



■ Csodát művel, de nem csodaszer Magnéziumkutatás és az orvoslás

A különböző, magnézium-kutatásba bekapcsolódó szakembereket fogja össze az 1989-ben megalakult *Magyar Magnézium Társaság*, amelynek elnöke, *dr. Kiss A. Sándor*. A nyugdíjasként a JATE-n és a Biológiai Központban ma is dolgozó agrokémikus-agrobiológus docenst kértem meg, mutassa be nekünk, laikusoknak is ezt az élővilág, s benne az ember számára is nélkülözhetetlen anyagot.

Barna kenyér, dió, szója

A magnézium létfontosságú elem, amely nélkül bármely életfolyamat energiaszolgáltatása megszűnik. A mezőgazdaságban a talaj relatív magnéziumhiánya a termelés mennyiségének és minőségének csökkenéséhez vezet. A szervezet számára legjelentősebb tápelemek sorában ez az ötödik. Kísérletekkel bizonyították, hogy hiányában nagyobb a szívinfarktus, a magas vérnyomás veszélye, hajlamosabb az ember cukorbetegségre, rákra, nehezebben bírja a stresszt, nagyobb a valószínűsége annak, hogy vesekővel keletkezik. Mindez nem jelenti azt – hangsúlyozta a kutató –, hogy a vérben lévő sok magnézium biztosan elhárítja ezeket a főként civilizációs betegségeket: csupán kiala-

Úgy tűnik, hogy a magnézium ma már nem csupán a vegyészek és az agrárszakemberek érdeklődését kelti föl: jelentőségével, anyagcseréjének tanulmányozásával egyre inkább foglalkoznak biológusok és orvosok is.

kulásuk valószínűségét csökkentik.

Hogy mely természetes táplálékaink gazdagok magnéziumban? Az orvosok főként a barna kenyér, a dió és a szója fogyasztását javasolják.

A kis pockok is gyarapodnak

A kísérleti eredmények bizonyára sokunkat meggyőznek a magnézium áldásos hatásáról. Kiderült, hogy azoknak a patkányoknak, amelyeknek magnéziumhiányos táplálékot adtak, a csengővel és fényfelvillanással kiváltott stressz hatására emelkedett a vérnyomásuk, és csökkent a súlyuk. Ha szoptatók patkányok kaptak magnéziumban bővelkedő élelmet, tejhozamuk nagyobb lett, mint amelyektől megvonták ezt az elemet, és a kis pockok is jobban gyarapodtak. Kísérleti állatokon – benzpirén ecseteléssel, arzénos víz itatásával, cigarettéfüst belélegeztetésével – rákot igyekeztek előidézni. Azok, amelyeket magnéziumhiányos kosztra fogtak, mind megbetegedtek, a jó ellátottsá-

gú csoport tagjainak azonban csak egynegyede. A magnézium mellett, hogy szerepe van a rák megelőzésben, gátolja a mérgező elemek toxikus hatását is. Az alumíniumtartalmú vízzel itatott patkányok, ha magnéziumot is kaptak, szervezetük védekezett az idegsejteket károsító anyag ellen. Kísérletek igazolták a magnéziumnak az immunrendszert stimuláló hatását is.

Infarktust enyhít és megnyugtat

A vegyész, a biológus és az agrárszakember tapasztalatai olykor választ adhatnak az orvosi gyakorlat kérdéseire is. Ez történt, amikor a kazincbarcikai kórházban föltűnt: a város egyik felében élők között aránytalanul sok a veszélyeztetett terhesség, a spontán abortusz. Kiderült, hogy az ivóvíz a ludas, ugyanis más-más kútból látták el vízzel a két városrészben élő lakosságot. Amelyikből magnéziumban gazdagabb víz került a lakásokba, ott kevesebb volt a terhességi rendellenesség. Ugyancsak Ka-

zincbarcikán jöttek rá a kórház orvosai: ha a vérszegény bőlcsődéseknek vérképe nem javul a vastablettától, magnézium hozzáadásával megugrik a vörösvértest- és hemoglobint-szintjük.

A makói kórházban különösen jó tapasztalatokat szereztek az orvosok az infarktust kapott betegek magnéziumos kezelésével kapcsolatban. Ha ugyanis vénás injekcióként adják a páciensnek, állapotának további romlása megakadályozható, sőt olykor gyors javulás is előidézhető általa. Szegeden, az I-es Belklinika kardiológusainak megfigyelései alátámasztják ezt, a neurológusok pedig nyugtató hatását észlelték ennek az elemnek.

Kávéskanálnyi a teába!

Mindezek ellenére: a magnézium nem csodaszer. Akinek szervezetében elegendő van belőle, az hiába is „enné” marokszámra a tablettákat, a főleges mennyiség ugyanis távozik belőlünk. Szájon át szedve túladagolás nem lehetséges, intravénásan azonban halált is okozhat. A magnéziumkutatás megállította egyébként – akinek csaknem 300 publikációja, önálló és társszerzőkkel kiadott könyvei, négy egyetemi jegyzete jelent meg e témában – minden reggel csapott kávéskanál citromsavas magnéziumport szór a teájába. Állítólag a háziorvos fölírja és receptre kapható a patikákban.

Chikán Ágnes

Kik azok a szociális munkások, s mit akarnak?

Szó szerinti fordítás, de az érintettek nem szeretik, ha így, szociális munkásnak nevezik őket. Magukat inkább szociálpolitikusnak, szociálpedagógusnak, családgondozónak, szociális segítőnek, gyámügyesnek, védőnőnek, ápolónak, „gyermekvédelmisnek” vagy eredeti szakmájuknak megfelelően orvosnak, jogásznak, közgazdásznak, pszichológusnak, pedagógusnak szeretik nevezni. Annnyféle előképzettséggel és előismerettel dolgoznak az állampolgárok szociális helyzetét valamilyen módon érintő területen, hogy még szakmai egyesületi vezetőik se tudják: valójában hányan lehetnek mondjuk Csongrád megyében a szociális munkások.

Az önkormányzatok szociálpolitikusai, a szociális intézmények alkalmazottai többféle szakmai egyesületet alakítottak maguknak. A *Szociális Munkások Magyarországi Egyesülete* (SZMME) az egyik „legidősebb”, 1988-ban Szegeden jött létre. Ezután ebből vált ki például a *Családgondozók önálló kamarája*, a továbbképzéssel foglalkozó *Iskolaszövetség*, az ELTE szociálpolitikai képzéséhez kötődő *Hilscher Rezső Társaság*, hogy csak a legnagyobbakat említsük. A *Szociális Munkások Magyarországi Egyesülete Csongrád megyei és Szeged városi tagozata vezetői-*

vel: *dr. Szél Éva* elnökkel, a szociális munkás-képzés szegedi irányítójával, továbbá *Majláthné Lippai Éva titkárral, Szekeresné dr. Makra Ibo-ly*a gazdasági felelőssel abból az alkalomból beszélgettünk, hogy e szervezet most tartotta a szakmai továbbképzést is szolgáló második fórumát.

A szakmai egyesület egyik alapítója és első elnöke *dr. Farkasinszky Teréz* volt, akinek kimagasló munkáját posztumusz Hilscher Rezső díjjal ismerte el a múlt évben az egyesület közgyűlése. Az egyesületnek három helyi csoportja működik: Debrecenben, Tatabányán és Szegeden. Az itteni megyei és városi tagozat egy éve újjászerveződött. Ezentúl az egyesület tagja lehet mindenki, aki szociális munkásnak érzi magát. A jelentkező 200 forint tagdíj ellenében három havonta a négy legnagyobb egyesület közösen kiadott Hírleveléből tájékozódhat a legfrissebb és legfontosabb szakmai programokról, kiadványokról, megkapja a legszükségesebb szakmai információkat. Az egyesület rendezvényein, így a szakmai továbbképzéseken ingyenesen részt vehet. Ez a szervezet állította össze a *szakma etikai kódexét*, véleményt mondott a szociális törvény tervezetéről.

Az SZMME legfontosabb feladatának a rendszeres szakmai továbbképzést tekinti, mivel sokan diploma nélkül dolgoznak szociális munkásként. Júniusi fórumuk témája a szociális törvény „kritikája”, illetve a gyermek és ifjúságvédelem helyzetének feltérképezése volt. Őszi akciónapjukon a *szendélybetegségekkel* foglalkoz-

Ú. I.

Kioktatási kísérlet

Orrba, szájba, néha megbeöntésben kapom a demokráciát. Valahogy nem tud ez a szó kimenni az elméledésdivatból. Úgy működik, mint egy elméleti rendezőpályaúdvár, ahová befutnak az események, az újságdu-mák, a nyilatkozatok, és ki-ki kedvére igazítja őket saját demokráciafogalmához vagy

rémképéhez. Ez olyan, mint egy komoly munka: a demokráciáról beszélni idő- és stílszerű.

Ellenben egy megbízható argentin hírforrásból tudom, hogy kár a gőzért. Mert a demokrácia nem más, mint statisztikai tévedések sorozata.

(podmaniczky)

■ Új vállalkozás a tanárképző főiskolán ■ Alkalmassági vizsga, fölvételi beszélgetés

Második diplomával – a lelki egészségért

Az általunk irigyelt nyugat-európai országokban, az USA-ban nem csak az olajozottabban működő demokráciát, az anyagi jólétet csodáljuk, hanem az életminőségnek azt a fokát is, amellyel méltán dicsekedhetnek. A mi testi-lelki állapotunkról árulkodó adatok, a halálzási statisztikák egyértelműen arra figyelmeztetnek: haladéktalanul követnünk kellene az egészségmegőrzést és a betegségek megelőzését célzó, másutt már eredményt hozó jó példákat is. Mert amerre mi oly vágyakozva kacsintgatunk, ott az egész társadalom összefogásának következménye a lakosság „jól léte”.

gozatával karöltve, mentálhigiénés képzést indított diplomások részére, melynek elvégzése után a hallgató mentálhigiénés testnevelőtanár oklevelet kap. Amint *dr. Szalay István* főigazgató elmondta: a főiskola is megkapta a jogot, hogy a már felsőfokú végzettségűek – tanárok, orvosok, jogászok – részére posztgraduális képzést indítson, s a kétéves tanulmányi idő elteltével, a szükséges területi gyakorlat, a sikeres vizsgák és az államvizsga után egészségfejlesztő mentálhigiénikus szakosító oklevelet állítson ki azok részére, akik a kö-

vetelményeknek megfeleltek. Az idén 24 jelentkezőt fogad a tanárképző főiskola az alkalmassági vizsgálat és némi fölvételi elbeszélgetés után. A képzés során ismereteket szereznek a hallgatók a mentálhigiéné területét érintő legfontosabb szaktárgyakból. A képzés nagy figyelmet fordít arra, hogy – a saját élményeket felhasználó csoportok beiktatásával – a résztvevők fölkészítsék önmagukat, személyiségüket a rájuk váró, nagy pszichés megterhelést jelentő feladatokra. A legfőbb pszichoterápiás ismeretek birtokában ki-ki alkal-

massá válik arra, hogy másokat is motiválni tudjon a különböző technikák (zene-, család-, mozgásterápia) alkalmazására.

A posztgraduális képzésben részt vesznek a SZOTE Ideg-és Elmegyógyászati, a Gyermekgyógyászati, a Belgyógyászati Klinikájának, a népegészségtani, a társadalomtudományi, a gyógynövény- és drogismereti intézetének szakemberei, a Hittudományi Főiskola, a JATE Szociológiai Tanszékének és a tanárképző főiskola különböző tanszékeinek oktatói. Gyakorlóterepként pedig kiváló helyszíneként kínálkoznak a város fölött, valamint gyermek- és ifjúsági oktatási, szociális és egészségügyi intézményei.

A második diplomát szerzett hallgatók, remélhetően, igen hatékonyan tudják majd alkalmazni mentálhigiéniai ismereteiket eredeti munkahelyükön. S áldásos ténykedésük során talán javul is valamelyest a magyar lakosság közérzete.

Ch. Á.

jelenleg maguk is gyógyszereszek.

● *Változik-e a patikák jogostványa, pontosabban, megmaradnak-e az eddigi kötelmek?*

– Igen, ebben semmiféle módosulás nem következhet be, annál is inkább, mivel az ellátás zavartalanága szent és sérthetetlen. Magyarán szólva: megmarad az éjszakai ügyelet, s a közgyógyellátási vénnel jelentkezőket változatlanul ki kell szolgálni. Ezeket, illetve a szakmai követelmények batar-tását a testületileg illetékes tisztí főgyógyász, valamint az Országos Gyógyszerészeti Intézet a korábbiaknál is szigorúbban ellenőrzi majd – mondotta befejezésül Pokorny Endre.

Nagy Attila

■ Gyógyszertárak

Kezdődhet a régen várt privatizáció

– Mielőtt a részletekbe bocsátkoznánk, szeretném rögtön leszögezni: a gyógyszertárak privatizációjáért valóban sokat fáradoztam, vagy ha úgy tesszük, lobbyztam, ám ehhez a dologhoz semmilyen személyes érdekem nem fűződik, lévén munkahelyemen, Mátraházán, kutatással foglalkozom. Tehát nem akarok patikatulajdonos lenni.

● *Voltaképpen az elmúlt időszakban miről folyt a vita?*

– Lényegében arról a kérdésről, vajon állami, vagy önkormányzati tulajdonban vannak-e az ellátásért felelős megyei gyógyszerintézetek? Európában egyébként az előbbi a gyakorlat, ami megfelel a realitásoknak, hiszen képzeljük el, igencsak nehéz volna 19 plusz egy elvet érvényre juttatni. Nos, hogy a döntés megszületett, a tulajdoni viszályt, minden bizonnyal, végleg lezártak tekinthetjük. Egyet azért nem szabad elfelejteni: a privatizáció nem egyfajta önhatalmi cél, hanem eszköz annak érdekében, hogy a gyógyszerellátás folyamatos maradjon, mi több, javuljon a színvonala. Ebben teljes az egyetértés az Állami Vagyonügynökséggel, akivel a javaslatok kidolgozásánál szorosra együttműködtünk.

● *Ezzel tehát létrejöhetnek a magánpatikák.*

– A folyamat a törvénymódosítás kihirdetésének napján természetesen megkezdődhet, a helyzet azonban nem ennyire egyszerű. Alapelv ugyanis, hogy a tulajdonos egyben a működtető is, mivel itt szigorú szakmai kritériumok vannak. Azt javasoljuk: ha mondjuk nem él már az egykori tulajdonos, a kárpótlási jegyekkel csak azok a közvetlen hozzátartozók jelentkezzenek, akik

Az utóbbi két esztendőben szakmai, illetve közgazdász körökben meglehetősen komoly vita bontakozott ki a hazai gyógyszertárak, valamint ellátási központok privatizációjáról, amely azonban az állam vállalkozói vagyonáról szóló törvény módosításával, melyet a T. Ház május 25-én, nagy többséggel fogadott el, remélhetőleg végleg lezárult. Erről beszélgettünk Pokorny Endrével, a Magyar Demokrata Fórum Heves megyei parlamenti képviselőjével, az Országgyűlés szociális, családvédelmi és egészségügyi bizottságának tagjával, aki egyébiránt maga is gyógyszerész, azaz az ügyről beható ismeretei vannak.