

Bethesda GYÓGYÍTÓ

A Bethesda Gyermekkórház Magazinja

2018 • TAVASZ

A JÖVŐT GYÓGYÍTJUK!

A Bethesda új épületszárnyának alapkőletétele, fejlesztési terveink

OLTASSUNK VAGY NE?

Oltásellenes hangok kontra észérvek

5 SÚLYOS HIBA A GYEREKNEVELÉSBEN

A modernkori gyermeknevelés hazai és amerikai szemmel

MI MINDENT TUD LENYELNI EGY GYERMEK?

A gyanús jelektől az elsősegélynyújtásig

VISZLÁT TOLÓKOCSI!

Türelem, odaadás, út a gyógyulásig



Bethesda Kórház Alapítvány

Alapítványunkon keresztül támogassa Ön is kórházunkat, hogy minél több gyermeket gyógyíthassunk jobb körülmények között!

Sokan keresik meg a kórházat azért, mert valamilyen formában szeretnének segíteni a beteg gyerekeken, vagy az intézményen. Van, aki a pénzét adja. Van, aki az idejét, erejét áldozza ránk. Nem győzzük felsorolni, hogy milyen sokan és sokféleképpen segítettek már nekünk. Isten iránti hálával köszönjük mindenkinek!

Rengeteg eszközre és műszerre van szükségünk ahhoz, hogy mindenben a legtöbbet és legjobbat tudjunk adni. Bátorítjuk, hogy legyen Ön is támogatónk!

Kísérje figyelemmel honlapunkon a jótékonsági rendezvényekről, projektekről, támogatási akciókról szóló beszámolóinkat!

www.bethesda.hu | www.bka.hu

PÉNZADOMÁNY

Ha anyagilag szeretné gyógyító munkánkat segíteni:

- banki átutalással
- rendszeres átutalási megbízással
- postai „sárga csekkel”
- kórházi gyűjtőládák segítségével
- online adományozással

TÁRGYI ADOMÁNY

Különféle eszközökkel, játékokkal, ruha- és élelmiszeradományokkal is tud segíteni.

TÁMOGATÁSHOZ SZÁMLASZÁM:

10300002-20350699-70073285

SZJA 1% ADÓSZÁM:

180 425 39-1-42

BETHESDA KÓRHÁZ ALAPÍTVÁNY



a Bethesda
Gyermekkórház
támogatására

Törvényszéki bejegyz. szám: 101/PA.70093/1992

Bejegyzési szám: Pk.70093/1992/3©

Rajtam (is) múlik



Bese Nóra
főszerkesztő

Nemrégiben hallottam egy vezető egészségügyi szakembertől, hogy az a baja az egészségügynek, hogy illúziót árul. Azt az illúziót, hogy mindenkinek jár a legmagasabb színvonalú ellátás, gyógyítás, kiszolgálás.

Jár. De ha jár, akkor evidensnek veszem a jót, és ki vagyok élezve a rosszra. Sőt, ha nem én (és a gyermekem) vagyok az első, a legfontosabb, az egyetlen az orvos számára, akkor fel vagyok háborodva. Azonban az igények nőnek, az illúzió pedig távolodik. 10 éve még azért is hálás voltam szülőként, ha ott lehettem a gyermekem mellett a kórházi szobában, ma már sokakat az is zavar, ha nincs all inclusive ellátás a gyermek gyógyulása mellé. Magamban is ezt a két szülői magatartást figyelem meg. Az egyik, hogy hálás vagyok mindenért, a gyógyítók, ápolók munkájáért, hogy olyan munkát végeznek, amire én kevés lennék. Mindezt legtöbbször mosollyal, erőn felül, természetesen. De ott van bennem az is, aki állandóan keresi a kritikát, miért kell várni, miért nincsenek a legkorszerűbb eszközök, körülmények. És miért nem csak velem foglalkoznak?! Ezzel a két mentalitással találkozunk rendszeresen a szülői visszajelzésekben is. És ez alig függ attól, hogy milyen ellátást kapott a gyermek. Ez majdnem legtöbbször a szülő hozzáállásán múlik. Mert ő maga dönti el, hogy

partner lesz, aki együttműködik és még akár talán meg is köszöni azt, ami nem természetes. Vagy ellenség lesz, aki küzd az igazáért, azért, ami a rendszer szerint jár neki, és rossz szájjal, zavarodott, talán félig gyógyult gyermekkel távozik. Igazából legtöbbször belső döntés ez. És sokszor a mi szülői döntésünkön is múlik, hogy a gyermeknek pozitív emléke maradjon a kórházi látogatásról vagy a szülő háborgását látva ő is inkább menekülne. Így lehetséges az, hogy egyfelől özönljenek a pozitív szülői visszajelzések, a hálás kommentek, levelek, Facebookon, e-mailben, SMS-ben, amely mind megerősítésül szolgálnak munkatársaink felé. Másfelől viszont kezelnünk kell olyan helyzeteket, amikor szülők, nagyszülők élő közvetítéssel fenyegetőznek Facebookon, mert fél órája nem jutottak be a sebészetre, mert igenis, az ő gyerekük a legfontosabb, és egy sürgősségin jár az azonnali ellátás. Jár. Mint minden hozzánk érkező gyermeknek. Mert az ő szüleiknek meg ők az elsők... ■



Tartalom

- 3** **RAJTAM (IS) MÚLIK**
BESE NÓRA, FŐSZERKESZTŐ
- 5** **AZ ALAPÍTVÁNY HÍREI**
- 6** **SÍPOLT, MINT A GUMIKACSA**
DR. TERNAI ZITA, FÜL-ORR-GÉGÉSZ
SZAKORVOSJELŐLT
- 8** **TERMÉSZETES, DE NEM MINDIG KÖNNYŰ**
DR. STEINBACH RÉKA,
GASZTROENTEROLÓGUS,
IBCLC SZOPTATÁSI TANÁCSADÓ
- 10** **GYERMEKNEUROLÓGUST MOST, RÖGTÖN?**
DR. BODÓ TÍMEA,
GYERMEKNEUROLÓGUS SZAKORVOS
- 14** **OLTASSUNK VAGY NE?**
BESE NÓRA, FŐSZERKESZTŐ
- 16** **BEMUTATJUK: DR. GYENES VILMOS,**
GYERMEKKARDIOLÓGUS FŐORVOS
- 18** **A MODERNKORI GYERMEKNEVELÉS**
5 LEGSÚLYOSABB HIBÁJA
SZEGLÉTI GABRIELLA,
KLINIKAI SZAKPSZICHOLÓGUS
- 20** **VAN VÁLASZTÁS**
RIDEG GYULA, KÓRHÁZLELKÉSZ
- 22** **A JELENLÉTRŐL**
DR. VELKEY GYÖRGY, FŐIGAZGATÓ
- 24** **A NYÚL MEG A TAVASZI HÓ**
KORZENSZKY KLÁRA,
GYERMEKPSZICHOLÓGUS, ÉNEKESNŐ
- 28** **MINTHA RÉGI ISMERŐSÖKKEL LENNÉNK**
SZILÁGYI ERIKA INTERJÚJA
- 30** **GYERMEKKORI EMLÉKEIM NYOMÁBAN**
BAJI ANIKÓ, EGÉSZSÉGÜGYI SZAKDOLGOZÓ
- 34** **A JÖVŐT GYÓGYÍTJUK**
BESE NÓRA, FŐSZERKESZTŐ
- 36** **ITT GYÓGYULTAM**
- 38** **ÚTRAVALÓ AZ UZSONNÁSDOBOZBA**
RAJCSIK ENIKŐ, DIETETIKUS
- 39** **BETHESDA HÍREK**

Impresszum

Bethesda Gyógyító Magazin

Kiadja a Magyarországi Református Egyház
Bethesda Gyermekkórháza és a Bethesda
Kórház Alapítvány.

Szerkesztőség címe: 1146, Bethesda u. 3.

Főszerkesztő: Bese Nóra

Olvasószerkesztő: dr. Rácz Anikó, Németh Sándor

Kiadványterv: Sosity Beáta

Képek: Németh Sándor, Tokai Gábor, 123RF

Címlap: 123RF

Mese illusztráció: 123RF

Ebben a számban közreműködtek:

Baji Anikó, Bese Nóra, Dr. Bodó Tímea, Dr. Steinbach
Réka, Szilágyi Erika, Rajcsik Enikő, Rideg Gyula,
Tokai Gábor, Dr. Ternai Zita, Dr. Velkey György

Kapcsolat: gyogyito@bethesda.hu

Nyomda: Vareg Produkció

1117 Budapest, Kondorosi út 2/a

Következő számunk júliusban jelenik meg.

Kiadványunk ingyenes, a Bethesda Kórház

Alapítvány és az EMMI támogatásával jelenik meg.



KÓRHÁZ A VÁROS SZÉLÉN

TÁMOGATÁSHOZ SZÁMLASZÁM:

10300002-20350699-70073285

SZJA 1% ADÓSZÁM:

180 425 39-1-42

TUDTA ÖN, HOGY...

...egy 1%-os rendelkezés átlagos értéke több mint 4.000,- Ft, ami nem kevés támogatást jelenthet?

...hogy tavaly 1 milliárd forintnyi összegről nem döntöttek, és nem ajánlották fel az adózók?

...ha az Ön által támogatott szervezet számára megadja az elérhetőségét, tájékoztatást kaphat a felajánlott 1% hasznosulásáról?

...idén nem május 20-a a beadási határidő, hanem május 22-e?

... az 1%-os rendelkezését a személyi jövedelem-adó-bevallásával együtt, annak részeként, de attól külön is beadhatja?

... nyilatkozatát beküldheti postai úton, a NAV elektronikus felületén, illetve bármely NAV ügyfélszolgálaton személyesen?

... ha van ügyfélkapuja, 1 percbe telik felajánlani adójának 1 %-át?

... hogy kórházunk bejáratánál bérmentesített borítékot is adunk a felajánló nyilatkozathoz?

SÍPOLT, MINT A GUMIKACSA

Tanulságok idegentest-ügyeletünkről



Dr. Ternai Zita
fül-orr-gégész szakorvosjelölt



Műanyag németjuhászkutya, 1 eurós, méretes diódarab, csillogó gyöngy... Csak néhány példa azok közül, amiket az elmúlt hónapban operáltunk ki ügyeletben kisgyermek tüdejéből, orrából, füléből... Na de hogy kerülnek azok oda? És miért pont éjszaka? Milyen tünetek figyelmeztetnek, hogy idegentest került oda, ahova nem való?

A kisgyermek a világ felefedezése során kíváncsiságból, vagy épp kincsük védelme érdekében nem ritkán fülükbe, orrukba rejtenek különböző tárgyakat, apró játékokat, növényi magvakat, terméseket. Sokszor a fülben vagy orrban jelentkező kellemetlen érzés miatt, vagy az általuk megkísérelt eltávolítás sikertelenségét követően szólnak szüleiknek. Ez esetben fontos feladatunk fül-orr-gégészként a körülmények tisztázása, a tárgyak azonosítása, ami sokszor nagyobb körültekintést igényel. Néhány hete ügyeletbe érkezett egy kisgyermek, akinek úgy sípolt a tüdeje, mint egy gumikacsa. Vacsora után ettek még egy kis diót, ami sajnos igencsak félrement... Egyórás műtét során sikerült a hörgőből eltávolítani a darabkát. Légcső és hörgő idegentestet leggyakrabban az 1-3 éves korú gyermekeknél találunk. Ebben az életszakaszban a rágófogak hiányoznak, emiatt

a keményebb növényi magvakat, pl. a diót, mogorót nem tudják kellően szétrágni, ami megnehezíti a lenyelést is. Gyakran mozgás, szaladgálás közben nyelik félre a gyermekek a szájukban lévő ételt (aspirálják), ez könnyen vezethet életveszélyes szituációhoz is. Leggyakrabban növényi magvakat (mogoró, borsó, kukorica, napraforgómag, dió) aspirálnak a gyermekek, de az sem ritka, hogy különböző apró játékdarabokat, kisebb fémtárgyakat nyelnek fére. Az anatómiai viszonyok miatt az idegentest nagyobb gyakorisággal kerülhet a jobb oldali főhörgőbe.

Gyanús jelek

Az idegentest félrenyelésekor (és azt követően) az addig teljesen tünetmentes gyermeknél a tárgy méretétől és elhelyezkedésétől függően különböző mértékben súlyos tünetek jelentkeznek: hirtelen (rohamokban) jelentkező köhögés, nehézlégzés, sípolás-búgás a tüdő felett, elkékülés. A légúti idegentestek eltávolítása gyermekkorban minden esetben altatásban történik, megfelelő méretű és hosszúságú endoszkópok és fogók segítségével.

Pillanatnyi nyugalom

A kezdeti intenzív tünetek után az idegentest típusától, nagyságától és elhelyezkedésétől függően akár hosszabb, szinte tünetmentes, vagy csak enyhe panaszokat okozó szak is következhet. A fém vagy műanyag idegentestek, ha lényeges

elzáródást nem okoznak, akár hosszú ideig is tünetmentesek lehetnek. A növényi magvak ezzel szemben duzzadásra hajlamosak, illóolajtartalmuk irritálja a nyálkahártyát, gyors ütemben ödémát, gyulladást provokálnak, és ezáltal elzárhatják a hörgők nyílását. Ennek következtében lázas állapot, tüdőgyulladás, tüdőtályog is kialakulhat. A légutak teljes elzáródása azonnali halált eredményezhet, fontos hogy a gyermek időben kerüljön orvoshoz. Ha a légút elzáródás súlyos, a gyermek fuldoklik, nem jut levegő a tüdejébe, kisebbeknél a hát erős ütögetése, nagyobbaknál a Heimlich-manőver alkalmazása segítséget nyújthat, míg a mentő kiér. A technika *Henry Heimlich* amerikai orvosról kapta a nevét.

Heimlich manőver kivitelezése a következő: a gyermek mögé állva két kezünket összekulcsoljuk a hasának felső részén, és hirtelen hátra és felfelé rántjuk, ezzel a tüdőben a légnyomást növeljük, ami kiszabadíthatja a kritikus részről az elakadt idegentestet. Ha a tünetek nem ennyire súlyosak, a gyermek rázása, mozgatása, ugrálás által az apró idegentest aktuális pozíciójából elmozdulhat, és fenyegetőbb helyre ékelődhet; így ez esetben a mozgás, mozgatás elkerülése, minimalizálása javasolt.

A jelentkező panaszok és a tünetek típusa, eltérő erőssége és időbeli elhúzódása elfedheti az idegentest félrenyelés tényét, és a gyanú csak akkor vetődik fel, ha a következmények kialakulnak, ezért nagyon fontos az előzmények gondos, körültekintő átgondolása.

Ha a nyelőcsőben van elakadás

A nyelőcsőben is megakadhatnak nem megfelelően megrágott, nagyobb falatok, idegen anyagok, csontok, játékdarabok, pénzérmék. Nyelőcső-szűkülettel bíró gyermekeknél gyakrabban számíthatunk idegentest elakadására a szűkült rész felett. A nyeléskor jelentkező szegycsont mögötti fájdalom, teljes nyelőcső elzáródás esetén pedig az



intenzív nyálzás, nyelési képtelenség, öklendezés, hányás hívhatja fel rá a figyelmet. A maró anyagot, savat tartalmazó apró akkumulátorok, elemek különösen veszélyesek, a nyelőcső átlukadását is okozhatják, súlyos szövődeményeket, veszélyes állapotot idézhetnek elő. A nyelőcső idegentestek eltávolítása nyelőcsőtükrözés során történik, amit a hörgőtükrözéshez hasonlóan gyermekeken mindig altatásban végzünk.

Ha az orrban, fülben bújik meg a kincs

Nemrégiben szedtük ki ezt a szép színes gyöngyöt egy kisgyermek orrából. Ők szerencsére időben jelezték, hogy baj van. A féldoldali genyines, bűzös orrváladékozás régebb óta bent lévő idegentest jelenlétére utalhat. A fülben elhelyezett tárgyak miatt hallójárat gyulladás alakul ki, a behelyezés technikájától és körülményeitől függően a dobhártya perforációja is megtörténhet.

Bár az esetek többségében ezeket az eseteket kivédeni nagyon nehéz, vagy nem is lehet, mert váratlanul, hirtelen adódnak, de gondos odafigyeléssel a veszélyes szituációk száma csökkenthető. **Fontos, hogy a mogorót, magvakat, elemeket, az apró játékokat, tárgyakat olyan helyre tegyük, ahol a kisdudorú gyermek nem éri el!** ■

TERMÉSZETES, DE NEM MINDIG KÖNNYŰ



Dr. Steinbach Réka
gasztroenterológus,
IBCLC szoptatási tanácsadó

Vajon miért szorul támogatásra az, ami a világ legtermészetesebb dolga lenne? Miért fél, szorong sok édesanya a sikertelenség miatt? Miért hagyjuk, hogy sok kismama hamar feladja az anyatejes táplálást? Miért gondolják még mindig sokan tévesen, hogy a krónikus beteg édesanyák nem szoptathatnak? Miért függesztik fel sokszor indokolatlanul a szoptatást?

Az anyatejes táplálás minél hosszabb idejű fenntartása nemcsak a megfelelő immunitás kialakulásához, az optimális pszichés fejlődéshez, hanem a későbbi krónikus betegségek kivédéséhez is igen fontos. Végre valami, amiben mi magyarok a világ élvonalában vagyunk: hazánkban a szoptatási statisztikák kimagaslóan jók, sokan és sokáig táplálják anyatejjel a gyermeküket. Ennek ellenére sok édesanya számára jelent szorongást és aggodalmat az anyatejjel történő táplálás időszaka. Ez nem kudarcs, és nem egyedi eset, hogy segítséget kell kérni.

Szokatlan kihívások

A születés csodájával együtt ajándékként kapott felelősség egy életre megváltoztatja egy nő életét.

Aki korábban a munkájában sikeres volt és tudta, hogy mit miért csinál, hirtelen azzal szembesül, hogy gyermeke világra jövetelével egy szempillantás alatt uralhatatlanná vált az élete. Elsősorban magát hibáztatja azért, hogy nem tud az általa megszokott módon, az elvárásoknak megfelelően élni. Ez minden család számára váratlanul nagy próbatételt jelent. Az újszülött anyatejes táplálása sem mindig egyszerű feladat, pedig sokan azt gondolják, hogy a szoptatás a világ legtermészetesebb dolga. A szülés után a kórházban eltöltött idő alatt ritkán derülnek ki a problémák, sokszor nincsenek családi minták, vagy éppen negatívak, a gyermekágyas időszak pedig már rég nem a pihenésről szól. Sokan megszokták, hogy csak rajtuk múlik, hogy valamiben sikeresek vagy sem. A szülést követő időszak nem ennyire egyszerű. Ha már a várandósság alatt részletesen beszélgetnénk az édesanyákkal arról, hogy mi várható, hogy milyen testi és lelki változásokkal kell számolni, akkor talán könnyebb lenne ennek az igen kiszolgáltatott időszaknak a megélése. Nem éreznék oly sokan, hogy „biztosan csak nekik ennyire nehéz” és nem hibáztatnák magukat olyan dolgokért, amiről nem tehetnek. Az új jövevény érkezése nagy alázatot és nyitottságot kíván, és legkevésbé sem lehet egy újszülöttet a kezdet kezdetén saját elképzelésünknek megfelelően formálni. Az újszülött



minden tekintetben éretlen, esendő és csak azért születik meg 9 hónapos várandósság után, mert ezt követően erre anatómiailag már nem lenne képes. Az élete első 3 hónapjában a csecsemő még a méhen belüli fejlődésének egy sajátos időszakát éli. Nem szabad attól félni, hogy elrontjuk azzal, ha megöleljük, ha biztosítjuk számára a szinte folyamatos jelenlétet, mert így érzi magát nyugodtan az anyaméh védettségén túl. A kötődés kialakulásának feltétele pedig az, hogy elérhető legyen az édesanya az újszülöttje számára, és ez az életre szóló bizalom az igény szerinti szoptatás és a válaszkész gondoskodás révén megalapozható. Az pedig igazolt tény, hogy az anyatej termelésének és fenntartásának feltétele a rendszeres szoptatás, fejés, tehát nincs előírt idő és intervallum korlát, amelyet görcsösen követni kellene.

Nemcsak az anyán múlik

Bár az anyatejes táplálást mindig az édesanyákhoz kötjük, fontos szót ejteni a támogató háttérrel is. A siker ugyanis az édesapáktól is függ, hiszen ők azok, akik segítő jelenlétükkel stresszmentes háttérrel biztosíthatnak társuknak, ami elengedhetetlen feltétele a szoptatás sikerének. Sok esetben ők még nehezebb helyzetben vannak, mert korábbi pozíciójukat elvesztettnek érezhetik, és az új helyzetben még nincs kialakult szerepük. Sajnos vannak, akik már a kezdet kezdetén feladják a szoptatást. A védőnői hálózat elérhetősége min-

denki számára adott, de igen túlterhelt, ezért hárul egyre több feladat a laktációs szaktanácsadókra.

Mi lehet a probléma?

Gyakori a tejtermelés elégtelensége, a „kevés a tej” problémaköre, de mellgyulladással, illetve ennek szövődményes állapotaival is találkozunk. Megpróbáljuk megoldani és segíteni a szoptatást nehezítő anyai- és csecsemő-kórállapotokat (fertőzéseket, szájuregi betegségeket, rendellenességeket). Segítjük a krónikusan beteg édesanyák laktációját. Több sikertörténetet mondhatunk magunkénak olyan anyákról, akik gyulladásos bélbetegség, pajzsmirigy-, reumás vagy egyéb tartós betegségük miatt nehézségekkel küzdenek, de a szoptatásban végre teljes értékű „egészséges” embernek érezhették magukat. Kihívást és speciális jártasságot kíván a koraszülöttek anyatejes táplálása. A segítségük kiemelt szereppel bír és sokszor igen nehéz, de nagyon hálás feladat. Kevés az a betegség vagy állapot, amelyben abszolút ellenjavallt a szoptatás, és még kevesebb, amelyben le kellene mondani az anyatejes táplálásról. A gyógyszerek szoptatás alatti alkalmazásának korlátairól pedig egyre pontosabb irodalmi források állnak rendelkezésünkre. A szoptatási problémák hátterében állhatnak gyermekbetegségek vagy lehetnek súlyos anyagcsere- vagy izombetegségek első jelei, amelyeknek korai felismerése a kezelés sikere szempontjából nagyon fontos. ■

GYERMEKNEUROLÓGUST MOST, RÖGTÖN?!

Mikor van szükség azonnali gyermekneurológiai ellátásra?



Dr. Bodó Tímea
gyermekneurológus szakorvos

A mai világban, ahol az internet segítségével sok mindenre választ kaphatnak a szülők, könnyen kétségbeejtő diagnózishoz juthatnak, hiszen a YouTube tele van epilepsziás rohamokkal, vagy beírnak néhány tünetet a keresőbe, és azonnal betegségek sokaságát dobja ki a Google. Ezek bizony laikus szemmel könnyen összetéveszthetők akár ártalmatlan jelenséggel is. Egyértelmű reakció a szülők részéről, hogy rövid időn belül neurológushoz szeretnék vinni gyermeküket. És akkor szembesülnek vele, hogy az előjegyzési idő akár 2-3 hónap is lehet. De akkor mit tehetnek?

Gyermekneurológusként szeretnék kicsi segítséget nyújtani abban, hogy a szülők könnyebben felismerjék azokat az eseteket, amikor egyértelműen azonnal neurológus segítségére van szükség és melyek azok a helyzetek, amikor nem.

1. Epilepszia?

Egy lezajlott epilepsziás rohamot követően, ahol eszméletvesztés történt, a gyermek ráng, esetleg nyála csorog, szürkébb vagy sápadt az arca, azonnal mentőt kell hívni, és a mentő neurológiai osztályra szállítja. Ebben az esetben van egy kivétel. Ha egy csecsemő vagy kisdted esetében lázas betegség, vagy láz nélkül ugyan, de betegség alatt (hasmenés, hányás, hurutosság, köhögés) történik az epilepsziás roham, azt lázgörcsnek tartjuk. Ekkor sürgősségi osztályra kerül a gyermek felvételre. Az ott dolgozó kollégák jelzik a neurológus számára, ha konzíliumot szeretnének kérni. Erre akkor van szükség, ha a rosszullet nagyon hosszán, 15-20 percig tartott, ha ismétlődött 24 órán belül, vagy ha valamilyen oldalíságot vélnek felfedezni a roham kapcsán (pl. csak egyik vagy másik oldala rángott). Egyszerű lázgörcs esetén, ahol az előzőek nem szerepelnek, a negyedik lázgörcs alkalmával szükséges neurológiai vizsgálat, EEG vizsgálat és esetleg gyógyszerbeállítás.



2. Olyan, mint az epilepszia...

Ebbe a csoportba nagyon sok olyan jelenség tarthat, ami a szülő számára ijesztő és mégis ártalmatlan, ugyanakkor viszont egy ártalmatlannak tűnő jelenség epilepszia is lehet.

Az affektív apnoe:

Ebben az esetben a rosszullétet mindig sírás, hiszti előzi meg. A gyermek elkezd sírni, majd nem vesz levegőt és elkezd kékülni, végül elájul, és akkor oldódik a rosszullét. Ez bizony nagyon ijesztő, és hosszú percekig is eltarthat, de ez mégis egy ártalmatlan, magától oldódó rosszullét, hiszen a kulcs az eszméletvesztésnél van. Ez az, amiért nem tudunk magunknak sem ártani azzal, ha nem veszünk levegőt, hiszen akkor elveszítjük előbb utóbb az eszméletünket, az akaratlagos blokk kiold, és a szervezetünk működik tovább a megszokott módon. Mit tehet ilyenkor a szülő?

Mosdassa meg egy kicsi hideg vízzel a gyermek arcát, vagy fújjon rá, de semmiképp ne rázza a gyermeket. Abban az esetben, ha nagyon gyakran fordul elő, hetente többször, előbb utóbb jó, ha látja neurológus is a gyermeket, mert tudunk segíteni – adott esetben gyógyszeresen – hogy ne forduljon elő a roham olyan gyakran.

Az ájulás (collapsus):

Ha a gyermek a rosszullétet megelőzően beszámol arról, hogy zúg a füle, sötét foltokat lát és nem érzi jól magát, esetleg hirtelen állt fel, vagy hosszú ideje áll egyhelyben, a körülötte lévő társai látják, hogy sápadt, akkor ájulásról van szó. Ilyenkor megesik időnként, hogy olyan mély eszméletvesztés következik be, hogy bepisil a gyermek, vagy néhányat ráng is, de ez nem epilepsziás rosszullét. Ilyenkor is jó, ha látja a sürgősségi ambulancián orvos a gyermeket, vagy a háziorvosa, de neurológiai vizsgálat nem szükséges. Abban az esetben, ha ismétlődik a jelenség, tervezett időpontban érdemes felkeresni a neurológiai ambulanciát, hogy megnyugtatót kapjon a szülő.

3. De mi az, ami nem tűnik epilepsziának, mégis az?!

Az epilepsziás spazmus:

Ha 2-6 hónapos csecsemőnk furcsa összerándulásokat csinál, és a kulcsszó itt az, hogy sorozatban (1-2 percenként akár 15-20 percig is) és általában az alvás-ébrenlét határán, emellett azt vesszük észre, hogy nem túl jó a figyelme, nem mosolyog, nem követ a tekintetével, akkor egy csecsemőkori epilepszia, a West-szindróma gyanúja vetődik fel. Ilyenkor háziorvoshoz kell fordulni, aki ha valóban ezt észleli, felhívja az osztályunkat telefonon, és mi fogadjuk a gyermeket. De ha a szülő telefonál az osztályra és elmondja mi az, amit lát, akkor néhány célzott kérdés alapján meg tudjuk állapítani, hogy osztályra jöjjenek felvételre, vagy elegendő ambuláns vizsgálat tervezett időpontban. Kezdetben könnyen összekeverhető refluxszal vagy hasi görcsökkel.



Az elbambulás (absence roham):

Nagyon nehéz ezt a szülőknek elkülöníteni, hogy csak nem figyel a gyermek, vagy olyan epilepsziás rohama van, ami úgynevezett lefagyással jár. Ilyenkor figyelje néhány napon, héten keresztül, hogy mennyi ideig néz maga elé, megáll-e a játék vagy más cselekedet közben, esetleg pislog a rosszullet alatt, és ami nagyon fontos, szóljanak hozzá, kérdezzessék, és ha nem válaszol, az az epilepszia gyanúját vetheti fel. Nagyon sokat jelent, ha ilyenkor megpróbálnak videót készíteni, mert ez alapján mi szakemberek meg tudjuk ítélni, hogy rohamról van-e szó. Ilyenkor is érdemes a házi gyermekorvoshoz elmenni, vagy a sürgősségre, és akkor az ottani kolléga felhív minket telefonon, és mi adunk egy közeli bentfekvéses időpontot az osztályunkra. De ebben az esetben is működik az, ha a szülő kér telefonon segítséget, elmondja mit észlelt, és néhány célzott kérdéssel eldöntjük mennyire sürgős az osztályos kivizsgálás.

4. Ha nem epilepsziáról beszélünk

Arcidegbenulás (perifériás facialis paresis):

Mit gondolhatnak akkor, ha hirtelen lebénul a gyermekük fél arca. Mindenki előtt ott van a kép, hogy egyik-másik idős rokon így kapott agyvérzést, stroke-ot. Egy dolgot kell figyelniük ilyenkor a szülőknek: stroke vagy vérzés esetében csak a szájzug fittyen le és marad el a mozgásban, ebben az esetben pedig a szemhéjukat sem tudják azon az oldalon lecsukni és a szemöldökük sem mozog.

Arról van szó, hogy egy perifériás, vagyis nem az agyban futó kis idegszál beszorul az arcüregben egy kis csatornába, és emiatt nem működik, ezért nem mozog a fél arca a gyermeknek. Ez lehet megfázástól, huzattól, rossz fogaktól, de adott esetben a Lyme-kór sem zárható ki. Ilyen esetben is házi gyermekorvosnál vagy sürgősségi ambulancián kell jelentkezni, és ha 24 órán belül jelentkeznek, akkor egy rövid szteroid kúra és gyógytorna mellett gyorsan megoldódhat a probléma. Ilyenkor az adott kolléga kéri a tanácsunkat vagy a gyermek osztályos felvételét vagy rövid időn belüli vizsgálatát a neurológiai ambulancián. Itt a lényeg, hogy ettől függetlenül a kezelést el kell kezdeni és a diagnosztikus vizsgálatokat el kell végezni.

A fejfájás:

Talán a leggyakrabban előforduló neurológiai probléma. Fejfájás esetén mindig arra kell figyelniük, hogy észrevegyük a sürgető jeleket. Ilyen az egyre gyakrabban jelentkező és erősödő fejfájás; ha a gyermek arra ébred éjszaka, hogy fáj a feje; ha ez a fejfájás hirtelen robban be és napok alatt nem szűnik. Ha egyéb tünetek is jelentkeznek, mint az indokolatlan hányások, nem szűnő vagy fokozódó szédülés, aluszékonyság, bágyadság, kettős látás, egyensúlyzavar, esetleg a viselkedés megváltozása (irritáltság), akkor sürgősségi ambulancián kell jelentkezni vagy háziorvosuknál, és mindkét esetben kérni fogja a kollega a gyermek felvételét az osztályra.

Sürgősségi neurológiai osztály és ambulancia nincs a kórházunkban olyan értelemben, hogy be lehet szaladni, ha neurológiai betegségre gondolunk. Természetesen a mentővel érkező betegek esetében egyértelmű a helyzet, ők azonnali osztályos felvételre kerülnek.

- Nem hagyható ki a vizsgálat a házi gyermekorvosnál vagy a sürgősségi ambulancián: adott esetben ott el tudják dönteni, felmerül-e neurológiai betegség. Illetve a sürgősségin eldönthetik, hogy belgyógyászati osztályra kerüljön-e a gyermek felvételre vagy a neurológiára. Amennyiben a gyermekorvos kollégák felhívják telefonon, az adott helyzetben eldöntjük, mennyire gyorsan szükséges neurológiai vizsgálat. Az sajnos előzetes egyeztetés nélkül nem működik, hogy sürgősségi beutalóval elküldik a gyermeket a neurológiai osztályra vagy ambulanciára, mert ebben az esetben nem tudjuk őt rögtön fogadni, és feleslegesen utaztatják adott esetben a gyermeket. Kérjük meg a szülőket a házi gyermekorvost, hogy hívják fel az osztályunkat, és segítünk a betegutak tisztázásában.
- Figyeljenek a sürgető jelekre, és minden esetben, ha csak lehet, készítsenek videót a rosszullétről, hiszen azzal nagymértékben segítik a munkánkat és a pontosabb diagnózist. ■



Milyen gyakori az epilepszia betegség? Igaz-e, hogy gyermekkorban gyakrabban alakul ki, mint felnőttéknél?

A gyermekek fejlődésben lévő agyában nagyobb az úgynevezett görcskészség. Emiatt mind az epilepszia, mind az egyéb görcsállapotok gyakrabban fordulnak elő gyermekkorban. A gyermekkori epilepszia minden 100. gyermeket érinti, míg később csak minden 200. felnőtt epilepsziás. Hogy mégsem találkozunk ilyen gyakran epilepsziás gyermekkel a környezetünkben, annak fő oka, hogy 10 gyerekből 8 ma már teljesen rohammentessé tehető a gyógyszerekkel. Ráadásul a rohammentes gyerekek fele is néhány éven belül kinövi a betegséget, azaz leépíthetjük a gyógyszerét.

Mitől alakulhat ki epilepszia?

Az epilepszia okai sokfélék lehetnek. A betegek egy részénél agyi eredetű eltérés (fejlődési rendellenesség, gyulladás, oxigénhiány, vérzés, illetve sérülés) okozza. Más gyermekekénél genetikai (örökletes) görcskészség áll a betegség hátterében. Ilyenkor nem ritka, hogy a szülők, testvérek, vagy a távolabbi rokonok között is előfordul epilepszia, de ez nem kötelező feltétel.

OLTASSUNK VAGY NE?



Bese Nóra
főszerkesztő

Sajnos hiába minden szakmai érv, mégis fel-felbukkannak olyan oltásellenes hangok, szülői csoportok, amelyek aláássák azt a bizalmat, amelyet a védőoltás neve is kifejez. Vagyis ez védi meg gyermekeinket. Mitől is? Erről beszélgettek a kórházunkban tartott sajtótájékoztatón a Magyar Gyermekorvosok Társasága szakemberei. Minden szülőnek tudnia kell, hogy a magas átoltottság miatt nem jelentenek veszélyt Magyarországon az elmúlt években Európa-szerte megjelent olyan, korábban elfeledett betegségek, mint a gyermekbénulás és a torokgyík, sőt a kontinensen több helyütt járványos méreteket öltött, védőoltással egyszerűen megelőzhető kanyaró sem. A hazai kötelező védőoltási rend nemzetközi összehasonlításban is kiemelkedő, a vakcinák pedig jó minőségűek és biztonságosak. A szakemberek vallják, a vakcinák nem terhelik, hanem működtetik az immunrendszert.

Legmodernebb oltóanyagok

Magyarországon az előző évekhez hasonlóan 2017-ben is nagyon magas, 95% fölötti volt az átoltottság a kötelező védőoltások tekintetében – hangsúlyozta a Magyar Gyermekorvosok Társaságának elnöke, aki szerint ennek fenntartásával hosszú ideg megóvhatók a gyermekek nemcsak a hazánkban előforduló, hanem a behurcolt betegségekkel szemben is. Dr. Velkey György hozzátette: a tudomány fejlődésével ugyanakkor változnak a prevenciók lehetőségei; a cél, hogy a legkorszerűbb készítmények bekerüljenek a kötelező védőoltások közé. Érdekességgént azt is kiemelte, hogy a fiatal orvosok nem is ismernek egyes kórképeket, amelybe 20-30 éve még belehaltak a gyermekek.

Más országokban?

Dr. Mészner Zsófia csecsemő- és gyermekgyógyász, infektológus professzor kiemelte: nincs olyan megelőzhető fertőzés, amelyet érdemes volna kipróbálni, ha el lehet kerülni, annak ellenére, hogy 100%-os védettség nem létezik, és mindenki olyan védettséget szerez egy védőoltás után, amilyenre az immunrendszere képes. Kifejtette: jól vizsgázott a kötelező magyar védőoltási rendszer, hiszen a hozzánk behurcolt kanyarós fertőzések nem tudtak járványt okozni, szemben Romániával, Ukrajnával, Olaszországgal és Görögországgal. Felhívta a figyelmet arra, hogy az '50-es években hazánkban bevezetett, életkorhoz kapcsolódó



kötelező védőoltási rendszer ma is folyamatosan újul meg – korszerűsödik mind a vakcinák összetétele, mind gyártási technológiájuk –, így nemzetközi viszonylatban is kiemelkedő. A csecsemőknek szánt védőoltások 2006 óta sejtmentesek, és az inaktivált kórokozót tartalmazó oltásokban sincs higanyszármazék, az összes vakcináról pedig elmondható, hogy a kezdeti időkhöz képest tisztítottabbak, kevesebb antigént juttatnak a szervezetbe sokkal több betegség ellen, így radikálisan csökkent a gyermekek szúrás okozta fájdalma és megrázkódtatása. Ma már 12 fertőzéssel szemben lesznek ellenállóak a gyermekek, a korábbi nemzedékeket 5-6 fertőzés ellen oltották. Így fordulhat elő, hogy a mumpsz miatt pl. évente 6-700 gyereknél végeztek gerincvelőcsapolást korábban, míg a mai orvosok nem is ismerik azt a kórképet.

A következő bevezetendő oltás a bárányhimlő elleni vakcina lesz, amely az évi 45-50ezer bejelentett eset miatt is igencsak időszerű lesz. Mert ha csak 1%-a végződik is kórházban, a nagy számok törvénye miatt ez nem kevés gyermek esetében okoz komoly szövődményeket. A felnőttkori védettséggel kapcsolatban a professzor asszony megnyugtatóan minket, hogy a védőoltással olyan védelmet szerzünk, hogy kórházi kezelést igénylő bárányhimlője biztosan nem lesz az oltottaknak felnőtt korukban.

És az oltásellenesek?

Dr. Póta György, a Házi Gyermekorvosok Egyesületének elnöke arról beszélt, hogy az oltásellenesség Magyarországon is egyre erősebb. Az emberek pont a jó oltási rendünknek köszönhetően nem találkoznak a betegségekkel, így hajlamosak bagatellizálni a veszélyeket. Ennek következtében nagyobb teher hárul a házi gyermekorvosokra, hogy meggyőzzék a szülőket a kötelező és választható védőoltások fontosságáról. Szomorú, hogy gyermekeknek kell időnként meghalni védőoltással megelőzhető betegségekben ahhoz, hogy a szülők elhiggyék a betegségek valódi veszélyét. A sajtóbeszélgetést hallgatva szülőként is rá kellett döbbenjek, miért is kell „kötelezőnek” lennie annak, ami amúgyis a gyermekem érdeke. Hisz nemcsak őt védem, hanem az ő védelme biztosítja a többi gyermek számára is, hogy fel se üsse a fejét olyan kór, ami más országokban sajnos újra és újra előfordul. ■

BEMUTATJUK: **Dr. GYENES VILMOS** gyermekkardiológus főorvos



Amikor megkerestük Gyenes főorvos urat, udvariasan elhárította kérésünket, hiszen a kórházban olyan sok nagy tudású, értékes orvos van, akiket be lehetne mutatni. Igaza van. Mégis megkerestük, válaszoljon kérdéseinkre. Kíváncsiak voltunk, miért is dönt úgy egy kecskeméti főorvos, hogy minden héten feljárjon Budapestre gyermekkardiológusként rendelni, ezzel segítve a Bethesdát, s kialakítva kórházunkban a kardiológiai ambulanciát. Ennek már 13 éve...

1. Milyen tanuló voltál általános iskolában?

Szegeden, 1951-ben születtem, ott végeztem iskoláimat. Főleg az általános iskolában olyan tanáraink is voltak, akik a forradalmi megtorlás miatt egyetemről, főiskoláról kényszerpályára kerültek. Szavaikból, elejtett mondataikból, gesztusaikból ráérezhettem a Kádár-féle rendszer romlott világára. Az különösen borzasztó élmény volt, hogy első-másodikos kisdíáként hetente kellett jelentkezni az igazgatónőnél, mivel édesanyám rendszeresen vitt templomba. Jó tanuló voltam, de általában nem voltam kitűnő, és nem nyertem tanulmányi versenyeket. Volt olyan időszak is, amikor az irodalmi fogalmazványaim fellelkesítették a magyartanárokat...

2. Miért ezt a hivatást választottad?

Elit gimnáziumba, a Radnótiba jártam. Tizenegyen jelentkeztünk az orvosira, szinte automatikusan. Majd besétáltunk az egyetemre, részemről különösebb hivatástudat nélkül. Első generációs értelmiségi vagyok, annak minden hátrányával, előnyével. Gyermekgyógyász Boda Domokos professzor úr hatására lettem, aki miatt nagyon sok szegedi lépett erre a pályára. Ő rendkívüli tudású, elkötelezett keresztény ember-génusz tudós volt, aki még 90 éves korában is gyönyörű előadást tartott a meghívottak számára. A gyermekkardiológusi pályát főként Dr. Kertész Erzsébet miatt választottam, akinek tudása, gyermekszeretete inspirált. A GOKI munkaközössége, tudása, segítségével miatt nagyon sokaknak tartozom hálával.

3. Ki a legnagyobb példaképed?

Három nagy példaképem van, az említett Boda professzor úr mellett Ficsor Ervin baptista urológus barátom és Velkey György, főigazgatónk, aki miatt 13 évvel ezelőtt Kecskemétre jöttem rész munkaidősként a Bethesdába.

4. Hol dolgoznál máshol, ha nem a Bethesdában?

Kecskeméten 43 éve dolgozom, és nehezen értem az állásukat gyakran változtató embereket. Kecskeméten nem volt rózsaszínű az élet, több mint 500 gyermekgyógyász kollégával dolgoztam együtt az évtizedek alatt.



5. Mi életed fő alkotása, amelyre a legbüszkébb vagy?

Arra vagyok a legbüszkébb, hogy több mint húsz éve igyekszem segíteni Bőjte Csaba munkáját. 25 nagy szűrővizsgálaton vettem részt, szerveztem az utakat a tavaly elhunyt háziorvos jóbaráttal, Pongrácz Józseffel, akitől szintén igyekeztem és igyekszem emlékéit ápolva tanulni.

6. Szoktál-e főzni?

Főzni nem szoktam, kényszerből néha az egyetemi évek alatt összeütöttem valami egyszerű tojásos ételt. Feleségem, aki kiváló házi gyermekgyógyász, minden földi jóval ellát. Hálát adok Értre a Jóistennek, Ő viszi a hátán családunk minden gondját, baját.

7. Melyik a kedvenc helyed, ahol jártál?

Erdély, a Gyermekotthonok, a Királyhágó, Csík-somlyó, Gyergyó, Gyimes dobogtatják meg legjobban szívemet.

8. Mi a kedvenc sportod?

Fogóval jöttem a világra – szoktam tréfásan mondani, hogy túl sok szellemi, testi ügyességi teljesítményre tőlem ne számítsanak, de azért szeretek teniszezni, a Balatonban úszni, évenként átúszni, örök újrakezdőként síelni. A hegyek közt, különösen ha bónuszként süt a nap, a teremtett világ szépsége elkápráztat.

9. Melyik könyvet olvastad utoljára?

Utoljára párhuzamosan Albert Schweitzer önéletrajzát és Philip Yancey – baptista lelkész, irodalmár – *Hová tűnt az örömhír?* című művét olvastam.

10. Mi volt életed legjobb döntése?

Életemnek több meghatározó döntése volt. Elsők közt, hogy eljöttem segíteni a Bethesdába. Annyi szeretetet kaptam, kapok, amit nem tudok meghálálni. A másik, hogy Csaba testvér szolgálatába szegődhettem, segíthetem munkáját. A fokolár lelkiség mellett való döntésem hatására pedig a katolikus keresztény világ új horizontja nyílt meg előttem.

+1 Kit kérnél meg te, hogy válaszoljon kérdéseinkre?

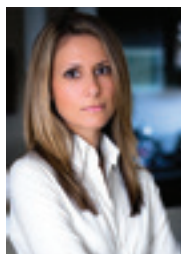
Szeretettel adom tovább a lehetőséget Szabó Cilinek, akinek tudása, hite, embersége, emberfeletti munkabírása mindig lenyűgöz és sokszor inspirál. ■

NÉVJEGY:

A Bács-Kiskun megyei Kórház
Gyermekgyógyászati Osztályának
osztályvezető helyettes főorvosa,
a Bethesda Gyermekkórház
kardiológus főorvosa,
házas, két felnőtt gyermek édesapja.

A modernkori gyermeknevelés 5 legsúlyosabb hibája

Az amerikaiak és szakpszichológusunk szerint



Szegleti Gabriella
klinikai szakpszichológus

Az ismert amerikai hírportál, a *Huffington Post* egy meglehetősen érdekes írást közölt arról, hogy miért nem érnek célt a modernkori szülői gyermeknevelési elképzelések. A gyermeknevelés buktatóiról szóló cikket az internet közönsége különösen nagy érdeklődéssel fogadta. Szegleti Gabriella, a Bethesda Gyermekkórház szakpszichológusa saját szakmai tapasztalata alapján válaszol a cikk pontjaira. Elgondolkodtató! Még ha nem is könnyű néha magunkba nézni...

AZ AMERIKAIK SZERINT

1. Féülünk a gyermekeinktől

Létezik egy módszer, amelyet „bögre-tesztnek” nevezek. A szülő egy bögre tejet ad reggel a gyerekének. Lássuk mi történik akkor, ha a gyerek azt mondja, hogy „a rózsaszínből kérem, nem a kékéből!” – miközben az édesanya már kiöntötte a tejet a kékbe. Leggyakrabban ilyenkor az édesanya elfehéredik, és rohan a kért bögréért, mielőtt a gyerek elkezdene hisztizni. Hiba! Mitől félsz, anya? Ki itt a főnök igazából? Hadd hisztizzen, hagyd rá, és kész. De az Isten szerelmére, ne fáradozz külön csak azért, hogy a kedvébe jádj – annál inkább gondold arra, hogy ez megtaníttatja vele azt a leckét, hogy egy kis hisztiért még nem fog bármit megkapni, ami csak eszébe jut.

2. Csökkennek a gyerekekkel szembeni elvárásaink

Amikor a gyerek rosszkodik, akár mások előtt játssza meg magát, akár otthon gorombáskodik, a szülők hajlamosak megrázni a vállukat, és azt mondani, „Ilyenek a gyerekek.” Pedig nem! Sokkal többre képesek a gyerekek annál, amit a szülők általában elvárnak tőlük, legyen szó illemről, idősékről, tisztetlenségről, házimunkáról vagy önuralomról. Szerinted nem tudnak végigülni egy vacsorát egy étteremben? Dehogynem.

Nem tudják lesöpörni maguk után az asztalról a morzsát? Dehogynem. Az egyetlen ok, hogy ezeket nem teszik meg az, hogy nem tanítottad meg nekik, és nem várod el tőlük. Ilyen egyszerű. Várj el többet tőlük, és mindezt maguktól is megcsinálják majd, még kérned sem kell őket – írja Emma Jenner, a *Huffington Post* szakértője.

3. Eltűnőben a „közös nevelés”

Még régebben buszsofőrök, tanárok, bolti eladók és más szülők következmények nélkül szólhattak rá a rosszul viselkedő gyerekekre. Az édesapa/édesanya szerepét átvéve rászóltak a rendetlenkedőkre, és mindegyiküknek közös célja volt: rendes fiúkat és lányokat nevelni. Manapság már nem lehet olyan könnyedén megszidni egy rendetlenkedő gyereket az utcán (éppen a szülők rosszallása miatt). A szülők tökéletes gyereket szeretnének, ezért nem hisznek a tanároknak vagy bárki másnak, amikor azok valamilyen viselkedési problémáról számolnak be. A tanító nénit okolják ahelyett, hogy megfegyelmeznék a gyereket.

4. Mindig az egyszerű utat választjuk

A szülők elfoglaltabbak, mint valaha. Attól, hogy egy tableten berakott mese leköti a gyereket a repülőn, nem kell feltétlenül a kezébe adni (ha például étteremben ül a család).

A türelmet a 21. században is meg kell tanulniuk a gyerekeknek. Meg kell tanulniuk, hogy nem minden étel készül el három perc alatt, vagy akár még azt is, hogy segítsenek vacsorát csinálni. Ha egy pelenkás megbotlik, magát kellene felsegítenie ahelyett, hogy nyújtja a karjait a szülei felé. Mutassuk meg a gyerekeknek, hogy a könnyű út hasznos lehet, de nem felejtethjük el a hagyományos megoldások fontosságát.

5. A gyerek igényei diktálnak

Természetes jelenség az, hogy először a gyerekeink gondjaival vagyunk elfoglalva, ami az evolúció szempontjából még hasznos is. Magam is amellett állok, hogy igazodjunk a gyerek programjaihoz, őt tesszük meg és öltöztessük fel magunk előtt. Manapság azonban túl messzire mentek ebben a szülők, teljesen félredobva a saját igényeiket és mentális épségüket a gyerek érdekében. Számos édesanyát láttam, aki újra meg újra az ágyból is felkel azért, hogy a gyerek rigolyáinak megfeleljen. Vagy olyan édesapát, aki keresztül rohan az állatkerten mindent félredobva azért, mert szomjas a kislánya. Semmi rossz nincs abban, hogy nem adsz nekik még egy sokadik pohár vizet éjjel. Semmi rossz nincs abban, ha az apa úgy reagál, hogy „Persze, kicsim, de várnod kell addig, amíg elérünk a következő szökőkútig”. Semmi rossz nincs a „nem” szó használatában esetenként, sem abban, hogy megkérjük a gyermeket, hogy szórakoztassa magát, amíg anyuci elmegy vécére vagy éppen végiglapoz még pár oldalt egy magazinban – írja a brit szerző.

A SZABADELVŰ NEVELÉS BUKTATÓI „A modern gyerek követel, és érdeket érvényesít”

Ami a gyereknevelés kultúráját illeti az utóbbi időben az tapasztalható, hogy a szülők képtelenek nemet mondani, a gyerekek pedig mindent akarnak, mégpedig azonnal. A mértéktelenség kultúrájában élünk. Az emberek már nem képesek kemény munkát fektetni olyan vállalkozásba, ami csak később válik az örömszerzés forrásává. A modern gyerek követel, érdeket érvényesít, a kívánságai

azonnali kielégítésre találnak. Felmerülhet a kérdés, emögött valóban a gyermek áll, vagy inkább az a szülő, aki mindezt hagyja? A szülőké a hatalom, csak éppen nem szeretnek élni vele. Egyszerűbb a gyermek jópajtársának lenni, áttölteni a reggeli kakaót, bekapcsolni a mesét, indokolatlanul jutalmazni, elnézni a hisztijét, elpakolni helyette és még sorolhatnám...Ha mindezt a szülők nem tennék meg, és a rosszalkodásnak valóban lenne következménye, és észrevennék, hogy sok esetben a gyermekeink a viselkedésükkel „pofonért könyörögnek”, na, akkor tudnánk erős, rugalmas gyermekeket nevelni, akik felnőttként is képesek megállni a helyüket!

„A szigor nem zárja ki a szeretetet”

Mitől is félünk? Hogy kevésbé szeretnek majd bennünket, ha szükség esetén autoriterként lépünk fel? Nem, a szigor nem zárja ki a szeretetet, sőt a kutatások azt bizonyították, hogy életünk során azokra emlékszünk pozitívan, szeretjük és nézünk fel, akiknek képesek voltunk alávetni magunkat gyerekként.

Hova vezet a szabadelvű nevelés?

A „non-frustration” nevelés (szabadelvű nevelési módszer) következtében gyermekek ezrei válnak neurotikussá, végtelenül szorongóvá. Az egészséges gyermeki fejlődéshez a szereteten kívül elengedhetetlen a következetesség, a szabályok, keretek, értékek megtartása. Az énéjlődés egyik alapja, hogy megtanuljuk egónk határait, ehhez pedig a szülőknek kereteket kell szabniuk! Ha ez nincs meg önállótlaniságot, kontrollhiányt okoz, minden helyzet frusztráló lesz. A frusztráció pedig agressziót, vagy szorongást szül. ■

Kedves Szülők, a gyermeknevelés egy igazán hosszú távú befektetés, és ezt először a szülőnek kell megtanulnia, csak ezt követően várható el a gyermektől a türelem. Viszont az biztos, hogy megtérül, és még kamatozik is.

Van választás!



Rideg Gyula
kórházlelkész

„Hiszek, segíts hitetlenségemen!” (Mk 9,37–42)

Ez a felkiáltás egy édesapáé. A gyermeke a halálán van. Már mindent megpróbált, látja nincs emberi segítség. Végül Jézusnál próbálkozik: „Szánj meg minket!” – kéri. Jézus így válaszol: „Lehetséges-e nekem? Minden lehetséges annak, aki hisz.” Ezekre a szavakra kiált fel az apa az idézett szavakkal. Mit jelentenek a szavai? Hinni akarok, és nem tudok hinni. Tehetetlenségemben és kiszolgáltatottságomban hinni akarok, hogy van isteni segítség, de nem tudok, mert nem győz meg az emberi tapasztalat. – Naponta számot kell vetnünk azzal, hogy a hit nem magától értetődő és nem egyedül lehetséges állásfoglalás. Az életben vannak és lehetnek pillanatok, amikor még a hívő is úgy érzi, kicsúszik a lába alól a hit talaja. Ilyenkor nem tartaná becsületesnek kimondani: hiszek, ha rögtön nem tenné hozzá: segíts hitetlenségemen. Igaz, cserébe a nem-hívők viszont a hit kísértésében élnek. Éppen azok hite kísérti őket legjobban, akik nem gögösen hisznek, hanem könyörögve. Mint ahogy ez az édesapa. Talán éppen az emberfelettien nehéz próbák, kísértések tanítanak meg arra, hogy a hit nem magától értetődő. Meg kell küzdeni érte. Talán épp, amikor a tanult és öröklött hit vagy hitetlenség biztonsága megrendül bennünk, akkor van a legnagyobb esélyünk arra, hogy Isten

után kiáltunk, és hogy ez a kiáltás ne halkuljon el bennünk, akármilyen hangos körülöttünk és talán bennünk is a hinni nem tudás kárörvendő és gunyoros hangja.

„Van, akit a bűne” (Jn 8,1–11)

Egy ember lebukott. Tetten érték házastársi csaláson. Kitört a botrány. A jók, az igazak szeretnek megbotránkozni, igazságot tenni. Úgy tudják, birtokolják az igazságot. Jézus elé hurcolják a szerencsétlent, és álságosan megkérdezik tőle: mit tegyünk? Azonban nem a lebukott bűne, szégyene, még csak nem is az igazságtétel érdekli őket. Jézust akarják tetten érni. Ha azt mondaná: kövezzétek meg a mózesi törvény szerint, följelentik a római hatóságnál. Ám, ha azt mondja: engedjétek el, elhíresztelik róla, hogy egyetért a házasságtöréssel, semmibe veszi a hit, a mózesi törvény tekintélyét. „Aki közületek bűn nélkül való, az vesse rá az első követ...” – ez a jézusi felelet. Nagy a csend. Kezdenek elpárologni a vádlók. Akkor Jézus a megtévedt emberhez fordul, és ezt mondja: „Én sem kárhoztalak téged, eredj el, és többé ne vétkezzél.” Ez a történet nem a bűnösről szól, hanem inkább Jézusról. Arról, hogy hogyan tud csendet teremteni a botrány kellős közepén, hogyan tudja a lelkiismeretet megszólaltatni az ellenségeiben

is, azokban, akik előtt semmi sem szent: sem egy megtévedt ember méltósága, sem a szégyene. Ő más gondolatot követ, felette áll a jók és igazak elvárásainak. Hiszen nem ítélni jött, hanem megbocsátani, s a bocsánattal erőt adni a jóra. Látja a bűnös helyzetét, és sajátjaként megszenvedi. Mi vitte a csalásig ezt az embert? A szenvedély, az elhanyagoltság, a keserűség, a szokások hatalma? Nem hagyja jóvá, nem mentegeti, de érti, tehát irgalommal van iránta. Hiszen nem azért jött, hogy jóváhagyja, hanem azért, hogy elvegye a világ bűneit. A feloldás az, hogy ezt mondja a megtévedteknek: *„menj, és többet ne vétkezz”*. Van, akit a bűne segít meglátni és megélni Isten kegyelmét, hogy tovább tudjon élni.

„Ezt cselekedjétek az én emlékezetemre.”

Egészséges ember nem szeret, nem is igen képes visszaemlékezni az őt ért rosszra. A szenvedést elfelejteni igyekszik. Van azonban olyan szenvedés, amelyet nem akarunk, nem tudunk elfelejteni, mert kihat egész életünkre. A gyerek és az anya is

megszenved a szülést. Később jelentőséggel telik meg ez a közösen megélt fájdalom. Értelmet nyer, és megalapozza kettejük szeretetkapcsolatát, ami később is megmarad. Csak az a siker, csak az az eredmény, csak az a győzelem édes igazán, amelyikért megszenvedtünk. De van gonoszság miatt megélt szenvedés is nem kevés. Ezért különös, hogy Jézus áldozatát nem a szó, nem a kép, hanem a cselekvésre buzdítás adja át nekünk az evangéliumokból. Az utolsó vacsorán a kenyér megtörése, a pohár megosztása cselekvő részesekké teszi a tanítványokat a szenvedésben. *„Ezt cselekedjétek az én emlékezetemre”* – mondja Jézus. Ezen a készülő ünnepen is mindenkinek van helye Jézus asztalánál. Lesz, aki éppen fáradtan, félszívvel, kötelességből, megszokásból, bűnök és szenvedés terhe alatt, vagy épp hitetlen állapotában kényszerül húsvétolni. Igen, de éppen a maga pillanatnyi legjobb tudása szerint mégiscsak cselekedhet. Van választásunk, hiszen éppen nekünk szól, minket emel fel a legnagyobb, a kereszten meghozott áldozat. ■



A jelenlétéről

Néhány éve jutott először eszembe a február végi türelmetlen tavaszvárásban, hogy „na most ha végre eljön, akkor én úgy, de úgy megélem a tavaszt, hogy minden napját erősen megfigyelem és az apró változásokat is megünneplem magamban.” És az elhatározást követő március 1-től május 31-ig tartó napi aprócska odafigyelés csodás élményekkel gazdagított. Az olvadozó havon csillogó napfény, a csordogáló hólé, az előbújó hóvirágok keresgélése, majd a kertünket beterítő ibolyák illata, az ablakunk előtt virágba boruló barackfa napi változása, a puhuló föld első vakondtúrássá mozdulása, a megjelenő fecskék csivitelése az odafigyeléssel élménnyé rögzült. Most újra naponta legalább egy- egy pillanatra megállok, és csak figyelek a képekre, az illatokra, a hangokra, a levegő és a víz bőrömön érzett simogatására, a friss ízekre.

A megélt pillanatokra, a teljes jelenlétre is tanít ez a játék. Arra, ami orvosként, apaként, munkatársként, emberként olyan fontos: mindent elfelejtve csak arra figyelni, ami, aki előtttem van. Az orvosi és ápolói működés kihívása és katarzisa is ez: a kórtörténet minden elemét és a vizsgálattal megszerezhető információk teljességét vagy a beteg apró állapotváltozásait koncentrált figyelemmel kutatni, majd gondosan mérlegelni és így terápiás döntéseket hozni – ráadásul mindebben figyelve az elfogulatlanságra. A beteg gyermekének történetéről beszámoló Édesanya is akkor segít legjobban a diagnosztikában, ha ilyen szemlélődő figyelemmel leste el a jeleket. És az emberi kapcsolatainkban is törekedhetünk erre: valószínűleg az egyik legnagyobb emberi vágyat teljesíti be a férj vagy a feleség, a főnök vagy a munkatárs, a szülő vagy a gyermek, a szomszéd vagy a jóbarát, ha akár csupán percekre szóló, de teljes figyelemmel ajándékozza meg a másikat.

*Dr. Velkey György
főigazgató*





A NYÚL MEG A TAVASZI HÓ

**Ülünk a folyósón és várakozunk.
Idegörlő percek, órák, napok ezek.
Meséljünk gyermekünknek!**

SZÖVEGET VÁLOGATTA: Korzenszky Klára
gyermekpszichológus, énekesnő

ILLUSZTRÁCIÓ: 123 RF



Egyszer tavasz felé azt mondta a hó a nyúlnak:

– Igen gyöngének érzem magam. Beteg vagyok, talán meg is halok.

Azt felelte a nyúl:

– Alighanem olvadsz az a bajod. Ó, ó, de sajnállak!

Azzal leült egy buckára, és sírt-zokogott keservesen, úgy sajnálta a havat.

– Sajnállak hó, fáj a szívem érted! Mennyit szaladgáltam rajtad, jó meleg vackom volt alattad. Elrejtettél a róka elől, a farkas elől, fejemalja voltál, derékaljam voltál, földél a fejem fölött, védelmezőm, oltalmazóm. Fehér a bundám, te is fehér vagy, nem láttak meg rajtad az üldözőim.

Úgy sírt, hogy a hónak rajta esett meg a szíve, ő is vele könnyezett.

– Mi is lesz velem nélküled? – kesergett tovább a nyúl.

– Sas elragadhat, fülesbagoly a karmai közé kaphat, róka elfoghat, farkas széjjeltéphet.

Mi lesz velem tenélküled?



Aztán gondolt egyet:

– Elmegyek én az erdő urához, megkérem szépen:
kegyelmezzen meg neked, ne olvasszon el!

El is iramodott, meghajolt az erdő ura előtt, úgy kérte szép szóval: hagyja meg a havat. Közben kiragyogott a nap, egyre erősebben melengette a földet, roskadt a hó, zsugorodott, megáradtak az erek, patakok, megcsordultak a jeges hegyek. Nézte a nyúl, még keservesebb sírásra fakadt.

Azt mondta neki az erdő ura:

– A nap hatalmasabb nálam, nem tudok vele versenyezni. A havat nem tudom itt marasztani. Hanem majd adok neked szép szürkebarna bundát a fehér helyett, abban elrejtőzhetsz nyáron erdőn-mezőn, száraz levelek közt, s nem bánt se róka, se farkas, se bagoly. Ne félj, no, ne itasd az egereket!



Megvigasztalódott a nyúl, megtörülgette a szemét,
és fölvette mindjárt az erdő ura ajándékát, a vadonatúj
szürkebarna bundát. Azóta is két bundát hord a nyúl:
fehéret télen, tavasztól őszig meg barnásszürkét.



Mintha régi ismerősökkel lennénk...

Beszélgetőtársam B. Habarics Kitty, a nyuszi könyvek alkotója

Szilágyi Erika interjúja

Bájos, kedves és szolid. Fiatal kora ellenére már három kisgyermek anyukája. Főállású anya, aki hivatásának tekinti az anyaságot. De főállású gyermekkönyv szerző is egyben, akit a gyermekei ihlettek írásra. Óbudán találkoztunk egy kellemes, napsütötte délelőtt. Erre mondják, nem véletlen: a hely neve Sunny volt.

Folyamatosan mosolygott a szeme. Akár a gyermekeiről beszélgettünk, akár a könyvkiadás körüli bonyodalmakról vagy a könyvsorozatáról. Fiatalos, lendületes és szenvedélyes. Az interjú végén azért bevallotta, hogy az elején izgult. Mert persze más az, amikor ő ír, és más az, amikor róla írnak.

BETHESDA

Hogyan kerültek a Bethesdába?

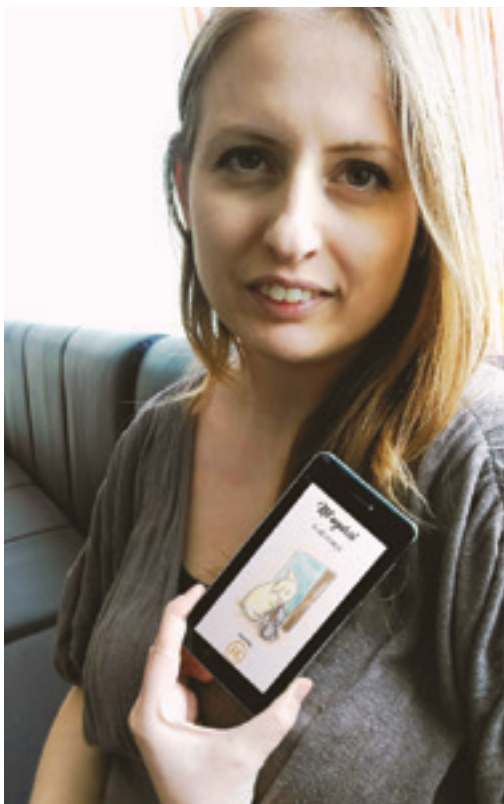
Óbudán lakunk, szerencsém volt, hogy a gyermekorvosunk a Bethesdába írta a beutalót. Alig két hónaposan húgyúti fertőzést kapott a kislányom. Ennek már másfél éve. Egy hétig feküdtünk bent.

Volt már korábban is kórházban a gyerekekkel?

Azt hiszem ez elkerülhetetlen, ha az embernek három kisgyermek van. Egyszer a férjem feküdt bent, így hozta az élet. Szinte kinézték a kórteremből, mert az apuka volt ott. Működött az előítélet. De ez egy másik gyermekkórház volt.

Előítélet?

Akkor én a legkisebb gyermekemmel voltam otthon, szintén betegen. Persze az emberek előbb alkotnak véleményt, mintsem megismerjék a valós helyzetet. De itt a Bethesdában összehasonlíthatatlanul másként működtek a dolgok.



A Bethesda-ban hogyan működnek a dolgok?

Későn kerültünk be, de a vizsgálat elején egy göndör hajú doktornő megnyugtató bennünket. Sőt, este 11 órakor bejött a kórterembe és tájékoztató. Megnyugtató volt, mert tudtuk, mi történik, mi lesz a kezelés menete.

Ezt tapasztalta a kórházi bent fekvés során is?

Családias légkör vett körbe bennünket. Szeretetteljes fogadás. Mintha régi ismerősökkel lennénk. A nővérek empatikusak. Mosolyogva, odafigyelve végezték a munkájukat. Évek óta járunk vissza kontrollra, s azt látom, továbbra is ugyanilyen a légkör.

A KÉT NYUSZI ÉS A BÜVÖS BOGYÓ

Hogyan jött a felajánlás ötlete?

Láttam az interneten, a Bethesda szívesen fogad felajánlásokat. Arra gondoltam, felajánlom az egyik mesém. Aztán a férjem ráhatására inkább egy különleges mese született arról, ha a gyerekek betegek lesznek, ne féljenek a gyógyszerektől.

A gyógyszer, mint bűvösbogyó?

Igen-igen. Szándékosan ezt a címet kapta, hogy a gyerekek könnyebben fogadják el a kezeléseket.

Miért nem hagyományos mesekönyv, miért e-book?

A gyerekekkel együtt töltött idő megfizethetetlen, pláne a meséléssel együtt töltött idő. Azt szeretném, ha valakinek okostelefonja van, akkor azt okosan használja. Meseolvasásra. A szülő ezt olvassa fel gyermekének, így szoktassa rá a későbbi meseolvasásra.

Szép és melegszívű gesztus!

Ezért gondoltam, hogy a *Két nyuszi és a bűvösbogyó* egyéves teljes bevételét felajánlom a kórház számára. A gyermek meseolvasás közben is tudjon gyógyulni.

FELAJÁNLÁS

Most szeretném megragadni az alkalmat, hogy a *Két nyuszi és a bűvösbogyó* mesét a Bethesda Kórház kinyomtathassa. Nemcsak a kórház folyosóin, hanem a kórtermekben is lehessen mesét olvasni a gyerekeknek. ■



Gyermekkori emlékeim nyomában

Baji Anikó

egészségügyi szakdolgozó
és egészségügyi PR gyakornok,
Uzsoki Kórház

1976-ot írtunk akkor, amikor először jártam a Bethesda – akkori nevén Apáthy István Gyermekkorházban. Elég nyavalyás kiskölyök voltam, így sokat vendégeskedtem akkoriban, a ma már méltán jó hírű és szeretettel teli épület falai között. Anyukám ápolónőként dolgozott a gyermeksebészetben, jól ismert mindenkit az apró kórházban. Nem sok emlékem van azokról az időkről, csak egy-két halvány emlékkép maradt csupán. Amikor beléptem a kórház kapuján, akkor egy új világ tárult elém. Egy ismeretlen, de később egyre ismerősebb világ. A gyermekkorház világa.

Nagyon izgatottan vártam a már megbeszélt délutánt. Ami számomra is meglepő volt, hogy nem amiatt izgultam, hogy a múltam nyomait fogom megtalálni, hanem amiatt, hogy 26 éve felnőtt szakellátásban dolgozó sürgősségi triageként egy számomra teljesen idegen világba készültem látogatni. Több tucat verzió cikázott előttem, hogy majd milyen lesz belépni, de az az érzés, ami az érkezésemtől kerített hatalmába, az leírhatatlan volt. A főbejárat előtt vártam, amikor jött az első emlék. Totyogós kiskölyök voltam, amikor a sokadik arcüreggyulladás miatt mentünk a fül-orr-gégészetre.

Emlékszem, hogy az addig szeleburdi módon, ide-oda csattogó kiskölyök, az orrában azzal a két nyomorult "tüvel" (Mielőtt felszúrták az orromat, két furcsa, számomra csak az utálat tárgyát





mindmáig képező tűszerű cuccot /vattás drótot/ raktak az ormányomba, egyet jobbra és egyet balra, amiknek kb. 30 percig kellett bent maradniuk. Lidokainos vatta volt rátekerve, hogy ne fájjon, amikor a tűt beszúróják.) megszeppenve totyogott őszintén remélve, hogy a nehezen túlvan. Persze utána jött a java, de erre hála a jószágosnak, már nem emlékszem. Voltak emlékképek abból az időszakból is, amikor oxigénsátorban hédereltem éjszakákon át, mert szabad levegőn nehezen ment a légzés önerőből. Igen, az a fránya krupp, ami szezonálisan meghatározta az őszi esték programjait a családban.

Beléptem az épületbe. Hát nem túlzás, de szíven ütött a látvány. Liliputba csöppentem. Csepp ambulancia, csepp betegek és nyugalom. Nyoma sem volt annak a kórházérzésnek, amivel naponta a munkahelyemen találkozom. Apró gyerekek szaladgáltak a szülők előtt, vidám mintázatú pizsiben. A szülők végtelen türelemmel követték a csöppségeket, miközben belül elemésztette őket az aggodalom. Volt egy kismanó, aki egy bébಿಸákban próbált megindulni. Nem lehetett több 16 hónaposnál. Nagyon elszánt volt. Az ambulancia pici volt, bár ott minden pici. Pici mosdó, pici lépcsőház, pici kerekesszék, pici minden. Csak a szív nagy ott, meg a szaktudás és a szakmaszeretet... de ez így van jól.

Vezetőmnnek köszönhetően bejárhattam az egész kórházat. Megnéztem a gyermeksebészetet és a gégészetet is, ahol üdülgettem nyomo-





ridőn. Beszélgettem az ott dolgozó kolléganőkkel. Nagyon kedvesek voltak, sokat beszéltek arról, hogy melyik fal hol volt korábban, és hogy milyen szakmai sikereket könyvelhettek el eddig a légzésterápiákkal, illetve a falakra festett díszek miként kerültek oda, és milyen érzelmek kötik őket a gyermekkórházhoz. Jó volt velük találkozni és megismerni őket. Fantasztikus szakemberek egytől egyig.

Miután elköszöntem a kórház nyugalomszige­tétől, átmentünk az intenzív osztályra. Ahogy mentünk a folyosón, úgy nőtt bennem az érzés: nem merném vállalni azt a fajta szakmai felelősséget, hogy egy anya csöpp gyermekére vigyázzak egy intenzív osztályon. Egy laikus ember talán fel sem tudja mérni a felelősség súlyát, és azt a fajta szakmai felkészültséget, amelynek birtokában egy szakdolgozó, vagy egy orvos egy apró gyermek életét őrzi. Még harcedzett szakdolgozóként sem tudom elhitéteni magammal, hogy erre én képes volnék. A legfiatalabb beteg egy 24 hónapos kisbaba volt. Messziről néztem csak meg a picikét. Azt mondták a kolléganők, hogy már jól van. Remélem, hogy azóta nagy és erős kisbaba lett.

Utunkat a kert felé vettük, és betévedtünk a régi lépcsőházba, ahol ismét megrohantak az emlékek. Szinte mindent tudtam, hogy mi hol van. A lépcsőn rengeteget szaladgáltam, amivel szegény anyukám idegeit öröltem fel, mert többször csatantam a földön az önfeledt szaladgálások közben.



A lépcsőházban megállt az idő. Nagyon rendezett és tiszta volt minden, de azok a színek, a falak, a lift, a lépcsőház. Egyenesen visszarepített 41 évvel az időben. Nagyon megható percek voltak. A kertbe érkezve egy szép és nyugodt környezetbe csöppentem. Hatalmas fák, zöld növényzet és egy játszótér terült elém. Az őszi hideg miatt nem sok gyerek játszott kint, de tavasszal és nyáron biztosan népszerű a gyerekek körében az apró park és a játszótér. Csodálkozva néztem körbe, hogy mennyire nyugalmas, szertetéttel teli tud lenni egy gyermekórházi környezet, amely nyugalmat leginkább a szakdolgozók, orvosok és kórházi alkalmazottak árasztanak magukból.

Látogatásom után sokat töprengtem azon, hogy vajon mi lehet a titka a gyermekórháznak. Mi lehet a varázsa annak a felelősségnek, amely varázsert a szakemberek elvállalják azt a felfog-

hatatlanul nehéz munkát, amivel más emberek gyermekire vigyáznak akkor, amikor a legnagyobb szükség van rájuk. Amikor egy kisgyerek beteg, amikor a várakozó szülő összetörve, aggódva toporog és minden bizalmát a kórházi dolgozókba helyezve türelmesen vár.

Nem találtam meg a választ, pedig sok gyermekorvossal és szakápolóval beszélgettem. Azt hiszem, így pár hónap elteltével, hogy van nekik egy titkuk vagy egy titkos erejük, egy küldetésük, ami arra biztatja őket, hogy minden nap bemenjenek a munkahelyükre és a szakmai tudásuk maximumát nyújtsák a rájuk bízott gyermekek gyógyítása, ápolása közben.

Csodálatos délután volt, és megnyugtató, hogy mindez itt van tőlem karnyújtásnyira, hogy ez van és létezik. ■



A JÖVŐT GYÓGYÍTJUK!

Bese Nóra
főszerkesztő

Végre. Az alapkő már a földben pihen, s reméljük olyan gyorsasággal fejlődik épületté, ahogy a kemény télből hirtelen tavasz lett. Március 13-a egyfelől szokványos hétköznapi volt, özönlöttek a betegek, gyógyítottak munkatársaink, s közben mégis valami végérvényesen elkezdődött, kint az udvaron. Letettük annak az új épületszárnynak az alapkövét, amelyről oly sokáig csak álmodni mertünk. Most megvalósulni látszik.

Mi is lesz itt ezen a szűk helyen? A csaknem 6,3 milliárd forintos beruházásból nyolc szintes épületszárny emelkedik majd, ahol a beteg gyermekek ellátása kényelmesebb és korszerűbb feltételek között valósul meg a jövőben. A projektben egyebek között új szülészeti-nőgyógyászati egység jön létre. Ahogy főigazgatónk, dr. Velkey György korábban is kiemelte, széleskörű társadalmi és ökumenikus egyházi igényeknek szeretnénk megfelelni azzal, hogy a kormánytámogatás segítségével szülészeti ellátás is lesz nálunk, ezzel megteremtve a szülészeti, az anyavédelmi, az újszülött-, a csecsemő- és a gyermekellátás intézményi egységét. A fejlesztés másik fontos eleme, hogy a Bethesda önálló gyermek-pszichiátriai osztályt kap. Tizenöt ágygal kezdjük meg az ellátást, ami országos szempontból is kiemelkedő jelentőségű lesz, mert a gyermekpszichiátriai betegségek népbetegséggé váltak és ehhez még nem igazodott a hazai ellátó rendszer. Koraszülött-intenzív centrumnak is helyet adnak majd a falak, s modern, XXI. századi színvonalon fogadja a betegeket a megújuló sürgősségi osztály is, hogy csak néhányat említsünk a fejlesztések közül.

A gyógyító munkát új MRI készülék és korszerű labor-diagnosztikai részleg szolgálja majd, s az elavult műtők helyett új műtőblokk lesz kialakítva. A beruházás folytán számos más gyermek egészségügyi

területen is kiemelkedő fejlesztésre kerül sor. Létrejön egy gyermek hospice osztály, s önálló részlege lesz azoknak a gyermekeknek is, akiket állandóan lélegeztető gépen kell tartani. Ezek jelenleg hiányzó kapacitások országos szinten is.

Új épületszárnyunk legkésőbb 2021 végére készül el, s a rendszerváltás utáni első legendás igazgatónk, Dizseri Tamás nevét viseli majd. S mit is tettünk az időkapuszulába? Múltunkat, jelenünket: Dizseri Tamás orvosi pecsétjét, egy felülről készült fotót a kórházról, a Bethesdában dolgozók névsorát, *Gyógyító* magazinunk legfrissebb számát, pendrive-on (néznek majd száz év múlva, mi is ez...) kisfilmünket és kiadványainkat. Emlékként pedig a múltból Biberauer Richárd, az egyik kórházalapító 1905-ös levelét. Ünnepeztünk, a munka pedig most kezdődik igazán.



BŐVÜL A BETHESDA GYERMEKKÓRHÁZ! FEJLESZTÉSI TERVEINK

KOMPLEX
GYERMEPSZICHIÁTRIAI
OSZTÁLY ÉS
GYERMEKHOSPICE



OTTHONSZÜLÉS
A KÓRHÁZBAN



KORSZERŰ
MŰTŐBLOKK



ALTATÁSOS
MRI VIZSGÁLAT



OTTHONLÉLEGEZTETETT
GYERMEKEK KÖZPONTJA



GYERMEKSÜRGŐSSÉGI
KÖZPONT



Az MRE Bethesda Gyermekkörház új Dizseri Tamás Épületszárnya
Magyarország Kormányának támogatásával épül.





ITT GYÓGYULTAM



VISZLÁT, TOLÓKOCSI!

2016 szeptemberében gerincvelő-gyulladást kaptam, és deréktól lefelé lebénultam. Először az intenzív osztályon ápoltak, majd átkerültem a Bethesda Kórház rehabilitációs osztályára. Ekkor még mindig csak feküdni tudtam, és nagy fájdalmaim voltak. Amikor megérkeztem, mindenki nagyon kedves volt, de én elutasító voltam és nem akartam beszélni senkivel. Ekkor jött Anett és teljesen elvarázsolt. Azt mondta, hogy a gyógyulást nekem is akarnom kell, mert így gyorsabban meggyógyulok. Egy idő után már az orvosokkal és a nővérekkel is sokat beszélgettem és nagyon megkedveltem őket. (És ők is engem. :-)) Az intenzíven lavóról fürdettek, amit cicamosdásnak hívtak. Itt rögtön első este kiderült, hogy a rehabilitáción ilyen nincs: itt átraknak egy fürdetőágyra, áttolnak a fürdőbe és lezuhanyoznak. Nekem az egész nagyon fájt, amúgy is meg voltam ijedve – ezért borzasztó hangosan kiabáltam. Másnap jött Zsanett, aki gyógytornász, és tornáznom kellett. Zsanett nem ismert kegyelmet; gondolom ezért is rakták hozzám. Később Zsanettel mindig jókat beszélgettünk, elmeséltem neki mindent. A tornáztatás eredményes volt: a lábaim lassan elkezdtek kicsit mozogni, és aztán minden javulni kezdett! A betegségemnek az volt az egyik a tünete, hogy a beleim nem működtek rendesen; emiatt jó néhány beöntést kaptam „ajándékba”... Szerencsére végül ez is megoldódott, de mindmáig ez az egyik legrosszabb emlékem a betegségről. 7 hét után mehettem haza először hétvégére. Ekkor még tolókcsuban, de így is nagyon jó volt ismét otthon lenni, tévézni, játszani. Ekkorra már egyre gyorsuló ütemben javult az állapotom: napról napra gyógyultam, és a fájdalmaim is csökkentek. Először csak felültem, aztán nemsokára már tolókcscival ralliztam az osztályon. Közben jöttek a tanárok, akik nagy szeretettel tanítottak, és a zeneterápia is nagyon jó volt. A javulás egyre csak gyorsabb lett: hamar felállhattam a tolókcsciból, végül 9 hét rehabilitáció után boldogan mehettem haza a saját lábaimon.



GYÓGYÍTÓ BUBORÉKOK

A kisfiunk 14 hónapos kora környékén elkezdett járni. Nagyon befelé dőlt a bokája, szinte azon járt, de mindenki azt mondta, majd kinövi. Aztán a gyermekorvos azt mondta, egyik hónapról a másikra, hogy vigyük el minél előbb ortopédiára. Nem nagyon kaptunk 3 hónapnál előbbre időpontot egy kórházban sem máshol, csak itt. Jórász doktor úr megvizsgálta, volt röntgen, minden, és kiderült, feszesebb az Achilles-ín. Supinált cipőt kellett vennünk bentre is, és gyógytorna következett, minden második héten és otthon minden egyes nap. A gyógytornászok annyira kedvesek voltak, hogy a kisfiunk szinte észre sem vette, hogy masszírozzák, sőt volt, hogy buborékot fújtak a kedvéért. Mindig volt egy-egy jó szavuk hozzánk. Türelemmel, odaadással tornáztatták, biztattak minket, hogy már kevésbé feszes az ín, új gyakorlatokat találtak ki, igazodtak ahhoz, ami épp neki tetszett. Ilyen kedves emberekkel egészségügyben nagyon rég találkoztam, pedig szintén ott dolgozom. Ez a kedvesség segített abban is, hogy a kisfiunk ne féljen, amikor bemegyünk tornázní, hanem élvezze, játszóháznak fogja fel az egészet, és még véletlenül se sírjon. Sőt, sokszor átment udvarlásba a dolog... A doktor úrnak is mindig volt egy-egy mosolya hozzánk, még akkor is, ha épp sírt, mert oltás utáni nap voltunk, és azt hitte, itt is ez vár rá. Türelemmel megvárta, míg megnyugszik, óvatosan megvizsgálta a lábát, és még véletlenül sem volt olyan, hogy meztláb a padlón kelljen mennie, kerítettek egy lepedőt neki, pedig tényleg nem vártuk el. Ilyet más kórházban nem tapasztaltunk, és nagyon jólesett.

Le a kalappal a doktor úr előtt, mind szakmailag, mind emberileg! És természetesen az asszisztensnője előtt is, aki volt, hogy már fáradt volt, mi voltunk az utolsók aznap, de akkor is mosolygott a kisfiunkra. A csapatmunka meghozta az eredményét, kisfiunk lába javult, ma már sokkal jobb, és stabilan jár, szalad. Nagyon szépen köszönjük, hogy ilyen ellátásban részesülhettünk, kívánok még sok-sok sikertörténetet!



Kókuszgolyó

GLUTÉNMENTES, TEJMENTES, TOJÁSMENTES RECEPT



Recept: Rajcsik Enikő
dietetikus
facebook.com/enikodiet

HOZZÁVALÓK (20 GÖLYÓHOZ)

- 2 teáskanál kókuszszír
- 200 g kókuszreszelék
- 3 teáskanál méz
- 2 evőkanál kókusztej
- 1/2 teáskanál vanília aroma
- 1/2 teáskanál őrölt fahéj
- 1/8 teáskanál tengeri só



ELKÉSZÍTÉS

Olvassuk meg a kókuszszírt, keverjük hozzá 150 g kókuszreszeléket. Magas fokozaton addig turmixoljuk, amíg el nem éri a krémes állagot. Adjuk hozzá a kókusztejet, és ízesítsük a mézzel, vanília aromával, fahéjjal és sóval, és jól keverjük el. Formázzunk belőle gölyókat (kb. 20-22 db-ot), és forgassuk bele a maradék kókuszreszelékbe. A kész gölyókat egy órára tegyük hűtőbe, hogy megkeményedjenek.

TÁPANYAGTARTALOM

1 gölyóban:

Energia	60 kcal
Fehérje	1 g
Zsír	3,65 g
Szénhidrát	6 g





ÁLLÁSAJÁNLAT

Kórházunk új munkatársak jelentkezését várja az alábbi pozíciók betöltésére:

- intenzív ápoló
- gyermekszakápoló
- műtősfű
- takarítónő

A jelentkezéseket, szakmai önéletrajzokat a hr@bethesda.hu címre küldjék!



BETHESDA PATIKA

Váltsa ki gyógyszereit helyben!

NYITVA TARTÁS

Hétfő: 9.00–18.00

Kedd, Csütörtök: 9.00–15.30

Szerda, Péntek: 9.00–22.00

ELÉRHETŐSÉG

Bethesda igazgatási-
gazdasági épület, földszint
(1146 Budapest, Bethesda utca 3.)
Tel.: +36/1 422-2780



BETHESDA ÉTTEREM

Válassza napi menünket!



Kérjük, rendelkezzen
adója 1 %-áról
a Bethesda Kórház Alapítvány javára!



**EZ MÁR
NEM
JÁTÉK!**

Ezzel a Bethesda Gyermekkórházban működő
Égésérült Gyermekeket
Ellátó Országos Központ
gyógyító munkáját támogatja.



Adószám:
180 425 39-1-42