

Tizenöt esztendő a betegek szolgálatában

EGÉSZSÉGÜGY A megye kardiológiai fejlesztéséért dolgozik a Szolnok Szívügyünk Alapítvány

A 2014-es esztendő kiemelkedő fontosságú a Szolnok Szívügyünk Alapítvány életében. Egyrészt az alapítás 15. évfordulóját ünneplik, másrészt idén rendezték a jubileumi XV. Szolnoki Kardiológiai Napot. Végül, de nem utolsósorban idén rendezik a X. Szolnoki Hypertonia Napot, melyre november 14–15-én kerül sor Szolnokon.

Munkatársunktól

Tizenöt esztendő elegendő ok ahhoz, hogy visszatekintsünk és tükrözbe nézzünk. Ennek „ürügyén” kérdezzük dr. Herczeg Bélát, a Hetényi Géza Kórház Kardiológiai Centrumának vezetőjét, a Szolnok Szívügyünk Alapítvány titkárát az eltelt időszak sikereiről és tanulságairól.

– Főorvos úr, meséljen a kezdetekről, mi motiválta önt és segítőt az alapítvány létrehozásában?

– Immár másfél évtizede, 1999 januárjában barátaimmal határoztunk az alapítvány életre hívásáról. A megalakult kuratórium tagjai között volt református esperes, üzletember, orvos. Egyaránt

szenvedői vagy részesei voltunk az ellátás hiányosságainak, a betegségeknek. A szív- és érrendszeri betegségek jelentőségét valamennyien, ha nem is azonos szemszögből ugyan, de világosan láttuk. Mindannyian egyetértettünk abban, hogy segíteni, tenni kell. Ekkor ugyanis még nem létezett a mai értelemben vett modern kardiológiai ellátás a régióban.

– Melyek az alapítvány legfontosabb célkitűzései?

– Nyilvánvaló volt, hogy rengeteg tennivaló van a betegellátásban, a szervezésben, a képzésben. Az alapvető célkitűzés a kardiológiai ellátás fejlesztése volt. A Hetényi Géza kórház ez idő tájt jelentős fejlesztés előtt állt, de az elsődleges tervek közt nem szerepelt a kardiológiai ellátás modernizálása. A kuratórium tagjai úgy gondolták, hogy egy civil szerveződés más dimenziókban haladva eredményesebben tudja befolyásolni a dolgok menetét. Elsősorban a politikai döntéshozókkal kellett megértetni, hogy milyen változásokra lenne szükség, de erőteljes lobbitevékenységet fejtettünk ki szakmai szinten is. Új alapokra kellett helyezni az egész kardiológiai ellátást, új szemléletre volt szükség.



FOTÓ: Mészáros Lászlós

Új alapokra kellett helyezni a kardiológiai ellátást – mondja dr. Herczeg Béla

Minden szinten el kellett kezdeni a kommunikációt, mire van szükség, hova akarunk eljutni, mit akarunk csinálni. Konferenciákat kezdtünk szervezni, igyekeztünk „felkerülni a térképre”. Ez nem volt egyszerű, hamar kiderült ugyanis, hogy a régió sok szempontból hátrányosabb, mint az országos átlag.

– Kik segítik, támogatják az alapítvány munkáját?

– Voltak támogatóink, sze-

reztünk barátokat, de nem nézte mindenki jó szemmel, amit csináltunk. Nagyon sok segítséget és támogatást kaptunk a Debreceni Egyetemtől, nevezetesen Édes István professzortól. Az alapítvány első megmozdulásai, tevékenysége az álló vízbe dobott kavicsokhoz voltak hasonlíthatók. Mi voltunk azok, akik felvették a kavicsot és a vízbe dobták azt. Ez volt a kezdet, azt hiszem, erre valamennyien büszkék lehetünk.

– Hamarosan újabb jubileumi rendezvény elé nézünk, hiszen november 14–15-én rendezik a X. Szolnoki Hypertonia Napot, melynek a tiszaligeti Garden Hotel ad otthont. Miért tartja fontosnak, hogy évről évre egy külön konferencia keretében foglalkozzanak a magasvérnyomás-betegséggel?

– Az első kardiológiai konferenciák megszervezése után egyértelműen világos volt, hogy az alapítvány alapítólevelében megfogalmazott célok eléréséhez a magasvérnyomás-betegséggel külön is foglalkoznunk kell. A hipertonia jelentősége, annak népegészségügyi, társadalmi vonatkozásai az ezzel kapcsolatos ismeretek megszerzése, folyamatos frissítése a szív- és érrendszeri betegségek elleni küzdelem legfontosabb része. Ezért kezdtük el tíz évvel ezelőtt a hipertonia konferenciák szervezését is. Itt feltétlenül meg kell emlékezni Farsang Csaba és De Chatel Rudolf professzorokról, akikről rengeteg segítséget, támogatást kaptunk az első időkben. Utóbbi sajnos már nem lehet közöttünk. Hálával és tisztelettel emlékezünk rá. A mostani konferencián külön előadással tisztelgünk emlékének. A hipertonia jelentőségének folyamatos nö-

vekedését mi sem jelzi jobban, mint hogy az elmúlt évben önálló szakmává vált, külön szakvizsgával rendelkezik. A nemzetközi szakmai szervezetek, az Európai Kardiológiai és Hypertonia Társaság szorosan együttműködve alakítja ki szakmai állásfoglalásait, együtt szervezi konferenciáit. A mostani, X. jubileumi konferencia szakmai programja is ennek jegyében szerveződött. Áttekintést akarunk nyújtani a legfrissebb klinikai vizsgálatok eredményeiről, a vérnyomásmérésről, a vérértelmezésről, a koleszterinszint csökkentéséről.

– Az évek során megszokhatjuk, hogy a Magyar Hypertonia Társaság vezetősége mellett az egészségügyi döntéshozók egy része jelenlétével is megtisztelt a rendezvényt. Idén kikre számíthatunk?

– A szakma és a Magyar Hypertonia Társaság legfontosabb, legjelentősebb vezetőin kívül most is megtisztelt konferenciánkat dr. Sélleiné Márki Mária, az OEP főigazgatója, dr. Bene Ildikó országgyűlési képviselő, Szalay Ferenc, Szolnok város polgármestere és a Hetényi Géza kórház vezetősége. Nekik külön is szeretnék köszönetet mondani, hiszen folyamatosan támogatták az alapítvány törekvéseit.

PROGRAMAJÁNLÓ

MOZI

MAI MŰSOR. Szolnok. Cinema City: Csillagok között (12) 13.45, 17.00, 20.15. Delfines kaland 2. (6) 13.15. Harag (16) 16.45, 19.30. Holtodiglan (16) 17.45. Az ismeretlen Drakula (16) 15.45, 20.30. Kamuzsaruk (16) 14.30. Sirok között (18) 15.00, 17.20, 19.40. TISZApART MOZI: Van valami furcsa és megmagyarázhatatlan (16) 16:15, Északia-A vikingek saga (12) 18:00, Tiltott táncok (12) 18:15, A piszkos pénz (16) 20:00, A zéró elmélet (16) 20:15.

SZÍNHÁZ

SZOLNOK. A Szigligeti Színházban ma 19 órától a Csongor és Tünde (Ódry-bérlét) című előadást tekinthetik meg.

ÉLETKÉPEK

SZOLNOK. November 15-én 19 óra körül nyitják meg Kardos Tamás 60 című fotókiállítását a Korona Sörházban. A

tárlatot Verebes György, festőművész nyitja meg.

ELŐADÁS

SZOLNOK. Az Egyen-súly-pontok elnevezésű rendezvény keretén belül irodalmi előadást tart Szabó Tibor Benjámin író szerkesztő, kritikus, a fenn tartható fejlődés, az élehető társadalom képei a kortárs magyar irodalomban címmel november 13-án, csütörtökön 16 órakor a Verseghy Ferenc Könyvtárban.

MAGYAR NYELV NAPJA

JÁSZBERÉNY. November 13-án 17 órától rendezik a II. Csillagkürt – 2014. Jászági költők verspályázatának ünnepélyes eredményhirdetését a városi könyvtárban. Ezután irodalmi műsort tartanak.

BOLGÁR EST

JÁSZBERÉNY. November 14-én 20 órától Bolgár estet tartanak a Pravo

zenekarral és a Jantra Táncegyüttessel a Tiszti Klubban.

KÖNYVBARÁT KÖR

TISZAFÜRED. November 17-én 17 órától könyvbarát kört tartanak a városi könyvtárban. Az érdeklődők beszélgethetnek az olvasmányélményekről, irodalomról és az aktuális könyvajánlatokról.

TÁNCEST

SZOLNOK. Táncestet tartanak november 17-én 19 órától a Szolnoki Főiskola Campus főépületében. Standard és latin táncokat láthatnak az érdeklődők.

CSALÁDI EGÉSZSÉGNAP

SZOLNOK. Családi egészségnapot tartanak november 16-án 10 órától 17 óráig a Tiszaligeti Sportcsarnokban. Az érdeklődőket egész napos ingyenes egészség és sportprogram várja. A színpadon fellép többek között a Crazy Cardio Club, a New Step Fitness és Táncstudió, az IronBox retro és a Pelikán SE is. A kilátgatók mediball bemutatón, feszesítő tornán, zumbapartin

vehetnek részt. A nap folyamán a következő szűrővizsgálatok lesznek: szív- és érrendszeri betegségek, komputeres szemészeti szűrővizsgálat, zöldhályog szűrés, csontsűrűség vizsgálat, hallásvizsgálat, légzésfunkciós vizsgálat, szájüregi rákszűrés, bőrgyógyászati vizsgálat és diétetikai tanácsadás. Ezekon kívül a kicsiket kézműves foglalkozás, arcfestés, sportprogramok és számos meglepetés várja.

IRODALMI KÁVÉHÁZ

SZOLNOK. Zenés költői estet tartanak Áprily Lajos írásaiból a TISZApART mozi megújult színpadán november 14-én 20 órától Heinczinger Miklós (Misztrál együttes) és Nacsinnák Gergely András görög ortodox pap előadásában.

Az Új Néplapban szereplő programok, műsorok, ügyletek adataiban időközben történt esetleges változásokért sem anyagi, sem jogi felelősséget nem vállalunk. További programok a Szoljon.hu hírtaláron olvashatók.

HIRDETÉS

Magyar Kereskedelemért Nagydíjat vehetett át a COOP munkatársa

Idén immár tizedik alkalommal köszöntötték tegnap hazánkban a kereskedőket az európai kereskedelem napja alkalmából. Az ágazat évente egy alkalommal megrendezett ünnepi fórumán a CO-OP Star Zrt. boltvezetője sok évtizedes munkájának elismeréseként Magyar Kereskedelemért Nagydíjban részesült.

„Az európai kereskedelem napja olyan esemény, amelyen ünnepeljük a szektor dolgozóit, akik nap mint nap, hétfőtől vasárnapig azért tevékenykednek, hogy kényelmesebb tegyék az életünket” – jelentette ki ünnepi beszédében Demján Sándor, a Vállalkozók és Munkáltatók Országos Szövetségének (VOSZ) ügyvezető elnöke.

Krisán László, a VOSZ Kereskedelmi és Szolgáltató Szekciójának elnöke a 2015-ös évre vonatkozó, a kereskedelem életét alapvetően befolyásoló javaslatokra, felvetésekre hívta fel a figyelmet. Az elnök emlékeztetett: a kereskedelem az a szektor, amely Európában 30 milliárd, Magyar-

országon pedig 537 ezer munkavállalót foglalkoztat, a hazai GDP 12-13 százalékát adja, ezzel pedig a legnagyobb áfabefizető a magyar gazdaságban. „Ez a szektor kiemelt figyelmet érdemel” – hangsúlyozta Krisán László.

Az esemény fénypontját a kereskedők legjobbjainak ünnepélyes elismerése jelentette, amelynek keretében Veres Anna, a CO-OP Star Zrt. boltvezetője a VOSZ által alapított Magyar Kereskedelemért Nagydíjban részesült.

Veres Anna 1975 óta dolgozik a szövetkezeti kereskedelemben, 10 éve a CO-OP Star Zrt. egyik legnagyobb szupermarketjét irányítja Abonyban. Dr. Rédei István, a CO-OP Star elnök-vezérigazgatója a díjra történt felterjesztés kapcsán kiemelte, hogy a Veres Anna által vezetett üzlet gazdasági eredményei kiemelkedőek, a törzsvásárlók lojalitása kimagasló. A társaság első embere hozzájárult, hogy a szakember kiváló munkahelyi légkört teremtett az elmúlt évek során.



Demján Sándor (balról), Veres Anna, Gondos Judit államtitkár, Krisán László

RECEPT

Spenótos-túrós cannelloni

HOZZÁVALÓK: 25 dkg cannelloni száraztésztája, 25 dkg spenót, 25 dkg túró, 2 tojás, 3 gerezd fokhagyma, 2 kis konzerv sűrített paradicsom, só, bors, szerecsendió, bazsalikom, kakukkfű, oregánó, 15 dkg reszelt sajt.

ELKÉSZÍTÉS

Első lépésként, ha fagyaszott spenótunk van, akkor kiolvasztjuk és alaposan ki nyomkodjuk a levét. Ha friss, akkor alaposan átmoszuk, vastagabb szárát levágjuk, felaprítjuk.

Ezt követően hozzákeverjük a túrót, sózzuk, szerecsendióval és 2 gerezd apróra vágott fokhagymával fűsze-

rezzük, 2 tojással pedig sűrű masszát készítünk.

A sűrített paradicsomokat ugyanannyi vízzel összeforraljuk, fokhagymával, sóval és zöldfűszerekkel fűszerezzük.

A spenótos masszát a cannellonikba kanalazzuk, a tésztaikat egy kisebb tepsibe vagy tűzálló tálba fektetjük. Aláöntünk egy kevés vizet, egyenletesen bekenjük a paradicsomszósszal, megszórjuk reszelt sajtjal. Százhetven fokon először fólia alatt sütjük mintegy húsz percig, majd fedetlenül további 10 percig. Frissen tálaljuk. Jó étvágyat kívánunk hozzá!

Egészségmegőrző hatású is a brokkoli

TÁPLÁLKOZÁS A brokkoli gazdag vitaminokban, ásványi anyagokban, értékes vegyületekben és fontos növényi rostokban. Kutatások azt is kimutatták, mennyire jótékony hatású többféle rákbetegség, továbbá az áttétképződés megelőzésében. Bár elsősorban tömör virágzatát fogyasztjuk, zsenge szárában és egészséges leveleiben is rengeteg jótékony összetevő található. A friss brokkoli feloldozásánál ezeket is érdemes a fazékba, sütőbe vagy épp salátástálba varázsolni. A vitaminok közül nagy mennyiséggel büszkélkedhet K-vitaminból, A-, többféle B- és E-vitaminokból. Közismert immunerősítő

hatása is, ami a vitaminokban egyre inkább szűkülő kéréső őszi, téli hónapokban különösen fontos.

Bőrfiatalítóként, szépségmegőrzőként éppúgy értékes, mint csonterősítőként. A benne található úgynevezett fitovegyületek gátolják a pajzsmirigy túlzott hormontermelését. Rendkívül magas antioxidáns-tartalma következtében valóságos ízületör, de az ízületi gyulladások leküzdésében is rendkívül hasznos. A magas vérnyomással küzdők számára is valóságos gyógyzöldség – nem csupán keringésjavító, de óv a vérszegénység ellen, sőt energiával is felölti a szervezetet.