utca 14.

info@budaiszemeszet.hu

www.budaiszemeszet.hu

12. KERÜLETI
LAKCÍMKÁRTYÁVAL
30.000 FT ALATTI
SZOLGÁLTATÁSOKBÓL
5% KEDVEZMÉNY



„SEGÍTSETEK NEKÜNK, HOGY A BETEGEKET SEGÍTHESSÜK!”

DR. TOLDY-SCHEDEL EMIL

A BUDAPESTI SZENT FERENC KÓRHÁZ
FŐIGAZGATÓJA

A Budapesti Szent Ferenc Kórházat az Assisi Szent Ferenc Leányai Kongregáció alapította 1935-ben azzal a céllal, hogy az ápolónőképző iskolájukba járó fiatalok a rend saját intézményében szerezhessenek szakmai gyakorlatot. 1937-ben nyílt meg az akkor még a XII. kerülethez tartozó, ma már II. kerületi Széher úton a gyógyítóhely, amelyet 1950-ben államosítottak, később a János kórházhoz csatoltak, a rendszerváltás után viszont ismét a rend tulajdonába került, és 1996-tól újra önálló igazgatásúvá vált. Jelenleg nagyszabású fejlesztés zajlik a kórházban, amelynek már elkészült az új szárnya, és hamarosan a régi épülete is teljes egészében megújul. A fejlesztések céljáról, a XII. kerületi betegek által is igénybe vehető ellátásokról, valamint a Normafán létrehozott kardioösvény tapasztalatairól is kérdeztük dr. Toldy-Schedel Emil főigazgatót.

Mi a Budapesti Szent Ferenc Kórház fő profilja?

Négy egyházi kórház 2010-ben létrehozott egy szövetséget, hogy a feladatokat felossza egymás között. Azaz a betegek ne a vallásuktól függően kerüljenek az intézményekbe, hanem a betegség döntse el, ki melyik egyházi fenntartású, tehát a lélekre jobban odafigyelő kórházba kerül. Így például aki egyházi kórházban szeretne gyógyulni, és ortopédiai baja van, a Budai Irgalmasrendi Kórházba megy, vagy gyermekgyógyászati problémával a Bethesdát keresi

fel. Ezek a kórházak az egész országból tudnak betegeket fogadni a szakterületükön belül. A Budapesti Szent Ferenc Kórház a feladatmegosztás alapján a kardiovaszkuláris rehabilitációt és a diabetológiát végzi, körülbelül 2,3 millió ember tartozik az ellátási területébe a közép-magyarországi régióban. A kardiológia a rendszerváltás környékén indult el kórházunkban; részben amerikai kormánytámogatással Magyarországon az elsők között valósítottuk meg a koronáriaőrző rendszert, amely jelentősen csökkentette a szívinfarktus miatti halálozást. Szintén ekkoriban kezdtük el a modern kardiovaszkuláris rehabilitációt – ami addig teljesen elhanyagolt terület volt hazánkban –, ennek tudását Amerikából és Nyugat-Európából hoztuk át.

Melyek azok az ellátások, amiket a kardiovaszkuláris rehabilitáció részeként igénybe vehetnek a betegek?

A kardiovaszkuláris rehabilitáció a fekvőbeteg-ellátás kapcsán azt jelenti, hogy ide kerülnek a szív-műtét, valamint az infarktus utáni betegek, azok, akiknek a transzplantáció előtt kivizsgálásra van szüksége, továbbá szívelégtelenek gyógyszerelését állítjuk be. A budai kerületek betegeit, köztük a XII. kerületieket úgy tudjuk ellátni nappali kórházi rendszerünkben, hogy este hazamehetnek, napközben viszont ugyanazt a komplex ellátást kapják, mint a többi fekvőbeteg. Rehabilitációs világképünk

része, hogy a páciensek lehetőleg minél hamarabb otthon aludhassanak. Ez költséghatékony, a beteg számára a legkomfortosabb, továbbá a család bevonása is sokkal jobban működik. Nagyon fontos a hozzátartozók közreműködése, hiszen ők azok, akik főznek a betegeknek, adják a gyógyszereket, és biztosítják a háttérrel az életmód átalakításához.

A járóbetegeket milyen szakrendelések várják?

A kardiológiai ambulancia mellett – amiből jelentős a kapacitáshiány a környéken – van itt belgyógyászat, diabetológia, endokrinológia, pszichológia, pszichiátria, reumatológia, kardiológiai rehabilitáció, továbbá képződiagnosztika, radiológia és ultrahang. A nyeléses, háromdimenziós ultrahangvizsgálatainkhoz a Magyarországon elérhető legmodernebb technikát alkalmazzuk. A kardiológiai problémákhoz kapcsolódó tipikus kísérőbetegségekkel – cukorbetegség, magas vérnyomás, pajzsmirigybetegség – mind foglalkozunk. Pacemakerok, defibrillátorok ellenőrzését, beállítását is el tudjuk végezni intézményünkben.

Betegek és – betegségmegelőzési céllal – egészségesek is kipróbálhatják a Budapesti Szent Ferenc Kórház kardioösvényeit, amelyek közül az egyik a Normafánál jött létre, a Hegyvidéki Önkormányzat közreműködésével. Van visszajelzésük arról, mennyien mérik fel állapotukat a kijelölt túraútvonalon, és milyen arányban derülnek ki ily módon kardiológiai betegségek?

Sokan jelentkeznek a vezetett túráinkra, de még többen vesznek részt önállóan – a nagy érdeklődésre utal, hogy a Normafánál kihelyezett információs füzetekből már mintegy tízezer darab elfogyott. Nagyon várjuk, hogy megépüljön a Normafa foga-dópontja, hiszen szükség van egy olyan helyre, ahol a látogatókat el tudjuk látni információval és eszközökkel, így sokkal interaktívabbá és papírmენტessé tudnánk tenni a részvételt. A vezetett túráinkon megjelenők három százalékánál derült ki, hogy betegek, és invazív beavatkozásra – koszorúér-tágításra, szív-műtetre, pacemakerbeültetésre – van szükségük.

Május végén adták át a kórház új szárnyát, egyben a régi épület teljes felújítását is bejelentették. A komfortosabb környezet kialakításán túl mi a nagyszabású fejlesztés célja?

Az új épületünk volt az első olyan beruházás, ami az Egészséges Budapest Programmal összhangban elkészült. Ezzel az új szárnyal, valamint a régi épület felújításával két újabb feladattal bővíthetjük tevékenységünk körét: az egyik a transzplantált betegek rehabilitációja – Magyarországon a szív- és tüdőcserélt betegeknek jelenleg nincs speciális intézete –, a másik pedig a Semmelweis Egyetemmel közösen létrehozandó kardiovaszkuláris rehabilitációs tanszék, ilyen ugyanis még nem működik a közép-magyarországi régióban. Terveink szerint a jövő év végére egy teljes egészében megújuló, 150 ágyas, a profiljában teljes körű ellátást biztosító intézmény-vé válik a Budapesti Szent Ferenc Kórház. Tudni kell, hogy a fejlesztések egy részét a magyar állam és az Európai Unió fizeti, a másik részét pedig a katolikus egyház, a tulajdonos apácarend és a kórház teremti elő, vagy „koldulja össze” az önkormányzatok, a helyi lakosság és a betegszervezetek bevonásával. Egyházi kórházként ugyanis merjük azt mondani: segítsetek nekünk, hogy a betegeket segíthessük! Rendszeres támogatóink közé tartozik a Hegyvidéki Önkormányzat, amely orvosi eszközök és betegszállító járművek beszerzéséhez járult hozzá az elmúlt években.

Mindennapi munkájukban nem okoz nehézséget, hogy folyamatosan támogatókat kell keresni a tervek megvalósításához?

Hiszünk abban, hogy az egymásra utaltság nemcsak a nehézséget, hanem a jót is kihozza az egészségügyből. Erre a legjobb példa az intézményünk, amely a kis mérete és egyedülállósága miatt rákényszerült az együttműködésre. Amit mi meg tudunk valósítani kicsiben, akár rendszerszinten is működhet, ilyen szempontból pedig nekünk és a többi egyházi kórháznak előremutató szerepünk van. Kipróbálhatunk modelleket, és ha azok beválnak, máshol is hasznosíthatják a tapasztalatainkat – így járulunk hozzá a magyar egészségügy fejlődéséhez.

GYERMEKKORÚAK EGÉSZSÉGÜGYI SZAKELLÁTÁSA

FEKVŐBETEG-ELLÁTÁS

Gyermekosztály

1125 Budapest, Diós árok 1–3. XIX. épület (Észak-Közép-budai Centrum, Új Szent János Kórház és Szakrendelő – ÉKC)

Gyermeksebészet és traumatológiai osztály

1125 Budapest, Diós árok 1–3. XIX. épület (ÉKC)

Fejlődésneurológiai osztály

1032 Budapest, Bécsi út 132. (Szent Margit Kórház – a Szent János Kórház telephelye)

Gyermekgyógyászati rehabilitációs osztály

Neurológiai és mozgásszervi betegek ellátása: **1023 Budapest, Bolyai utca 5–7.** (Budai Gyermekkórház – a Szent János Kórház telephelye)

Gyermek- és ifjúságpszichiátriai rehabilitációs osztály

1025 Budapest, Ali utca 13. (Budai Gyermekkórház – az ÉKC telephelye)

SZAKRENDELÉSEK I.

1125 Budapest, Diós árok 1–3. XI. épület (ÉKC)

Gyermekkardiológia

Kardiológiai panaszokkal 18 éves korig várják a betegeket. A legnagyobb forgalmú budai gyermekkardiológiai rendelő zavartalan működése érdekében minden munkanapon öt gyermekkardiológus szakorvos dolgozik. Ennek köszönhetően sürgős esetben azonnal vagy pár napon belül, egyébként általában egy héten belül tudnak időpontot adni.

Fül-orr-gégészet

A rendelés beutaló nélkül vehető igénybe minden munkanapon 7.30–15.00 óráig. Az osztály részt vesz az idegrentest- és akut fül-orr-gégészeti ügyekben minden csütörtökön és előre meghatározott hétvégi napokon. Ezekben a napokon egész Budapest területéről érkeznek betegek, ezért sokszor zsúfoltságra kell számítani.

Gyermeknőgyógyászat 14 év felettieknek

Elsősorban a serdülőkor hormonális átállása miatti nőgyógyászati problémákra, valamint a nőgyógyászati gyulladásos betegségekre specializálódó rendelés. Mindkét esetben részletes kivizsgálásra, kezelésre

van lehetőség, a társszakmákkal együttműködve. A 14 év alatti gyerekek ellátása a gyermekgyógyászati szakrendelésen történik.

Röntgen- és ultrahanglabor

A Szent János Kórház teljes ellátási területéről házi gyermekorvosi és szakorvosi, valamint intézeti beutalóval érkezők vizsgálatát látják el.

SAKRENDELÉSEK II. |||||

1023 Budapest, Bolyai utca 5–7. – Budai Gyermekkorház (az ÉKC telephelye)

Nefrológia

A nefrológia a vizeletkiválasztó és -kiürítő szervek betegségeivel foglalkozik. Újszülött- és csecsemőkorban nagyon fontos a fejlődési rendellenességek felismerése. A szakrendelés keretében lehetőség van a betegségek kivizsgálására, kezelésére, gondozására.

Bőrgyógyászat

A rendelés beutaló nélkül igénybe vehető. Az allergiás bőrbetegségek és az ekcéma kivizsgálása, kezelése az allergológiai szakrendeléssel együttműködve minden szakmai igényt kielégít. Szintén többféle módon tudják kezelni a pubertáskori bőrelváltozásokkal érkező serdülőket.

Gasztroenterológia

A rendelésen a csecsemők, gyerekek, tizenévesek táplálkozási tanácsadásával, speciális diéták beállításával, visszatérő, tartós hasmenéssel, székrekedéses panaszok diagnosztizálásával, hasi fájdalmak kezelésével várják a betegeket. Itt történik az ismeretlen eredetű hiányállapotok fejlődési elmaradásának megállapítása is.

Ortopédia

Végtag- és gerincfájdalommal, a sántítás okainak feltárásával, csecsemőkön végzett szűrővizsgálatokkal foglalkoznak. Emellett lehetőség van kisebb ortopédiai műtétek elvégzésére is.

Diabetológia, endokrinológia, obesitas

A három szakrendelés komplexen, nagy hatékonysággal, nemzetközi színvonalon látja el a gyerekeket. A diabétesz-szakrendelés – Budapest második legnagyobb forgalmú gyermekdiabétesz-ambulanciája – döntően az „inzulinfüggő” (1-es típusú) cukorbeteg komplex gondozását végzi, de az utóbbi években a „nem inzulinfüggő” (2-es típusú) cukorbetegséggel is foglalkozik. Az obesitas-szakrendelésre az elhízott gyerekeket várják. A diagnózist követően, egyszerű elhízás esetén, lehetőség van dietetikussal hosszú távon együttműködve egyénre szabott életmód- és diétás tanácsadás igénybevételére. Az endokrinológiai szakrendelésen a belső elválasztású mirigyek betegségeit vizsgálják és kezelik.





Allergológia

A szénanáthával, asztmával, ekcémával, csalánkiütéssel küzdő gyerekek teljes körű kivizsgálását és kezelését végzik. A rendelésen életkortól függetlenül lehetőség van a betegségeket okozó légúti vagy ételallergének azonosítására bőrpróbával vagy vérvizsgálattal. A gyerekek betegségétől függően személyre szabott gyógyszeres és dietetikai terápiát határoznak meg.

Immunológia

Az immunpatológiai szakrendelésen elsősorban a visszatérő fertőzések (gennyes középfülgyulladás, tüdőgyulladás) háttérében megbúvó immunhiány kivizsgálását végzik.

Pulmonológia

A csecsemő- és kisdedkori asztmás jellegű hörghurut, légzési probléma (hangos légzés, légzéskimaradás), visszatérő tüdőgyulladás, asztma, elhúzódó köhögés kivizsgálását és kezelését végzik. Minden életkorban igénybe vehetők a képalkotó eljárások (röntgen, ultrahang, CT, MRI), speciális laborvizsgálatok, fül-orr-gégészeti és bronchológiai konzíliumok.

Pszichológia

A gyerekek speciális pszichológiai gondozását szakpszichológusok végzik. Lehetőség van pályaorientációs tanácsadásra, problémacentrikus pszichoterápiára és kreatív csoportfoglalkozásokon való részvételre is. A szülőknek pszichológiai tanácsadást biztosítanak. Szakorvosi beutaló szükséges.

Szemészet

A területi ellátási kötelezettség értelmében a II., III., XII. kerületből érkező gyerekek szemészeti ellátását végzik.

Epilepszia Centrum

Minden századik gyereket érinthet ez a betegség. A szakrendelésen lehetőség nyílik az epilepsziás betegek komplex, sokirányú kivizsgálására, gondozására, fejlesztésére a csecsemőkortól a felnőttkorig.

Dietetika

A dietetikus szaktanácsadói munkája érinti a gyógyító-megelőző ellátás teljes területét. A cél a rizikó-faktorok kiküszöbölése, az egészséges táplálkozás elméleti és gyakorlati alapjainak megtanítása. Külön terület a csecsemőtápláláshoz nyújtott szakmai tanácsadás annak érdekében, hogy a kicsik a megfelelő tápanyagokkal a megfelelő időben találkozzanak, elkerülve ezzel az esetleges későbbi betegségeket. Szakorvosi beutaló szükséges.



Általános gyermekgyógyászati ambulancia (kivizsgálás)

A hét minden napján délelőttönként azokat a gyerekeket várják, akiknek a kivizsgálása egyszerűbben megoldható egy sok rendelőt foglalkoztató szakrendelőben. A rendelés fontos feladata, hogy ha valamelyik speciális szakrendelésre hosszú az előjegyzési idő, és sürgős a kivizsgálás megkezdése, az orvos a specialistaival konzultálva kezdje meg a vizsgálatokat. Akut megbetegedés esetén szintén igénybe vehető ez az ellátás.

■■■ Dr. Madarasi Anna Ph.D (ÉKC, gyermekellátás) csecsemő- és gyermekorvos, tüdőgyógyász, allergológus, orvos-igazgatóhelyettes tanácsai a szülőknek

Mindig örülünk, ha beköszönt a tavasz, de sokunknak az örömben öröm is vegyül: kezdődik a pollenszezon. Ha a tél enyhe, akkor már februárban virágzik a mogyoró, az első tavaszi pollen, ami elsősorban légúti allergiás tüneteket tud kiváltani az arra allergiás gyerekekben, felnőttekben. Az érintetteknek érdemes megismerni a pollennaptárat, amelyből jól látható, mikor melyik allergiát okozó növény virágzik. A leggyakoribb tünet a szénanátha: vizes orrfolyással, tüszögéssel, orrdugulással, torokviszketéssel, szemviszketéssel, könnyezéssel. Ilyenkor az allergiás betegeket életmódi tanáccsal, tüneti terápiával látjuk el, valamint lehetőség van oki kezelésre, immunterápiára is.



A virággal szaporodó növények egész nyáron át gondot tudnak okozni az arra allergiás betegeknek. Ebben az időszakban a fű- és gyomnövények (parlagfű, fekete üröm) által kiváltott allergiás tünetek a legjellemzőbbek. A gyomnövények pollenjei igen agresszívak, és hosszú ideig virágznak. Ha tartós a nyár, akkor akár november elejéig tart a virágzásuk. Érdemes az éves nyaralást úgy megtervezni, hogy a kritikus időszakban lehetőség szerint olyan helyre menjenek, ahol kevesebb a pollen: magas hegyekbe, tengerpartra. Ebben segítséget jelent a pollentérkép.

Sokan fellélegeznek novemberben, hogy végre vége a pollenszezonnak, de másoknak ekkor kezdődnek, vagy szerencsétlen esetben folytatódnak a panaszai. Novembertől tél végéig nő a háziporátka- és penészgomba-antigének mennyisége. A háziporátka teljes mértékben nem tüntethető el a lakásokból, de mennyisége nagymértékben csökkenthető. Mivel kedvenc tartózkodási helyük a kárpit, a legegyszerűbb védekezés, hogy minél kevesebb szőnyeg, kárpitozott bútor legyen a lakásban. Az atkák a bőrünkről lekopó hámmal, hajszálainkkal táplálkoznak, tehát ha „kiéheztetjük, elzárjuk” őket magunktól, akkor is csökkenthető a számuk. Erre a legegyszerűbb módszer a műanyag lepedő használata a fekvőhelyünkön.

Sokszor nem egyszerű feladat a penészgomba eltávolítása a lakásból, hiszen legtöbbször épület szerkezeti problémákból adódik – a beázások tartják fenn –, de törekedni kell rá. Emellett gondosan vizsgáljuk át a fürdőszobában a csapokat, a szaniterek kapcsolódási pontjait, az előltöltős mosógépek ajtaját. Sok betegnek a penészes élelmiszerek fogyasztásakor – sajtok, szalámik – is tünete lesz, ezeket érdemes kerülni!

Megoszlanak a vélemények a szőrös háziállatokkal kapcsolatban. Vannak adatok arra, hogy együttélés-kor csökkennének az allergiás betegségek, más vizsgálatok az ellenkezőjét találták. Ha egyértelműen a háziállat jelenléte okoz allergiás tüneteket valamelyik családtagnak, akkor vagy meg kellene válni a házi kedvencről, vagy vállalni kell a tartós tüneti kezelést vagy az immunterápiát.

GYERMEK SZAKRENDELÉSI IDŐK

Észak-Közép-budai Centrum, Új Szent János Kórház és Szakrendelő

szakrendeléseinek, szakambulanciáinak működési rendje. Cím: 1023 Budapest, Bolgajai utca 5-9.
 Vezető főorvos: dr. Madarasi Anna. Telefonszám: 345-0600. Főnövér: Pész Agnes. Telefonszám: 345-0600/3146. Fax: 345-0612

A rendelések az akut betegellátás kivételével előjegyzéssel és a bőrgyógyászati kivételével beutalóval vehetők igénybe. Előjegyzés, betegirányítás az A. ép. I. emeleti recepcióján. Telefonszám: 345-0615

		A. épület II. emelet							
I. sz. rendelő	II. sz. rendelő	III/1. sz. rendelő	Új épület 1. em.	IV. sz. rendelő	V. sz. rendelő	VI. sz. rendelő	VII. sz. rendelő	VIII. sz. rendelő	
tel.: 345-0600/3135	tel.: 345-0600/3114	tel.: 345-0600/3114	tel.: 345-0600/3154	tel.: 345-0600/3117	tel.: 345-0600/3174	tel.: 345-0600/3115	tel.: 345-0600/3140	tel.: 345-0600/3175	
		Pszihiátria ideg-gondozó							
8-11 Ortopédia dr. Barna Judit B. ép. I., 345-0600/3124	9-12 Endokrinológia dr. Muzsnai Ágota 13-16 Endokrinológia dr. Muzsnai Ágota	8-14 Várhegyi Linda szakpszichológus 13-19 Kabai Piroška pszichológus 13-19 dr. Sebestyén Szilvia gyermekpszichiáter	8-12 Gasztroenterológia dr. László Katahála 14-16 Gasztroenterológia dr. Badacsonyi, László 2 hetes váltásban	8-13 Nefrológia dr. Martyn Mária	10-14 Bőrgyógyászat dr. Asbóth Dorottya 12-17 Bőrgyógyászat dr. Noll Judit	8-13 Diabétesz dr. Blatniczky László 14-17 Bőrgyógyászat dr. Rutkai Krisztina	8-13 Allergológia dr. Kalmár Agnes 13-16 Allergológia dr. Madarasi Anna	9-13 Diabétesz Pszichológia Nagy Judit	
8-10 Rehabilitáció dr. Medveczky Erika B. ép. I., 345-0600/3134	9-12 Endokrinológia dr. Tobisch Borbála	8-14 Kabai Piroška pszichológus 8-14 dr. Sebestyén Szilvia 8-17 dr. Székely Judit 13-19 Várhegyi Linda szakpszichológus	8-13 Gasztroenterológia dr. Micskegy Éva		8-14 Bőrgyógyászat dr. Asbóth Dorottya 13-18 Bőrgyógyászat dr. Noll Judit	9-12 Bőrgyógyászat dr. Rutkai Krisztina	8-13 Allergológia dr. Kalmár Agnes 13-16 Pulmonológia dr. Kaszó Beáta		
9-11 Ortopédia 12-14 Csiszúrás dr. Barna Judit		8-14 dr. Sebestyén Szilvia gyermekpszichiáter szakorvos 8-14 Várhegyi Linda szakpszichológus 13-19 Kabai Piroška pszichológus	8-12, 13-15 Gasztroenterológia dr. Micskegy Éva	9-11 Nefrológia dr. Visy Mária	8-14 Bőrgyógyászat dr. Asbóth Dorottya	8-13 Immunológia dr. Szolnoki Miklós 9-12 Neurológia 13-16 Rehabilitáció dr. Medveczky Erika B. ép. I., 345-0600/3134	8-12 Allergológia dr. Kalmár Agnes	9-12 Endokrinológia Pszichológia Gráf Rózsa	
12.30-14.30 Csecsemő Ortopédia dr. Barna Judit	9-12 Endokrinológia dr. Muzsnai Ágota 13-16 Endokrinológia dr. Blatniczky László	8-14 Kabai Piroška pszichológus 13-19 dr. Sebestyén Szilvia 13-18 dr. Székely Judit 13-19 Várhegyi Linda	8-13, 14-16 Gasztroenterológia dr. Gyimesi Judit 8-13 Gasztroenterológia dr. Micskegy Éva	9-13 Pulmonológia dr. Somogyi Éva	11-16 Bőrgyógyászat dr. Noll Judit	8-13 Diabétesz dr. Blatniczky László	8-12 Allergológia dr. Kalmár Agnes 13-16 Allergológia dr. Kalmár Agnes	9-13 Diabétesz Pszichológia Nagy Judit	
9-30-13.00 Ortopédia dr. Barna Judit	9-12 Endokrinológia dr. Tobisch Borbála	8-14 dr. Sebestyén Szilvia 8-17 dr. Székely Judit 8-19 Várhegyi, Kabai, váltott rendelés	8-12 Gasztroenterológia dr. Micskegy Éva			9-12 Bőrgyógyászat dr. Rutkai Krisztina	8-11 Pulmonológia dr. Madarasi Anna	8-14 Allergológia dr. Kalmár Agnes új ép. I. e., mellék: 3154	

A FELNŐTTKORÚAK EGÉSZSÉGÜGYI ALAPELLÁTÁSA

Az egészségügyi alapellátás egyik legfontosabb résztvevője a háziorvos. A háziorvosok ismerik talán legjobban az ellátási igényeinket, hiszen hosszú, akár több évtizedes kapcsolat is fűzhet bennünket hozzájuk. Tudnak korábbi betegségeinkről, a beszélgetések során megismerik az életkörülményeinket, látják az egyes betegségek kockázati tényezőit, ismerik egészségi állapotunk alakulását, de még a bennünket befolyásoló külső körülményeket is – ezek az információk nagy segítséget nyújtanak számukra a megfelelő diagnózis felállításához, az éppen aktuális segítség megadásához. A háziorvosok tudják, hogy a szakmai munka mellett fontos az emberi segítségnyújtás, a panaszok odafigyelő meghallgatása, a gyakorlati tanácsadás is.

HÁZIORVOSI ELLÁTÁS

A bejelentkezés rendje. A háziorvosi rendelésekre általában időpontot kell kérni, így elkerülhetjük a hosszabb várakozási időt. Sürgős esetekben – ilyen egy rosszullet, magas láz, erős fájdalom stb. – soron kívül fogadnak a háziorvosok.

Receptfelírás. Lehetőség van a folyamatosan szedett gyógyszerekből háromhavi gyógyszeradagot felírni. Egy receptre egyszerre háromhavi mennyiséget vagy három külön receptre egyenként egyhavi adagot írnak fel a háziorvosok. A receptek érvényessége a kiállítás időpontjától számítva három hónap. (Tehát nem kell egyszerre a háromhavi adagot kiváltani és kifizetni, de erre is van lehetőség.)



A gyógyászati segédeszközök, például a pelenkák, az inzulin beadásához szükséges tűk, tesztcsíkok, kötőanyagok stb. receptjei egy hónapig érvényesek, de egy receptre a háromhavi mennyiség egyszerre is felírható. Ha a havonkénti kiváltás mellett dönt a beteg, minden hónapban új receptet kell íratnia az orvossal. A receptet kiállító, aláíró orvos

mindenkor felelős a recept tartalmáért, ezért látatlanban, telefonos bemondás alapján nem írható fel recept. A háziorvosnak az Egészségügyi Elektromos Szolgáltató Térhez (EESZT) történő számítógépes kapcsolódása lehetővé teszi, hogy a beteg papírformájú recept nélkül bármelyik gyógyszertárban kiválthassa a háziorvosa által felírt gyógyszerét, amelyik szintén csatlakozott az EESZT-hez. Ehhez chipes személyigazolvánnyal vagy hagyományos személyigazolvánnyal és lakcímkártyával kell igazolnia magát. A beteg csak a saját gyógyszerét kaphatja meg az EESZT-n keresztül, ha másnak, például fekvőbeteg részére visz gyógyszert, azt csak papíralapú vényre adhatják ki a gyógyszertárak.

Házhoz hívás. Ágyban fekvő, rosszul lévő beteghez minden reggel 8.00 és 10.00 óra között a rendelőben lehet háziorvost hívni. A telefont felvevő orvos vagy asszisztens egy hívófüzetben rögzíti a háznál látogatást kérő beteg adatait, panaszait. A házhoz hívást csak azok kérhetik, akik egészségi állapotuk miatt

nem képesek elmenni a rendelőbe, kényelmi indokkal tehát nem lehet lakásra hívni az orvost. A háziorvos a hívástól számított 24 órán belül kimegy a beteghez; ha sürgős segítségre van szükség (például hirtelen eszméletvesztés, fulladás, nagyon erős fájdalom stb. esetén), azonnal mentőt kell hívni a 104-es vagy a 112-es telefonszámon!

Beutalási rendszer. Amennyiben a beteg panaszai alapján az orvos további vizsgálatok (labor, röntgen, ultrahang, szakorvosi konzílium) mellett dönt, beutalót ad neki. Bizonyos gyógyszerek emelt támogatású felírásához a háziorvosnak szakorvosi javaslatot kell kérnie, és ehhez is beutalót ír a megfelelő szakrendelésre. A beutaló birtokában időpontot kell kérni a szakrendelőben, ahol majd fogadják a beteget.

Beutaló nélkül kereshető fel:

- szemészeti,
- fül-orr-gégészeti,
- nőgyógyászati,
- urológiai,
- sebészeti,
- bőrgyógyászati,
- traumatológiai szakrendelés.



Ezekon a szakrendeléseken is előzetes bejelentkezésre van szükség.

Táppénz. Általában a háziorvos tarthatja betegállományban a munkaképtelen beteget (vannak kivételek: például a területileg illetékes pszichiátriai gondozó, reumatológiai szakrendelő is felvehet beteget táppénzbe). Fontos, hogy keresőképtelenség esetén már az első 48 órában jelentkezünk a rendelőben, mivel a háziorvosok visszamenőleg nem tudják igazolni a betegállományt. Ilyenkor egy felülvizsgáló főorvosi bizottság igazolja az utólagos betegállományba vétel jogosultságát.

A háziorvosi rendelők és a háziorvosok rendelési ideje, telefonszáma

Cím: 1126 Budapest, Beethoven utca 8.

dr. Árkó Emőke (+36 1 212 6639)

hétfő, szerda 16.00–20.00, kedd, csütörtök 8.00–12.00, pénteken változó

dr. Vajda Ágota (+ 36 1 201 1610)

hétfő, szerda 8.00–12.00, kedd, csütörtök 16.00–20.00, pénteken változó

dr. Balogh Andrea, helyettese: dr. Holvay Endre (+36 1 201 2470)

hétfő, szerda 16.00–19.00, kedd, csütörtök 8.00–12.00, pénteken változó

dr. Síró István (+36 1 212 6640)

hétfő, szerda 8.00–12.00, kedd, csütörtök 16.00–20.00, pénteken változó

Cím: 1126 Budapest, Kiss János altábornagy utca 38.

(páros évben fordítva rendelnek)

dr. Rezessy Bálint (+36 1 375 2084)

hétfő, szerda 16.00–19.00, kedd, csütörtök 8.00–12.00, pénteken változó

dr. Tessényi Ildikó (+36 1 201 5401)

hétfő, szerda 8.00–12.00, kedd, csütörtök 16.00–19.00, pénteken változó

dr. Komáromi Zoltán (+36 1 202 3006)

hétfő, szerda 16.00–19.00, kedd, csütörtök 8.00–12.00, pénteken változó

dr. Hufnágli Ágnes (+36 30 521 2177)

hétfő, szerda 8.00–12.00, kedd, csütörtök 16.00–19.00, pénteken változó

Cím: 1126 Budapest, Fodor utca 2/c

dr. Szolnoki Lajos (+36 1 214 8233)

hétfő, szerda 16.00–20.00, kedd, csütörtök 8.00–12.00, péntek 16.00–20.00

dr. Lehel István (+36 1 201 0308)

hétfő, szerda 7.30–12.00, kedd, csütörtök 16.00–19.00, péntek 7.30–11.00

dr. Büky Vera (+36 1 356 0330)

hétfő, szerda 16.00–20.00, kedd, csütörtök 8.00–12.00, péntek 16.00–20.00

Cím: 1121 Budapest, Normafa út 4.

dr. Varró Sándor (+36 1 275 4853)

hétfő, szerda 8.00–12.00, kedd, csütörtök 15.00–19.00, páros hét péntek 9.00–12.00, páratlan hét péntek 15.00–18.00

dr. Gál József (+36 1 275 4854)

hétfő, szerda 8.00–12.00, kedd, csütörtök 15.00–19.00, páros hét péntek 9.00–12.00, páratlan hét péntek 15.00–18.00

dr. Csalay László (+36 1 275 4855)

hétfő, szerda 15.00–19.00, kedd, csütörtök 9.00–13.00, páros hét péntek 15.00–18.00, páratlan hét péntek 9.00–12.00

dr. Beneda Attila, helyettese: dr. Kenéz Anna (+36 1 275 4851)

hétfő, szerda 15.00–19.00, kedd, csütörtök 9.00–13.00, páros hét péntek 15.00–18.00, páratlan hét péntek 9.00–12.00

Cím: 1121 Budapest, Rácz Aladár út 5.

dr. Szánthó Dorottya (+36 1 249 2870)

hétfő, szerda 15.00–19.00, kedd, csütörtök 8.00–12.00, páros hét péntek 15.00–19.00, páratlan hét péntek 8.00–12.00

dr. Palócz Erzsébet (+36 1 249 0034)

hétfő, szerda 8.00–12.00, kedd, csütörtök 15.00–19.00, pénteken változó

Cím: 1126 Budapest, Ugozca utca 6/b

dr. Ujfalussy Judit (+36 1 356 4495)

hétfő, szerda 16.00–20.00, kedd, csütörtök 8.00–12.00, pénteken változó

dr. Várhegyi Krisztina, helyettese: dr. Koncsol Zsófia (+36 1 212 7364)

hétfő, szerda 8.00–12.00, kedd, csütörtök 14.00–18.00, pénteken változó

dr. Fehér Katalin (+36 1 201 4649)

hétfő 13.00–17.00, szerda 15.00–19.00, kedd, csütörtök 9.00–13.00, páros hét péntek 10.00–13.00, páratlan hét péntek 15.30–18.30

Cím: 1126 Budapest, Zugligeti út 60.

dr. Jankó Zsuzsanna (+36 1 394 5921)

hétfő, szerda 8.00–12.00, kedd, csütörtök 16.00–20.00, pénteken változó

dr. Tulipánt Katalin (+36 1 394 5932)

hétfő, szerda 8.00–12.00, kedd, csütörtök 14.00–18.00, péntek 8.00–12.00

dr. Török Katalin (+36 1 200 5812)

hétfő, szerda 16.00–20.00, kedd, csütörtök 8.00–12.00, pénteken változó

Cím: 1126 Budapest, Böszörményi út 20–22.

dr. Moldován Erzsébet (+36 1 355 2993)

hétfő, szerda 8.00–12.00, kedd, csütörtök 15.00–19.00, páros hét péntek 15.00–19.00, páratlan hét péntek 8.00–12.00

dr. Kenyeres Zsuzsanna (+36 1 355 3364)

hétfő, szerda 8.00–12.30, kedd 15.00–19.00, csütörtök 15.00–18.00, páros hét péntek 15.00–19.00, páratlan hét péntek 8.00–12.00

dr. Turnai Diana (+36 1 355 3018)

hétfő, szerda 16.00–19.00, kedd, csütörtök 8.00–12.00, páros hét péntek 8.00–12.00, páratlan hét péntek 16.00–19.00

dr. Jakab Zita (+36 1 355 3084)

hétfő, szerda 16.00–19.00, kedd, csütörtök 8.00–12.00, páros hét péntek 8.00–12.00, páratlan hét péntek 16.00–19.00

KÖZPONTI HÁZIORVOSI ÜGYELET |||||

A Hegyvidéken élő felnőttek központi háziorvosi ügyeleti ellátása a 1122 Budapest, Városmajor utca 33. szám alatti rendelőben, valamint hívásra, a kerület közigazgatási határán belül, a beteg otthonában történik. Az ügyeleti szolgálatot a 14. életévüket betöltő betegek vehetik igénybe.

Az ügyeleti ellátást biztosító egészségügyi szolgálat járóbeteg-rendelést csak a háziorvosi rendelési időn kívül végez, amelynek ügyeleti rendje:

- hétfőtől péntekig 00.00–8.00, 12.00–16.00 és 20.00–24.00,
- heti pihenő- és munkaszüneti napokon folyamatosan 24 órán.

A kivonuló fekvőbeteg-ügyeleti ellátás rendje: munka-, heti pihenő- és munkaszüneti napokon egyaránt 24 órás, folyamatos ellátás.

Központi Háziorvosi Ügyelet

Cím: 1122 Budapest, Városmajor utca 33. • Telefon: +36 1 212 6636

Rendelési idő: mindennap 24 órán keresztül

■■■ Dr. Török Katalin háziorvos tanácsai

A leggyakoribb krónikus betegségek folyamatos kezelést, a beteg részéről felelős odafigyelést, az orvostól szakmai gondozást igényelnek.

Magas vérnyomás. A 60 év feletti felnőttek kétharmadának magas a vérnyomása, azaz meghaladja a 140/90 Hgmm-t. A magas vérnyomás normál értékre történő gyógyszeres kezelésének célja a szövődményeknek, a szívinfarktusnak, az agyvérzésnek, a következményes bénulásnak, a veseelégtelenségnek, a végtagi érszűkület kialakulásának a megelőzése. Aki gyógyszert szed magas vérnyomás csökkentésére, hetente három-négy alkalommal könyökmérővel mérje meg a vérnyomását. Amennyiben 140/90 Hgmm feletti vagy 110 Hgmm alatti értékeket mér, konzultáljon orvosával!

Időskori cukorbetegség. A felnőttek 10%-a cukorbeteg. Az elhízás emeli a cukorbetegség előfordulási gyakoriságát. A cukorbeteg gyógyszereinek beállítása fegyelmezett étrend, megfelelő mozgás mellett a rendszeresen beszedett gyógyszerekkel lehetséges. A vércukorértéket éhgyomorral és étkezés után két órával legalább kétszer egy héten ellenőrizze otthon a cukorbeteg. Amennyiben az éhgyomri érték nem haladja meg az 5,6 mmol/l-t, az étkezés utáni érték pedig a 7,8 mmol/l-t, a beállítás ideális. Nem inzulinnal kezelt betegnek ritkán alacsony a vércukorszintje, de ha 4 mmol/l alatti értéket mér, soron kívül beszéljen a háziorvosával!

Elhízás. A magyar felnőtt lakosság 60%-a túlsúlyos. Az elhízás magas vérnyomásra, cukorbetegsége, az ízületi kopás súlyosabb, hamarabb jelentkező formájára, az érlemeszedési folyamat felgyorsulására hajlamosít. Aki egészséges idős emberként szeretne élni, feltétlenül törekedjen a normális testsúly megtartására!

Depresszív szindrómák. A depresszió, a kiégés civilizációs ártalom, gyakori és legtöbbször átmeneti állapot. A változatos életvitel, a rendszeres sportolás (hetente minimum 3 óra ajánlott!), a kiegyensúlyozott szakmai és magánélet, a megfelelő mennyiségű és minőségű alvás megvédi a depressziótól. A tünetek – reggeli fáradtság, közöny, indítékszegénység stb. – jelentkezésekor elsőként a családorvossal érdemes konzultálni.



|||||| FOGÁSZATI ALAPELLÁTÁS

A felnőttkorúak fogorvosi alapellátása a XII. és az I. kerület által közösen fenntartott I., Mészáros utca 10. alatti rendelőkben, valamint az Észak-Közép-budai Centrum, Új Szent János Kórház és Szakrendelő (1125 Budapest, Diós árok 1-3.) X. épületében működő fogászaton vehető igénybe. A Hegyvidéki Önkormányzat hozzájárulásának köszönhetően mindkét helyen korszerű berendezések és kulturált körülmények fogadják a betegeket.

A Mészáros utcában mindhárom rendelőben található fogászati kisröntgen, továbbá az ott dolgozó fogorvosok közösen, térítési díj ellenében használhatnak egy rendkívül korszerű, digitális panorámaröntgént. Röntgenvizsgálatra a felnőtt háziorvosok is beutalót adhatnak, amennyiben gócvizsgálatra van szükség. A fogászati ellátások beutaló nélkül vehetők igénybe.



A Nemzeti Egészségbiztosítási Alapkezelő (NEAK) által finanszírozott, felnőttek által igénybe vehető fogorvosi szolgáltatók területi ellátási kötelezettséggel dolgoznak, azaz a számukra kijelölt körzetben élőket kötelesek fogadni. Ez azonban nem azt jelenti, hogy kapacitásaik függvényében ne láthatnának el más körzetekből érkező betegeket is.

Panorámaröntgen

(NEAK által finanszírozott, a Hegyvidéken élőknek beutaló ellenében ingyenes!)

Szolgáltató neve: Buda Center Dent Kft.

Cím: **1013 Budapest, Roham utca 8.** • Telefon: **+36 1 486 3532**

Rendelési idő: **hétfő, szerda: 14.00–18.00, kedd, csütörtök 9.00–12.00, péntek 9.00–12.00**

Fogorvosi alapellátás a kerületben élők számára

Cím: **1016 Budapest, Mészáros utca 10.**

dr. Erdélyi Katalin (+36 1 202 2546)

hétfő, szerda 14.00–20.00, kedd, csütörtök 8.00–14.00, pénteken változó

dr. Kiss Andrea (+36 1 202 3164)

hétfő, szerda 8.00–14.00, kedd, csütörtök 14.00–20.00, pénteken változó

dr. Kovács Viola (+36 1 202 5212)

hétfő, szerda 14.00–20.00, kedd, csütörtök 8.00–14.00, pénteken változó

dr. Szabady Norbert (+36 1 202 3690)

hétfő, szerda 8.00–14.00, kedd, csütörtök 14.00–20.00, pénteken változó

dr. Szabó András (+36 1 202 0332)

hétfő, szerda 8.00–14.00, kedd, csütörtök 14.00–20.00, pénteken változó

dr. Fritz Olga, helyettese: **dr. Timár Luca** (+36 1 202 0332)

hétfő 14.00–20.00 (dr. Fritz Olga), kedd 8.00–14.00 (dr. Fritz Olga), szerda 14.00–20.00 (dr. Timár Luca), csütörtök 8.00–14.00 (dr. Timár Luca), pénteken változó (dr. Fritz Olga)

Cím: 1125 Budapest, Diós árok 1–3.

(Észak-Közép budai Centrum, Új Szent János Kórház és Szakrendelő X. épület, I. emelet)

dr. Sólgyos Dóra (+36 1 458 4500)

hétfő, szerda 8.00–14.00, kedd, csütörtök 14.00–20.00, pénteken változó

dr. Vitéz Anita (+36 1 458 4500)

hétfő, szerda 14.00–20.00, kedd, csütörtök 8.00–14.00, pénteken változó

dr. Kotormán Gabriella (+36 1 458 4500)

hétfő, szerda 14.00–20.00, kedd, csütörtök 8.00–14.00, pénteken változó

dr. Baranyi Anna, helyettese: dr. Shabanlou Shabab (+36 1 458 4500)

hétfő, szerda 8.00–14.00, kedd, csütörtök 14.00–20.00, pénteken változó

Társadalombiztosítás (NEAK) által támogatott fogászati ellátás

Életkortól függetlenül támogatott fogászati ellátások:

- sürgősségi ellátás;
- szűrővizsgálat (meghatározott gyakorisággal, például 18 éves kor felett évente egyszer);
- szakorvosi beutaló alapján góckutatás és más alapbetegségekhez kapcsolódó fog- és szájbetegségek kezelése;
- fogmegtartó kezelés (amalgám és esztétikus fogtömés foganként és fogfelszínenként, gyökértömés foganként évente egyszer, ellátási esetenként gyökérkezelés);
- fogsebészeti ellátás;
- fogkő-eltávolítás;
- ínyelváltozások kezelése.

Életkortól/állapottól függően támogatott fogászati ellátások

A teljes körű fogászati alap- és szakellátás – a fogtechnikai költségek kivételével – az alábbi esetekben térítésmentes:

- 18 éves korig;
- 18 éves kor betöltését követően, a középiskola, szakképző iskola nappali tagozatán folytatott tanulmányok ideje alatt;
- a várandósság megállapításától a szülést követő 90 napig;
- 62 éves életkor felett.

FOGÁSZATI ALAPELLÁTÁS – SÜRGŐSSÉGI ELLÁTÁS

Sürgősségi esetekben a Mészáros utcai és az Észak-Közép-budai Centrum, Új Szent János Kórház és Szakrendelő X. épületében dolgozó fogorvosokhoz fordulhatunk a rendelési idejük alatt.

Rendelési időn túl (hétfőtől péntekig 20.00–8.00 óráig, szombaton, vasárnap és ünnepnapon 24 órán keresztül) ügyeletet ad:

Semmelweis Egyetem Fogászati és Szájsebészeti Oktató Intézet

Cím: 1088 Budapest, Szentkirályi utca 40. • Telefonszám: +36 1 317 6600

■■■ Dr. Szabó András XII. kerületi fogorvos tanácsai



Helyes fogápolás. Legalább naponta kétszer, de jobb, ha minden étkezés után alaposan fogat mos jó fogkefével, amelyet kb. két-havonta érdemes cserélni. Lehet használni szájöblítőket, szájzuhanyt és elektromos vagy ultrahangos fogtisztító eszközöket is.

Évente fogászati szűrés. Érdemes évente legalább egyszer felkeresnie fogorvosát, aki megvizsgálja, milyen állapotban van a fogazata, fogínye, szájnyálkahártyája, nyelve stb. Ezekon a vizsgálatokon kiszűrhetők a szájüregben előforduló rosszindulatú elváltozások is, amik a dohányosoknál sűrűbben jelentkezhetnek.

Fogkő-eltávolítás. Nagyon fontos beavatkozás, amit évente legalább egyszer el kell végezni. A fogakon lerakódó lepedékből, az úgynevezett plakkból alakul ki a fogkő, amitől a fogágy állandó gyulladásba kerülhet, és ez a fogazat elvesztéséhez vezethet. Modern, ultrahangos és polírozóeszközökkel a fogkő eltávolítható, a fogágy gyógyítható. A fogkő-eltávolítást a fogorvos és a dentálhigiénikus végzi, akik szájápolási tanácsokkal is ellátják.

Prevenció. A prevenció a legtöbb betegségnél a legfontosabb és a legköltséghatékonyabb feladat. Az évenkénti legalább egyszeri fogászati szűrés, a rendszeres fog- és szájápolás sokat segít ebben.

HEGYVIDÉKI OTTHONI SZAKÁPOLÁSI SZOLGÁLAT |||||

A Hegyvidéki Önkormányzat 1996-tól önként vállalt feladatként biztosítja az otthoni szakápolást. A Hegyvidéki Otthoni Szakápolási Szolgálat munkatársai folyamatos működésük alatt mintegy hatezer családnak tudtak segítséget nyújtani. A szolgálat hét állandó munkatárssal működik, a három szakápoló mellett három gyógytornász és egy fizioterápiás ellátást végző szakember gondoskodik a rászorulókról.

Az otthoni szakápolás igénybevételével a beteg megszokott otthoni környezetben több egészségügyi szakma segítségével, összehangolt munkájával gyógyul. Az ellátás akkor vehető igénybe, ha a beavatkozás kórházi ápolást vált ki, vagy rövidíti meg. Nem váltja ki a járóbeteg-szakellátást, csak fekvő- és segítségre szoruló betegek számára érhető el ingyenesen.

Mivel az otthoni szakápolás bizonyos feltételek mellett a fekvőbeteg-gyógyintézeti ellátást váltja ki, így annak részére, aki egészségi állapotánál fogva nem szorul fekvőbeteg-szakellátásra (például idősek otthonában él), nem rendelhető el otthoni szakápolás. A fekvőbeteg-gyógyintézeti ellátást kiváltó otthoni szakápolást a háziorvos a saját vagy a kezelőorvos kezdeményezésére, vagy intézeti javaslat alapján jogosult elrendelni. Az otthoni szakápolás időtartama alatt a beteg nem vehet igénybe más szolgáltatótól kórházat kiváltó ellátást vagy másik szakrendelésen ellátást.

Az otthoni szakápolás keretében a XII. kerületben elérhető szolgáltatások:

- infúziós terápia;
- krónikus fekélyek, műtét utáni sebek ellátása, felfekvések szakápolása;
- szondán át történő táplálás megtanítása;
- légszőkanül tisztítása, betétcseréjének megtanítása (légszőkanül: a bőrfelszínről a légcsőbe vezetett műanyag vagy fémcső, amely a levegő szabad áramlását biztosítja a tüdő felé);



- állandó katéter cseréje, rendszeres katéterezés;
- műtétek után és az önellátás korlátozottsága esetén a mozgás segítése;
- sztomaterápia – a vendégnyílás kezelése (vendégnyílás: a testfelszínen kialakított mesterséges nyílás, amely az élethez nélkülözhetetlen funkciókat biztosít);
- különböző drének ellátása (drén: a sebbe illesztett, folyadék vagy egyéb váladék elvezetését biztosító cső);
- gyógytorna, gyógyászati segédeszközök, protézisek használatának tanítása;
- mozgás és mozgatóeszközök használatának tanítása;
- hely- és helyzetváltoztatás tanítása;
- fizioterápia.

Hegyvidéki Otthoni Szakápolási Szolgálat

Cím: **1121 Budapest, Rácz Aladár út 5.** • Telefonszám: **+ 36 1 355 2183**

E-mail: h.o.szakapolas@gmail.com

Otthoni betegellátás: **hétfőtől péntekig 8.00–16.00**

Munkatársak:

Trembeczkiné Árkosy Tímea szolgálatvezető

Antal Tünde szakápoló

Steuer Róbert szakápoló

Lakyné Udvarhelyi Ágnes gyógytornász

Molnár Ágnes gyógytornász

Farkas Adél gyógytornász

Kövér Erika fizioterapeuta

A hospice a súlyos betegségük végstádiumában lévő, elsősorban daganatos betegek humánus, összetett ellátását jelenti több speciális szakemberről álló csoport segítségével. A Hegyvidéken a hospice-ban jártas orvosok, pszichológusok és szociális munkások segítik a végső stádiumba jutott embereket. A gyógyíthatatlan betegek számára nyújtott szolgáltatás – a háziorvos és a szakorvos együttes javaslatára – az otthoni szakápolással megegyező ellátásokra, de hosszabb időszakra is elrendelhető. A Hegyvidéken a Szent Rita otthonápolási szolgálat végez hospiceellátást.

A hospicetevékenység során a szakemberek különös figyelmet fordítanak a fájdalomcsillapításra. A beteg olyan gondoskodást kap, ami biztosítja, hogy lehetőség szerint ne romoljon az életminősége. A hospice célja, hogy emberhez méltó körülményeket biztosítson a beteg számára, aki így méltósággal járhatja végig utolsó útját. Ennek érdekében a gondoskodás a test kezelése mellett kiterjed a lélek ápolására, figyelembe véve a beteg szociális és spirituális igényeit. A hospice a hozzátartozókat is segíti a betegség alatt és a gyász idején.

Szent Rita Otthonápolási és Hospice Kft.

Cím: **1027 Budapest, Frankel Leó út 26.** • Telefonszám: **+36 1 350 8663** • Mobilszám: **+36 20 950 6395**
 E-mail: szt-rita@freemail.hu

Magyar Hospice Alapítvány

Cím: **1032 Budapest, Kenyeres utca 18–22.** • Telefonszám: **+36 1 250 5513, +36 1 388 7369**
 E-mail: info@hospicehaz.hu

SWISS PREMIUM
 EGÉSZSÉGKÖZPONT



Várjuk Egészségközpontunkban! Minden egy helyszínen a gyógyuláshoz!

Panaszos pácienseinket figyelemmel és körültekintéssel vezetjük a gyógyulás felé. Egészséges ügyfeleink többféle szűrővizsgálatból választhatnak.

Mit kínálunk pácienseinknek?

- ☑ Teljes körű járóbeteg-szakellátás
- ☑ Magasan képzett szakorvosok - Több éves tapasztalat, elkötelezettség
- ☑ Röntgen, ultrahang és mammográfia a helyszínen - Modern gépek, alacsony sugárterhelés
- ☑ Ügyfélkártyák - Egészségügyi gondoskodás akár az egész család számára
- ☑ Menedzserszűrések - Életkorra és nemre szabott vizsgálati sorok

Cím: **1123 Budapest, Nagyenyed u. 8-14.**
 Nyitvatartás: **hétköznap 8:00 – 20:00**
 Ügyfélszolgálat, előjegyzés: **+36 1 225 0566**





A MAGYAR REHABILITÁCIÓ FELLEGVÁRA

DR. CSERHÁTI PÉTER

AZ ORSZÁGOS ORVOSI REHABILITÁCIÓS
INTÉZET FŐIGAZGATÓJA

Az Országos Orvosi Rehabilitációs Intézet (OORI) tüdőkérházként működött a múltban, miként a Hegyvidék összes nagy erdei kórháza is. Százegy évvel ezelőtt tbc-s katonák részére alapították a József főhercegről elnevezett ispotályt, aztán ahogy csökkent a tüdőbetegek száma, úgy alakult át az intézet profilja. Dr. Cserhádi Péter főigazgató elmondása szerint hosszú út vezetett el a jelenlegi körülményekig.

Hogyan alakult ki az Országos Orvosi Rehabilitációs Intézet mai profilja?

Az intézmény a második világháború után két évig szovjet hadikórházként működött, majd újra tüdőbetegek gyógyítása folyt itt. Később, amikor csökkent a tbc-sek száma, a rehabilitáció került előtérbe. Önálló osztályok alakultak a gerincferdüléses, a bémúlt, a mozgásszervi, az agysérüléses, az amputált betegek számára. Az intézet a kilencvenes évekre a magyar rehabilitáció fellegvára lett. Itt indult meg a rehabilitációs szakorvosi képzés, itt született meg a rehabilitációs társaság. Jelenleg 422 ágygal rendelkezünk, közel 60 ágyon végzünk nappali ellátást részben mozgásszervi könnyebb sérültek, részben pszichiátriai betegek számára.

Sokrétű feladatot lát el az intézet, sokszor speciális kihívásoknak is meg kell felelnie.

Valóban, hiszen nálunk nemcsak a rutin rehabilitációs kezeléseket folynak, hanem országos feladatokat is ellátunk. Sok olyan speciális beteg gyógyul nálunk, akinek az ellátása a mi feladatunk. Van külön gerincvelősérült-, agysérült- és stroke-rehabilitációs osztályunk. A szeptikus rehabilitációs osztályon a különböző okok miatt szükséges amputációkat, csonkolásokat, végtagmegtartó műtéteket és konzervatív kezeléseket végezzük. Természetesen van egy amputációs rehabilitációs osztályunk is. Nagyon fontos a szerepe a mozgás- és fizioterápiának. Gyógytornászaink speciális eszközökkel dolgoznak. Hidroterapeutáink sokszor bűváruhában végzik a terápiás foglalkozásokat a medencékben. Van nálunk sportterápia, foglalkozásterápia, hiszen például betegeinket fel kell készíteni a kerekesszékes életre és az önellátásra. Hozzáink kerülnek korai rehabilitációra a vegetatív állapotú éber kómás betegek, akiknél van esély arra, hogy ez a státusz még javul. Velük is folyamatosan foglalkoznak terapeutáink. Nemrég hoztuk létre a robot-asszisztált rehabilitációs részlegünket. Lesz olyan járógépünk – most kapjuk meg az első ilyen negyvenmillióes készüléket –, amivel a harántbémúltak, a teljesen járóképtelenek esetében is meg lehet majd próbálni a függőleges járást. Az intézet – a Semmelweis Egyetemmel és a Pécsi Tudományegyetemmel együttműködve – olyan kutatásokat is végez, amik a szakma előmenetelét szolgálják. Amennyiben

ezek a módszerek valóban hatékonyak bizonyulnak, akkor ezeket el lehet, sőt el is kell terjeszteni az egész országban.

A betegek érdekében tehát a legújabb fejlesztéseket is alkalmazzák. Milyen fejlesztések történtek az intézet életében, és mi várható a közeljövőben?

Ez egy százéves intézet, ahol régen külön álló pavilonokban folyt az ellátás, ami azonban már nem felelt meg a korszerű, betegközpontú intézmény követelményeinek. Nemrég fejeződött be egy még 2000-ben kezdődő beruházás, ennek eredményeként hat egymással összekötött épületszárny jött létre, összesen bruttó 34 ezer négyzetméteren, korszerű, digitális működtető rendszerrel. Emellett az utóbbi években jó néhány pavilon felújításának is nekiláttunk. Kialakítottuk a nappali kórházunkat, a nővérszállót, létrehoztuk a már említett amputációs rehabilitációs osztályt és azt a speciális osztályt húsz ágygal, ahol a tartós kómában fekvő betegeket kezeljük. S hogy mi várható? Az informatikában nekünk is tartanunk kell a lépést. A számítógépeink elavultak; most zajlik több ezer gép, a szerverek, monitorok, nyomtatók cseréje. Az Egészséges Budapest Program révén egységes informatikai eszközpark jöhet létre a fővárosi kórházakban, ami megkönnyíti majd az egymással való kommunikálást.

Milyen a kapcsolatuk a Hegyvidéki Önkormányzattal?

Az önkormányzattal és tágabban a tizenkettedik kerülettel is jó a kapcsolatunk. A Szent János Kórházban sokszor segítenek nekünk, ha olyan probléma adódik, amit sürgősségi ellátás keretében kell megoldanunk, és mi is nagy számban veszünk át betegeket onnan. Az önkormányzat mindig nagyon korrekt a felújításokkal kapcsolatos építkezések engedélyeztetésénél. Mi, itt az OORI-ban, az akadálymentesítés élharcosai vagyunk, természetesen a betegek érdekeire is gondolva. A közlekedés megszervezése ugyancsak az önkormányzat segítségével történik a környékünkön. Nemrégiben nagyon érdekes együttműködés született: a nappali kórházunk konferenciatermét a hegyvidéki művészek Gadányi Alapítványa felújította és alkalmassá tette tárlatok szervezésére. A Gadányi Jenő-teremmel a XII. kerület egyik kiállítóhelye lettünk. S még egy fontos dolog! Rendszeresen megfordulnak nálunk táborozó gyerekek, úszóiskolások, egyebek közt a kerületből is. Ez mindkét félnek hasznos és tanulságos. A fiatalok találkoznak kerekesszékes, amputált, mozgásukban akadályozott emberekkel, a betegek pedig megszokják, hogy egészségesek között vannak, és így könnyebben tudnak visszatérni a társadalomba, amelyben a többség másképpen néz ki, mint ők.



HEGYVIDÉKI BETEGIRÁNYÍTÁSI RENDSZER

A Hegyvidéki Önkormányzat kiemelt feladatának tartja a kerületi egészségügyi alapellátás fejlesztését. A 2016-ban elindított Hegyvidéki Rendelőfelújítási Program keretében 2020-ig megújul(t) valamennyi háziorvosi, házi gyermekorvosi és védőnői ellátást nyújtó rendelő. *(Bővebben: 15–16. oldal.)*



Az építészeti átalakítás mellett szükségessé vált az orvosi rendelés hatékonyabb ütemezése, a várakozási idő csökkentése, az időpontra történő előjegyzési lehetőség bővítése. Ezért az önkormányzat 2018. április 16-tól bevezette a Hegyvidéki Betegirányítási Rendszert, első lépésként a Böszörményi út 20. szám alatti rendelőben, a háziorvosi, a házi gyermekorvosi és a védőnői ellátás területén.

A programban érintett nyolc orvossal, egészségügyi szakszeméllyzettel egyeztetve, sajátos szakmai szempontjaikat is figyelembe véve mind a gyermekrendelésen, az egészséges gyerekek tanácsadásán, mind pedig a felnőtteket ellátó rendeléseken működik az új rendszer.

Internetes regisztrációra és időpontfoglalásra a <https://eugyintezes.hegyvidek.hu/> weboldalon van lehetőség. Amennyiben valaki nem az interneten foglal időpontot, akkor azt a betegirányítási iroda +36 1 224 0294-es telefonszámán teheti meg.

A Hegyvidéki Önkormányzat a betegirányítási rendszer bővítését tervezi 2020-tól a további, már felújított háziorvosi és házi gyermekorvosi rendelőekben.

PREVENCIÓS PROGRAMOK FELNŐTTEKNEK ÉS CSALÁDOKNAK

EGÉSZSÉGES HEGYVIDÉK PROGRAM

(Az aktuális programok időpontjáról és az ezekre történő jelentkezésről a www.egeszsegeshegyvidek.hu weboldalon lehet információhoz jutni.)



ÚJRAÉLESZTÉSI TANFOLYAM

Magyarországon évente több mint huszonötezer – naponta körülbelül hetven – ember hal meg hirtelen szívhalál következtében. Az első percekben még visszafordítható az állapot, ezért fontos az újraélesztés mielőbbi megkezdése. A hirtelen halál tünete az eszmélet elvesztése, a pulzus, a légzés azonnali leállása. A túlélés érdekében a szívét működtető elektromos hálózat rendellenes működését kell helyreállítani egy elektromos sokkot előidéző készülék, a defibrillátor segítségével. A XII. kerületben nyolc Életmentő Pont (<https://www.hegyvidek.hu/élet-hegyvideken/egeszsegugy/életmento-pontok>) található.

A defibrillátorok hirtelen keringésleállás esetén életet menthetnek. A gyors beavatkozás ilyen helyzetekben különösen fontos, mivel minden segítség nélkül eltelt perccel 10%-kal csökken az életesély.

A Hegyvidéken élők részére indított újraélesztési tanfolyam célja, hogy minél több civil ember ismerje meg a hirtelen halállal járó tüneteket, és a mindennapokban bátran merje használni a defibrillátort.



„SZÍVSN A KERINGÉSI BETEGSÉGEK MEGELŐZÉSÉÉRT” MOZGALOM

A Hegyvidéki Önkormányzat 2012-től minden évben elindítja ezt a preventív programot a kerületben élő felnőttek részére, amellyel megelőzhető a keringési betegségek kialakulása, és lehetővé válik a már fennálló betegségek mielőbbi kezelésének megkezdése a kialakított, stabil betegút segítségével. Az elmúlt évekhez hasonlóan a SZÍVSN Országos Betegegyesülettel és a Semmelweis Egyetem városmajori klinikájával együttműködve biztosítanak rizikófaktor-szűréseket (vérnyomás-, vércukor- és koleszterinmérés, valamint EKG – két pozitív érték esetén további vizsgálatok történnek). 2018. szeptember 1-jétől, Magyarországon először, a rizikófaktor-szűrések mellett a nyaki ütőér-, a hasi aortatágulat- és a Doppler-vizsgálat is elérhető lett. A szűrésekre olyan 50–65 év közötti embereket várnak, akiket más intézményben nem kezelnek kardiológiai és érproblémákkal. A szűrések eredménye az értékelések után átvehető.

||||||| KISMAMATORNA

A Hegyvidéki Önkormányzat támogatásával 2013 óta működik ez a preventív program, amellyel a kerületben élő kismamák óvni tudják saját és születendő gyermekük egészségét. A kismamák térítésmentesen vehetnek részt a tornán a Jaczó Zsuzsanna Tornastúdióban. A terhességgel járó hormonális, statikai és súlyváltozások okozta panaszok – ízületi fájdalmak, derékfájás, vizesedés, fáradékonyság – rendszeres, célzott tornagyakorlatokkal elkerülhetők, csökkenthetők. A kismamatorna elsődleges preventív az anya és születendő gyermeke egészsége érdekében, megkönnyíti a vajúrást, és megelőzi a későbbi panaszokat. Az érdeklődők a területileg illetékes védőnőtől kaphatnak részletes információkat a programról.



||||||| OTTHONÁPOLÁS A GYAKORLATBAN

Sok olyan ember is kórházba kerül, akinek az ellátása minimális tárgyi tudással és szerető családi háttérrel komfortosabban megoldható lenne az otthonában. Gyakran maguk a betegek és a családtagok is azt szeretnék, hogy ez így történjen, de nem ismerik az első lépéshez szükséges gyakorlati tudnivalókat. Éppen ezért segítő, támogató, rehabilitációs célokkal a Budapesti Szent Ferenc Kórház – a Hegyvidéki Önkormányzattal együttműködve – új egészségügyi programot indított a kerületben élő családoknak. A gyakorlatra fókuszáló oktatás tematikája: 1. betegemelés technikái, technikai eszközök, 2. pelenkázás, 3. toalett-segédeszközök használata.

||||||| EGÉSZSÉGNAP

A Hegyvidéki Önkormányzat évente kétszer szervez egészségnapot. A Hegyvidéki Napok (2003-tól) és a Gesztenyenap (1997-től) részeként megtartott, ingyenesen látogatható rendezvényeken az érdeklődők átfogó képet kaphatnak egészségi állapotukról. Orvosok, védőnők és más egészségügyi szakemberek,



egészségügyi szolgáltatók szűrővizsgálatokkal és tanácsadásokkal várják a látogatókat. Az egészségnapokon alkalmanként több mint 1000-en vesznek részt, a szakemberek közel 2000 szűrést végeznek el. Néhány éve már a gyerekek részére is szerveznek különböző szűréseket a szakemberek.

PREVENCIÓS SZŪRŐSZOMBAT |||||

A Hegyvidéken élők ingyenesen vehetnek részt a Hegyvidéki Önkormányzat támogatásával és a Szent János Kórház közreműködésével 2011 óta évente nyolc alkalommal megrendezett prevenciós szűrőszombatokon. Az elmúlt években több ezren jelentek meg a szűrővizsgálatokon a kórházban. A vizsgálatokon kiszűrt betegek további járó- vagy fekvőbeteg-ellátását úgyszintén a János kórház biztosítja, így a követhető betegutak jelentős szerepet játszanak a gyógyításban és a gondozásban.

HEGYVIDÉKI SZABADEGYETEM |||||

A 2005 óta zajló, 2018 óta a Hegyvidéki Kulturális Szalonban rendezett Egészségesen a Hegyvidéken – Szabadegyetem évente nyolc előadással várja az érdeklődőket. Az előadók célja, hogy közérthetően, ugyanakkor tudományos igénygel ismertessék a különböző betegségek megelőzésének egyéni és társadalmi lehetőségeit. A program az egészségpolitika elsődleges feladatát népszerűsíti: az egészség megőrzését, fenntartását, valamint az egészségközpontú szemlélet és gondolkodásmód kialakítását.



FEJLESZTÉSI TERVEK AZ ONKOLÓGIAI INTÉZETBEN

PROF. DR. POLGÁR CSABA

AZ ORSZÁGOS ONKOLÓGIAI INTÉZET

FŐIGAZGATÓJA

1953 óta működik a Ráth György utcában az Országos Onkológiai Intézet, ahol valamennyi daganattípus gyógyításával foglalkoznak a szakemberek. A legmodernebb orvosi technikákat alkalmazó intézmény egyúttal a hazai tüdő-transzplantáció központja, eredményességi mutatói alapján nemzetközi szinten is élvonalba tartozik. Prof. dr. Polgár Csaba főigazgatóval beszélgettünk.

Milyen feladatokat lát el az Országos Onkológiai Intézet?

Országos intézmény vagyunk, Magyarországon a legmagasabb progresszivitási szinten lévő és egyetlen komprehzív rákközpont. Ezenkívül oktatási központ, amely vezető helyet foglal el a klinikai és transzlációs kutatásban. Azt, hogy mennyire fontos munkát végzünk, a számok is alátámasztják. Évente 16 ezer fekvőbeteget látunk el 438 ágyon, körülbelül hússzezer kúraszerű ellátást végzünk, az ambuláns beteg-orvos találkozások száma meghaladja a félmilliót. Mindhárom fő modalitásban, a daganatsebészetben, a gyógyszeres kezelésben és a sugárterápiában is csúcstechnológiát alkalmazunk. Hat kutatóosztály, tíz klinikai osztály és négy diagnosztikus osztály mellett nálunk van a Semmelweis Egyetem két külső tanszéke. A mellkassebészeti tanszéket Rényi-Vámos Ferenc vezeti, az onkológiai tanszék irányítását pedig nekem adta át Kásler

Miklós professzor úr. Feladatunk még a Nemzeti Rákregiszter működtetése, amely pontos statisztikákat szolgáltat a betegségek számának alakulásáról és a halálzási adatokról. Tartjuk a kapcsolatot a betegszervezetekkel, otthont adunk a Magyar Rákellenes Liga rendezvényeinek, akcióinak.

Hogyan változott az utóbbi években a daganatos betegségek gyakorisága?

Magyarországon, ha nem számítjuk a nem melanomatípusú bőrdaganatokat, évente 76 ezer új rosszindulatú daganatos beteget regisztrálnak. Az összes közepesen fejlett és fejlett európai országhoz hasonlóan ez a szám lassú emelkedést mutat. Ennek egyik oka az élettartam kitolódása, és arányaiban is több az idős ember, a daganatos betegségek pedig jórészt őket érintik. A másik tényező, hogy egyéb betegségekkel szemben hatékonyabbá vált a védekezés, gondolok itt a fertőzésekre, a kardiológiai betegségekre, ezért ezek a kórképek kevésbé járnak korai halálzással. A lassan növekvő gyakoriság ellenére a halálzási 32-33 ezres szinten stagnál az elmúlt nyolc-tíz évben, vagyis a diagnosztizált daganatos betegek gyógyulási esélye 10-12 százalékkal javult az utóbbi tíz esztendőben.

Őnök nem csak rákgyógyítással foglalkoznak.

Kásler professzor vezetésével 2015-ben, a Semmelweis Egyetemmel együttműködve, elindítottuk az

országos tüdő-transzplantációs programot. Ma már a Ráth György utcában végezzük a magyar betegek tüdő-transzplantációját, korábban ezért Bécsig kellett elmenni. Tavaly huszonhat transzplantáció történt, ami nemzetközi szinten is számottevő, az eredményességi mutatóink pedig elérik a legfejlettebb egészségügyi ellátást biztosító országok szintjét.

Milyen fejlesztések történtek az utóbbi években?

2012-ben vehettük át az új daganatsebészeti központot, amelyet hatmilliárd forintos költségvetéssel, európai uniós forrásokból sikerült megvalósítani. Egy másik uniós program keretében az összes régi épület újraszigetelése és burkolása is megtörtént, valamint részben napelemes energiaszolgáltatásra álltunk át. 2017-ben befejeződött a sugárterápiás géppark cseréjének első üteme. Három új lineáris gyorsítót kaptunk, valamint a létező legmodernebb CyberKnife (kiberkés) rendszerbe állítására is sor kerülhetett. Ez egy olyan robotkaros besugárzó készülék, ami képes követni a légzőmozgásokat, így a sugárnyaláb együtt mozog a daganattal.

Mik a közeljövő tervei?

Még 2019-ben szeretnénk elindítani a fej-nyak sebészeti osztály felújítását, ennek költségét saját forrásainkból fedezzük. Emellett a kormány a határon túli magyarok számára is elérhetővé tenné

a tüdő-transzplantációt, ezért 2,5 milliárd forintból fejleszthetjük a mellkasi központot, a többi között három új műtő létesülhet. Az Egészséges Budapest Programon belül műszerbeszerzések várhatók, két további besugárzó gép cseréjével a teljes géppark megújulhat. Van egy komoly, tízmilliárdos projektünk, a Gyógyfű utcai oldalon egynapos diagnosztikai tömb jön majd létre. Az 5500 négyzetméteres, négyemeletes épületben koncentrálódna a daganatdiagnosztika, ezzel jelentősen rövidül a betegút, hiszen a vizsgálatokat azonnal el tudjuk végezni.

Főigazgatóként milyen célokat tűzött ki maga elé?

– Nagyon régi a kapcsolatam az intézettel, hiszen az egyetem elvégzése után, 1993-ban rögtön ide kerültem. 2009-ben lettem a sugárterápiás osztály vezetője, 2013 óta főigazgató-helyettesként dolgoztam, 2015-től a Semmelweis Egyetem Onkológiai Tanszékének vezetését is ellátom. Kásler Miklós 2018-ban vette át az EMMI vezetését, ezt követően kaptam meg tőle a főigazgatói megbízást. Egy olyan intézmény élére kerültem, amit nemzetközi szinten a legjobbak között tartanak számon. Ennek fenntartása, továbbvitele az egyik célom. Talán még nagyobb kihívás, hogy a Nemzeti Rákellenes Program keretében 2030-ra elérjük a halálzási arányszámok csökkenését. Ez az egész társadalom közös sikere lenne.



CSALÁDVÉDELMI SZOLGÁLAT

Az érintettek főként családvédelmi, családgondozási kérdésekben fordulhatnak a Családvédelmi Szolgálathoz, amely az illetékes Népegészségügyi Osztály (lásd: 105. oldal) keretei közt működik. A diplomás védőnő(k) a nem kívánt terhesség megelőzésével és a családtervezéssel kapcsolatos kérdésekről is tanácsokat ad(nak). A tanácsadás történhet egyénileg, partnerrel vagy családtaggal, de vannak kis csoportos foglalkozások, előadások, beszélgetések is. Lakóhelytől függetlenül a szolgálat bármely egységét fel lehet keresni, a konzultációkra azonban előzetesen, telefonon kell időpontot kérni.

A Családvédelmi Szolgálat szolgáltatásai

- Családtervezési tanácsadás:
 - gyermekvállalás,
 - fogamzásgátlás: személyre szóló módszerek,
 - felkészítés a nőgyógyászati és egyéb vizsgálatokra.
- Ifjúsági tanácsadás:
 - egészséges életvezetés, felnőtté válás,
 - párválasztás-családalapítás,
 - fiatalok számára házasságkötés előtti tanácsadás.
- Családvédelmi tanácsadás:
 - családtámogatási ellátási formák,



- tanácsadás súlyos válságban lévő, a terhességmegszakítás gondolatával foglalkozó párok (nők) részére. Módszerek: egyéni és páros tanácsadás, csoportfoglalkozás.

Ha Önöket a várandós állapot olyan súlyos válsághelyzetbe hozta, hogy a terhesség megszakítását mérlegelik, forduljanak bizalommal a Családvédelmi Szolgálathoz! Náluk meghallgatásra, megnyugtatóra, támogatásra, információra számíthatnak annak érdekében, hogy a válsághelyzet megoldására Önökkel együtt, közösen pszichés, orvosi, szociális és egyéb támogatási lehetőségeket találjanak.

A tanácsadáson nyugodt körülmények között átgondolhatják a helyzetet, a válságot előidéző tényezőket és azok megoldásának lehetőségeit. Ne hamarkodják el a felelős döntést! Ha mégis úgy döntenek, hogy nem tudják vállalni a szülői szerepet, és az örökbeadás lehetőségével sem kívánnak élni, akkor legkorábban az első megjelenést követő harmadik napon kérhetik a terhességmegszakítást. Ez esetben információt kapnak annak körülményeiről, a testi és lelki rizikó tényezőiről, az utógondozás lehetőségeiről, valamint a fogamzásgátlás személyre szóló módszereiről. A beavatkozásig még bármikor megváltoztathatják döntésüket!

Családvédelmi Szolgálat

Cím: **1111 Budapest, Budafoki út 59.**

Ügyintézés előzetes telefonmegyeztetés alapján: Voczelkáné Horváth Tünde védőnő, +36 1 235 7051 (mindennap 12.30–13.00)



Csontklinika

Csontsűrűségmérés
Teljes testösszetétel vizsgálat
Gyógytorna program

Csontsűrűségmérésünk **teljes laborvizsgálattal** és szakorvosi konzultációval zajlik. Klinikánk szolgáltatásai **önállóan és csomagban** is igénybe vehetőek.

Rendelés:
Szerda 8:00–12:00
Csütörtök 12:00–18:00
Péntek 8:00–20:00

Elérhetőség: 06 30 543 1110 • www.csontklinika.com • e-mail: bekeffy@gmail.com



„ELSŐ A BETEGÉRDEK, AZAZ A SZAKMAI MINŐSÉG!”

DR. VARGA PÉTER PÁL

AZ ORSZÁGOS GERINCGYÓGYÁSZATI KÖZPONTOT
MŰKÖDTETŐ BUDAI EGÉSZSÉGGKÖZPONT KFT.
ÜGYVEZETŐ IGAZGATÓJA

Az Országos Gerincgyógyászati Központ több szempontból is igen speciális és különleges intézmény. Ez Magyarország egyetlen olyan közfinanszírozott beteget ellátó kórháza, amelyik a gerincbetegségek diagnosztikájának és kezelésének teljes spektrumát átfogja. Továbbá az ország egyetlen olyan közfinanszírozott beteget ellátó kórháza, amelynek működését egy magánklinika biztosítja. Dr. Varga Péter Pál, a gerincgyógyászati központot működtető Budai Egészségközpont Kft. ügyvezető igazgatója méltán büszke az intézményre.

Az Országos Gerincgyógyászati Központ tevékenysége nemcsak idehaza, de a határokon túl is elismert. Hogyan sikerült ezt elérni?

Harminc év következetes munkájával. Sok külföldi kolléga küld ide komplex gerincbetegségben szenvedőket – például gerincdaganatosokat – az általunk kifejlesztett komplex ellátásokra. Mintegy harminc szakma dolgozik együtt intézetünkben.

A központ működése is speciális. Egy magánklinika adja a gazdasági hátterét egy országos intézménynek. Hogyan alakult ki ez így?

Annak idején a Semmelweis Egyetem ortopédklinikájának voltunk a gerincsebészeti részlege, és 1994-ben, amikor a Honvédkórház építése miatt ezt a Királyhágó utcai épületet átadták a civil

egészségügynek, ideköltöztettek minket. Aztán 1996-ban országos intézetté minősítettek, de mivel gyakorlatilag sehonnan nem kaptunk forrásokat az épület karbantartására, a szakmai fejlesztésekre, másképpen kellett ezeket megoldani. Részben a szabadalmaimból származó jövedelmemből, azaz a családi kasszából, másrészt adományokból biztosítottuk a finanszírozást. Ezt sokáig nem lehetett csinálni, ezért az általam 2000-ben magánellátásra alapított Budai Egészségközpont Kft. egy „funkcionális” privatizációs eljárásban átvette a gerinc-központ működtetését is. Azaz az ingatlan állami tulajdonban maradt, amiért nemcsak bérleti díjat fizetünk, de minket terhel minden költsége is. Tizenöt év alatt nagyjából 1,7 milliárd forintot költöttem erre az épületre. S hogy miként vagyunk képesek magánklinikaként fenntartani egy közfinanszírozott beteget ellátó országos intézményt? A külföldi és az utóbbi években már a magyar magánbetegek gyógyításából.

Mire elég a pénz? Milyen fejlesztések voltak és várhatóak a jövőben?

Az épület renoválása volt az első nagy feladat. Nem azt mondom, hogy luxushely, de tisztességes ellátáskörnyezetet biztosítunk. Magas színvonalú étkeztetés mellett a takarítás minősége fontos számunkra, ezekre sokat költünk. Hat műtőnk van, világszínvonalon berendezve, és a diagnosztika

sincs ettől elmaradva. Két MR-készülék, nagy teljesítményű CT, kiváló digitális röntgengépek, ultrahangkészülékek – minden van, ami feltétele a minőségi gyógyításnak. Persze, szeretnénk továbblépni, és ehhez újabb technológiai ugrásra lesz szükség. Új épületben is gondolkodunk, mert növelni kellene a műtők és az intenzívágyak számát. Szintúgy szeretnénk javítani az oktatás színvonalán – része vagyunk az orvos-, gyógytornász-, pszichológus- és szakápolói képzési rendszereknek. Most ősszel megnyitjuk a saját oktatási központunkat, ahol folyamatos továbbképzéseket indítunk el.

Milyen a kapcsolatuk a Hegyvidéki Önkormányzattal?

Nekünk a betegek a legfontosabbak, valamint a prevenció, ebben pedig partnerre találtunk az önkormányzatban. Olyan vezetése van a kerületnek, amelyik ugyanúgy gondolkodik az egészségmegőrzésről, a lakosság egészségi állapotáról, mint mi. Mindig ott vagyunk a Hegyvidéki Napokon, kollégáink rendszeresen tartanak előadásokat az Egészségesen a Hegyvidéken – Szabadegyetemen és az Idősek Egészségiskolája előadás-sorozaton. Igyekszünk mindenben részt venni, amit az önkormányzat szervez egészségügyben. Folyamatos kapcsolatban állunk a Szent János Kórházzal

és a kerületi háziorvosokkal is. Az itteni körzeti orvosok, szakorvosok sokkal hamarabb jutnak a mi szolgáltatásainkhoz, mint az ország más területein élők, a családorvosok pedig hozzánk is tudják küldeni a betegeket röntgenre, ultrahangra, ami azért hasznos, mert a XII. kerületnek még nincs önálló szakrendelője. A Hegyvidék lakossága tehát egyértelműen jobban jár azzal, hogy mi ebben a kerületben működünk.

Ha az ember megteremt valamit, arra nyilvánvalóan büszke. De el tudná mondani azokat az okokat is, amiket kívülről mi nem láthatunk?

A legprecízebben el tudom sorolni büszkeségem okait! Ha ide bejön bárki, és körülnéz, az csak a feliratokból tudja eldönteni, melyik a privát klinika, és melyik a közfinanszírozott terület. Az intézet személyzete, az ellátási filozófiánk nem tesz különbséget a közfinanszírozott magyar és a fizetős külföldi betegek között. Büszke vagyok az intézmény legfontosabb szabályára is, amelyet már a kezdetektől meghatároztam: első a betegérdek, azaz a szakmai minőség! Utána jön a munkavállalói érdek, tehát hogy a dolgozók jól érezzék magukat, és az életpályájuk töretlen legyen. A gazdasági érdek pedig csak mindezek után következik.



ÖNKORMÁNYZATI TÁMOGATÁSOK

Egy elhúzódó betegség, vagy súlyos állapotromlás az életkörülmények alakulására is negatívan hat, a kieső munkabevételek, vagy a gyógyítás többletköltségei pénzügyi, ezzel összefüggésben létfenntartási problémákat idézhetnek elő. A nehéz helyzetbe kerülő betegek, vagy meghatározott esetekben családtagjaik, gondozóik speciális önkormányzati támogatási formákat vehetnek igénybe, amelyek közül a legfontosabbakat az alábbiakban ismertetjük.

A rászorulóknak az elérhető támogatások köréről és azok igénybevételének pontos feltételeiről a polgármesteri hivatal népjóléti irodáján kérhetnek tájékoztatást:

**Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Polgármesteri Hivatal
Népjóléti Iroda**

Cím: 1126 Budapest, Böszörményi út 20–22. II. emelet

Ügyfélfogadás: hétfő 13.00–17.20, szerda 8.00–16.00, péntek 8.00–12.00

Az életkor előrehaladtával megnőhet a betegségek előfordulása és így a rendszeresen szedett gyógyszerek száma, ami miatt a jövedelem egyre nagyobb részét emészthetik fel a gyógyszerekre, gyógyászati segéd-eszközökre fordított kiadások. A központi finanszírozású közgyógyellátás és az önkormányzat által nyújtott gyógyászati támogatás ezek megfizetéséhez kíván segítséget nyújtani.

KÖZGYÓGYELLÁTÁS



A közgyógyellátás a szociálisan rászoruló részére az egészségi állapota megőrzéséhez és helyreállításához kapcsolódó kiadásainak csökkentése érdekében biztosított hozzájárulás. A közgyógyellátási igazolvánnyal rendelkező személy térítésmentesen jogosult a társadalombiztosítási támogatásba befogadott

- járóbeteg-ellátás keretében rendelhető egyes gyógyszerekre – ideértve a különleges táplálkozási igényt kielégítő tápszereket is –, gyógyszerkerete erejéig;
 - egyes gyógyászati segédeszközökre, ideértve a protetikai és fogszabályozó eszközöket is, valamint azok javítására és kölcsönzésére; továbbá
- az orvosi rehabilitáció céljából igénybe vehető gyógyászati ellátásokra.

A közgyógyellátásra alanyi és normatív módon lehet jogosultságot szerezni. Közgyógyellátás alanyi jogon a szociális törvényben meghatározott körben állapítható meg. A normatív jogcímen megállapított közgyógyellátás a jövedelmi helyzettől és a havi rendszeres gyógyítóellátás költségétől függ. Az alanyi

közgyógyellátásra való jogosultságot két évre, a normatív közgyógyellátásra való jogosultságot egy évre állapítják meg.

A közgyógyellátást az erre a célra rendszeresített formanyomtatványon a XII. kerületi Kormányhivatalnál lehet igényelni, ahol részletes tájékoztatást adnak az igénybevétel módjáról és a szükséges dokumentumokról.

Budapest Főváros Kormányhivatala XII. Kerületi Hivatal Hatósági Osztály

Cím: Kiss János altábornagy utca 31–33/a • Telefonszám: +36 1 896 5258

Ügyfélfogadási idő: hétfő 13.00–17.30, szerda 8.00–16.00, péntek 8.00–12.00

GYÓGYÁSZATI TÁMOGATÁS |||||||

A gyógyászati támogatással az önkormányzat azoknak a kerületben élőknek szeretne segítséget nyújtani, akik nem jogosultak sem alanyi, sem normatív alapú közgyógyellátásra, azonban segítséget igényelnek gyógyszerköltségeik megfizetéséhez, és megfelelnek az önkormányzat rendelete szerinti jövedelmi értékhatárnak.

A gyógyászati támogatás az egészségi állapot megőrzéséhez és helyreállításához kapcsolódó gyógyszer- vagy gyógyászati segédeszközkiadások csökkentése érdekében biztosított hozzájárulás. Gyógyszerkeretből és gyógyászati segédeszközkeretből álló rendszeres támogatás, vagy egyes segédeszközök megvásárlásához nyújtott eseti támogatás is lehet.

A gyógyszerkeret a jogosult diagnosztizált krónikus betegségének kezelésével közvetlenül kapcsolatba hozható, havi rendszerességgel szedett gyógyszerek vásárlásának támogatására állapítható meg. A vitaminok közül a D3-vitamin, a fájdalomcsillapítók közül a dagantatos, valamint a csontizomrendszer és kötőszövet betegségeihez rendelt készítmények vásárlása támogatható.

A gyógyászati segédeszközkeret a jogosult diagnosztizált cukorbetegségének kezeléséhez szükséges tesztcsíkok, egyszer használatos fecskendőtüők, valamint vizelet- és székletinkontinencia esetén használható pelenkák és betétek vásárlásának támogatására állapítható meg.

Az eseti gyógyászati támogatás szemüveg, hallókészülék, ortopédcipő megvásárlásához, valamint fogpótláshoz nyújtható.

A gyógyszerkeret összege legfeljebb havi 12 000 Ft lehet, azonban legfeljebb 6000 Ft-ig vehetők figyelembe a nem szakorvosi javaslatra rendelhető gyógyszerek. Ha a kérelmező havi gyógyszerköltsége meghaladja a 6000 Ft-ot, az e fölötti összeg csak szakorvos által vagy csak szakorvosi javaslat alapján rendelhető gyógyszerek figyelembevételével állapítható meg.

A gyógyászati segédeszközkeret legfeljebb havi 4000 Ft.

Az eseti gyógyászati támogatás összege a segédeszköz árának 80%-a, de naptári évenként legfeljebb 40 000 Ft.





„AZ ORVOS GONDKODJON ÉS GONDOSKODJON A BETEGRŐL, NE EGY GÉP!”

DR. KOVÁCS GÁBOR

AZ ORSZÁGOS KORÁNYI PULMONOLÓGIAI
INTÉZET FŐIGAZGATÓJA

Budapest egyik legszebb környezetében fekszik az Országos Korányi Pulmonológiai Intézet. Több mint száz esztendeje báró Korányi Frigyes ezt a helyet találta ideálisnak a tüdőbetegek ellátására. Az akkori, alapítványi működésű Erzsébet Királyné Szanatórium 116 szegénysorból származó beteget tudott fogadni – ma már 548 ágyas a kórház. Dr. Kovács Gábor főigazgatóval beszélgettünk az intézmény múltjáról, jelenéről és jövőjéről.

A múlt itt van körülöttünk. Az Országos Korányi Pulmonológiai Intézetnek százévesek az épületei. Hogyan tudnak ezek megfelelni a huszonegyedik századi, korszerű kórház követelményeinek?

Az elmúlt években épp ezért kezdtük el a komfortosítást; a kisebb épületeket átalakítottuk, speciális funkciókat kaptak. Európai színvonalú osztályokat, részlegeket biztosítottunk az intézet profiljához illeszkedő betegségek számára. A cisztás fibrózisos betegek elhelyezését három évvel ezelőtt egy régi laboratóriumi pavilon átalakításával oldottuk meg. Korszerű épületet hoztunk létre, a páciensek egy-ágyas, fürdőszobás kórtermekben fekszenek, velük lehetnek a hozzátartozóik, és egyéb kiegészítő helyiségek is a rendelkezésükre állnak. A hasonlóan ritka, de nagyon súlyos, úgynevezett krónikus, gépi lélegeztetésre szoruló betegek számára is kialakítottunk egy központot. Részlegesen felújítottuk az

egyik nagy épületünket, fokozatosan fürdőszobás szobákat hozunk létre az osztályokon. Méltó elhelyezést, nővérszállót biztosítunk a fiatal munkatársaknak. Nem könnyű, de lépésről lépésre, különböző céltámogatások, adományok segítségével, részben önkormányzati támogatással, részben úgynevezett vis maior támogatással szépülünk, korszerűsödünk. Átfogó, nagy munkára eddig nem tudtunk beruházni.

Ez most megváltozhat, hiszen az intézet bekerült az Egészséges Budapest Programba.

Ami nagyon jó és fontos, mert ennek keretében megtörténhet a közművek teljes felújítása. Lesz egy új pavilon vadonatúj műtőkkel, intenzív osztállal, diagnosztikus részlegekkel, kezelőegységekkel, és olyan hotelszárnyak, amik megfelelnek a korszerű igényeknek. Ezek után következhet majd a legnagyobb, százéves épületek teljes felújítása. Mindezzel a következő évtizedekre egy korszerű, huszonegyedik századi intézményt biztosítunk betegeinknek.

A Szent János Kórház átalakítása, központi kórházzá válása részben önöket is érinti. Hogyan?

A Szent János Kórház területén működő tüdőklinikát a Duna másik oldalára költöztött át, a kórházban megszűnik a tüdőgyógyászat. Már felvettem a kapcsolatot az igazgatóval, és jeleztem, partnerek vagyunk abban, hogy segítsük a tizenkettedik

kerületi tüdőgondozót. Mi is rászorulunk a Szent János Kórház segítségére, hiszen nem „többszak-
más” intézmény vagyunk, ezért például gégész,
neurológus, hasi sebész tapasztalatát szoktuk kérni
a konzíliumokon.

*Mennyire jellemző a hegyvidéki egészségügyi intéz-
ményekre ez az összefogás, együtt dolgozás?*

Ideális helyzetben vagyunk itt, ahol több országos
intézmény is helyet kapott. Mindenkiel kiváló
a kapcsolatunk, közös programjaink vannak, bizo-
nyos szolgáltatásokat, terápiákat veszünk igénybe
egymástól. Mindenkitől megkapjuk a maximális
segítséget, ahogyan mi is megadjuk azt. Ilyen érte-
lemben a János kórház fejlesztése is közös érde-
künk, hiszen a változások után magasabb színvo-
nalon működő szakmai összefogással dolgozhatunk
a betegekért.

*A Korányi országos szakkórház, tehát az Állami
Egészségügyi Ellátó Központ alá tartozik. Elhelyez-
kedéséből adódóan azonban van kapcsolata a Hegy-
vidéki Önkormányzattal is. Milyen a viszonyuk?*

Nagyon jó! Egészségnevelő, az emberek egészség-
tudatosságát javító közös rendezvényeink vannak,

szűrővizsgálatokat, a dohányzásról való leszokást
segítő felvilágosító programokat szervezünk együtt.
Az önkormányzatnak köszönhetjük például, hogy
megújult a Budakeszi útról a hosszú bevezető út,
és már nincsenek kátyúk. Ez rendkívül fontos, mert
a környezetnek komoly jelentősége van a betegek
közérzetének javításában.

*Ugye, jól érzem, hogy ön nemcsak büszke az intéz-
ményére, de szereti is, ahogya hivatását is...?*

Nekem a Korányi a második otthonom. Itt kezdtem
el dolgozni 1978-ban, az egyetem után, végigjár-
tam a szakma valamennyi fokozatát a segédorvostól
a főorvosig, majd néhány éve a főigazgatói tisztig.
Számomra nagyon lényeges, hogy az intézet a jövő-
ben is betölthesse azt a szerepét, amit évtizedeken
keresztül betöltött. Azt a szemléletet viszem tovább,
ami mindig is jellemző volt a Korányira: fontos
a szakmai felkészültség, a szociális érzékenység és
az orvoslás művészete, az intuíció. Az orvos gon-
dolkozzon és gondoskodjon a betegről, ne egy gép!
A kórháztól nemcsak gyógyulást, de nyugalmat, biz-
tonságot, toleranciát is vár a beteg. Büszke vagyok
arra, hogy méltó, emberi körülményeket tudunk
biztosítani a gyógyuláshoz.



EGÉSZSÉGÜGYI JÁRÓ- ÉS FEKVŐBETEG-ELLÁTÁS

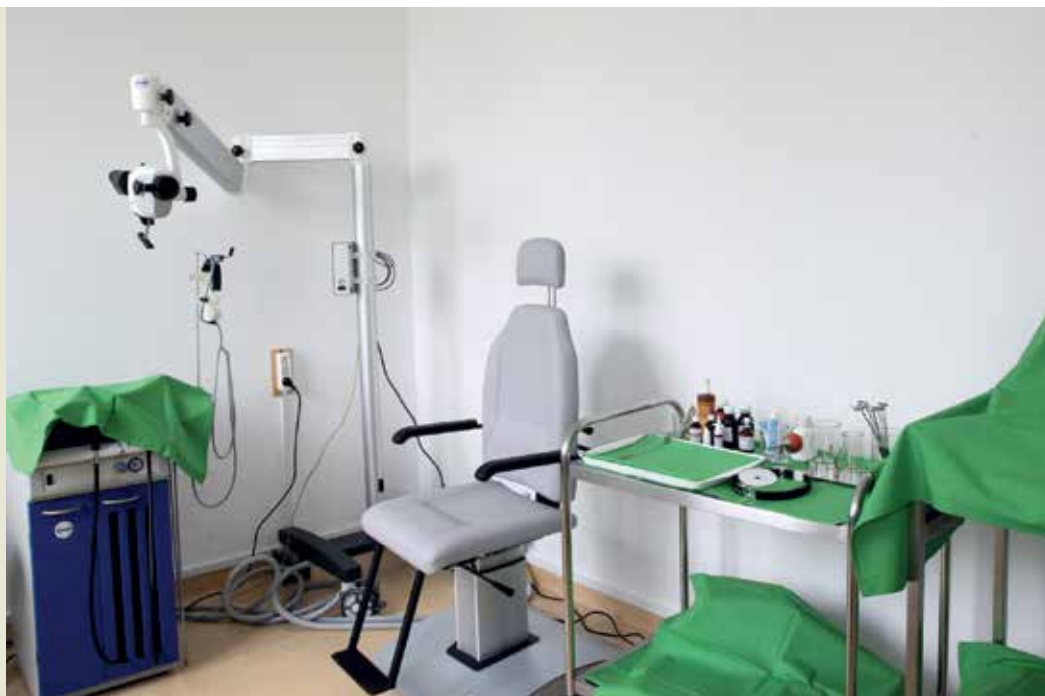
Valószínűleg kevesen vagyunk, akik életünkben legalább egyszer ne kényszerültünk volna kórházi ápolásra, vagy ne jártunk volna legalább egy vizsgálat erejéig valamelyik egészségügyi intézményben. Valljuk be, legtöbbször kicsit elveszettnek érezzük magunkat, idegenül mozgunk ebben a közegben, és nem is szívesen lépjük át a kórházak kapuját. A következő fejezetben egy kis „mankót” kívánunk nyújtani ahhoz, hogy eligazodjunk: a Hegyvidéken hol és milyen szolgáltatásokkal próbálják segíteni gyógyulásunkat.

JÁRÓBETEG-SZAKELLÁTÁS

A járóbeteg-szakellátás keretében az egészségbiztosítási szempontból biztosítottak tekinthető, valamint az egészségügyi szolgáltatásra jogosult emberek gyógykezelés céljából végzett egészségügyi szakellátásokat vehetnek igénybe térítésmentesen. A járóbeteg-szakellátás általában az ágyhoz nem kötött betegek gyógyító, megelőző ellátását jelenti. Ez lehet vizsgálat, a gyógykezelés, a gondozás, az ellátások során a gyógyszer vagy kötszer biztosítása.

A járóbeteg-szakellátás részben szakrendelések, részben szakambulanciák keretében történik. A szakrendelések rendelőintézeti keretek között fogadják a panasszal jelentkezőket. Egy részük beutalásköteles (azaz felkeresésükhöz előzetes odairányítás szükséges), más részük beutaló nélkül is felkereshető. Ez utóbbiak felsorolása később olvasható kiadványunkban.

A szakambulanciák fekvőbetegosztályhoz rendeltlen végzik tevékenységüket. Részben olyanokat látnak el, akik korábban az adott osztály betegei voltak, de későbbi követésük, ellenőrzésük is szükséges (ezért



visszarendelési időpontot kaptak), részben a fekvőbetegként megkezdett kivizsgálás vagy kezelés folytatását biztosítják. A szakambulanciára csak az adott osztály orvosa vagy társosztály adhat beutalót. Szakambulancián történhet az adott osztályt heveny panaszokkal, rosszulléttel felkeresők ellátása is, amennyiben a kórházi felvétel aktuálisan nem szükséges.

Gondozó csak olyan speciális szakterületeken működik, amiken a betegségek egy része hosszú gyógytartamú, és ellátásuk speciális szakismeretet és/vagy gyógyszereket igényel. Gondozóba csak az adott szakterület szakorvosa irányíthatja a betegeket (például tüdő-, bőr- és nemi, pszichiátriai, daganatos betegségek esetén).

FEKVŐBETEG-SZAKELLÁTÁS

Fekvőbeteg-szakellátás alatt az ágyhoz kötött betegek gyógyintézeti ellátása értendő. Az általános fekvőbeteg-szakellátást – a sürgősségi ellátás kivételével – orvosi beutaló alapján lehet igénybe venni. A biztosított az egészségi állapota által indokolt szintű fekvőbeteg-szakellátás során térítésmentesen jogosult: a betegsége megállapításához szükséges vizsgálatokra, gyógykezelésre (ideértve a műtéti beavatkozásokat, a felhasznált gyógyászati anyagokat, protetikai eszközöket), a gyógykezeléséhez szükséges gyógyszerre, vérkészítményekre, kötszerre, gyógyászati segédeszközre, a szükséges ápolásra és diétás tanácsadásra, étkezésre.

A BEUTALÁS RENDJE

Hol vehetjük igénybe a szakellátást és a kórházi ellátást?

Az orvos a lakóhely vagy tartózkodási hely szerint ellátásra kötelezett járóbeteg-szakellátásra vagy fekvőbeteg-gyógyintézetbe utalhat be minket. Ha a beutaló orvos a választott háziorvosunk, akkor az ő telephelye/ székhelye szerint ellátásra kötelezett járóbeteg-szakellátásra is adhat beutalót.

Kizárólag a területileg ellátásra kötelezett szakrendelésre és kórházba utalhat az orvos?

Nem. Ha olyan szakrendelőben vagy kórházban szeretnénk kezeltetni betegségünket, amelyik területileg nem kötelezett az ellátásra, a beutaló orvostól kérhetjük a kiválasztott intézmény megkeresését. Ilyen esetben az egészségügyi szolgáltató 48 órán belül írásban nyilatkozik, tud-e fogadni minket.

Mikor kell beutaló, és mikor nem?

Biztosítottként – a sürgősségi ellátást nem igénylő esetekben – orvosi beutaló nélkül is igénybe vehetjük a szakorvosi rendelő által nyújtott

- bőrgyógyászati,
- nőgyógyászati,
- urológiai,
- pszichiátriai és addiktológiai,
- fül-orr-gégészeti,
- szemészeti,
- általános sebészeti és baleseti sebészeti,
- onkológiai szakellátást,
- az első alkalommal beutalás alapján igénybe vett bőr- és nemibeteg-gondozó, tüdőgondozó és onkológiai gondozó, valamint kúraszerű ellátás keretében a gondozásba vett biztosítottak részére nyújtott ellátást.



A járóbeteg-szakellátásokra akkor sem kell beutaló, ha ismételt ellátásra van szükség – kivéve a laboratóriumi és az ún. képképző diagnosztikai vizsgálatokat, amelyeket mindenképpen csak beutalóval vehetünk igénybe. Egyes speciális képképző vizsgálatokra – MRI, CT, DSA – kizárólag szakorvos utalhat be.

Kell-e beutaló, ha sürgős orvosi ellátásra van szükségünk?

Beutaló nélkül is felkereshetjük a szakorvost és a fekvőbeteg-gyógyintézetet, ha úgy véljük, hogy egészségi állapotunk indokolja az azonnali beavatkozást. Az adott szakrendelés vagy kórház a vizsgálatot követően dönt arról, valóban szükség van-e sürgős orvosi ellátásra. Amennyiben a vizsgálat során kiderül, hogy nincs szükség erre, a szakorvos a beutalásra jogosult orvoshoz irányít. Ha továbbra is kérjük az ellátást, az orvos tájékoztatást ad az ilyen módon igénybe vett szolgáltatásnak az intézmény által meghatározott térítési díjáról.

Milyen következményekkel jár a beutalóköteles ellátás beutaló nélküli igénybevétele?

Amennyiben beutalóköteles rendelésre beutaló nélkül megyünk, az adott szakrendelés visszairányít a beutaló kiállítására jogosult egészségügyi szolgáltatóhoz, feltéve, hogy nincs szükség azonnali beavatkozásra. Ha továbbra is kérnénk a beutaló nélküli ellátást, az intézmény az általa meghatározott és ismertetett térítési díj ellenében jogosult azt nyújtani. Beutaló nélkül igénybe vett beutalóköteles (például reumatológiai, belgyógyászati) ellátás esetén további vizsgálatok elvégzése céljából a szakorvos nem utalhat be más szakrendelésre.

Meddig érvényes a beutaló?

A hatályos jogszabályok nem rendelkeznek a beutaló érvényességéről, így annak érvényessége jogszerűen nem korlátozható.

(Forrás: Egészségbiztosítási Felügyelet)

KÓRHÁZAK A HEGYVIDÉKEN

ÉSZAK-KÖZÉP-BUDAI CENTRUM, ÚJ SZENT JÁNOS KÓRHÁZ ÉS SZAKRENDELŐ (ÉKC)

A korábban Szent János Kórház néven ismert nagy, Észak- és Közép-Buda fekvő- és járóbetegeit fogadó, sokszakmás ellátási egység 2019-ben az Egészséges Budapest kormányprogram keretében centrumkórházi minősítést kapott.

A ma is hozzá tartozó telephelyek – Diós árokban lévő fő telephely, Pethényi közti szakrendelő épülete, Budai Gyermekkórház, Pesthidegkúti Ápolási Osztály – mellett a Semmelweis Egyetem korábbi Kútvölgyi úti telephelyének épületeivel, a klinikáknak helyet adó kórházi szárnyal és az ehhez csatlakozó szakrendelővel bővül a kórház. A fejlesztés részeként új épületek – sürgősségi betegellátó osztály, központi műtőblokk csatlakozó fekvőbeteg-részlegekkel – is létrejönnek, és jelentősen megújul a műszerpark.



2019-ben MR-készülék, valamint a stroke- és az idegsebészeti ellátást is segítő angiográfiás munkahely (DSA), endoszkópos tornyok állnak/álltak szolgálatba. Új fibroelasztográf érkezik a májbetegségek kezelésének segítésére, és szélesedik az egynapos sebészeti ellátás spektruma. A koraszülöttek ellátását segíti a 2007 júniusa óta itt működő Perinatalis Intenzív Centrum (PIC), amely a főváros legmagasabb besorolású ellátási központjainak egyike.

A Budai Meddőségi Centrum jelentős szerepet tölt be a gyermekekre vágyó, de spontán fogantatással eredménytelenül próbálkozó asszonyok várandósságának megvalósulásában. A szüléset-nőgyógyászati osztálllyal és a már említett PIC-vel együttműködve ezeknek az eseteknek a legmagasabb szintű ellátása és követése is biztosított.

Az intézmény célul tűzte ki a családbarát kórház kialakítását. Ennek szerves része a pszichiátriai, szüléseti és gyermekgyógyászati osztályok közös Együtt, Baba–Mama–Papa programja, amely a várandósság idején és a szüléset követően pszichiátriai kezelést igénylő édesanyáknak és családjuknak nyújt segítséget.

Orvosi specialitások

A budai oldalon egyedül a Szent János Kórházban lehet igénybe venni szájsebészeti, idegsebészeti, valamint gyermeksebészeti ellátást. A II. belgyógyászati osztályon működik a budai Neuropathia Centrum, amely elsősorban a cukorbeteg idegműködésének vizsgálatát szolgálja (de segítséget nyújt más megbetegedésekhez társuló perifériás idegműködési zavarok vizsgálatában is).

A gyermekgyógyászati osztályon alváslaboratórium működik, amelynek felszerelése alkalmas a szakmai protokoll szerint kiválasztott epilepsziás gyerekek műtét előtti kivizsgálására is. A fővárosban egyedülként lehetőség nyílik a koraszülöttrészlegen kezelt kis betegek otthoni kamerás követésére („babalesprogram”).

Kiemelt elhelyezés, fizetős szolgáltatások

A Szent János Kórház több osztályán – I., II., III. belgyógyászat, traumatológia, szüléset-nőgyógyászati osztály, urológia, krónikus osztály, gyermeksebészeti – lehetőség van ún. térítési hozzájárulással igénybe vehető kórtermekben történő elhelyezésre. Az egy- vagy kétágyas szobák külön fürdőszobával, hűtőszekrénnel, televízióval ellátottak. A szolgáltatás díja egyágyas elhelyezés esetén 6000 Ft/nap, kétágyas szobában 3000 Ft/nap/fő. A gyereksebészeti osztályon a szülő elhelyezése 3000 Ft/nap.

Hasznos információk, egyéb szolgáltatások

Az ÉKC területén OTP-bankautomata, két büfé, számos italautomata, közfoglalmú gyógyszertár található. Autóval a Diós árokbeli vagy a Kútvölgyi lejtőn lévő kapun lehet behajtani, a parkolás díja negyedóránként 150 Ft. Beteglátogatásra 8.00–20.00 óráig van mód, ami egyes osztályokon (például az intenzíven) ettől eltérő lehet. A betegjogi képviselő fogadóóráját minden osztályon, valamint a főbejáratnál jól látható helyen tábla hirdeti.

A gyermekszakellátásokról a 40–45. oldalon olvashatnak bővebben!

Cím: 1125 Budapest, Diós árok 1–3. • Telefonszám: +36 1 458 4500

Web: www.janoskorhaz.hu

Az Észak-Közép-budai Centrum, Új Szent János Kórház és Szakrendelő létrehozásával számos változás zajlik, ezért az aktuális rendelési időkről érdemes folyamatosan tájékozódni az intézmény honlapján (www.janoskorhaz.hu), valamint az alábbi telefonszámon: +36 1 458 4500.

A klinika dr. Merkely Béla professzor vezetésével az egyetemi klasszikus „három feladat” mindegyikében jelentős részt vállal.

Gyógyítás

A klinikán nagy számban végeznek szívsebészeti (koszorúér-áthidalás, szívbillentyűműtét) és intervenciókardiológiai beavatkozásokat (koszorúér-tágítás, katéteres billentyű-, pacemaker-, defibrillátorbeültetés, ritmuszavarok katéteres ablációja). A klinika a felnőtt-szívtranszplantáció hazai központja. A 2011-ben indult műszívprogrammal több életveszélyes állapotú beteget segítettek a hosszú távú gyógyulás útjára. A klinika érsebészeti centrum, szakterületének országos csúcsintézménye. A klasszikus érsebészet mellett intervenciókardiológiai és hibrid beavatkozások végzésében is kiemelkedő szerepet játszik. A klinikai betegellátást kitűnően támogatja az elmúlt évek során folyamatosan fejlesztett képalkotó diagnosztikai profil. Nagy képfelbontású és gyors CT- és MR-készülékekkel szív- és érgyógyászati fókuszú képalkotó labort működtet.

Oktatás

A klinikán háromnyelvű (magyar, angol, német) graduális és posztgraduális orvostudományi képzés folyik.

Kutatás

A gyógyítást kísérletes és klinikai kutatómunka egészíti ki. Ezekben nemzetközi hírű szakemberek vezetésével fiatal orvosok és orvostanhallgatók számára nyílik lehetőség tudományos kutatásokra.

Cím: 1122 Budapest, Városmajor utca 68. • Telefonszám: +36 1 458 6700

Web: www.vszek.semmelweis.hu/bemutakozas



ORSZÁGOS ONKOLÓGIAI INTÉZET

Az Országos Onkológiai Intézet 66 éve a magyar onkológia epidemiológiai, szervezési, módszertani, terápiás, kutatási és oktatási központja. Hazánkban és a környező országokban az egyetlen európai akkreditációval rendelkező, komprehenzív rákcentrum, kiváló nemzetközi elismertséggel és 95% feletti betegelégedettségi mutatóval. Az intézmény „titka”, hogy munkatársai szakmailag és emberileg is kiválók.

Az intézet országos feladatán túl regionális ellátást biztosít a budai és a dél-dunántúli területeken élőknél. Fekvőbetegosztályai: aneszteziológiai és intenzív terápiás, általános és mellkasebészet, nukleáris medicina, sugárterápia, nőgyógyászat, kemoterápia, bőrgyógyászat, fej-nyak sebészet, klinikai farmakológia. 2015 óta az intézet Mellkasebészeti Központjában végzik a magyar betegek tüdő-transzplantációját is. Az Országos Onkológiai Intézet bázisán működik a Semmelweis Egyetem Onkológiai és Mellkasebészeti Tanszéke, így az intézmény a graduális és posztgraduális képzések központja is.

Önálló szakrendelés keretében fájdalomcsillapítási, négy kemoterápiás, valamint neuropszichiátria-ambulancia működik. A fájdalomcsillapítási rendelésen elsősorban a tumoros betegek fájdalmainak enyhítése történik. A neuropszichiátria-ambulancián neurológiai, pszichiátriai, pszichológiai vizsgálat, továbbá pszichoterápiás támogatás zajlik. Lehetőség nyílik pszichodiagnosztika igénybevételére, és itt folyik az idegsebészeti konzílium, a műtét előtti és utáni gyógytorna, valamint a lymphoedemakezelés is (a lymphoedema a nyirokkeringés zavara miatt kialakuló vizenyő).



Különleges gyógytornával kezelik a betegség során jelentkező mozgásszervi, neurológiai és műtéti szövődeményeket. A kemoterápiás járóbeteg-ellátás keretében főként a szolid daganatok kezelése történik. A daganatok megítélésére a hagyományos röntgenvizsgálatok mellett ultrahangos, komputertomográfias, érfeltöltéses, valamint mágneses rezonanciás vizsgálatok nyújtanak biztos támpontot.

Cím: 1122 Budapest, Ráth György utca 7–9. • Telefonszám: +36 1 224 8600

Web: www.oncol.hu



Az Országos Orvosi Rehabilitációs Intézet (OORI) elsősorban mozgásszervi rehabilitációval foglalkozik, emellett az ország egész területéről fogadja az éberkómás betegeket.

Cím: 1528 Budapest, Szanatórium utca 19. • Telefonszám: +36 1 391 1900

Web: www.rehabint.hu

OORI Pszichoszomatikus és Pszichoterápiás-rehabilitációs Osztálya

A munka döntően csoportokban zajlik. Minden beteget egy terapeuta segít.

Cím: 1121 Budapest, Szilassy út 6. • Telefonszám: +36 1 200 8719, +36 1 200 8720

Web: www.tunderhegy.hu

Az Országos Korányi Pulmonológiai Intézet a különböző légzőszervi betegek ellátására specializálódó, a szakmai progresszivitás legmagasabb szintjét képező országos intézmény. A tüdőgyógyászat mellett számos társszakma is működik itt, így mellkasebészet, légzési intenzív, valamint különböző rehabilitációs, hospice-palliatív, cisztás fibrózis osztály és a fekvő- és járóbeteg-ellátást segítő diagnosztikus osztályok. Az intézet küldetése a légzőszervi betegek területi, valamint országos hatáskörű fekvő- és járóbeteg-ellátása mellett az orvostovábbképzés, a tudományos kutatás és a szakmai módszertani feladatok ellátása.

Az ellátott betegek mintegy hatvan százaléka légzőszervi daganatos betegségben szenved. Ezért is nagy teret biztosítanak a betegségmegelőzés különböző formáinak, a szűrővizsgálatoknak és a dohányzásról történő leszokás támogatásának. A tüdőrákot követően az obstruktív légúti betegségek, a COPD és az asztma a jellemző kórképek. Emellett azonban számos egyéb légúti betegség szerepel a portfolióban (gyulladásos kórképek, intersticiális betegségek, ritka és egyéb kórképek). Az onkológiai betegek komplex ellátása érdekében az Országos Onkológiai Intézettel, a rehabilitációra szoruló betegek legmagasabb szintű ellátása érdekében az Országos Orvosi Rehabilitációs Intézettel kötött együttműködési megállapodást a Korányi. Izolált osztályon látják el a tuberkulózisos betegeket, akiknek a száma folyamatosan csökken. Jelenleg az országban összesen mintegy hatszáz eset ismert, az intézet betegeinek alig öt százalékát teszi ki az arányuk. Az idült obstruktív légúti betegek között ma már egyre ritkábbak az asztmások, a mintegy háromszázezer ismert asztmás döntő hányadát megfelelő gyógyszeres terápiák birtokában járóbetegként gondozzák. Ők a megfelelő gyógyszeres kezelés, az adherens beteggyüttműködés, a jó orvos-beteg kapcsolat mellett ma már teljes értékű életet élnek. Nem véletlen, hogy a nyilvántartott asztmás betegek között több olimpiai bajnok is található.

Cím: 1121 Budapest, Pihenő út 1. • Telefonszám: +36 1 391 3200

Web: www.koranyi.hu



MAGYAR HONVÉDSÉG EGÉSZSÉGÜGYI KÖZPONT III. SZ. TELEPHELY ||||| (VOLT BUDAI MÁV KÓRHÁZ)

A Budai MÁV Kórház 2007 júliusában a Magyar Honvédség Egészségügyi Központjának telephelyévé alakult át. A korábbi aktív ellátások megszűntek, azóta kizárólag rehabilitációs és krónikus hosszú ápolási feladatokat lát el a Budapest és Budakeszi határában található, az Országos Orvosi Rehabilitációs Intézet mellett



működő intézmény. A volt Budai MÁV Kórház a Magyar Honvédség Egészségügyi Központjának rehabilitációs centrumává vált, ahol központi idegrendszeri sérültek, valamint mozgásszervi, stroke-, belgyógyászati, kardiológiai és pszichiátriai betegek felépülését segítik. A rehabilitációs feladatoknak helyet adó épület teljes mértékben akadálymentes.

Cím: 1121 Budapest, Szanatórium utca 2/a • Telefonszám: +36 1 392 3800

Web: www.honvedkorhaz.hu/cikk/439

ORSZÁGOS GERINCGYÓGYÁSZATI KÖZPONT |||||

Az Országos Gerincgyógyászati Központ hazánk egyetlen közfinanszírozott kórháza, amely a gerincbetegségek diagnosztikájának és kezelésének szinte teljes spektrumát átfogja. Az intézményt a Budai Egészségközpont Kft. üzemelteti.

Munkacsoportjukban ortopéd-, baleseti és idegsebészek, reumatológusok mellett nagyszámú aneszteziológus-intenzív terápiás orvos, radiológus, pszichológus és egyéb szakmák specialistái dolgoznak, a gerincbetegségek teljes körű kivizsgálására és kezelésére koncentrálva.

Az Országos Gerincgyógyászati Központ a gerincsebészeti tevékenység teljes spektrumában jártas szakemberek közreműködésével nemzetközileg is elismert gerincműtési tevékenységet végez. Az intézmény ellátási köréhez tartozik a gerincbetegségek műtési kezelésén túl a műtési kezelésre nem szoruló gerincbeteg állapotfelmérése, kivizsgálása és hagyományos kezelése. A konzervatív terápiát minden esetben személyre szabottan az aktuális fájdalom erősségéhez és a gerinc funkcionális kapacitásához igazítják a szakemberek.

A különböző osztályokra a betegeket előjegyzéssel veszik fel, a gerincgyógyászati ambulancián dolgozó szakorvosok véleményezése és beutalása alapján. Az intézményben a járóbeteg-ellátás előzetes időpont-egyeztetés alapján történik. Akut ellátásra szorulókat, az erre külön fenntartott kapacitás terhére, a beutaló orvos általi előzetes telefonos egyeztetést követően sürgősségi beutalóval tudnak fogadni.



Cím: 1126 Budapest, Királyhágó utca 1–3. • Telefonszám: + 36 1 887 7900

Web: www.bhc.hu, www.okg.hu

SEMMELWEIS EGYETEM PETŐ ANDRÁS KAR

A Semmelweis Egyetem Pető András Kara, ismertebb nevén a Pető Intézet a központi idegrendszer károsodása következtében mozgássérült személyek helyreállító nevelését, valamint a konduktor szakemberek képzését szolgálja. A konduktív nevelés a kar gyakorlóintézményeiben valósul meg csecsemőkortól egészen a felnőttkorig. A konduktív nevelés speciális integrált és holisztikus szemléletű nevelési forma, tanulásvezérlés, amely – az adott életkornak megfelelően – a mozgássérült minden funkciójára kihat. Alapgondolata, hogy az idegrendszer a károsodások ellenére is rendelkezik tartalékokkal, új kapcsolatok kiépítésének lehetőségével, fő célja pedig az önálló életre nevelés.



A gyakorlóintézményekben a csecsemőkortól a felnőttkorig a bejáró és bentlakó foglalkoztatás teljes rendszerét kialakították a szakemberek. A Korai Fejlesztő Központba kerülő kisdedek, kisgyermek komplex, a mozgástevékenységet, az értelmi fejlesztést, az önellátást, a játéktevékenység kialakítását magában foglaló programban vesznek részt, míg óvodában a speciális nevelési igényű, valamint – az integrációs csoportban – az ép és sérült gyerekek együtt nevelése történik. Az általános iskolában a tanköteles korú, ép intellektusú, valamint a tanulásban akadályozott mozgássérült gyerekek oktatása-nevelése folyik. Az elbocsátott gyerekek fejlődését egészen felnőttkorig követi a központ.

A felnőttek komplex nevelése, fejlesztése csoportos formában, bejáró rendszerben történik. Programja a Parkinson-kóros, sclerosis multiplexes, ataxiás (a mozgáskoordináció zavara), stroke-os betegeknek, továbbá gerincvelő-, koponya- és agysérülteknek ajánlott.

Cím: 1125 Budapest, Kútvolgyi út 8. • Telefonszám: +36 1 224 1500

Web: www.semmelweis.hu/pak

BUDAPESTI SZENT FERENC KÓRHÁZ |||||

A Budapesti Szent Ferenc Kórház fő profilja a kardiovaszkuláris eseményen átesett emberek korai szakintézményi rehabilitációja és a tartós életmódváltás lehetőségének megteremtése a betegek hosszú távú ellenőrzése mellett. A rehabilitáció célja a beteg egészségét teljesen visszaállítani, a betegség által legyengített testi funkcióit regenerálni, újratanítani.

Az intézményben primer korai kardiológiai rehabilitáció folyik, a kardiológiai intenzív ellátástól a tervezett rehabilitációs ellátásig. Egyaránt végzik speciálisan szívelégtelen és ritmuszavaros betegcsoportok kivizsgálását, invazív ellátásra és műtetre való előkészítését, majd a műtét utáni gondozását. Bent fekvő,



vagy ambuláns ellátás keretében aktív diabetológiai, lipidológiai és egyéb belgyógyászati betegekkel foglalkoznak. Szakképzett támogató teamek segítségével táplálkozási betegségekben, elsősorban súlyos fokú elhízásban szenvedők kezelésével is foglalkoznak.

A kórház a fenti szakterületen Közép-Magyarország ellátója, de egyházi kórházként az aktuális kapacitás függvényében, előzetes előjegyzés alapján, az ország bármely területéről fogad betegeket.

Kardiológiai rehabilitációs osztály és szakambulancia

A kórházban az 1990-es évek elejétől folyik kardiológiai ellátás. A 2012-es profilváltás óta az aktív kardiológiai beavatkozások utáni felépüléshez szükséges rehabilitációra 65 ágyon fogadnak betegeket. Az osztály telemetriás és őrzőrészelegye legújabb fejlesztésű műszerparkja segítségével a nagy kockázatú betegeket is képes ellátni. Ehhez csatlakozik a nappali kórházi rehabilitációs részleg, valamint a kardiológiai rehabilitációs ambuláns tevékenység.

Belgyógyászati osztály és szakambulancia

Az osztály 15 ágygal működik, fő profilja az általános belgyógyászat, a diabetológia és szövödményei. Idős betegek komplex kezelésével is foglalkozik: általános kivizsgálás, vascularis infúziós kezelés, gyógytorna, diétás tanácsadás zajlik. Főként a kórház ambulanciáiról (diabetológia, belgyógyászat, kardiológia) történik a betegfelvétel, vagy a kardiológiai rehabilitációs osztályon fellépő akut belgyógyászati teendőt igénylő kórképeket látja el.

Nappali kórház

A nappali rehabilitációs ellátás lényege, hogy a páciens a rehabilitáció időszakát nem fekvőbetegként tölti a kórházban. A kórház lehetővé teszi, hogy a hazánkban eddig kizárólag fekvőbeteg-ellátásban, gyakran nem komfortos körülmények között és lakhelytől távol elérhető életmódváltó és gyógyítókezeléseket a beteg a családjá és otthona közelében kaphassa meg úgy, hogy a kezelést biztosító napi programok után mindennap hazatér saját otthonába. A program lényege a fekvőbeteg-ellátás biztosítása komfortosabb és kényelmesebb otthoni éjszakai tartózkodás mellett. Tíz-tizenkét fős csoportok – gyógytornász, dietetikus és más szakemberek részvételével, belgyógyász és kardiológus orvosok felügyelete mellett – segítik az embereket a szív- és érrendszeri megbetegedésükből vagy műtétjükéből történő felépülésben.

Fejlesztések

A rehabilitáció legalább olyan fontos része a szív- és érrendszeri betegségek kezelésének és az azokból való gyógyulásnak, mint maga a beavatkozás. Ezért a kórház rendszeresen fejleszt, és új módszereket, szolgáltatásokat kínál betegei számára, amivel komplettebbé teheti a rehabilitációt. Ennek keretében 2019-től új épületszárnyal bővül, ami által, korábbi kapacitását megkétszerezve, 150 ágyas intézménnyé válik. Ugyancsak a rehabilitációt, emellett a betegségmegelőzést szolgálja az „Út az egészséghez” kardiotanösvény-program is: a kórház épülete fölött kezdődő budai parkerdőben több különböző hosszúságú sétaútvonalat alakítottak ki. A beavatkozáson áteső kardiológiai betegek – szakember felügyelete mellett – a felépülésüket és erőnlétüket ellenőrző-segítő „túrákat” tehetnek.

A kórház mind járó-, mind fekvőbetegrészeivel a kerület lakosai számára is nyitva áll. „Út az egészséghez” programjának egyik tavalay nyílt kardiotanösvénye pedig a Hegyvidéki Önkormányzattal együttműködve éppen a Normafán jött létre, és áll a helyi lakosság rendelkezésére, betegségmegelőző céllal.

Cím: 1021 Budapest, Széher út 71–73. • Telefonszám: +36 1 392 8200

Web: www.szentferenckorhaz.hu

XII. KERÜLETI NAGYOBB MAGÁNEGÉSZSÉGÜGYI SZOLGÁLTATÓK |||||

Budai Egészségközpont

Cím: 1126 Budapest, Nagy Jenő utca 8. • Telefonszám: +36 1 489 5200

Virányos Klinika

Cím: 1125 Budapest, Virányos út 23/d • Telefonszám: +36 1 275 0377

Zugligeti Klinika

Cím: 1121 Budapest, Zugligeti út 60. • Telefonszám: +36 1 275 1444, +36 1 275 1455

Telki Kórház Egészség Centrum

Cím: 1121 Budapest, Budakeszi út 36/c • Telefonszám: +36 40 372 300, +36 1 999 0626

Svábhegyi Országos Allergológiai, Immunológiai és Pulmonológiai Egészségügyi Szolgáltató Nonprofit Közhasznú Kft.

Cím: **1121 Budapest, Szanatórium utca 2/a** • Telefonszám: **+36 1 395 4922**

InspiroMed
Légzőközpont
és Alvásklinika

1125 Budapest
Virányos út 23/d.

BEJELENTKEZÉS:
☎ +36 70 771 7188
✉ info@inspiromed.hu
🌐 www.inspiromed.hu

ALVÁSMEDICINA • TÜDŐGYÓGYÁSZAT
LÉGZŐTORNÁ • PSZICHOLÓGIA • DIETETIKA
VÉRVETEL • KOMPLEX LABORVIZSGÁLATOK
ALLERGIA VIZSGÁLATOK

FELNŐTT ÉS GYERMEK
FOGSZABÁLYOZÁS
GYERMEKFOGÁSZAT

+36 30/270 9420

HEGYVIDEK-FOGSZABALYOZAS.COM
1126 BP. BÖSZÖRMÉNYI ÚT 42.

FEKVŐBETEG-ELLÁTÁST NYÚJTÓ EGÉSZSÉGÜGYI SZOLGÁLTATÓK TERÜLETI ELLÁTÁSI KÖTELEZETTSÉGE A XII. KERÜLETI BETEGEKRE (FELNŐTT- ÉS GYERMEKKORÚAKRA) VONATKOZÓAN

Észak-Közép-budai Centrum, Új Szent János Kórház és Szakrendelő (ÉKC)

Cím: **1125 Budapest, Diós árok 1–3.**

Ápolás, szakápolás, arc-állcsont-szájsebészet, belgyógyászat, csecsemő- és gyermek-fül-orr-gégegyógyászat, csecsemő- és gyermekszívsebészet, csecsemő- és gyermekgyógyászat, csecsemő- és gyermekgyógyászati intenzív terápia, csecsemő- és gyermekkardiológia, endokrinológia, anyagcsere és diabetológia, fül-orr-gégegyógyászat, gasztroenterológia, gyermek- és ifjúságpszichiátriai rehabilitáció, gyermekrehabilitáció, gyermek-gasztroenterológia, gyermekneuroológia, gyermeksebészet (ideértve: gyermekurologia), gyermek-tüdőgyógyászat, idegsebészet, kardiológia, neurológia, nőgyógyászat, ortopédia, PIC, pszichiátria, sebészet, strokeellátás, szemészet, szülészeti, traumatológia, urológia

Semmelweis Egyetem

Cím: **1089 Budapest, Nagyváradi tér 4.**

Arc-állcsont-szájsebészet, bőr- és nemibeteg-ellátás, csecsemő- és gyermekgyógyászati intenzív terápia, érsebészet, hematológia, kardiológia, sebészet, szívsebészet, tüdőgyógyászat, tüdőgyógyászati és légzésrehabilitáció

Országos Onkológiai Intézet

Cím: **1122 Budapest, Ráth György utca 7–9.**

Klinikai onkológia, sugárterápia

Országos Reumatológiai és Fizioterápiás Intézet

Cím: **1023 Budapest, Frankel Leó út 25–29.**

Allergológia és klinikai immunológia, reumatológia

Országos Korányi Pulmonológiai Intézet

Cím: 1121 Budapest, Pihenő út 1.

Felnőtt hospice-palliatív ellátás, tüdőgyógyászat, tüdő- és mellkasebészet

Szent Imre Kórház

Cím: 1115 Budapest, Tétényi út 12-16.

Angiológia, phlebológia, lymphológia, nefrológia, geriátria, plasztikai helyreállító és esztétikai sebészet, pszichiátria, szemészet

Egyesített Szent István és Szent László Kórház

Cím: 1097 Budapest, Gyáli út 17-19.

Infektológia

Nyíró Gyula Országos Pszichiátriai és Addiktológiai Intézet

Cím: 1135 Budapest, Lehel utca 59-61.

Addiktológia

Vadaskert Alapítvány a Gyermek Lelki Egészségéért

Cím: 1021 Budapest, Lipótmezei út 5.

Gyermek- és ifjúsági pszichiátria

Magyarországi Református Egyház Bethesda Gyermekkórháza

Cím: 1146 Budapest, Ilka utca 57.

Plasztikai (égési) sebészet, gyermek- és ifjúságaddiktológiai rehabilitáció

Magyar Honvédség Egészségügyi Központ

Cím: 1134 Budapest, Róbert Károly körút 44.

Belgyógyászat, égéssebészet, gasztroenterológiai rehabilitáció, idegsebészet, kardiológiai rehabilitáció, mozgásszervi rehabilitáció, plasztikai helyreállító és esztétikai sebészet, pszichiátriai rehabilitáció

Gottsegen György Országos Kardiológiai Intézet

Cím: 1096 Budapest, Haller utca 29.

Csecsemő- és gyermekszívsebészet, csecsemő- és gyermekkardiológia

Szent Kozma és Damján Rehabilitációs Szakkórház

Cím: 2026 Visegrád, Gizella-telep

Gasztroenterológiai rehabilitáció

Heim Pál Országos Gyermekgyógyászati Intézet

Cím: 1089 Budapest, Üllői út 86.

Gyermekrehabilitáció, gyermekneurologia, gyermeksebészet (ideértve: gyermekurologia), gyermeksebesészet

Tüdőgyógyintézet Törökbálint

Cím: **2045 Törökbálint, Munkácsy Mihály utca 70.**

Gyermek-tüdőgyógyászat

Szegedi Tudományegyetem Szent-Györgyi Albert Klinikai Központ

Cím: **6725 Szeged, Kálvária sugárút 57.**

Neurológiai rehabilitáció, súlyos központi idegrendszeri sérültek, polytraumatizáltak és égésbetegek rehabilitációja gyermekkorban

Albert Schweitzer Kórház–Rendelőintézet

Cím: **3000 Hatvan, Balassi Bálint út 16.**

Nőgyógyászat (krónikus)

Misszió Egészségügyi Központ Nonprofit Kft.

Cím: **2112 Veresegyház, Gyermekliget utca 30.**

Súlyos agysérültek rehabilitációja

Péterfy Sándor utcai Kórház–Rendelőintézet és Baleseti Központ

Cím: **1076 Budapest, Péterfy Sándor utca 8–20.**

Urológia

(Forrás: www.antsz.hu)

BETEGJOGI KÉPVISELŐK

Magyarországon a betegjogi képviselési rendszer az egészségügyi törvényben foglaltaknak megfelelően az ezredforduló óta működik. A betegjogi képviselőknek igen fontos szerepük van a különböző problémák egészségügyi intézményen belüli megoldásában, valamint a peres ügyek megelőzésében. Segítik a betegeket az egészségügyi dokumentációhoz való hozzájutásban, közreműködnek a panaszok megfogalmazásában, és kezdeményezhetik annak kivizsgálását, továbbá rendszeresen tájékoztatják az egészségügyi dolgozókat a betegjogokról és azok érvényesüléséről az adott intézményben.

A betegjogi képviselők az Integrált Jogvédelmi Szolgálat (IJSZ) munkatársai, az egészségügyi intézményektől független személyek.

Integrált Jogvédelmi Szolgálat

Cím: **1134 Budapest, Tüzér utca 33–35.**

Postacím: **1365 Budapest, Pf.: 646.**

Központi telefonszám: **+36 1 896 9000**

Ingyenesen hívható zöldsám: **+36 80 620 055**

Az illetékes betegjogi képviselő elérhetősége az alábbi weboldalon található:

<http://www.ijsz.hu/kepviselok1.html>

SÜRGŐSSÉGI ELLÁTÁS

Állampolgárságtól és egészségbiztosítási jogviszonytól függetlenül bárki hívhat mentőt Magyarországon. Ahhoz, hogy a mentők valóban segíthessenek, nem árt tisztában lenni az alábbiakkal.

A mentési és betegszállítási feladatok 2008. január 1-jét követően szétváltak. Míg az előbbieket továbbra is túlnyomó részben az Országos Mentőszolgálat (OMSZ) vagy más erre a feladatra működési engedéllyel rendelkező szolgáltatók (például a koraszülöttmentők) végzik, addig azokat a betegeket, akiknél nem szükséges legalább mentőápolói felügyelet, a betegszállításra vonatkozó működési engedéllyel és NEAK-finanszírozással rendelkező szolgáltatók szállítják. **Annak eldöntése, hogy mentésre vagy betegszállításra van szükség, a szállítást elrendelő orvos joga és felelőssége.**

Mentés során a beteget a helyszínen sürgősségi ellátásban részesítik, és szükség szerint a megfelelő ellátásra alkalmas legközelebbi egészségügyi szolgáltatóhoz szállítják, valamint szállítás közben ellátják.

Mikor hívunk mentőt?

Minden esetben, amikor a beteg azonnali egészségügyi ellátásra szorul:

- ha életveszély vagy annak gyanúja áll fenn (eszméletlen állapot, bármilyen eredetű súlyos vérzés stb.);
- baleset, sérülés, bármilyen eredetű mérgezés esetén;



- meginduló szülés vagy a fennálló terhesség alatt bekövetkező rendellenesség miatt;
- ha erős fájdalom, vagy más riasztó panasz, tünet észlelhető (például: fulladásérzés, nehézlégzés, végtagbénulás stb.);
- ha olyan magatartászavart észlelünk, aminek során a beteg saját maga vagy mások életét veszélyezteti.

A mentők hívószáma az ország egész területén (minden vezetékes és mobiltelefonról): 104.

1999-től **egységes sürgősségi hívószámot** vezettek be **Magyarország területén: 112**. Ezt elsősorban akkor hívjuk, ha egyidejűleg a mentőkre és/vagy a tűzoltókra és/vagy a rendőrségre is szükség van.

Mentőhívás esetén az alábbi kérdések szerint tegyük meg a bejelentést:

1. **Hol történt?** (Pontos cím, ennek hiányában a helyszín megközelíthetősége.)
2. **Mi történt?** (A sérülés, rosszullet bekövetkezte, például: a sérült összeesett, eszméletlen; szívbeteg, fullad; magasból esett le, gépkocsi gázolta el; motorkerékpárral fának ütközött stb.)
3. **Mennyi sérült, beteg van?**
4. **Milyen sérülés, panasz, tünet észlelhető?** (Például: a sérült a földön fekszik, a lábát fájlalja; sápadt, verejtékes; fullad, nyugtalan, ajkai elkültek; földön fekszik, görcsöl, habzik a szája.)
5. **A bejelentő neve és telefonszáma.** (Szükség lehet a visszahívására, például pontatlan cím esetén.)
6. **Várjunk a mentésirányító esetleges kérdéseire** (a történet pontosítása érdekében fontos!), csak ezután tegyük le a telefonkagylót.

Ha nem mentést igénylő megbetegedést észlelünk, a háziorvost vagy az orvosi ügyeletet hívjuk. A beteg vizsgálata alapján az orvos eldönti, szükség van-e gyógyintézeti beutalásra és betegszállításra – ha igen, ő maga megteszi az intézkedéseket.

(Az Országos Mentőszolgálat hivatalos ajánlása)

Betegszállítás

A betegszállítás célja, hogy az orvos rendelése alapján biztosítsa **az egészségügyi ellátáshoz való hozzáférést** abban az esetben, ha az eset nem igényel mentőápolói felügyeletet, és az egészségügyi ellátás **elérhetősége másként nem biztosítható**. Ezt akkor lehet megállapítani, ha a beteg:

- szállításra szorul, de egészségi állapota nem indokolja mentés igénybevételét;
- csak speciális testhelyzetben szállítható;
- mozgásában korlátozott, járóképtelen, esetleg egészségi állapota nem teszi lehetővé tömegközlekedési vagy más szokásos közlekedési eszköz használatát;
- fertőzésveszély vagy kóros magatartása miatt nem vehet igénybe közforgalmú járművet;
- ellátásának eredményességét tömegközlekedési vagy más szokásos közlekedési eszköz hiánya, vagy annak igénybevételéből eredő késedelem, vagy más tényező veszélyeztetné.

A **gyógyintézetből elbocsátott beteg hazaszállítására** betegszállítást szintén az előbb felsorolt feltételek bármelyikének fennállása esetén lehet igénybe venni (kivéve az utolsó pontot), ha a beteg más módon nem tudja elhagyni a gyógyintézetet. A betegszállítás a beutalásra jogosult orvos – vagy az általa megbízott ápoló, asszisztens – rendelése esetén **térítésmentes, térítés ellenében ugyanakkor bárki jogosult betegszállítást kérni**.

EGÉSZSÉGMEGŐRZÉS

Nehéz a munka, a mindennapi rohanás mellett az egészségünkkel is törődni, mégis időt kell szakítanunk rá, mert csak egy életünk van: oda kell figyelniük arra, mit eszünk, mennyit mozgunk, életmódbeli változtatásokkal csökkentenünk kell azokat az ismert és befolyásolható kockázati tényezőket, amik hozzájárulnak a leggyakoribb betegségek kialakulásához! Ebben a fejezetben a kerületi prevenció programokat ismertetjük, valamint elismert orvosok segítségével a hazai „népbetegségek” okaira és a megelőzés lehetőségeire világítunk rá.

EGÉSZSÉGES HEGYVIDÉK PROGRAM

Ma már egyre többen értik a testi és lelki egészség fontosságát, sőt sokan hajlandók tenni is ezért. A Hegyvidéken élőkre különösen jellemző az egészségtudatos gondolkodás, hiszen egészségünk megóvása nem csak abból áll, hogy a problémákat orvosoljuk. Rendkívül nagy szerepe van a megelőzésnek, az egészségtudatos életvitelnek.



Annak érdekében, hogy ez a gondolkodás tovább erősödjön, mi több, kézzelfogható módon cselekvéssé váljon, információra és olyan lehetőségekre, elérhető szolgáltatásokra van szüksége minden kerületi polgárnak





– a gyerekektől az idősebb generációkig egyaránt –, amiknek a segítségével megőrizhetik egészségüket, szebbé, teljesebbé tehetik életüket.

Ehhez nyújt segítséget a Hegyvidéki Önkormányzat által 2013-ban indított Egészséges Hegyvidék Program (EHP). A prevenció hosszú távon gazdaságosabb és kifizetődőbb, mint a már kialakult betegségek kezelése és gyógyítása.

Nagy szerepet vállal a program megvalósulásában több kerületi kórház és civil szervezet. Az EHP kapcsán a szakemberek együttműködésének társadalmi küldetése a közvetlen betegellátás, gyógyítás mellett az egészség megőrzésének támogatása, az egészségtudatos életmód ösztönzése és az ehhez szükséges ismeretek minél szélesebb körű terjesztése.

Az intézmények a következő egészségügyi területeket kezelik az EHP szempontjából kiemelten: mozgásszervi rendszerünk egészsége, szív- és érrendszeri megbetegedések, anyagcsere-betegségek megelőzése, pszichológiai támogatás, szocioökonómiai tényezők az egészségi állapot alakításában.

Az Egészséges Hegyvidék Programban nagy szerepet vállalnak az önkormányzat azon intézményei is, amelyek tájékoztatással, az egészséges életmód megvalósítását célzó ingyenes szolgáltatásokkal segítik a Hegyvidéken élő polgárok életminőségének javítását.

Az Egészséges Hegyvidék Program korosztályonként épül fel:

- óvodásoknak, iskolásoknak (33–37. oldal)
- felnőtteknek, családoknak (59–61. oldal)

Bővebb információ: <https://egeszsegeshegyvidek.hu/>

Az egészséges táplálkozás témájában nagyon sok, akár egymással ellentétes tanácsról olvashatunk, ember legyen a talpán, aki kiigazodik ezek között. A hazai táplálkozással foglalkozó szervezetek közül kiemelkedő Táplálkozási Fórum évek óta hasznos tanácsokkal, tájékoztató kiadványokkal próbál irányt mutatni az érdeklődőknek. Az egészséges táplálkozáshoz egy tizenkét pontos segítséget állítottak össze a szervezet munkatársai.

1. Minél változatosabban, minél többféle élelmiszerből, különböző ételkészítési módok felhasználásával állítsuk össze étrendünket. Ne ragaszkodjunk a megszokotthoz, ízleljünk meg más ételeket is, kipróbálás után mondjunk csak véleményt, ne legyenek előítéleteink. A sokszínű, nem gyakran ismétlődő ételsorokat tartalmazó étrend önmagában komoly biztosítékot jelent arra, hogy minden szükséges tápanyagot megkap a szervezetünk.

2. Együnk kevésbé zsíros ételeket, a főzéshez, sütéshez inkább margarint vagy olajat használjunk. Különösen fontos ez a keveset mozgók, az ülő foglalkozást végzők számára. Részesítsük előnyben a gőzölést, párolást, a fóliában, teflonedényben vagy fedett cserépedényben, mikrohullámú sütőben készítést a zsiradékban sütéssel szemben. Mellőzzük a rántást, kedvezőbb a kevés liszttel, keményítővel készített habarás.

3. Kevés sóval készítsük az ételeket, utólag ne sózzunk; a mérsékelt sós ízt nagyon gyorsan meg lehet szokni. Különösen kerüljük a sózást a gyerekek étkeztetésénél, mert a gyerekkorban kialakuló ízlés az egész életre kihat. A fogyasztásra kész élelmiszerek közül válasszuk a kevésbé sózottakat. Az ételek változatos ízesítésére sokféle fűszert használhatunk.

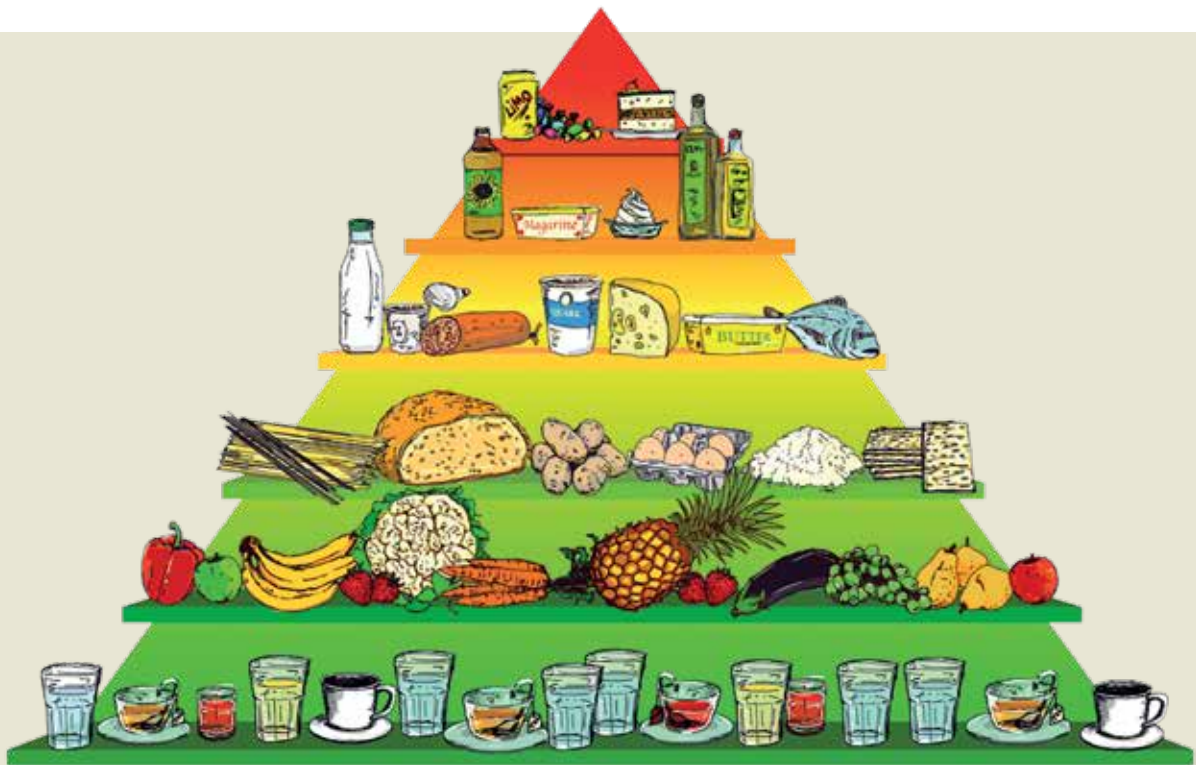
4. Csak étkezések befejező fogásaként, hetenként legfeljebb egyszer-kétszer együnk édességeket, süteményeket, soha ne étkezések között, főleg ne helyettük. Ételeinket egyáltalán ne, legfeljebb nagyon csekély mértékben cukrozzuk. Ahol lehet, cukor helyett használjunk mézet. Igyunk inkább természetes gyümölcs- és zöldséglevet, mintsem italokat, szörpöket. A kávéba, teába – ha egyáltalán szükséges – inkább mesterséges édesítőszerrel tegyünk. Ne szoktassuk a gyerekeket az édes íz szeretetére.

5. Naponta fogyasszunk mintegy fél liter tejet vagy tejterméket (például sajtot, túrót, aludttejet, kefirt, joghurtot). A tejtermékek közül a kisebb zsírtartalmúakat válasszuk.

6. Rendszeresen, naponta többször is együnk nyers gyümölcsöt, zöldségfélét (salátának elkészítve, erre télen is van mód), párolt főzeléknövényt, zöldséget.

7. Asztalunkra mindig kerüljön barna kenyér. Köretként vagy a fogás alapjaként inkább a burgonyát és a párolt zöldségfélétet válasszuk a rizs, esetleg a tészta helyett.

8. Naponta négyszer-öttször étkezzünk. Egyik étkezés se legyen túlságosan bőséges vagy nagyon kevés: minél egyenletesebben osszuk el a napi táplálékmenyiséget. Együnk nyugodtan, kényelmes körülményeket teremtve, nem kapkodva. A főtt ételeket elkészítésük után mielőbb tálaljuk, ne tároljuk melegen órákig. Legyen meg a napi megszokott étkezési „menetrendünk”, lehetőleg mindig azonos időpontban együnk.



A táplálékpiramis praktikus módszer az egészséges étrend mindennapi összeállításához: a napi tápanyagszükségletet fedező élelmiszerek a táplálékpiramisban elfoglalt helyüknek megfelelő arányban szerepeljenek az étrendben!

9. A szomjúság legjobban ivóvízzel oltható. Az alkohol káros, a szeszes italok energiafelesleget jelentenek táplálkozási szempontból, ezért is kerülni kell ezeket. Gyerekeknél a legkisebb mennyiségben is tilosak.

10. A helyes táplálkozás nem jelenti egyetlen étel, élelmiszer tilalmát sem, azonban célszerű egyeseket előnyben részesíteni, mások fogyasztását csökkenteni. Nincsenek tiltott táplálékok, csak kerülendő mennyiségek! Bőséges fogyasztásra javasoltak: elsősorban a gyümölcsök, zöldség- és főzelékfélék, hal, továbbá barna kenyér, burgonya. Mérsékelt fogyasztásra javasoltak: nem zsíros húsok és húskészítmények, zsírszegény tejek és tejtermékek, zsiradékok (célszerű a zsír helyett az olaj, a vaj helyett a margarin használata), tojás, tészta, száraz hüvelyesek. Kerülni javasoltak: édességek, fagyalt, cukrozott készítmények (befőtt, lekvár is), zsíros húsok, zsíros ételek, tejszín, cukor, cukros üdítők, só, tömény italok, sör, bor. Figyeljünk a csomagolt élelmiszereken feltüntetett energia- és tápanyagértékekre, egyéb összetételi adatokra, amik sok segítséget adnak az élelmiszerek kiválasztásában és az étrend összeállításában.

11. A helyes táplálkozás kedvező hatásait hatékonyan egészíti ki a dohányzás teljes mellőzése, a rendszeres testmozgás.

12. A helyes táplálkozás fedezi a szervezet minden élettani folyamatának energia- és tápanyag-felhasználását. Egyszerű módszert jelent értékelésére a testtömeg mérése: megfelelő táplálkozás mellett a kívánatos testtömeg alakul ki, ezt a célt kell elérnünk.

Magyarországon a leggyakoribb halálokok a szív koszorúereinek elmeszesedése miatt kialakuló szövődmények, valamint az agyi stroke, amely szintén a keringési betegségek közé tartozik. Szív- és érrendszeri megbetegedésekben mintegy kétszer többen halnak meg hazánkban, mint az európai uniós átlag. Jó hír ugyanakkor, hogy az utóbbi tíz-tizenöt évben folyamatosan javulnak az adatok, nő az átlagéletkor, amiben nagy szerepe van a keringési betegségek korai felismerésének és a kardiológiai ellátás javulásának.

A leggyakoribb keringési betegségek a magas vérnyomás, az érelmeszesedés, az érszűkület, a szívinfarktus, a visszértágulat, a szívelégtelenség, a szívritmuszavar, az agyvérzés és a stroke. Ezeket kiválthatják genetikai okok, lehetnek más betegségek következményei, előfordulhatnak fertőzések is, azonban kialakulásuk legtöbbször a helytelen életmódra vezethető vissza. A megelőzés tehát jórészt rajtunk múlik: az egészséges táplálkozás, a mindennapos mozgás és a dohányzás elhagyása nagyban segíthet abban, hogy elkerüljük a keringési megbetegedéseket.

Az Európai Kardiológiai Társaság szerint optimálisan heti 5x1 óra, minimálisan 3x30 perc mozgás kell az egészségünk megőrzéséhez. A szív- és érrendszeri betegségek kockázatát mediterrán típusú étrenddel – zöldségek, gyümölcsök, halak fogyasztásával, zsírok helyett olívaolaj használatával – is csökkenthetjük. Fontos a szénhidrátbevitel mérséklése, és ezzel együtt a lassan felszívódó szénhidrátok arányának növelése a diabétesz és az elhízás elkerülése érdekében, ami szintén kockázati tényező. A magas vérnyomás genetikusan a lakosság felét érinti, ezért jó, ha azt is rendszeresen ellenőrizzük. Az optimális vércukorszintre szintén érdemes odafigyelni.

**DAGANATOS BETEGSÉGEK** |||||

A szív- és érrendszeri betegségek mellett a rákos megbetegedések vezetnek a magyarországi halálozási statisztikákat. Évente több mint 70 ezer új daganatos beteget fedeznek fel, ráadásul nagyjából minden negyedik ember halálát valamilyen rák okozza. A rosszindulatú daganatos megbetegedések száma – a KSH adatai alapján – az elmúlt másfél évtizedben folyamatosan emelkedett: míg 1999-ben 141 ezer ilyen esetet dokumentáltak, addig 2015-ben már közel 348 ezret. A rákos megbetegedések több mint hatoda tüdőrák (18%), a második leggyakoribb a vastagbélrák (17%), a harmadik pedig az emlőrák (14%), amelyet a prosztatarák követ.

Ha megvizsgáljuk ezeknek a hazánkban a legtöbb esetben halált okozó daganatfajtáknak a kiváltó okait, a dohányzást kell az első helyen említeni a rizikófaktorok között, hiszen tízből kilenc tüdőrákos beteg dohányos. A vastagbélrák kialakulásának elsősorban életmódi okai vannak: az egészségtelen, rostban szegény, túl sok finomított szénhidrátot tartalmazó étrend, a dohányzás, az alkoholfogyasztás és a mozgás hiánya. Egyes daganatos betegségek, például az emlő- és a prosztatarák kialakulását a genetikai örökség is elősegítheti, ezért azoknak, akiknek a közvetlen felmenői között volt rákbeteg, még inkább vigyázniuk kell magukra, és igénybe venni a szűrővizsgálatokat.

A daganatos betegségek megelőzése érdekében nagyon sokat tehetünk a „rajtunk múló” rizikófaktorok, például a dohányzás, az alkohol, az elhízás, a tartós stressz lehetőség szerinti kerülésével. A tapasztalatok szerint a rákos megbetegedések több mint felét meg lehetne előzni egészséges táplálkozással. Ez kiegyensúlyozott, változatos étrendet jelent, sok friss zöldség, gyümölcs, sovány húsok, halak, baromfi, tojás, tejtermékek, hüvelyesek, teljes kiőrlésű gabonafélék, olajos magvak fogyasztását, a túl sok sót, zsírt, adalékokat tartalmazó ételek kerülését.

Törekedni kell a normál testsúly megtartására, egyrészt megfelelő étrenddel, másrészt fizikai aktivitással. Naponta fél óra mozgás is az egészség megőrzését segíti. Ez lehet séta, gyaloglás, futás, torna, labdajáték, tánc, úszás vagy bármi, ami örömet okoz, és karbantartja a mozgásszerveket, serkenti a légzést és a keringést. A mozgás egyben a stresszoldás egyik legjobb eszköze is a pihenés, az elegendő alvás mellett, és érdemes kifejezetten a stresszoldó technikák (jóga, meditáció, agykontroll, tai chi stb.) valamelyikét is elsajátítani és gyakorolni.

Az egészséges, tudatos életmód mellett úgy vigyázhat mindenki a legjobban magára, ha panaszmentesen is évente egyszer részt vesz szűrővizsgálatokon, rendszeresen elmegy a háziorvoshoz egy alapvető rutinvizsgálatra, és részt vesz a rákszűrő vizsgálatokon is. Harmincéves kor körül a nőknek a mammográfiai, a férfiaknak a prosztatavizsgálat, mindkét nembelieknek a vastagbél vizsgálata feltétlenül ajánlott. A legtöbb rákbetegség ugyanis időben, korai stádiumban felismerve nagyon jó eséllyel gyógyítható!

||||||| KORUNK BETEGSÉGE: AZ ALLERGIA

Az allergia az immunrendszer túlzott reakciója olyan anyagokra, amik normális körülmények között semmilyen választ nem váltanak ki a szervezet részéről. A tünetek nagymértékben változnak, attól függően, milyen szervben történik az allergiás reakció. Így azok az allergének, amik a levegőben terjednek, mint a pollenek, atkák, a légutak és a szem szaruhártyájának a gyulladását – egyebek mellett szénanáthát, tüsszögést, könnyezést – okoznak, míg a tüdőbe kerülve asztmás tüneteket is előidézhetnek.



Ha az allergén az emésztőrendszerbe kerül, az hasüregi fájdalommal, hányingerrel, hányással, puffadással, hasmenéssel járhat. A bőrön jelentkező allergiás reakciók, mint az ekcéma, vagy a csalánkiütés, bőrpírt, duzzadást okoznak. Súlyosabb esetekben az allergiás reakció az egész szervezetre kiterjed, ami életveszélyes állapothoz, anafilaxiás sokkhoz vezethet.

Az allergia kimutatására leggyakrabban vérvizsgálatot, vagy úgynevezett provokációs tesztet alkalmaznak, amikor kis mennyiségű allergénnel vagy allergénkivonattal hozzák kontaktusba a szervezetet, általában a bőrt. A kezelésben nagy szerepet játszik a megelőzés, ami az allergének kerülését jelenti, ez

azonban pollenek vagy a poratka esetében nehezen kivitelezhető. Ilyenkor nyújthat tartós, a tüneteken kívül az allergia okára is ható megoldást az allergénspecifikus immunterápia. A kezelés segítségével a beteg szervezete lépésről lépésre hozzászokik az allergiát kiváltó anyaghoz, és megelőzhető az olyan súlyosabb, allergia következtében kialakuló szövődmények, mint az asztma.

■■■ Dr. Várdi Katalin tüdőgyógyász, somnológus főorvos, az InspiroMed Légzésközpont és Alvásklinika orvos igazgatója az alvászavarok veszélyeiről és a légzésproblémákról

Napjainkban nagyon sok úgynevezett civilizációs betegséget azonosítanak a szakértők. Míg egyes panaszokkal azonnal orvoshoz fordulunk, a kialvatlanságot és a horkolást általában nem vesszük elég komolyan. Pedig igen veszélyes élettani jelenségekről van szó!

Életünk jelentős részét töltjük alvással. Az alvás alapvető létszükséglet, záloga a nyugodt, kiegyensúlyozott és egészséges életnek. A helyes ritmus, az egyéniségünkre szabott alvásszokások képessé tesznek minket arra, hogy napközben koncentrálni tudjunk, ne ingadozzon a hangulatunk, és helyt tudjunk állni a munkában. A rendszertelen életmód és a különböző alvászavarok miatti alváshiány ugyanakkor súlyos betegségekhez, az életminőség romlásához, testsúlynövekedéshez, szélsőséges esetben saját és mások életének veszélyeztetéséhez is vezethet. Az alvás leginkább a világgal való kapcsolatunkat rendezi idegélettani és pszichológiai szempontból. Éberségünk sérülése álmoságot, pszichés bizonytalanságot, mentális diszkomfortot, a koncentráló-képesség csökkenését és számos szociális problémát okozhat. A megfelelő alvás ugyanakkor feltölti a szervezetet, és éppen annyira része az egészséges, harmonikus életmódnak, mint a testmozgás és a helyes táplálkozás.



Légzőszervrendszerünk egyik legfontosabb része a tüdő. Egészséges működése elengedhetetlen az élethez, hiszen testünk minden sejtjének szüksége van oxigénre. Ezt az érzékeny és összetett szervet a mai világban egyre több káros hatás érheti. Nemcsak a dohányzó, vagy egészségtelen munkát végző embereket, de a biciklistákat, a szmogos, szennyezett levegőn rendszeresen futókat vagy sétálókat is veszélyeztetheti, ha káros részecskék, gázok kerülnek a tüdejükbe. A dohányzáson és a légszennyezettségen kívül baktériumok is megtámadhatják a tüdőt, ezek is komoly betegségeket okozhatnak. Életvitelünk több generációra van hatással: epigenetikai vizsgálatok bizonyították, hogy egy dohányzó ember még az unokáira is örökíthet káros hatásokat.

Számos tüdő- és légúti betegséggel kell szembeszállnunk, hogy megőrizzük egészségünket. A tüdő- és légúti rendszer megbetegedéseire különböző tünetek jellemzők. Tünetek, amikre figyelni kell: nehézlégzés, fokozott nyáktermelés és bőséges köpetürítés, fizikai aktivitás esetén zihálás, majd légszomj, idült köhögés, vér felköhögése, tartós mellkasi vagy hátfájdalom. Ha bármelyiket tapasztalja magán, forduljon minél hamarabb orvoshoz! Ha a környezetében bárkin észrevesz hasonló tüneteket, érdemes udvariasan felhívnia rá a figyelmét, hogy légzőszervi betegségben szenvedhet.

ORTOPÉDIAI BETEGSÉGEK

Dr. Lajos Éva ortopéd szakorvos, a Budai Egészségközpont orvos-igazgatója az ortopédiai betegségekről



Az ortopédia a csontok, ízületek, a gerinc és az izmok, azaz a tartó és mozgató szervrendszer elváltozásai, betegségeivel foglalkozik. Ezek a problémák gyakran veleszületettek, így már csecsemőkorban jelentkeznek, míg mások az életkor előrehaladtával, részben természetes folyamatok eredményeként jelentkeznek. Többször fordulnak elő ortopédiai panaszok kamaszkorban a hirtelen növekedés miatt, valamint azoknál, akik ülőmunkát, vagy munkájuk során ismétlődő mozdulatokat végeznek.

Van, hogy lassan alakulnak ki az ortopédiai betegségek, ezért ha időben megtörténik a diagnózis, az esetek jelentős részében jó eséllyel és ami nagyon fontos, akár műtét nélkül gyógyíthatók. Tartási rendellenességek, gerincferdülés, járásproblémák, csont- és ízületi fájdalmak, deformációk, csontkinövések, lúdtalp esetében érdemes mielőbb szakorvoshoz fordulni.

Az ortopédiai panaszok enyhítésének, vagy akár a teljes gyógyulásnak fontos eszköze a gyógytorna, amivel sokszor elkerülhetők az invazív beavatkozások. Ne feledjük azt sem, hogy a mozgásszervi problémák hátterében más betegségek is lehetnek, ezért sem szabad elmulasztani a kivizsgálásukat. Ha mégis műtetre van szükség, az ortopédiai sebészet dinamikusan fejlődik. Elsődleges cél, hogy minél kisebb műtéti megterheléssel legyen biztosítható az ízületek mozgásképessége, amihez egyre korszerűbb implantátumok állnak rendelkezésre.

NEUROLÓGIAI BETEGSÉGEK

Dr. Harnos Andrea neurológus, foglalkozás-egészségügyi szakorvos a leggyakoribb neurológiai kórképekről



Parkinson-kór: vezető tünetei az arcmimika szegénysége, az izmok merevsége, a kezek reszketése, a személyiség fokozatos elszíntelenedése. Ismerjük fel idejében ezeket a jeleket, hiszen a mielőbbi orvosi segítség javítja az életminőséget és a prognózist.

Stroke: összefoglaló elnevezés, amely egyaránt jelenthet agyvérzést vagy agyérgörcsöt. Az agyi károsodás helyének megfelelő tünetek alakulnak ki, például végtagbénulás, beszéd- vagy látászavar. A súlyos klinikai képet gyakran előzi meg a fentihez hasonló, de átmeneti, múló jellegű tünetegyüttes. Fontos, hogy már ekkor megtörténjen a szakorvosi ellátás, az okok felkutatásával és kezelésével így válik megelőzhetővé

a komplett stroke. A háttérben általában magas vérnyomás, érzékszervi vagy szívritmuszavar áll. Az időben történő felismerés és a sürgősségi orvosi beavatkozás életet menthet, s a folyamat visszafordítható lehet.

Fejfájások: sokszor valamely betegség, legtöbbször magas vérnyomás, szembetegségek (zöld hályog), vashiány, agyvérzés, központi idegrendszeri gyulladás tüneteiként jelentkezhetnek. Fontos, hogy a hirtelen fellépő, szokatlanul heves vagy lázzal járó és csillapíthatatlan fejfájás sürgősségi ellátást igényel. Az önálló

fejfájáskórképek közül kiemelendő az úgynevezett szövődményes migrén. Jellemzője, hogy a fejfájással egy időben kísérő tünet is van, például látótérkiesés, vagy végtagszibbadás. Feltétlenül kivizsgálandó, mert érfejlődési rendellenesség állhat a háttérben, ami agyvérzést okozhat.

Epilepszia: kezelése szakorvos feladata. A korszerű gyógyszerek megjelenésével a korábban terápiareszistens esetekben is rohammentesség érhető el. Szükség esetén a legkorszerűbb idegsebészeti beavatkozás is rendelkezésre áll, és a beteg teljes életet élhet. Mindig gondolnunk kell arra, hogy az újonnan felfedezett epilepszia más súlyos betegség, például koponyasérülés tünete lehet.

Lumbágó: hirtelen rossz mozdulatot követően derékfájdalom, vagy heves, lábba sugárzó fájdalom alakulhat ki, aminek hátterében gerincsérv állhat. Előfordul, hogy idegsebészeti beavatkozásra van szükség, de sokszor eredményes a reumatológiai kezelés is. A mozgásszervi betegségek megelőzésében fontos szerep jut a testmozgásnak (jóga, pilates, gyógytorna).

Neuropátia: hátterében kezeletlen cukorbetegség vagy alkoholbetegség állhat.

Alzheimer-kór: a demenciák kezelésében és felismerésében a neurológusokon kívül nagy szerep hárul a családokra, a szociális intézményekre és az öngyógyító szervezetekre.

Közös érdekünk, hogy mind saját magunk, mind családtagjaink, valamint a közvetlen környezetünkben élők esetében is figyeljünk a fenti betegségek intő jeleire. Amennyiben ezekkel tisztában vagyunk, súlyos tragédiákat előzhetünk meg!

EGÉSZ ÉVBEN KULLANCSVESZÉLY |||||

Az enyhe telek miatt egész évben találkozhatunk kullancssal. Tévhit, hogy kizárólag az erdőben élnek – legnagyobb számban valóban a sűrű aljnövényzetű területeken, elsősorban tölgyesekben és vízparton telepednek meg, de előfordulnak a városok zöld területein is.

Terítsünk le plédet a fűbe, mielőtt letelepednénk, használjunk kullancsriasztó sprayt vagy kenőcsöt, kerüljük a bokrokat és a dúsabb aljnövényzetű területeket, hazaérve pedig tüzetesen vizsgáljuk át testünket.

Különösen indokolt a hajlatok és a hajas fejbőr ellenőrzése, ugyanis az emberre akaszzkodó kullancs addig mászik, amíg megtalálja a legvékonyabb bőrfelszínt.

A kullancs szinte soha nem a fáról támad, inkább egy-másfél méteres magasságból, az aljnövényzetről vagy a bokrok leveleiről sodródik áldozatára.

Ha kullancsot találunk, mielőbb távolítsuk el! Egy csipesszel – a legjobb a gyógyszerárakban kapható speciális kullancscsipesz vagy az ún. Kapiller-féle kullancskiemelő kanál – fogjuk meg az állat szívó-

szervét közvetlenül a bőrfelszín felett, majd egyenletes, lassú mozgással, esetleg egy kicsit megcsavarva húzzuk ki. Ne nyomkodjuk a potrohát, és ne kenjük be az állatot krémmel vagy olajjal, mert ezek hatására bélrendszere tartalmával együtt kórokozókat öklendezhet a bőr alá!

A kullancs által terjesztett leggyakoribb betegség a vírusos agyvelőgyulladás és a Lyme-kór. A kifejldött agyvelőgyulladás csak tünetileg kezelhető, azonban védőoltással megelőzhető. A Lyme-kór ellen egyelőre nem létezik védőoltás, a betegség ugyanakkor antibiotikumokkal jól gyógyítható. Jellemző tünete a csípés helyét körülvevő, napról napra körkörösén növekvő, vöröses folt. A betegséget vérvizsgálat igazolja, gyanú esetén háziorvosunk infektológiai szakrendelésre utalhat be.





„KIEMELTEN FOGLALKOZUNK A CSALÁDOKKAL”

GALLAI DOLORES

A HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT

EGÉSZSÉGÜGYI REFERENSE

Nemcsak az egészségügyi alapellátás folyamatos fejlesztésére, hanem a prevenciót és az egészségtudatos gondolkodást erősítő programok szervezésére is kiemelt figyelmet fordít a Hegyvidéki Önkormányzat. Gallai Dolores egészségügyi referenssel beszélgettünk, aki egyebek közt a fentiekkel is magyarázza, hogy a kerületben országosan az egyik legmagasabb az átlagéletkor és az egészségben eltöltött évek száma.

Valóban ennyire jók az adatok?

Igen! Ez az egyik olyan terület, amire büszkék lehetünk a Hegyvidéken. A tiszta levegő, a rengeteg zöld terület mellett egy jól működő egészségügyi alapellátás is szükséges, továbbá az ebben dolgozók magas szakmai tudása és nem utolsósorban a kerület lakóinak igénye az egészséges életre. Nem véletlen, hogy a 65 éven felüliek aránya nálunk meghaladja a 25 százalékot, míg az országos adat kevesebb, mint 20 százalék.

Mekkora része van ebben az önkormányzatnak?

Az önkormányzat nagy hangsúlyt helyez a prevencióra, valamint sokat tesz azért, hogy a háziorvosi, házi gyermekorvosi és fogorvosi ellátások alkalomával a Hegyvidéken élők a legjobb szolgáltatást kapják. Nemcsak a konkrét egészségügyi alapellátásokra gondolok, hanem egyéb feltételek megléte

is kell ahhoz, hogy egészségben és egészséges környezetben élhessünk. Idetartoznak a Hegyvidéki Zöld Iroda környezetvédelmi programjai, a kulturális rendezvények, a szükségleteknek megfelelő különböző szociális szolgáltatások és támogatások, az ingyenes sportolási lehetőségeket biztosító Aktív Hegyvidék Program vagy a kifejezetten a szépkorúak számára szervezett események. Mindezek összehangoltan kapcsolódnak az Egészséges Hegyvidék Programhoz, amelynek célja, hogy az itt élők pontos és szakszerű tájékoztatást kapjanak az egészség megőrzésének módjairól, a betegségek kialakulásának megelőzéséről. A prevenció hosszú távon gazdaságosabb és kifizetődőbb, mint a már kialakult betegségek kezelése és gyógyítása. Kerületi kórházakkal, valamint civil szervezetekkel együttműködve kínálunk egészségmegőrző, az aktív, egészséges életmód megvalósítását elősegítő megoldásokat. Az Egészséges Hegyvidék Programnak jelenleg tizenkilenc alprogramja működik, minden korosztálynak szervezünk rendezvényeket, és kiemelten foglalkozunk a családokkal.

Hogyan és mikor indult az Egészséges Hegyvidék Program?

Amikor 2003-ban az önkormányzathoz jöttem, a Gesztenyénap keretében néhány éve már volt családi egészségnap, amelyet óriási érdeklődés kísért. Ezért szakmai javaslatomra úgy döntött

a képviselő-testület, hogy legyen évi két ilyen alkalom, nyáron és ősszel. Ez tizenhat éve így van, az alkalmanként elvégzett közel kétezer ingyenes szűrővizsgálat pedig önmagáért beszél. Abban az időben zajlott az alapellátás átalakítása is, megtörtént a háziiorvosi és a fogorvosi praxisok privatizációja, ami további ellátásjavulást eredményezett. Dr. Szolnoki Lajos háziorvos kezdeményezésére 2005-ben megkezdte működését az Egészséges Hegyvidék Klub. Az ismeretterjesztő előadások után a szintén akkoriban beinduló biopiacról származó hozzávalókból készült ételekkel kínáltuk a hallgatótársakat. A klub néhány év alatt túlnőtte a kereteit, így született meg az Egészségesen a Hegyvidéken – Szabadegyetem.

Az egészségnapokon kívül is szerveznek szűréseket?

Igyekszünk minden korosztályt elérni. Az Egészséges Hegyvidék Program részeként az óvodások ortopédiai szűréseken, látás- és hallásvizsgálaton, lisztérzékenység- és fogászati szűrésen vesznek részt. Az iskolásokat ortopédiai szűrés, újraélesztési tanfolyam, a hetedikeseket dohányzást megelőző program várja. Az egész családnak szólnak a preventív szűrőszombatok, a szabadegyetem, a SZÍVSN mozgalom, a kismamatorna, az újraélesztési és az otthonápolási tanfolyam, valamint a rákbetegek országos szervezetének rendezvényei. Sikertől jól működő rendszert kialakítani a kerületi egészségügyi szolgáltatók és az önkormányzat között. A szervezésben kiemelt szerepet kapnak a Hegyvidéki Egészségügyi Központ munkatársai, a védőnők, iskolaorvosok, szakápolók, gyógytornászok, fizioterapeuták adják a programokon közreműködők bázisát.

Szó esett az alapellátásról. Ezen a területen milyen feladatokat lát el az önkormányzat?

Kötelező feladata a háziiorvosi, a házi gyermekorvosi, a fogorvosi, a védőnői, az iskola-egészségügyi és az alapellátáshoz kapcsolódó háziiorvosi, házi gyermekorvosi és fogorvosi ügyeleti ellátás, valamint az egészséges életmód segítését célzó szolgáltatások

biztosítása. A Hegyvidéki Egészségügyi Központ 2016 óta szakmailag önállóan működik, a kerülethez tartozó tizenhárom telephelyen lévő rendelők állapotáért felelős. Az önkormányzat készítettett egy tanulmányt a rendelők műszaki állapotáról. Ennek tanulságai alapján kezdődött meg az átfogó felújítási program, ami tizenkét háziiorvosi és házi gyermekorvosi rendelőt érint, összesen tizenhat szervezeti egységgel. 2017-ben indult el a „Hegyvidéki baba vagyok” program, az elmúlt két évben közel 1300 gyermek született a kerületben. Az önkormányzat a babacsomag tartalmával a család számára nyújt hasznos segítséget a babagondozás első időszakára. 2018-ban bevezettük a Hegyvidéki Betegirányítási Programot. Az országos összehasonlításban is példaértékű kényelmi szolgáltatás a következő években fokozatosan elérhető lesz a felújított rendelőkben.



ÁLLATORVOSI SZOLGÁLTATÁSOK

A házi kedvencek egészségére minden jó gazda igyekszik figyelmet fordítani. Az önkormányzati állatorvos kötelező és önként vállalt szolgáltatásokkal várja rendelőjében a kisállat-tulajdonosokat.

A kutyák számára évente kötelező veszettség elleni védőoltást az állat egyéves koráig két alkalommal, ezt követően évente kell beadatni. Szabálysértési eljárásra számíthatnak azok, akik nem oltatják be kutyájukat. Nem kötelező, ugyanakkor javasolt a hobbiállatok, valamint a macskák beoltása veszettség ellen. Az oltást bármelyik állatorvos elvégzi, majd azt az állat oltási könyvében dokumentálja. A veszettség elleni oltással egy időben megtörténik az állat tablettával történő féregtelenítése, amit félévente érdemes megismételni.

A leggyakrabban kért választható oltások az alábbi betegségek ellen nyújtanak védelmet: szopornyica, májgyulladás, kullancs – Lyme-kór, Parvo, veszettség, vírusos betegségek.

Kötelező a kutyák azonosítását szolgáló chip beültetése. A fájdalommentes beavatkozással egy parányi elektromos jeladó kerül az állat nyakbőre alá, amely tartalmazza a kutya gazdájának adatait. Az életre szóló chipet bármelyik állatorvosi rendelőben beültetik, vagy leolvassák. Szintén rendelkeznek a leolvasáshoz szükséges eszközzel az Illatos úti Fővárosi Ebrendészeti Telepen, így az elkóborolt kutyák rövid időn belül visszakérülhetnek gazdáikhoz. Külföldre utazáshoz állatútlevélre van szükség, az okmány az állat élete végéig érvényes, nem kell lecserélni, egyúttal helyettesíti az oltási könyvet is.



A kutyák egységes alakú, sorszámossal ellátott, több évre szóló oltási könyvet kapnak. A dokumentumra az oltások nyomon követése mellett állatharapás esetén is szükség van, ugyanis bemutatásával elkerülhető a szenvedő fél többszöri beoltása.

Ebek veszettség elleni védőoltásának költségeihez nyújtott támogatás

Vizsgálatok bizonyítják, hogy a kutyatartás jótékony hatással van az emberre, a kutyatartók mentális és fizikai állapota kimutathatóan jobb azokénál, akik nem tartanak állatot. Egy kisállat társaságot nyújt, és feladatot is ad az időseknek, akik nem érzik magukat magányosnak, feleslegesnek. A kutyatartókon kevésbé uralkodik el a depresszió, a kétségbeesés. Az állatok simogatásának nyugtató hatása van, a lakásban tartott kutyáknak pedig szükségük van a gondoskodásra, a napi legalább kétszeri sétára, ezek a séták pedig a gazda fizikai állapotának megőrzésében is segítséget nyújtanak.

Az idősek segítése céljából az önkormányzat támogatást nyújt az ebek veszettség elleni védőoltásának költségeihez. A védőoltás jogszabály szerinti kötelező éves oltás, amelynek költsége a kutyatulajdonost terheli. A támogatást az életvitelszerűen a kerületben élő, kerületi lakó- vagy tartózkodási hellyel rendelkező, 65 év feletti, egyedülálló kutyatulajdonosok igényelhetik abban az esetben, ha jövedelmük nem haladja meg a 118 800 Ft-ot. Tulajdonosonként évente egy kutya részesülhet 5000 Ft összegű oltási támogatásban, amely az oltást követő 60 napon belül kérelmezhető az önkormányzatnál.

A XII. KERÜLETI ÁLLATORVOSI RENDELŐK LISTÁJA

Önkormányzati Állatorvosi Rendelő

A kerületben élő állattartók a házi kedvenceik tartásával, gondozásával, betegségével és oltásával kapcsolatos kérdésekben kereshetik az önkormányzati állatorvost.

Dr. Juhász Péter önkormányzati állatorvos

Cím: 1122 Budapest, Városmajor utca 1. • Telefonszám: +36 1 355 3764

E-mail: igazgatas@hegyvidek.hu

Kútvolgyi Állatgyógyászati Centrum

Cím: 1125 Budapest, Hadik András utca 8. • Telefonszám: +36 70 543 5532

Buda-vet Állatorvosi Rendelő

Cím: 1126 Budapest, Tartsay Vilmos utca 19. • Telefonszám: +36 1 375 2624

Vöröskő Állatorvosi Rendelő

Cím: 1126 Budapest, Vöröskő utca 8. • Telefonszám: +36 1 213 7876

Böszö-Vet Állatorvosi Rendelő és Állatpatika

Cím: 1126 Budapest, Böszörményi út 3/b • Telefon: +36 1 950 6915

Focus-Vet Állatorvosi Rendelő

Cím: 1125 Budapest, Tündér út 4/b • Telefonszám: +36 20 414 4144

Pegi-Vet Krisztinavárosi Kisállatrendelő

Cím: 1122 Budapest, Maros utca 23. • Telefonszám: +36 1 282 8717

Edvi Illés úti Állatorvosi Rendelő

Cím: **1121 Budapest, Edvi Illés út 39.** • Telefonszám: **+36 1 249 2115**

Csörsz utcai Állatorvosi Rendelő

Cím: **1123 Budapest, Csörsz utca 7.** • Telefonszám: **+36 1 375 5194**

A KISÁLLATOK ELLÁTÁSÁRA SZAKOSODOTT,
ÉJSZAKA IS NYITVA TARTÓ FŐVÁROSI ÁLLATORVOSI INTÉZMÉNYEK _____

Szent István Egyetem Állatorvos-tudományi Kar Kisállatkórháza

Cím: **1078 Budapest, István út 2.** • Telefonszám: **+36 1 478 4100**

(Nagyobb állatokat az SZIE ÁOTK Nagyállatklínikáján, az üllői Dóra-majorban fogadnak. Telefonszám: +36 1 521 300.)

Budapesti Állatkórház

Cím: **1135 Budapest, Lehel út 43.** • Telefonszám: **+36 1 350 0361, +36 1 350 1166**

Dr. Juhász Tamás Kisállatkórház

Cím: **1112 Budapest, Péterhegyi út 46.** • Telefon: **+36 1 310 1106, +36 1 310 0108**

Fővárosi Ebrendészeti Telep

Cím: **1097 Budapest, Illatos út 23/a** • Telefonszám: **+36 1 280 6832**

ÁLLATPATIKÁK _____

Plutó Állatpatika

Cím: **1126 Budapest, Márvány utca 21/a** • Telefonszám: **+36 1 213 5541**

Böszi-Vet Állatorvosi Rendelő és Állatpatika

Cím: **1126 Budapest, Böszőrményi út 3/b** • Telefon: **+36 1 950 6915**

BUDAPEST FŐVÁROS KORMÁNYHIVATALA XI. KERÜLETI HIVATALA HATÓSÁGI FŐOSZTÁLY NÉPEGÉSZSÉGÜGYI OSZTÁLY ÉS CSALÁDVÉDELMI SZOLGÁLAT

A népegészségügyi osztály feladatai közé tartoznak:

• a járványügyi • a kémiai biztonsági • a környezet- és település-egészségügyi • az élelmezés-egészségügyi • a gyermek- és ifjúság-egészségügyi • az egészségügyi igazgatási • az egészségfejlesztési, valamint a boncolás nélküli hamvasztás engedélyezésével, a családvédelmi feladatok ellátásával, a védőnői szakfelügyelet ellátásával és a hatáskörbe tartozó panaszok és közérdekű bejelentések kivizsgálásával kapcsolatos feladatok.

A Budapest Főváros Kormányhivatala XI. Kerületi Hivatala Hatósági Főosztály Népegészségügyi Osztály illetékességi területe: XI., XII., XXII. kerület

Tisztiorvos: Fülepné dr. Ludányi Éva

Cím: **1111 Budapest, Budafoki út 59.** • Telefonszám: **+36 1 235 7050**

E-mail: nepegeszsegugy11@11kh.bfkh.gov.hu

Ügyfélfogadási idő: **hétfő 12.30–16.30, szerda 8.00–16.30, péntek 8.00–12.00. Kedden és csütörtökön zárva**

MARGIT MEDICAL CENTER



DEXA csontsűrűségmérés

A készülék alkalmas a csontritkulás (osteoporosis) igazolására vagy kizárására és a törési kockázat becslésére. Zsír- és izomállomány mérés!

Beutaló nem szükséges! A vizsgálat térítésköteles! A leletet a vizsgálat végén azonnal kézbe adjuk!

Bejelentkezés: munkanapokon 8–14 óra között,

a (06-1) 998-00-10-es telefonszámon

vagy bármikor e-mail útján a csontsuruseg@margitmedical.hu e-mail-címen.

Mammographias vizsgálat

Komplex mammographias vizsgálat (röntgen + ultrahang).

Beutaló nem szükséges! A vizsgálat ára: 30 000 Ft

Bejelentkezés: munkanapokon 8–20 óra között, a (06-1) 998-0000-as, vagy a +36/30-641-9000-as telefonszámokon.

1027 Budapest Henger u. 2/b. (Margit híd budai hídfőnél) • www.margitmedical.hu



INSPIRÁLÓ KÖRNYEZET EURÓPA ÉLVONALÁBAN

DR. MERKELY BÉLA

A SEMMELWEIS EGYETEM REKTORA,
A VÁROSMAJORI SZÍV- ÉS ÉRGYÓGYÁSZATI
KLINIKA IGAZGATÓJA

A Városmajor utcában 1912-ben nyílt meg a János Szanatórium, amely különféle átalakítások után a szív- és érgyógyászat kiemelkedő intézményévé fejlődött az elmúlt bő száz évben. A szakmai műhely kiválóságát jelzi, hogy hazánkban számos beavatkozást, köztük szívátültetést, műszívbeültetéseket itt végeztek először, a szívtranszplantációk számát tekintve pedig mára Európa második legnagyobb központjává vált. „Mi szeretnénk lenni az elsők” – mondja dr. Merkely Béla professzor, a Semmelweis Egyetem rektora, a Városmajori Szív- és Érgyógyászati Klinika igazgatója, akivel az intézmény fejlődéséről, tudományos munkájáról, a helyhiány miatt szükséges beruházásokról beszélgettünk.

Hogyan vált a szív- és érgyógyászat nemzetközi hírű központjává a városmajori klinika?

Ez a hely már János Szanatóriumként is unikális volt, például itt használták először az országban elektrokardiográfot. Az intézményben az 1950-es évektől került középpontba a szív- és érsebészet Kudász József, Soltész Lajos és Szabó Zoltán professzorok irányítása alatt. Mára a nagy operációk helyét túlnyomórészt átvették az éren keresztüli, katéteres beavatkozások, a műtétek négyötödét ma ilyen „minimál invazív” módon végezzük. Intézményünk a szívtranszplantációnak is a fellegrája, 1992-ben történt az első szívátültetés. Ez a ház mindig is Európa

élmezőnyébe tartozott, és most is benne van a kontinens első három szív- és érrendszeri betegségeket kezelő intézménye között, mindenekelőtt a kiváló, nemzetközi hírű orvosainknak köszönhetően. Tudományosan is erősek vagyunk, épp most újul meg és bővül nagyjából a duplájára a néhai Juhász-Nagy Sándor professzorról elnevezett kísérleti laboratóriumunk.

Milyen kutatásokat végeznek a laboratóriumban?

A kutatásaink céltudatosan innovatívak: az itt dolgozó orvosok mindennap azon gondolkodnak, hogyan lehetne egy-egy műtétet még kisebb beavatkozással, még egyszerűbben elvégezni. Az intézményünkben a sejterápiától kezdve az állatkísérletekig mód van arra, hogy kipróbálhassák, megvalósíthassák ötleteiket. Jelentős kutatások zajlanak például a szívbillentyűk katéteres gyógyítása, vagy a keringéstámogatás, a leálló keringésű betegek megmentése terén. Az alapkutatási eredmények klinikai gyakorlatba való áttemelésével és a tisztán klinikai kutatásokkal a városmajori klinika nagyjából a magyar szív- és érgyógyászati kutatási teljesítmény 90%-át hozza.

A laboratórium bővítésén túl milyen további fejlesztéseket terveznek?

A városmajori klinika épületegyüttese a gyönyörű kerttel és környékünk, a XII. kerület inspiráló környezetet teremt az itt dolgozóknak, ez is nagyban

hozzájárul ahhoz, hogy Európa élvonalában maradjunk. Egy Achilles-sarka van a klinikának: a helyszűke. A műtők, a CT és az MR sokszor éjszaka is üzemelnek, maximálisan kihasználtak, ezért további fejlesztésekre, a kapacitások bővítésére van szükség. A Határőr úti épületünket felújítjuk, energetikailag korszerűsítjük, tervezzük továbbá a Városmajor utcai, központi épületünk tetőterének beépítését, ahová a gépészet és az orvosi helyiségek kerülhetnek. A beépítés által növelni tudjuk az oktatási terület méretét, és egy transzplantációs osztályt is kialakíthatunk – egyelőre csak transzplantációs intenzívünk van – annak érdekében, hogy még több beteg kaphasson segítséget. A Városmajor utca 70. szám alatt új épületet emelnénk, amelyet híddal kötnénk össze a központi tömbbel. Ide új, modern diagnosztikai eszközöket – két CT-t és két MR-t – helyezünk, valamint kutatásokat végzünk azzal kapcsolatban, hogyan lehet a betegek, az orvosok és a személyzet védelmében a beavatkozásokat röntgen nélkül, MR-ben végezni. A katéteres strokeellátásban való részvétel feltételeit is szeretnénk megteremteni, ezáltal az érrendszeren belül szinte bárhová el tudunk majd jutni. Az új épület ugyancsak lehetőséget biztosít az ambulancia bővítésére. A fejlesztést a kormányprogram is tartalmazza, az átadás várható időpontja 2022.

Magyarországon a halálozások több mint felének a hátterében valamilyen keringési betegség áll. Hogyan lehetne csökkenteni ezt az igen magas arányt?

Ma már nem a szívinfarktus jelenti a legnagyobb problémát – a jól szervezett ellátás révén húsz év alatt csaknem a harmadára, 15 ezerről 6 ezerre csökkent az emiatt elhunytak száma –, hanem a krónikus betegségek. Kiemelt feladatunk a szívelégtelenség, valamint az egyik leggyakoribb szívritmuszavar-típus, a pitvarfibrilláció kezelése, ez a két betegség a lakosság 4-5 százalékát érinti. Annak érdekében, hogy csökkenjen a krónikus szívbetegségek miatti halálozások száma, komplex kezelésre van szükség. Idetartozik a megelőzés, a heveny betegségek ellátása és a megfelelő utánkövetés, valamint a szívelégtelenség kezelése.

A megelőzésben milyen módon vesz részt a klinika?

A megelőzést ott kezdjük, hogy elmegyünk a középiskolákba, köztük a XII. kerületi gimnáziumokba előadást tartani, a klinika nyitott napjaira meghívjuk a fiatalokat, bemutatjuk nekik a mindennapi munkánkat. Havonta egy alkalommal szűrést tartunk, amire bárki jelentkezhet – tapasztalataink szerint a legnagyobb számban hegyvidékiek jönnek.



GYÓGYSZERTÁRAK

Ügyeletes gyógyszerész:

Széna tér Patika

Cím: **1015 Budapest, Széna tér 1.** • Telefonszám: **+36 1 225 7830**

Nyitvatartás: hétfőtől szombatig 8.00–20.00, vasárnap és munkaszüneti napokon 8.00–18.00

Ügyeleti idő: hétfőtől szombatig 20.00–8.00, vasárnap 18.00–8.00

Web: <http://www.szenaterpatika.hu/>

Benu Gyógyszertár

Cím: **1123 Budapest, Alkotás utca 13. földszint** • Telefonszám: **+36 1 782 2669**

Nyitvatartás: hétfőtől péntekig 8.00–20.00, szombaton és pihenőnapokon 8.00–13.00. Vasárnap és munkaszüneti napokon zárva

Evital Gyógyszertár – MOM Park

Cím: **1123 Budapest, Alkotás utca 53.** • Telefonszám: **+36 1 225 0202**

Nyitvatartás: hétfőtől szombatig 8.00–20.00, vasárnap és munkaszüneti napokon 10.00–18.00

Web: www.e-vital.hu

Evital Gyógyszertár – Hegyvidéki Bevásárlóközpont

Cím: **1124 Budapest, Apor Vilmos tér 11–12.** • Telefonszám: **+36 1 201 3861**

Nyitvatartás: hétfőtől péntekig 9.00–19.30, szombaton és pihenőnapokon 9.00–19.00, vasárnap 10.00–14.00. Munkaszüneti napokon zárva

Web: <http://hegyvidekkozpont.hu/shop/patika/>

Szent Bernát Gyógyszertár

Cím: **1126 Budapest, Böszörményi út 3/a** • Telefonszám: **+36 1 355 5931**

Nyitvatartás: hétfőtől péntekig 8.00–19.00

Web: <http://www.medmarket.hu/szbgyt/>

Szent Ilona Gyógyszertár

Cím: **1126 Budapest, Böszörményi út 27.** • Telefon: **+36 1 355 4091**

Nyitvatartás: hétfőtől péntekig 8.00–20.00, szombaton 8.00–13.00

Web: <http://szentilona.hu/>

Svábhegyi Gyógyszertár

Cím: **1121 Budapest, Eötvös út 4.** • Telefonszám: **+36 1 395 7576**

Nyitvatartás: hétfőtől péntekig 8.00–19.30, szombaton 8.00–13.00

Olympia Gyógyszertár

Cím: 1123 Budapest, Győri út 8. • Telefonszám: +36 1 356 8452

Nyitvatartás: hétfőtől péntekig 8.00–16.00

Sashegy Gyógyszertár

Cím: 1124 Budapest, Hegyalja út 95. • Telefonszám: +36 1 319 3394

Nyitvatartás: hétfőtől péntekig 8.00–19.00, szombaton és pihenőnapokon 8.00–13.00. Vasárnap és munkaszüneti napokon zárva

Web: <http://sashegygyogyszertar.hu/informaciok/>

Országos Gerincgyógyászati Központ (Budai Egészségközpont) Gyógyszertára

Cím: 1126 Budapest, Királyhágó utca 1–3. • Telefonszám: +36 1 887 7921

Nyitvatartás: hétfőtől péntekig 9.00–17.00

Krisztina Gyógyszertár

Cím: 1122 Budapest, Krisztina körút 2–4. • Telefonszám: +36 1 356 0532

Nyitvatartás: hétfőtől péntekig 8.00–19.00, szombaton 8.00–13.00

Web: <http://www.kulcspatika.hu/patikak/krisztina-patika-p66>

Kútvölgyi Patika, Semmelweis Egyetem

Cím: 1125 Budapest, Kútvölgyi út 4. • Telefonszám: +36 1 325 1386

Nyitvatartás: hétfőtől péntekig 8.00–19.00

Kerengő Gyógyszertár

Cím: 1012 Budapest, Déli pályaudvar, kerengő-aluljáró • Telefonszám: +36 1 225 0602

Nyitvatartás: hétfőtől péntekig 7.00–20.00, szombaton 8.00–14.00

Web: <https://www.almapatika.hu/alma-gyogyszertar-kerengo>

Várnegyed Gyógyszertár

Cím: 1122 Budapest, Maros utca 16/b • Telefonszám: +36 1 225 1670

Nyitvatartás: hétfőtől csütörtökig 7.30–20.00, pénteken 7.30–17.30

Viktória Gyógyszertár

Cím: 1126 Budapest, Márvány utca 50. • Telefonszám: +36 1 214 8948

Nyitvatartás: hétfőtől péntekig 8.00–20.00, szombaton és pihenőnapokon 8.00–13.00. Vasárnap és munkaszüneti napokon zárva

Szent Ágnes Gyógyszertár

Cím: 1126 Budapest, Németszőlgyi út 56. • Telefonszám: +36 1 225 0563

Nyitvatartás: hétfőtől péntekig 8.00–20.00

Web: <http://szent-agnes-budapest-xii-hegyvidek.gyongypatikak.hu/>

Istenhegyi Gyógyszertár

Cím: **1125 Budapest, Nógrádi út 39.** • Telefonszám: **+36 1 225 1918**

Nyitvatartás: hétfőtől péntekig 7.30–20.00, szombaton 8.00–16.00

Hóvirág Patika

Cím: **1121 Budapest, Rácz Aladár út 5.** • Telefonszám: **+36 1 249 2871**

Nyitvatartás: hétfőtől csütörtökig 8.00–20.00, pénteken 8.00–19.00

Városmajori Segítő Mária Gyógyszertár

Cím: **1122 Budapest, Városmajor utca 36–38.** • Telefonszám: **+36 1 355 5361**

Nyitvatartás: hétfőtől péntekig 7.30–19.00, szombaton 8.00–14.00

Web: <http://varosmajori-segito-maria-budapest-xii.gyongypatikak.hu/patikankrol>

Virányos Gyógyszertár

Cím: **1125 Budapest, Virányos út 23/d** • Telefonszám: **+36 1 275 0384**

Nyitvatartás: hétfőtől péntekig 8.00–20.00

Web: http://szimpatika.hu/gyogyszertar/1157/budapest_xii_kerulet/viranyos_gyogyszertar

Árnyas Gyógyszertár

Cím: **1125 Budapest, Zugligeti út 58–60.** • Telefonszám: **+36 1 391 0136**

Nyitvatartás: hétfőtől péntekig 8.00–20.00

Web: <http://www.arnyaspatika.hu/>

Észak-Közép-budai Centrum, Új Szent János Kórház és Szakrendelő Központi Gyógyszertár

Cím: **1125 Budapest, Diós árok 1–3.** • Telefonszám: **+36 1 458 4554**

Nyitvatartás: hétfőtől péntekig 8.00–18.00

Házi patika

A házi patikában levő gyógyszerek általában arra szolgálnak, hogy elsősegélyt nyújtsanak családtagjaink és a magunk betegségeire, kisebb bajaira. Idetartoznak

- a vény nélkül kapható gyógyszerek (OTC), valamint a legtöbb családnál megtalálhatók a családtagok felgyógyulása után megmaradt gyógyszerek is.
- A háztartásban előforduló kisebb sérülések kezelésére (elsősegély nyújtására) alkalmas fertőtlenítők, kötszerek.
- Újabban kiemelt szerepet kapnak a gyógynövényekből készült termékek.

A megmaradt gyógyszerek felhasználása

A vényköteles gyógyszerek csak orvos rendelkezésére szedhetők, „spontán” bevételük egészségkárosító lehet. Ugyanakkor a gyógyszerek háztartási szemétként dobása vagy a csatornahálózatba való leeresztése súlyosan károsítja a környezetet. Ennek elkerülése érdekében jogszabály kötelezi a gyógyszertárakat a megmaradt gyógyszerek ingyenes átvételére és megfelelő kezelésére.

Lejárt gyógyszerek

A lejárt gyógyszereket veszélyes hulladékként kell kezelni, és ennek megfelelően tárolni. A hatályos jogszabály alapján visszavihetők a patikába.

MAGÁNEGÉSZSÉGÜGYI TEVÉKENYSÉGEK

Magánegészségügyi szolgáltató NEVE/TEVÉKENYSÉGE/KÉPVISELŐJE	TELEFONSZÁM	E-MAIL-CÍM	XII. KERÜLETI TELEPHELYEK
---	-------------	------------	------------------------------

FELNŐTTKORÚAKAT ÉRINTŐ GYÓGYÁSZAT			
ALLERGOLÓGIA			
Fióka Bt.	+36 20 448 3374	zondai@freestart.hu	1126 Budapest, Kiss János altábornagy utca 48/b

BELGYÓGYÁSZAT			
Dr. Balaicza Erika – belgyógyászati rendelő immunterápia, biológiai daganatkezelés, labordiagnosztika, Lyme-kór kezelése	+36 20 588 2810	dr.balaicza@gmail.com	1126 Budapest, Hertelendy utca 13.
Istenhegyi Magánklinika – dr. Kádár János belgyógyászat, immunológia	+36 30 908 4204	drkadarj@t-online.hu	1125 Budapest, Istenhegyi út 31/b

BŐRGYÓGYÁSZAT			
IHOC Kft. – dr. Szalkai Iván bőrgyógyászat, keleti gyógyászatok, Agurveda, hagyományos kínai orvoslás	+36 30 985 1889	szalkaii@outlook.hu	Medicina Egészség Központ, 1121 Budapest, Budakeszi út 36/c Székhely: 2120 Dunakeszi, Széchenyi út 72. B/2.

FEJFÁJÁSSPECIÁLIS SZAKRENDELÉS		
Istenhegyi Magánklinika Zrt.	+36 1 224 5424 +36 1 224 5425	info@ihklimika.hu 1125 Budapest, Istenhegyi út 31/b

FOGÁSZAT		
Dentalia – dr. Pozsgai Márta fogorvosi rendelője fogászat, szájsebészet, fogszabályozás, implantológia	+36 20 334 9025	info@dentalia.hu 1126 Budapest, Böszörményi út 8. 1/6.
Dentalcoop fogászati rendelő – dr. Schatz Balázs általános fogászat, fogszabályozás, implantológia, szájsebészet, paradontológia	+36 30 228 3199	info@dentalcoop.hu 1121 Budapest, Zugligeti út 60.
OralMed Studio Fogászati és Szájsebészeti Kft. – dr. Huszák András fogászat, szájsebészet, fogszabályozás, implantációbeavatkozások alitásban	+36 1 224 7920	info@oralstudio.hu 1126 Budapest, Böszörményi út 8. 1/6.

GYÓGYMASSZŐR		
Körömendy Gergely (KÉT-T Bt. ügyvezető igazgatója)	+36 70 945 5763	1126 Budapest, Tartsay Vilmos utca 8. (Chez Catherine Szépségszalón)
Grauzer Egészségügyi Szolgálat Kft. – dr. Grauzer Zoltán kiropraktika, alternatív mozgás- és masszázsterápia	+36 20 464 1145	1123 Budapest, Kék golyó utca 15/b Székhely: 1126 Budapest, Ugocsa utca 5.

LABORATÓRIUMI VIZSGÁLATOK

SYNLAB Hungary Kft.

– Lévai Richárd ügyvezető igazgató

teljes körű labor diagnosztika: Klinikai kémia, mikrobiológia, genetika, immunológia, szerológia, kb. 5000 féle vizsgálat kérhető

ugyfelszolgalat@synlab.com

SYNLAB Budapest Szent János Kórház Laboratóri-um és Magánvértételei Hely 1125 Budapest, Diós árok 1–3.

SynMed Budapest Zugligereti Magánvértételei Hely 1121 Budapest, Zugligeret út 60.

SynMed Budapest Buda- gyöngye Magánvértételei Hely 1026 Budapest, Pázsit utca 2.

Centrum-Lab Központi Laboratórium a Mammot II. bevásárlóközpontban 1024 Budapest, Lövőház utca 1–5. IV. emelet

Centrum-Lab a Budavári Önkormányzat Egészség- ügyi Szolgálatánál 1122 Budapest, Maros utca 16/b

+36 1 588 8500

+36 1 275 1455

+36 70 630 0940

+36 1 588 8500
+36 30 581 8760

+36 30 581 8760

<p>Budai Egészségközpont Kft. – dr. Varga Péter Pál aneszteziológia, allergológia, baleseti sebészet, belgyógyászat, bőrgyógyászat, diabetológia, endokrinológia, érsebészet, fogászat (állapotfelmérés), fül-orr-gégészet, gasztroenterológia, általános gyermekgyógyászat, kardiológia, nefrológia, neurológia, nőgyógyászat, onkológia, ortopédia, osteoporosis szakrendelés, plasztikai sebészet (konzultáció), pszichológia, pszichiátria, proktológia, pulmonológia (allergiás megbetegedések, spriometria), reumatológia, sebészet, transzplantációs sebészet, szemészet, urológia</p>	+36 1 489 5200	info@bhc.hu	1126 Budapest, Nagy Jenő utca 8.
<p>Országos Gerincgyógyászati Központ – dr. Hoffer Zoltán gerinchetegségek teljes körű kivizsgálása és kezelése, ortopédia, baleseti és idegsebészet, reumatológia, aneszteziológia, intenzív terápia, radiológia, pszichológia, gyógytorna</p>	+36 1 889 7900	info@ogk.hu	1126 Budapest, Nagy Jenő utca 8. Székhely: Budai Egészségközpont Kft. 1126 Budapest, Nagy Jenő utca 8.

GYERMEKORÁKAT ÉRINTŐ GYÓGYÁSZAT

GYERMEKFOGÁSZAT

<p>Hegyvidéki fogszabályozás – dr. Magyar Dominika fogszabályozás, gyermekfogászat</p>	+36 30 270 9420	info@hegyvidek- fogszabalyozas.com	1126 Budapest, Böszörményi út 42. 1/1. Székhely: 1124 Budapest, Liptó utca 7.
<p>Dentus – A fogorvos – dr. Horváth Csaba Róbert implantológia, szájsebészet, általános fogászat, fogszabályozás, gyermekfogászat</p>	+36 30 222 2777	info@dentus.hu	1124 Budapest, Kiss János altábornagy utca 52.
<p>Dr. Fajdt Kinga fogszabályozás, gyerekfogászat</p>	+36 30 222 2777	info@dentus.hu	1124 Budapest, Kiss János altábornagy utca 52.
<h4>GYERMEKGYÓGYÁSZAT</h4>			
<p>Dr. Sepp Csaba csecsemő- és gyermekgyógyászat, ifjúsági és iskolaorvosi tevékenység</p>	+36 30 954 2207	seppcs@freemail.hu	1121 Budapest, Fodor lejtő 12.

TELEFONSZÁMOK, CÍMEK SÜRGŐS ESETEKRE

Általános segélyhívó: 112

Mentők

Baleset-bejelentés: 104, +36 1 311 1666

Rendőrség

Sürgős ügyekben: 107

Budapesti Rendőr-főkapitányság: +36 1 443 5000

Tűzoltóság

105, +36 1 321 6216

Vérellátó központ

+ 36 1 466 5822, +36 1 466 6233

Központi Háziorvosi Ügyelet

Cím: 1122 Budapest, Városmajor utca 33. • *Telefonszám:* +36 1 212 6636

Rendelési idő: mindennap 24 órán keresztül

Központi Házi Gyermeorvosi Ügyelet

Inter-Ambulance Egészségügyi és Szolgáltató Zrt.

Cím: 1125 Budapest, Diós árok 1–3. (Észak-Közép budai Centrum, Új Szent János Kórház és Szakrendelő XXIV. épület)

Telefonszám: +36 1 212 5979.

Ügyeleti ellátás: mindennap 20.00–8.00 óráig, hétvégén és munkaszüneti napokon 24 órában

Felnőtt-, gyermek- és ifjúsági fogászati ügyelet

Rendelési időn túl (hétfőtől péntekig 20.00–8.00, szombaton, vasárnap és ünnepnap 24 órán keresztül)

Ügyeletet ad: Semmelweis Egyetem Fogászati és Szájsebészeti Oktató Intézet

Cím: 1088 Budapest, Szentkirályi utca 40. • *Telefon:* +36 1 317 6600

A Budapest XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat kiadványa • Kiadó: **Hegyvidék Lapkiadó** Felelős vezető: **dr. Schillinger Erzsébet** • Szerkesztő: **Stoff Csaba** • Szerzők: **Gallai Dolores, Kálmán Alida, Kertész Dániel, Knapp Ádám** • Fotók: **Sárközy György, Hegyvidék Lapkiadó, PhotoDisc** Grafikai tervezés: **Articsók Stúdió – Czákó Zsolt** • Nyomdai munka: **Pátria Nyomda Zrt.** • Felelős vezető: **Simon László** Budapest – Hegyvidék, 2019 • Kézirat lezárva: **2019. augusztus 1.**

