

Óvjuk fogaink épségét!

November: egészségnevelési és fogászati hónap. Nagyobb figyelmet szentelünk ilyenkor a helyes életmódnak: több szó esik az egészséges táplálkozásról, a testápolás, a mozgás fontosságáról, egyes betegségek elkerülésének lehetőségeiről. Ezúttal Tóth Károly nyugalmazott egyetemi tanárnak a fogszuvasodás megelőzésének lehetőségeiről szóló írását közöljük.

Előjáróban megjegyzem, hogy a fogszuvasodás kifejlődését teljesen megakadályozni egyetlen módszerrel sem tudjuk, csupán a mértékét csökkenthetjük jelentősen, körülbelül 60–70 százalékkal. Enyhén szólva tájékoztatatlanságra utal, ha valaki azt állítja, hogy e század elején vagy a múlt század végén nem volt fogszuvasodás. De volt, ezt Szegeden végzett tudományos vizsgálattal igazoltuk. Volt már az újabb kőkorszakban is, de azóta a mértéke többszöröse nőtt, ezért is nevezik civilizációs ártalomnak.

A megelőzésben kollektív és egyéni eljárásokat különböztetünk meg. Kollektívnek és automatikusnak azokat a módszereket nevezzük, amelyekkel nagy tömegeket vonhatunk be úgy, hogy az érintett egyének közreműködésére nincs szükség. Ez igen nagy előny, ezért ha tömegelőzést kívánunk elérni, akkor mindig valamilyen kollektív módszert kell alkalmaznunk.

A fogszuvasodás népbetegség, amely ellen egyéni eljárásokkal az érintett személyek közreműködése, lelkesedése és kitartása nélkül nem küzdhetünk. Ez nagy hátrány, különösen akkor, ha arra gondolunk, hogy a kitartásra nem egy napig, hétig, egy évig, hanem évtizedekig van szükség. Jelentősebb mértékű fogszuvasodás csökkenést a kollektív és az egyéni módszerektől is csak akkor várhatunk, ha a megelőzés igen fiatalon, lehetőleg már az embrionális korban kezdődik (a terhesek helyes táplálkozásával, az egészséges életmódra való neveléssel) és az élet első 20 évén át tart. Tehát legalább addig, amíg az összes maradó fog át nem tört. Minél későbbi életkorban kezdődik el a megelőzés, annál kevésbé hatékony, 20 éves életkor után elkezdeni már nem sok reménnyel kecsegtet.

Melyek a kollektív módszerek? Az ivóvíz fluoridusítását 40 évvel ezelőtt, 1945-ben kezdték alkalmazni. Az eljárás alkalmazásához központi vízvezetékrendszerre van szükség. Éppen ezért a módszer drága, mert minden vízforráshoz külön dúsító berendezés kell. A másik ugyanilyen hatásos, kollektív és automatikus módszer a lakossági só fluorozása. Ennek a módszernek nagy előnye, hogy rendkívül olcsó, de univerzális is. Ez azt jelenti, hogy a fluorozott só az ország minden olyan területére könnyen eljuttatható, ahol erre szükség van. Svájcban, a fluorozott tabletták helyett, a fluorozott lakossági só alkalmazása a gyakorlatban már megkezdődött. Magyarországon is hamarosan sor kerülhet erre, akkor, ha az ipar a gyártástechnológiát megoldotta.

Mindezek mellett nem mondhatunk le az egyéni eljárásokról sem. A táplálkozásban a legfontosabb a cukorkák és a könnyen tapadó édességek fogyasztásának korlátozása. Cukrokat, édességeket lehetőleg csak a főétkezések után adjunk gyermekeinknek. Különösen káros a cukrozott cumi szopogatása, este az ágyban fogyasztott cukorka. Vitamin-dús, rágásra készítő ételeket adjunk enni a gyermekeknek! Használjunk fluor tartalmú fogkrémet a fogmosáshoz! Minden fogkrém felütnetük, ha van benne fluor. Fogat mosni minden étkezés után kelle-

ne, de reggel és este étkezés után elengedhetetlen. A fogtisztítást jó fogkefével — ritka csomózású sörte —, meghatározott sorrendben, minden fogfelületre kiterjedően, körülbelül 60–70 százalékkal. Enyhén szólva tájékoztatatlanságra utal, ha valaki azt állítja, hogy e század elején vagy a múlt század végén nem volt fogszuvasodás. De volt, ezt Szegeden végzett tudományos vizsgálattal igazoltuk. Volt már az újabb kőkorszakban is, de azóta a mértéke többszöröse nőtt, ezért is nevezik civilizációs ártalomnak.

A fluort tartalmazó tabletták rendszeres szedése igen jó hatású, de legalább 15 éven keresztül történő bevétele után várhatjuk csak azt, hogy mintegy 50–60 százalékos fogszuvasodás csökkenést következzen. Jó hatás várható a cukorpótló — xilitol, szorbitol stb. — tartalmazó édességek fogyasztásától is. A cukorpótlók drágák, de a jobb fogaztatást az árát megéri. Ezek nem teszik ellenállóbbá a fogazatot, csak helyi hatást érhetünk el velük, ezért folyamatos fogyasztásuk indokolt. A cukorpótlók egyhamar nem tudják kiszorítani a cukrot élelmiszereinkből, ezért jó lenne, ha legalább a rágógumiba — cukor helyett — cukorpótlót

Halotthamvasztó Szegeden

Aki a Bajai úton jár, már látja az elkészült szegedi halotthamvasztót (krematóriumot), amely hamarosan Csongrád, Bács-Kiskun, Békés, Tolna és Baranya megye számára teljesíti az elhunytak eltemetésének korszerű feladatát. Eddig hazánkban csak Debrecenben működött krematórium, ezért tart az elhalálozás után sokáig a hamvasztás, és késedelmes a gyászszertartás. A szegedi halotthamvasztó mintegy 2700 halott hamvasztását lesz képes évente elvégezni. Az épület tervét Nyilas Imre, a Csomiterv mérnöke készítette, a kivitelezést a Délép végezte.

Az első krematórium 1852-ben Washingtonban épült. Hazánkban 1906-ban Kéty Károly egyetemi tanár elnöklétével alakult meg az Országos Halotthamvasztó Egyesület. Szegeden Székely Vilmos (1861–1933) ügyvéd kezdeményezésére 1907. május 14-én négyszáz taggal alakult meg a helyi halotthamvasztó egyesület. Elnöke Prokisch Ferenc (1863–1914) bankigazgató, törvényhatósági bizottsági tag, titkára Székely Vilmos lett. Vezetői között a város jeles közéleti férfiai — ügyvédek, orvosok, vendéglősök, köztisztviselők — szerepeltek. „Az egyesület célja — olvassuk a Szegedi Napló tudósításában — halotthamvasztó és kolumbárium fölállítását Szegeden, továbbá a halotthamvasztás eszméjének propagálása.” Az

tennének a gyárak. Svájcban már kapható „fogkímélő” édesség. A cukorpótlókkal, ellenőrzés mellett, körülbelül 50 százalékos fogszuvasodás csökkenés érhető el. A tömegelőzésre való alkalmasságát nem igazolták.

Használjuk ki a gyermek- és iskolafogászati adta lehetőséget is. Ott megtanítják a gyermekeket a helyes fogkefe használatra, minden kezdődő szuvasodást betömnek, fogvédő öblögető oldatokat és a fogakra kenhető, azokon megtapadó lakkokat alkalmaznak. Az egyéni módszerektől 10–15 százalékos fogszuvasodás csökkenést várhatunk, de csak akkor, ha az együttműködési készség hosszú éveken át megmarad.

Ez a felsorolás nagyon vázlatos, csupán a gerincét képezi a hatás és eredményes fogszuvasodás csökkenésnek. Ha azonban valaki figyelmesen, kritikusan olvassa el a leírtakat és be tartja azt, amire jelenleg lehetősége van, akkor rájön, hogy hatalom van a kezében. Ezzel a hatalommal élni minden szülőnek kötelessége. Nyilvánvaló az is, hogy tömeges megelőzést csak kollektív, automatikus és univerzális módszerrel lehet elérni. Addig is — és ez az idő már nincs messze —, amikor majd Magyarországon is lesz tömegelőzés, ki kell használni minden egyéni lehetőséget. Annál is inkább, mert a tömeges megelőzéskor szintén szükség lesz egyéni módszerekre. Csupán egyet nem szabad: nem lehet együtt fogyasztani a fluoros vizet, a sót és a tablettát. Ha a vízben vagy a sóban van elegendő fluor, akkor az egyiket vagy a másikat kell fogyasztani, és a tablettát el kell hagyni. Csongrád megyében a következő községekben van elegendő fluor a vízben: Árpádhalom, Fábiansbestyén, Nagyer és Nagymágocs. Ezekben a községekben fluorozott sóra vagy tablettára nincs szükség, de minden más egyéni eljárást az ott élőknek is alkalmazniuk kell.

e célra összegyűlt pénzt bankba tették. A Szegedi Napló 1914. április 12-én újból fölelevenítette a halotthamvasztás eszméjét. Kimutatta, hogy a hagyományos temetkezés mennyi értékes területet vesz el a településektől, a mezőgazdaságtól, és hogy a szegedi temető befogadóképessége korlátozott, egyre nagyobb gondot okoz fejlesztésük. A cikk alcíme is erre utal: **Mennyit érnek a szegedi temetők?** A névtelen cikkíró eszmefuttatását így fejezte be: „Mikor jön már el az az idő, mikor az első magyarországi krematórium füstje méltóságteljesen száll fel a magasba, áldozati füstjeként az emberi haladásnak?” Az első világháború után, 1924-ben a jobboldali Szegedi Új Nemzedék vette föl újra a halotthamvasztás kérdését, annak kapcsán, hogy mi legyen a halottham-

Idős emberek új otthonai

Az idős emberek gondozásának új formáit alakítják ki a tanácsai szervek. Szegeden is tovább bővül a szociális hálózat. A mintaként tekintett idősok otthona közelében előreláthatóan meg az idén szociális otthont avatnak: 110 idős ember rendelkezhet a két-, négyágyas szobákban. Ez lesz a város harmadik szociális

Hatóanyagmentes Xyladecor

Megkezdtek a Xyladecor fakonzerváló festék hatóanyagmentes változatának gyártását a Budalakk Festék- és Műgyantagyárban. A gyár eredeti készítménye sok vitát váltott ki az elmúlt hónapokban a szakemberek körében, mert a szer egyik hatóanyagáról, a pentaklorofenolról külföldi és hazai szakemberek egyaránt kimutatták, hogy veszélyes lehet az emberi szervezetre. A Xyladecor használhatóságát az illetékesek itthon is vizsgálták, s megállapították, hogy a készítmény a megfelelő munkavédelmi és munkáegészségügyi előírások betartásával a mérgezés veszélye nélkül alkalmazható. Az eredeti fakonzerváló anyagot így továbbra is gyártják a Budalakknál, a használatakor betartandó munkavédelmi óvintézkedésekre azonban a gyár ma már külön is felhívja a vásárlók figyelmét, a termékekhez mellékelte szórólapon.

A hagyományos Xyladecoron kívül most már a Xyladecor pentaklorofenol-mentes változatát is gyártják. E hatóanyag nélküli szer nem a fa gombásodás, s a rovarok elleni védelmére, hanem a lakások belső faszervezetének díszítésére alkalmas.

Több női cipő külföldre

A Balaton Cipőipari Szövetkezetben befejeződött az a két és fél millió forintos beruházás, amely lehetővé tette a tűződe korszerűsítését. Korábban a szövetkezetnek ez a részlege nem volt összhangban a cipőgyártás többi folyamatával, ami akadályozta a termelés bővítését. A szövetkezet által készített női lábbelik iránt az utóbbi időben megnőtt a kereslet a külpiacra. Ezért vállalkoztak a mostani beruházásra, ami lehetővé teszi a termelés 15 százalékos növelését.

Halmi János

MÉ? HOL? MIKOR?

1985. NOVEMBER 21., CSÜTÖRTÖK — NÉVNAP: OLIVÉR
A Nap kel 6 óra 58 perckor, és nyugszik 16 óra 2 perckor.
A Hold kel 13 óra 52 perckor, és nyugszik 0 óra 23 perckor.

VIZÁLLÁS
A Tisza vízállása Szegednél szardán plusz 240 cm (apadó).

HETVENÖT ÉVES
Both Béla (sz. 1910) rendező, a Színházművészeti Főiskola tanára. Két ízben Szegeden töltött két-két esztendőjét (előbb, mint rendező, a felszabadulás után (igazgató) a Vallomások Szegedről című gyűjteményben (1983) szepten emlékezett meg.

KILENCVEN ÉVE
hunyt el Szamota István (1887–1895) nyelvész és történész, könyvtáros, a középkori magyar nyelv fardadhatatlan kutatója. Az Arpad-kori oklevelekből gyűjtött szójavagat Zolnai Gyula adta ki a maig nékülözhetetlen Magyar oklevelezőszótárban (1902–1906).

ZENES SZÍNHÁZ
Este 7 órakor: Viktória — Bartók — Vaszy-bérelt.

KISSZÍNHÁZ
Este 7 órakor: Galopp a Vérmezőn — Deryné 2. berlet.

MOZIK
Vörös Csillag: délelőtt 10. délután negyed 4 és fél 6 órakor: Break (színes amerikai, III. helyár), este háromnegyed 8 órakor: Tanítványok (színes magyar).

ÜGYELETES GYÓGYSZERTÁR
Klauzál tér 3. szám (13/57-es). Este 8 órától reggel 7-ig. Csak sürgős esetben.

BALESETI, SEBÉSZETI ÉS UROLÓGIAI FELVÉTELI ÜGYELET
Ma a baleseti szövetet szemeleket Szegeden az Idősebbeseti Klinika (Pécs u. 4.) veszi fel, sebészeti és urológiai felvételi ügyeletet a II. Kórház (Tolbuhln sgt. 57.) tart.

EJSZAKAI ORVOSI ÜGYELET
Este 7 órától reggel 7 óráig a felnőtt lakosság részére: Szeged, Hunyadi János sgt. 1. sz. alatt. Telefon: 10-100.

GYERMEKORVOSI ÜGYELET
Munkanapokon 13 órától másnap reggel fél 8 óráig, szombaton, vasárnap és munkaszüneti napokon reggel fél 8 óráig a Lenin krt. 20. szám alatti körzeti gyermekorvosi rendelésben történő sürgős esetek orvosi ellátása.

FOGORVOSI ÜGYELET
Mindennap este 23 órától reggel 6 óráig, szombaton reggel 7 óráig, hétfő reggel 7 óráig: Szeged, Zöld Sándor u. 1-3. Telefon: 14-420.

SOS LELKISÉGEL-SZOLGÁLAT
Mindennap este 7-től reggel 7 óráig. Telefon: 11-000.

BUDAPEST 1.
8.55: Tv-torna — (ism.)
9.00: ITV
10.05: A harmadik határ — tv-filmsorozat — 6. — (ism.)
11.05: A Szaklász-hegység eszrevetien állatai — NSZK rövidfilm — (ism.)
11.45: Kalligráfia — a szépiás művészete — angol rövidfilm — (ism.)
12.15: ITV
12.35: Képijság
13.20: ITV
16.25: Hírek
16.30: Utjelzők — Egy falu élni akar — dok.-film
17.10: Genius Loci — magyar rövidfilm
17.35: Perpetuum mobile
18.10: Reklám
18.15: Portré — hátterben vinággokkal — film Richter Ilona grafikusművészről — a szegedi körzeti stúdió műsora
18.45: Képijság
18.50: Adni érdemes... — Hol tart a közadokozás az új Nemzeti Színházról?
18.55: Reklám
19.10: Tv-torna
19.15: Esti mese
19.30: Tv-híradó
20.00: A karatező Kobra visszatr — japán bűnügyi film — 14. éven felülieknek!
21.30: Hírhatter
22.25: Jozsef Attila kortársai — Tamás Aladár — Pakozdi Ferenc
23.10: Tv-híradó 3.
23.20: Himnusz

BUDAPEST 2.
17.40: Képijság
17.45: Magyarország — Hollandia — vb-selejtező férfi kosárlabda-mérkőzés
19.30: Egy hang és néhány muzik — Gregor Jozsef műsora — (ism.)
20.00: Szel fuvatlan nem indul — Vass Henrik-portré
21.20: Tv-híradó 2.
21.40: Reklám
21.45: Shock, ami sok — angol képzőművészeti filmsorozat — 6.
22.45: Képijság

BUDAPEST 1.
17.05: Számok és betűk
17.25: Tv-híradó 1.
17.45: Babmúsor
18.15: Ismeretterjesztő műsor
18.45: Show-expressz
19.10: Nagy inyesmesterek kis titkai

BUDAPEST 2.
17.40: Képijság
17.45: Magyarország — Hollandia — vb-selejtező férfi kosárlabda-mérkőzés
19.30: Egy hang és néhány muzik — Gregor Jozsef műsora — (ism.)
20.00: Szel fuvatlan nem indul — Vass Henrik-portré
21.20: Tv-híradó 2.
21.40: Reklám
21.45: Shock, ami sok — angol képzőművészeti filmsorozat — 6.
22.45: Képijság

BUDAPEST 1.
17.05: Számok és betűk
17.25: Tv-híradó 1.
17.45: Babmúsor
18.15: Ismeretterjesztő műsor
18.45: Show-expressz
19.10: Nagy inyesmesterek kis titkai

BUDAPEST 2.
17.40: Képijság
17.45: Magyarország — Hollandia — vb-selejtező férfi kosárlabda-mérkőzés
19.30: Egy hang és néhány muzik — Gregor Jozsef műsora — (ism.)
20.00: Szel fuvatlan nem indul — Vass Henrik-portré
21.20: Tv-híradó 2.
21.40: Reklám
21.45: Shock, ami sok — angol képzőművészeti filmsorozat — 6.
22.45: Képijság

BUDAPEST 1.
17.05: Számok és betűk
17.25: Tv-híradó 1.
17.45: Babmúsor
18.15: Ismeretterjesztő műsor
18.45: Show-expressz
19.10: Nagy inyesmesterek kis titkai

BUDAPEST 2.
17.40: Képijság
17.45: Magyarország — Hollandia — vb-selejtező férfi kosárlabda-mérkőzés
19.30: Egy hang és néhány muzik — Gregor Jozsef műsora — (ism.)
20.00: Szel fuvatlan nem indul — Vass Henrik-portré
21.20: Tv-híradó 2.
21.40: Reklám
21.45: Shock, ami sok — angol képzőművészeti filmsorozat — 6.
22.45: Képijság

BUDAPEST 1.
17.05: Számok és betűk
17.25: Tv-híradó 1.
17.45: Babmúsor
18.15: Ismeretterjesztő műsor
18.45: Show-expressz
19.10: Nagy inyesmesterek kis titkai

BUDAPEST 2.
17.40: Képijság
17.45: Magyarország — Hollandia — vb-selejtező férfi kosárlabda-mérkőzés
19.30: Egy hang és néhány muzik — Gregor Jozsef műsora — (ism.)
20.00: Szel fuvatlan nem indul — Vass Henrik-portré
21.20: Tv-híradó 2.
21.40: Reklám
21.45: Shock, ami sok — angol képzőművészeti filmsorozat — 6.
22.45: Képijság

BUDAPEST 1.
17.05: Számok és betűk
17.25: Tv-híradó 1.
17.45: Babmúsor
18.15: Ismeretterjesztő műsor
18.45: Show-expressz
19.10: Nagy inyesmesterek kis titkai

BUDAPEST 2.
17.40: Képijság
17.45: Magyarország — Hollandia — vb-selejtező férfi kosárlabda-mérkőzés
19.30: Egy hang és néhány muzik — Gregor Jozsef műsora — (ism.)
20.00: Szel fuvatlan nem indul — Vass Henrik-portré
21.20: Tv-híradó 2.
21.40: Reklám
21.45: Shock, ami sok — angol képzőművészeti filmsorozat — 6.
22.45: Képijság



KOSSUTH

8.20: Köznapi ügyeink
8.30: Régi híres enekesek műsorából
9.00: Bartók Béla saját műveiből zongorázik
9.42: Boethoven-kanonok
10.05: Diákfelőra
10.35: Tabirintus — (ism.)
10.50: Notások
11.42: Adamesutka — Mykolas Stukas regénye — 15.

12.30: Ki nyer ma?
12.45: Moghivó az Osztrák Klub Kulturintezetbe
13.00: Népszerű zenekari művek
13.40: Kapesoljuk a nyiregyházi stúdiót
14.10: A magyar szépiás századai — Jókai Mór: Aranymember — (ism.)
14.25: A Zenei Tükör prágai különkiadása

15.00: Olvasókör...
15.30: Noták
16.05: Revkalauz
17.00: Téli Könyvvásár, 1985
18.00: Szovjet táncdalok — magyar előadók
18.25: Mai könyvajánlatunk — (ism.)

19.44: Rádiószínház: Defenzív vezetés — Csurka István hangjátéka
20.56: Evszázadok mesterművei
22.20: Tíz perc külpolitika
23.30: Kassai István zongorázik Kb.

23.30: „Egyetlen öröklet, szerelem” — válogatás — (ism.)
Kb.
23.45: Operariák
0.10: Himnusz
0.15 —
4.20: Ejjfel után...

PETŐFI
8.05: Verbunkos muzsika
8.20: A Szabó család — (ism.)
8.50: Tíz perc külpolitika — (ism.)
9.05: Napközben — zenés délelőti
12.10: Indulok, táncok fűvészenekarra
12.25: Néhány szó zeno közben
12.30: „Enekeltem én: Tankó Gábor”
12.45: Hajdú-Bihar megyei népdalkörök énekének Nosztalgiahullám:
13.05: Richle Valens
14.00: Népzenei kamarahangverseny
14.15: Idősebbek hullámhosszán — (ism.)
15.05: Néhány perc tudomány
15.10: Operaságerek — (ism.)
15.45: Törvénykönyv — (ism.)
16.00: Találkozás a stúdióban

17.05: Dzsesszefelvételekből
17.30: Tanakodó — a történelem tanításáról az általános iskolában
18.30: Slágerlista
19.05: Közvetítés a Magyarországon — Hollandia férfi kosárlabda EB-selejtező-mérkőzésről
19.35: Operettkedvelőknek
20.20: A Poptársnnya dalaiból
21.05: Rádiószínház: Az indián a Bronxba vágy — Israel Horowitz rádiójátéka
21.56: Slágerfilmek — filmklágerek
22.34: Népdalok
23.20 —
0.13: Könyvzene
Lengyelországból, Bulgáriából és az NDK-ból
0.15 —
4.20: Ejjfel után...