

# ÉP

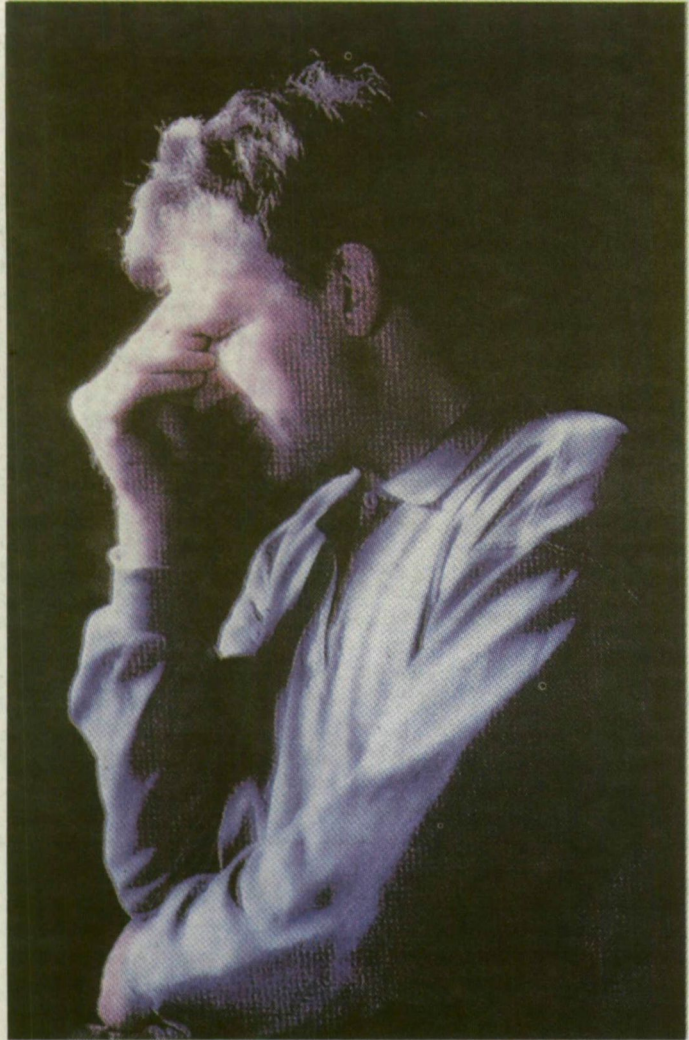
# T E S T S B E N

## Férfimeddőség - spermadonorok

A meddőség hátterében az esetek több mint egyharmadában kimutatható a férfi „szerepe”, ezért a meddőség okainak kutatása minden esetben párok kivizsgálását kell, hogy jelentse, amelynek elengedhetetlen része az andrológiai vizsgálat.

Először fizikális vizsgálatot végeznek, aminek célja a szervi elváltozások feltárása. A spermavizsgálat során értékes információkhoz jutnak a herékben termelődött spermiumok mennyiségéről, életképességéről, mozgási tulajdonságairól és külső felépítéséről, amelyek segítségével nagyrészt megjósolható a férfi termékenyítőképeség. Bizonyos esetekben az egyszerű spermavizsgálatot ki kell egészíteni speciális laboratóriumi háttérrel igénylő módszerekkel, amelyek során a nemi mirigyek megfelelő működését tesztelő biokémiai eljárásokra, a hímivarsejtek életképességét rontó, gyulladást okozó kórokozók mikrobiológiai kimutatására és a spermatermelésben szerepet játszó hormonok meghatározására kerül sor.

A Szegedi Tudományegyetem Szülészeti és Nőgyógyászati Klinikáján évek óta sikeresen alkalmazzák a mesterséges megtermékenyítés különböző formáit. Legegyszerűbb esetben a férfit partner dúsított, válogatott, életképes hímivarsejtjeit fecskendezik be egy



**A meddőség nem csak a nő „hibája” lehet**

katéter segítségével a női partner méhébe. Speciális esetekben (pl. ha nagymértékben csökkent a rendelkezésre álló életképes spermiumok száma,

vagy ha azokat csak a heréből vett szövetből sikerül tisztítani, vagy mindkét petevezeték elzáródott) kerül sor a szervezeten kívüli meg-

termékenyítés alkalmazására, amit általában „lombikbébi” néven ismernek. Az ilyen típusú, speciális műszerezettséget igénylő eljárásokat a Kaáli In-

**Donorok csak olyan, 20 és 35 év közötti egészséges férfiak lehetnek, akik rendszeres szűrővizsgálatokon vesznek részt**

tézetben végzik. Vannak azonban olyan esetek is, amikor a pár férfi tagjától még ilyen különleges eljárásokkal sem nyerhető megtermékenyítésre alkalmas hímivarsejt, s ilyenkor kerülhet sor a fagyasztott donor spermával történő mesterséges megtermékenyítésre. Donorok csak olyan, 20 és 35 év közötti, egészséges, hosszú kivizsgálási folyamaton átesett férfiak lehetnek, akik – amellet, hogy kiváló minőségű spermiumokkal rendelkeznek – rendszeres szűrővizsgálatokon vesznek részt, amelyek eredményét szigorúan nyomon követik. Így csak a legkiválóbb jelentkezők közül kerülhetnek ki a donorok, akiknek adatait titkosan kezelik.

**Dr. Szöllösi János**  
szülész-nőgyógyász

### Természetpatika

## Fokhagyma - a csodaszer

**Ha a csodaszer elnevezést lehet alkalmazni egy gyógynövényre, akkor a fokhagyma megérdemli e kitüntetését. Ez a föld második legrégebbi orvossága a csikófark után.**

**Hippokratész is alkalmazta**

Tízezer évvel ezelőtt lakott barlangokban is találtak fokhagymamaradványokat, de az első javallatot az i. e. 3000 körül vették a sumér ékirásos agyagtáblákba. Az egész ókori világ – Spanyolországtól Kínáig – kedvelte, de nem volt nép, amely az egyiptomiaknál jobban szerette volna. Rabszolgáiknak naponta adtak belőle, mert az egyiptomiak hittek abban, hogy a fokhagyma megelőzi a betegségeket, növeli az erőt és az állóképességet. A görög atléták a versenyek előtt fokhagymát ettek. Az ógörög bábák fokhagymagerezdeket akasztottak a szülőszoba köré, megvédendő az újszülöttet a betegségektől és a boszorkányságtól. Hippokratész fertőzésekre, sebekre, leprára és emésztési problémákra ajánlotta. Az I. világháború idején a brit, francia és az orosz katonai orvosok az elfertőződött sérüléseket fokhagymalével kezelték. A modern herbalisták a fokhagymát megfázásra, köhögésre, influenza, lázra, hörghurutra, máj-, epehólyag- és emésztőszervi problémákra ajánlják, valamint a magas koleszterinszint csökkentésére.

**Erős antibiotikum**

A fokhagyma baktériumölő alkotórészéről egészen 1920-ig nem tudunk semmit. Ekkor a svájci Sandoz gyógyszergyár kutatói egy alliin nevű anyagot izolál-

tak a növényből. Az alliinnek magában nincs gyógyhatása, amikor azonban a fokhagymát rágnák, apróra vágják, összezúzzák vagy szétnyomják, az alliin érintkezésbe kerül a fokhagyma egyik enzimjével, ami átalakítja azt egy másik vegyületté, alliocinné. Így lesz a fokhagyma hatásos antibiotikum.

**Mire jó a „büzlő rózsza”?**

Néhány gyógyszer csökkenti a vérnyomást, míg mások a koleszterinszintet, és vannak, amelyek a szívinfarktust és a szívrohamokat kiváltó belső vérrögök képződésének a valószínűségét. A „büzlő rózsza” is nevezett fokhagyma – köszönhetően az alliocinné és más, a növényben található vegyületeknek – mindezt egyszerre tudja. A fokhagyma csökkenti a vér-cukorszintet is, a cukorbetegségben szenvedők minden veszély nélkül fogyaszthatnak több fokhagymát az orvos által előírt gyógymód mellett. Ígéretes bizonyítékok vannak arra, hogy a fokhagymának szerepe van a rák megelőzésében és gyógyításában.

Több kísérlet tanúsága szerint a fokhagyma segíti az ólom és más nehézfémek kiürülését a szervezetből.

**A maró íz ellen**

A nyers fokhagymának csípős, maró íze van. Néhányan égető érzést tapasztalnak nyelvükön, amikor eszik. A fűzés megszünteti a maró hatást, s az ízet lágyabbá tesz. A fokhagymaszag elnyomására alkalmazhatják a hagymányos növényi leheletfrissítők, mint például a petrezselyem, az édeskömény vagy a lepkegyógyszergyár kutatói egy alliin nevű anyagot izolál-

## Időben észrevenni a bajt

### Emlőrákszűrés

### Makón

A makói kórház radiológiai osztályának új orvosi berendezése, az emlőrák szűrésére alkalmas mammográf üzembe helyezése óta eltelt két és fél hónap alatt több mint háromszázötven emlőszűrés végeztek. Ez idő alatt tizen-négy rosszindulatú mell-daganatot fedeztek fel, amennyi dr. Csipak Klára osztályvezető főorvos szerint megdöbbentően sok. A mell elváltozásainak közel felét abban a stádiumban sikerült kiszűrni, amikor a daganat még kicsi, ezért más vizsgálati módszer-

rel nem fedezhető fel. Ebben a kezdeti időszakban még jó eséllyel lehet elkezdni a terápiát. A makói nők körében nagy a szűrés iránti érdeklődés, már



**A mammográfia naponta tíz-tizenkét nő vizsgálnak meg. (Fotó: Karnak Csaba)**

csak azért is, mert ezennél nem kell más városba utazni emlődiagnosztikára. Sürgős esetekben egy-két napon belül sor kerülhet a vizsgálatra. Az el-

lenőrzésre jelentkezők két héten belül kaphatnak időponthoz személyesen vagy telefonon történő egyeztetés alapján. A vizsgálatra egyébként a

menstruációs ciklus első tíz napja a legalkalmasabb. A váróteremben általában legfeljebb fél órát kell eltölteni. A leleteket két szakorvos külön-külön is át tanulmányozza, ezért kell a vizsgálati eredményre nyolc-tíz napot várni.

Az új műszerrel napi tíz-tizenkét beteget vizsgálnak meg. Ahhoz, hogy ennél lényegesen több páciens tudjanak megszűrni naponta, a jelenleginél nagyobb létszámú szakemberegárdára lenne szükség. Az osztályvezető főorvos abban bízik, hogy idén sikerül befejezni Makó térségében az érintett nők egyszeri, teljes körű szűrését. A doktornő álláspontra szerint egy-két évente mindenképpen ajánlott az emlőszűrés.

**Szabó Imre**

**Érezze könnyűnek magát!**

## Böjt vagy tisztítóóra

A szervezetnek jól tesz a heti egyszeri böjt, ami ezáltal nem koplalást jelent, hanem azt, hogy élelmiszer-adagunkat a felére csökkentjük.

Réggelre együnk müzlit, amibe a zabpehelyhez, búzapehelyhez, mazsolához, némi mézhez és tejhez még egy almát is hozzákeverünk.

Ebédre szűkösebben, lehetőleg fele annyit falatozunk, mint más napokon.

Barna kenyérből és egy almából álló vacsorával zárjuk a napot. A gyötrő éhséget a gyógytea enyhíti. A tea állhat egyenlő arányban körömvirágból, galajból, cikcfarkból és citromfűből. Minden egészséges szervezetnek jól tesz az ilyen egynapos böjt. Ezután könnyűnek, szabadnak, élénkebben érezzük magunkat. Azokon a napokon ajánlott böjtölni, amikor nem terheljük magunkat fizikailag-szellemileg.

**Napégés és fényallergiák**

## A túlzott napozás öregít

**A napfény nélkülözhetetlen az élethez, a jó közérzethez és hangulathoz. Túlzott mértékben, valamint speciális körülmények között azonban ellenségünké válhat, és betegséget okozhat.**

A normál fényérzékenyű, egyébként egészséges bőrűeken kialakult bőrtüneteken kívül beszélhetünk a fokozottan fényérzékenyek allergiás bőrbetegségeiről, és ismertek bőrbetegségek, amelyekre a fénysugárzás rossz hatással van, vagy ép-

pen kiváltja a tüneteket. Ez utóbbira a legismertebb példa az ajakon fellépő herpeszfertőzés.

A túl intenzív napsugárzás jól ismert következménye a napégés, amiért az ultraibolya B és A, illetve az infravörös sugarak felelősek. Az égés súlyossága a sugárzás intenzitásán és időtartamán kívül a bőr szarurétegének vastagságától és barnaságától függ. Létrejöttéhez a MED – (minimális erythema dózis – az a legkisebb fénysugármennyiség, amely egyenesen bőrpírt hoz létre egy élesen körülhatárolt

területen 24 óra elteltével) – többszörösére van szükség. Jó tudni, hogy egy derűs nyári napon, a déli órákban 1 MED mindössze 20 perc alatt éri bőrünket, egy egész napos napozás során ennek legalább hússzorosa. Javasolt olyan fényvédők alkalmazása, amelyek mind az UV-B, mind az UV-A sugarakkal szemben védelmet nyújtanak. Fokozott óvatosságot ajánlott a tengerparton, hiszen ott hiányzik az UV-sugarak egy részét elnyelő levegőszennyeződés, valamint a homok, a víz jelentős mennyiségű fénysugarat ver-

vissza bőrünkre! Napégés-kor a tünetek: forróságérzés, bőrvörösség, súlyosabb esetben duzzanatok, amelyek 4-6 órával a napozás után kezdődnek, teljes súlyosságukban, akár hólyagképződés formájában is 24 óra elteltével láthatók. Enyhülés csak a harmadik nap után várható.

A krónikus fényártalomért az UV-B és UV-A sugarak felelősek. A legismertebb ilyen ártalmak a bőr öregedése, illetve a bőr rosszindulatú daganatai.

**Dr. Földes Márta**  
bőrgyógyász-kozmetológus

## Egy nap az életért

A közelmúltban Budapest adott otthont a Rákellenes Liga az „Egy nap gyaloglás az életért” elnevezésű eseménynek.

A 24 km-es demonstratív sétán ezernegyszázán vettek részt, Szegedről – az Avon szervezésében – harminchatan indultak. A speciális rendezvényre az 1000 forint nevezési díj mellett fejkenként minimum 10 ezer forint adományt kellett összegyűjteni. A végösszeg – a szegedi forintosokkal együtt! – több mint 28 millió volt, s ebből a százhalombattai kórháznak vásárolnak emlőrákszűrő-készüléket.