

FRONT

MAGAZIN JE BESPLATAN

MAGAZIN

DECEMBAR 2016

TEST ZA ZDRAVO POTOMSTVO

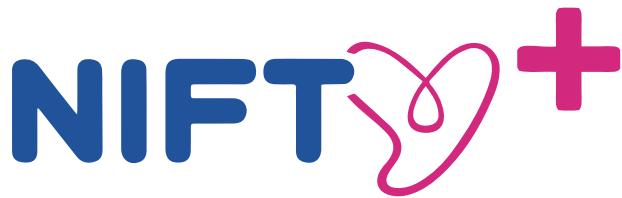
NEGA
BEBE
ZIMI

TRUDNOĆA
I POROĐAJ
ŽENE KOJA
ŽIVI SA HIV-OM

KADA BICLOŠKI SAT
POČNE DA OTKUCAVA

KAKO
PRODUŽITI
REPRODUKTIVNU
SPOSOBNOST

MUZIKA
ZA BEBE



Vodeći Svetski Neinvazivni Prenatalni Test za rano otkrivanje hromozomskih abnormalnosti fetusa

NAJPOUZDANIJI

Preko **1.100.000** uspešno izvedenih Nifty testova širom sveta do danas.

NAJPRECIZNIJI

Osetljivost **preko 99%** za detekciju trizomija potvrđena na **112.000** trudnoća.

NAJKOMPLETNINI

Trizomije 21, 18, 13, 9, 22, 16, - abnormalnosti broja polnih hromozoma (X,Y) - mikrodeleci - pol bebe.



BEZBEDAN

Bez rizika od pobačaja, kao kod invazivnih procedura (npr. amniocenteze).



JEDNOSTAVAN

Iz uzorka majčine krvi već **od 10. nedelje** trudnoće (uključujući i blizanačke).



BRZ

Rezultati su dostupni za samo **7 dana** od vađenja krvi.



Ekskluzivni zastupnik za Srbiju i Crnu Goru:

TWISTMED d.o.o. Beograd

call centar 011 7345 600

www.niftystest.rs

nifty@twistmed.com



Nifty - test za bezbrižnu trudnoću



TWISTMED
A TWIST FOR YOUR HEALTH



Reč direktora

Prof. dr Snežana Rakić



Drage čitateljke,

Veoma smo ponosni što je ove godine naša klinika imala veliki zadatak – da isprati kući još veći broj beba i njihovih roditelja nego lani. Mnogo smeha i radosti, suza radosnica i ispunjenih želja obeležilo je ovu godinu. Mi smo se trudili da u najmanju ruku ispunimo očekivanja, ali i da postavljeni standard podignemo na još viši nivo. Rezimirajući 2016. godinu, primetili smo da je zadovoljstvo pacijenata veće, da nam pristiže sve veći broj pacijentkinja iz cele Srbije i da je, nažalost, sve više beba koje zbrinemo na intenzivnoj nezi odeljenja neonatologije. Nažalost, kažem, jer je činjenica da je takav trend, ali to ne znači da ne uspevamo da se izborimo sa zahtevima koje priroda i okolnosti stavljuju pred nas.

Na svu sreću, tim naših lekara, medicinskih sestara i čitavog osoblja radi predano i vredno, trudeći se da se preopterećenost poslom i manjak kapaciteta ne oseti u radu sa pacijentima. Zadovoljni smo jer smo postigli dosta kako u pogledu broja intervencija i porođaja, tako i u smislu unapređenja uslova rada i osavremenjivanja medicinske opreme. Početkom godine klinika je od Fondacije princeze Katarine Karađorđević dobila savremeni portabl ultrazvučni aparat sa pratećom opremom. Zaposleni klinike su podržali Beogradski maraton trčeći za bebe i time dali podršku rađanju i zdravom potomstvu. Od Grupe za SPEKOF - studenata Ekonomskog fakulteta dobili smo savremena kolica za anesteziju koja su olakšala svakodnevni rad anesteziologa. Tokom leta započeti su radovi na odeljenju vantelesne oplopljenje koji su donacija kompanije Nektar, a koji se uskoro privode kraju. U oktobru

u GAK Narodni front zabeležen je istorijski rekord klinike - za 24 časa, u ukupno 43 porođaja - 46 beba došlo je na свет. Udruženje IAB obezbedilo je sredstva za donaciju dve špic infuzione pumpe za odsek intenzivne nege odeljenja neonatologije, koje zbrinjava stotine prevremeno rođenih beba godišnje, te je savremena oprema neophodna u svakodnevnom radu.

Pored svega navedenog, bilo je još mnogo uspešnih operacija i medicinskih zahvata na koje smo veoma ponosni. Zato godinu završavamo sa osmehom i verom da ćemo dogodine u ovo vreme imati da vam ispričamo još lepšu priču iz Fronta.

Želimo vam u 2017. godini puno ljubavi, zdravlje i blagostanje, negovanje porodičnih vrednosti i dobrih prijateljskih odnosa. Sve najbolje želimo vam od srca!

Srdačno,
Prof. dr Snežana Rakić

Snežana Rakić

FRONT MAGAZIN

Decembar 2016 BROJ 6

Osnivač i izdavač:
GAK Narodni front
www.gakfront.org

Adresa redakcije:
Kraljice Natalije 62, 11 000 Beograd
Tel: 011/2068-264 Fax: 011/3613-347

Email kontakt za marketing i čitaocu:
info@gakfront.org

Direktor izdanja:
Prof. dr Snežana Rakić

Glavni i odgovorni urednik:
Katarina Đurić

Redakcija:
Jelena Perendija

Art direction & Design:
Darko Nešković

Fotografija:
Foto Bebiron

Stručni saradnici:
prof. dr Snežana Rakić,
prof. dr Ana Jovanović, ass. dr Nebojša Zečević,
dr Aleksandra Pikuš, dr Tatjana Macut, dr Relja Lukić,
dipl. psiholog Ksenija Vitlić;
defektolog muzikoterapeut, Milijana Majstorović Kožul

Saradnici i prijatelji:
Phillips Avent MCG Group, Amicus, Aqualab, Babycare, BTG med, Coca cola, Delhaize, Ewopharma, Goodwill, Infarm, Impamil, Kibid, Keprom, Seracell, Medigala, Safembryo, Pharma Swiss Sodimed, Twistmed, Vedra International ZUA Farmanea

Pokrovitelj:
Ministarstvo zdravljia Republike Srbije

Štampa:
Komazec, Indija

Tiraž:
5.000 primeraka

Distribucija:
GAK Narodni front

Tema broja

12 Trudnoća i porodaj žene koja živi sa HIV-om

Dr Relja Lukić

U poslednjih 10 godina (od 2006. godine), otkad je GAK Narodni front preuzeo ulogu Centra za prevenciju vertikalne transmisije HIV-a...

Ostalo

09 Genetika bebe iz krvi majke

Ass. mr sci med. dr Nebojša Zečević

Poslednjih godina u genetici i prenatalnoj dijagnostici načinjen je ogroman...

13 Kako produžiti reproduktivnu sposobnost

dr Aleksandra Pikuš

Savremena medicina je toliko napredovala u produženju ljudskog veka...

16 Kada biološki sat počne da otkucava

Prof. dr Ana Mitrović Jovanović

Stil života nameće neminovnost da u današnje vreme žena mora da...

18 Inkontinencija bešike - nekontolisano mokrenje

Prof. dr Snežana Rakić

Sa smetnjama povremenog „gubitka“ urina ili potpune nemogućnosti...

20 Ljubav se na mleko oslanja

Ksenija Vitlić

Stav prema trudnoći, emocionalno stanje majke, hrana koju unosi...

25 Nega bebe zimi

Roditelji beba rođenih u zimu suočavaju se sa brojnim nedoumicama: kada i kako izvesti bebu prvi put napolje, da li je dovoljno toplo u domu...

30 Muzika u prvim mesecima života bebe

Milijana Majstorović Kožul

Ponekad proces vezivanja (engl.bonding) ume i da zakasni ili da bude...

09



16



30





natera™
Conceive. Deliver.

panorama™
natera prenatal screen

PANORAMA TEST ZA PRENATALNI SKRINING

Neinvazivni DNK skrining za najčešće fetalne hromozomske aberacije

Zašto PANORAMA?

- Jedini neinvazivni prenatalni skrining test koji razlikuje slobodnu DNK fetusa od slobodne DNK majke zahvaljujući SNP sekvencioniranju i NATUS (Next-Generation Aneuploidy Test using SNPs) algoritmu
- Najniži procenat lažno negativnih rezultata (0,7%)
- Najniži procenat lažno pozitivnih rezultata (0,35%)
- Može da se radi već u 9. nedelji trudnoće
- Detektuje stanja koja drugi testovi ne mogu: molarna trudnoća, triploidije (mozaicizam kod majke), „nestali“ blizanac
- Tačnost rezultata za skrining Down sindroma je veća od 99%

PANORAMA Basic

- Trizomije 21, 18, 13
- Monozomija X
- Trizomije polnih hromozoma
- Triploidija / „nestali blizanac“
- Određivanje pola (opciono)

PANORAMA Plus

- Basic paket + DiGeorge (22q11.2 delecija)

PANORAMA Full panel

- Basic paket + mikrodelekcije:
22q11.2, Angelman, Cri-du-chat, 1p36, Prader-Willi sindrom



aqualab
laboratorijska dijagnostika



**ZASTUPNIK ZA TERITORIJU
REPUBLIKE SRBIJE, CRNE GORE I BiH**

BIOHEMIJA • MIKROBIOLOGIJA • GENETIKA • PATHOHISTOLOGIJA

NON STOP LAB 00-24

BEOGRAD

Kneginje Zorke br. 30, tel. +381 11 244 15 51; mob: +381 63 214 035

www.aqualab.rs • office@aqualab.rs

NOVI SAD

Bulevar Oslobodenja br. 84, tel: +381 21 30 13 288; mob: +381 62 250 390

www.aqualab.rs • aqualab20@aqualab.rs

BANJA LUKA

Jovana Dučića br. 2, tel: +387 51 21 21 21; mob: +387 65 733 733

www.aqualab.ba • banjaluka@aqualab.ba



NA 6 MESEČNIH RATA!

**U saradnji sa ProCredit bankom,
svim trudnicama omogućavamo
plaćanje na 6 mesečnih rata
beskamatnim kreditom.**



Horizon™



Spectrum®



Panorama®



Anora®



Constellation™

SiderAL® Folico

Sucrosomial® Iron

(sukrozomalno gvožđe - lipozomalno gvožđe
ultradispergovano u estrima sukoze i masnih kiselina)

Rastvara se u ustima!



KADA UPOTREBITI SIDERAL FOLICO ?

- TOKOM TRUDNOĆE I LAKTACIJE
- U PERIODU PRIPREME ZA TRUDNOĆU
- KOD MENOMETRORAGIJE I OBILNIH MENSTRUALNIH KRVARENJA
- ZA PREVENCIJU PREDMENSTRUALNOG SINDROMA
- KOD ISCRPLJENOSTI, UMORA I SIMPTOMA ASTENIJE
- KOD ŽENA U REPRODUKTIVNOM PERIODU KOJE SE ČESTO BAVE SPORTSKIM AKTIVNOSTIMA

ZAŠTO SIDERAL FOLICO ?

- JEDINO SUKROZOMALNO GVOŽĐE KOJE SE RASTVARA U USTIMA
- VISOKA BIORASPOLOŽIVOST
- DOKAZANA EFIKASNOST
- DOBRA GASTROINTESTINALNA PODNOŠLJIVOST
- SADRŽI FOLNU KISELINU (400 MCG) I VITAMINE KOJI SU VAŽNI ZA ZDRAVLJE ŽENE
- JEDNOSTAVNA UPOTREBA BEZ VODE



SADRŽAJ JEDNE KESİCE

Gvožđe	21 mg
Vitamin C	70 mg
Folat	400 mcg
Vitamin D	10 mcg
Vitamin B12	1,75 mcg
Vitamin B6	1 mg

DOZIRANJE I NAČIN PRIMENE

Jedna kesica dnevno,
sipa se direktno u usta.
Rastvara se bez vode.

ROSA[®]

Zajedno za nove škole roditeljstva

Ekspertima dajemo reč



Ono što je važno

1 dinar od svake prodato flaše od 1.5L
doniramo za otvaranje novih škola roditeljstva.
Pridružite se!



Republika Srbija
MINISTARSTVO ZDRAVLJA

Projekat podržan od strane
Ministarstva zdravlja



Livia

NEINVAZIVNI PRENATALNI TEST

POTPUNO
BEZBEDAN

OD
10. NEDELJE
TRUDNOĆE

UZORAK
KRVI
MAJKE

REZULTATE
TUMAČI
GENETIČAR

Livia prenatalni test je pravi izbor za sve roditelje
koji žele da se opuste i uživaju u trudnoći

KONTAKT:

MediGen, Strahinjica Bana 53, 11000 Beograd
Telefoni: +381 11 303 7000, +381 11 440 9982
office@medigen.rs, www.medigen.rs

Livia Powered by illumina
technology

Genetika bebe iz krvi majke

test za zdravo potomstvo

Poslednjih godina u genetici i prenatalnoj dijagnostici načinjen je ogroman iskorak. Otkrićem i razvojem novih genetičkih testova, ginekolozima je danas u značajnoj meri olakšano otkrivanje ploda sa nekom genetičkom nepravilnošću. Danas, da bismo bili sigurni da plod nema, na primer, Daunov sindrom, ne moramo rizične trudnoće odmah izlagati invazivnoj amniocentezi, kod koje se ubodom igle u stomak uzima uzorak plodove vode koji će se testirati, već nam je za to dovoljna mala količina krvi iz vene majke.



Ass. mr sci med.
dr Nebojsa Žečević

O d skora sve više dostupni prenatalni testovi nam omogućavaju da već od 10. nedelje trudnoće iz malog uzorka venske krvi majke, sa pouzdanošću preko 99%, testiramo plod na najčešće genetičke nepravilnosti (poput Daunovog, Edvardsovog, Patauovog sindroma...). Još jedna ogromna prednost ovog vida testiranja je da su nam nalazi testa dostupni uglavnom za 10-ak dana. To praktično znači da mi sada, u najranijoj trudnoći, isključujemo najčešće genetičke nepravilnosti kod ploda, bez ikakvog rizika od mogućih komplikacija kao što su pojавa infekcija, kontrakcije, krvarenje ili gubitak trudnoće. Budući da je ovakav oblik testiranja potpuno bezbedan, preporučuje se pre svega trudnicama koje su dobile loš nalaz dabl ili tripl testa, koje su záčeple vantelesnom oplodnjom, nose rizik godina ili imaju ličnu ili porodičnu istoriju nekog genetičkog poremećaja. S obzirom na to da je test bezbedan i za majku i za bebu, mogu ga uraditi i trudnice koje žele da budu sigurne da plod nema sindrome koje je

moguće otkriti ovim testom, tj. na lični zahtev. Postoje situacije kada svi standardni testovi pokažu da kod bebe nema promena u ukupnom broju hromozoma ili krupnih nepravilnosti (tzv. normalan konvencionalni kariotip), a ginekolog na ultrazvuku i dalje uočava neku nepravilnost ili zastoj u rastu ploda nejasnog porekla. U tim slučajevima prema najnovijim smernicama, savetuje se MOLEKULARNI KARIOTIP (CGH Array metoda). Molekularni kariotip je najnovija i revolucionarna metoda u prenatalnoj dijagnostici, koja nam omogućava otkrivanje 512 različitih mikrodelecija i mikroduplicacija. Reč je o veoma malim promenama na genetičkom materijalu koje nije moguće otkriti standardnim testovima, a koje mogu da budu uzrok ozbiljnih medicinskih stanja (mentalna retardacija, problemi u razvoju govora, poremećaji u radu određenih organa, neki oblik autizma). Genetički testovi pružaju mnogo mogućnosti, a odluka o tome kojoj će se vrsti genetičkih testova trudnica podvrgnuti, treba da bude donešena isključivo u saradnji ginekologa i genetičara.



Značaj unosa vitamina i minerala u trudnoći!



Prof dr Snežana Rakić
spec. ginekologije i akušerstva,
načelnik odjeljenja porodištva,
v.d. direktora klinike

Saznanjem da je u drugom stanju, za ženu počinje novo razdoblje u životu u kojem se sve menja - organizam doživljava značajne promene kako na fizičkom, tako i na psihičkom nivou. Fiziološke promene tokom trudnoće imaju za cilj da prilagode organizam trudnice na novonastalo stanje. U cilju pripreme za buduće promene i zadovoljenje povećanih nutritivnih potreba kako bebe, tako i buduće majke, od velikog značaja je balansiran i pravilan unos

neophodnih vitamina, minerala i oligo elemenata. Ono što je veoma važno je izbor prave vrste suplemenata, koji po sastavu daju najviše pozitivnih, a najmanje negativnih efekata, poput mučnine, vrtoglavica i tome slično. Zato je važno da se informišete o vrsti i sastavu suplemenata. Njihov zadatak je da Vam pomognu da ostanete zdravi i aktivni, i takođe da doprinesete pravilnom razvoju Vaše bebe i njenog zdravlja. U tom smislu, preporučujem „Pregnacare“ koji sadrži 19 vitamina i minerala neophodnih tokom trudnoće, jer učestvuju u prevenciji nastanka urođenih anomalija, ali i za period pripreme za začeće i period laktacije. Važni sastojci „Pregnacare“ su vitamin B12 i folna kiselina, koja je značajna za razvoj nervnog sistema, kičmene moždine i mozga Vaše bebe. Takođe sadrži i gvožđe, koje će Vas i Vašu bebu štititi od anemije i dati snagu ne samo za period trudnoće, već i za sam porođaj. Ne zaboravite i na značaj vitamina

D koji reguliše nivo kalcijuma koji je neophodan za pravilan razvoj kostiju, ali i magnezijum koji Vas štiti od pojave pre-eklampsije. Kako je u drugom i trećem trimestru izražena potreba za Omega 3 esencijalnim masnim kiselinama, „Pregnacare plus“ sadrži dodatak omega 3 masnih kiselina koji poboljšava psihomotorni razvoj i kognitivne funkcije ploda i pomaže razvoju vida, smanjuje rizik od prevremenog porodaja i utiče na smanjenje rizika od pojave post-porođajne depresije.

Ni u jednom momentu nemojte zanemariti pravilnu i uravnoteženu ishranu, kao najbolji i nezamenljivi izvor hranljivih sastojaka, ali kao podršku i adekvatnu formulu za suplementaciju u toku trudnoće i dojenja preporučujem tablete „Pregnacare“ kao i obogaćeni preparat „Pregnacare plus“, koji će Vašem blagostanju dati zdravu dimenziju.

ZATO ŠTO BRINEM O SEBI I SVOJOJ BEBI



Winner of The Queen's Award for
Innovation of
Pregnacare®



Pregnacare Original
Sadrži 19 vitamina i minerala neophodnih
za pravilan rast i razvoj ploda.
Preporučuju se pre, tokom trudnoće
ali i nakon porođaja.

Pregnacare Plus
pored originalne multivitaminske
tablete Pregnacare, sadrži i dodatne
kapsule sa Omega 3 masnim kiselinama
koje se piju istovremeno.
Preporučuju se posle prvog
trimestra, kada počinje ubrzani
razvoj bebe, kao i tokom dojenja



DOBRA KRVNA SLIKA BEZ MUČNINE

Feroglobin kapsule i sirup odlično se podnose,
ne izazivaju mučninu, opstipaciju, ne boje zube i stolicu.

Preporučuju se za:

- * Deficit gvožđa i pad hemoglobina
- * Anemiju u periodu trudnoće i laktacije
- * Nadoknadu gubitka gvožđa kod ciklusa i hemoragija
- * Pre i posle hirurških intervencija
- * Sideropenijsku anemiju



Seracell

matične ćelije



NEMAČKI
KVALITET



GMP
STANDARD



PRIPREMA
TRANSPLANATA



JEDINI
U SRBIJI

Za više informacija posetite
WWW.SERACELL.RS

1. decembar – svetski dan borbe protiv side

Trudnoća i porođaj žene koja živi sa HIV-om

U poslednjih 10 godina (od 2006. godine), otkad je GAK Narodni front preuzeo ulogu Centra za prevenciju vertikalne transmisije HIV-a, nije se rodilo nijedno dete zaraženo HIV-om.

To je posledica planskog vođenja i kontrolisanja ovakvih trudnoća, kao i zasluga tima infektologa, ginekologa i pedijatara koji u tome učestvuju.

Statistika u našoj bolnici je 6-8 porođaja godišnje, a u ostalim bolnicama retko se takve trudnoće završavaju, jer Infektivna klinika uglavnom upućuje HIV pozitivne trudnice radi vođenja trudnoće i porođaja kod nas. Značajno češće se takve trudnoće završavaju carskim rezom, kako bi se minimizirao rizik od vertikalne transmisije virusa sa majke na dete, ali to nije pravilo. U poslednje vreme se trudnoće HIV pozitivnih trudnica završavaju i prirodnim putem, što je posledica uspeha sprovedene antiretrovirusne terapije u toku trudnoće i u toku samog porođaja.



dr Relja Lukić
specijalista ginekologije i
akušerstva

je najveći tokom samog porođaja, pa je i odabir načina završetka trudnoće veoma važan. Polno prenosive infekcije (sifilis, gonoreja, hlamidija, kondilomi i dr.) i infekcije mokraćnih puteva značajno povećavaju ovaj rizik i neophodno je lečiti ih u toku same trudnoće. U porođaju prirodnim putem ne savetuje se primena porođajnih intervencija i operacija, kao što su epiziotomija, primena forcepsa i vakuma i slično.

Trudnoća i antiretrovirusna terapija

Sprečavanje prenosa virusa sa HIV pozitivne trudnice na plod je moguć zahvaljujući i rutinskoj primeni visoko aktivne antiretrovirusne terapije (HAART). HAART je neophodno primenjivati u trudnoći, bez obzira da li je HIV pozitivna trudnica do tada bila na terapiji ili ne. Trenutak započinjanja terapije je treći mesec trudnoće (14. nedelja gestacije), a terapiju treba započeti svakako pre šestog meseca trudnoće (26. nedelja gestacije). Trudnice koje su u trenutku zatrudnjivanja već na terapiji, neophodno je da uzimaju lekove koji ne ostvaruju štetno dejstvo u trudnoći. Većina lekova je bezbedna za primenu u trudnoći. Dokazano štetno dejstvo ostvaruju efaviren (EFV), didanozin (ddl), stavudin (d4T) i tenofovir (TDF), pa njihovu primenu svakako treba izbjeći u trudnoći. Neželjeni efekti antiretrovirusnih lekova posebno dolaze do izražaja u trudnoći, zbog čega je neophodan dodatni oprez i češće kontrole zdravlja HIV pozitivne trudnice. Primena lekova je veoma važna i u toku samog porođaja bilo da se on dešava kao porođaj prirodnim putem ili kao carski rez.

Ne postoji značajan uticaj trudnoće na pogoršanje zdravlja HIV pozitivnih trudnica. I obrnuto, HIV infekcija suštinski ne kompromituje trudnoću. Bezbedna trudnoća HIV pozitivnih trudnica zahteva poverenje i saradnju pacijenta i lekara ginekologa i infektologa. Krajnji cilj je rođenje zdravog i nefificiranog novorođenčeta, a glavna mera je prevencija takozvane vertikalne transmisije (prenošenja) virusa sa majke na plod.

Vertikalno prenošenje virusa sa trudnice na plod

Rizik od prenosa virusa sa trudnice na plod postoji tokom trudnoće, tokom porođaja i po rođenju novorođenčeta-dojenjem.

Prenošenje virusa tokom trudnoće se najčešće dešava kao posledica nekih dijagnostičkih procedura kao što su amniocenteza, kordocenteza, biopsija horionskih čupica i slično. Pomenute procedure bi trebalo izbjeći u trudnoći HIV pozitivnih trudnica.

Rizik od prenošenja HIV-a sa trudnice na plod

Porođaj trudnica koje žive sa HIV-om

Način završetka trudnoće HIV pozitivne trudnice zavisi od više faktora. Najvažniji faktor je broj virusnih čestica u tzv. terminu porođaja. Ako je broj virusnih čestica u tom trenutku nemerljiv, onda nije neophodno primeniti carski rez kao najdelotvorniji način završetka trudnoće. U slučaju da je broj virusnih čestica merljiv, a naročito ako je iznad 500 kopija u ml plazme HIV pozitivne trudnice, dokazana je delotvornost carskog reza u smislu smanjenja rizika za prenos HIV-a sa trudnice na plod. U slučaju da nije moguće odrediti broj virusnih čestica u terminu porođaja, takođe se savetuje carski rez kao delotvoran način završetka trudnoće. Podrazumeva se da na način završetka trudnoće utiču i faktori samog porođaja kao i kod svih ostalih porodilja.

Dojenje i HIV

Porodiljama koje su HIV pozitivne ne savetuje se da doje svoje novorođenče, jer je to jedan od načina na koji se virus može preneti sa majke na dete. Optimalan način ishrane novorođenčeta je uz pomoć adaptiranih mlečnih formula, to jest „veštačkim“ mlekom uz dogovor i nadzor od strane pedijatra.

Pravilnim planiranjem trudnoće, upotreborom visokoaktivne antiretrovirusne terapije (HAART) u trudnoći i pravilnim odabirom načina završetka trudnoće (prirođni porođaj ili carski rez), uz ishranu novorođenčeta „veštačkim“ mlekom stopa prenosa virusa sa HIV pozitivne trudnice na plod se može smanjiti na prihvatljivih 1%.

Snažna podrška paru

PROFERTIL®
poboljšava plodnost **MUŠKARCA.**

PROFERTIL® female
poboljšava plodnost **ŽENE.**



Kako produžiti reproduktivnu sposobnost

Savremena medicina je toliko napredovala u produženju ljudskog veka, a stremljenja idu ka produženju mladalačkog izgleda i dužine reproduktivne sposobnosti. Srbija je zemlja sa prevalentno starijom populacijom, te je sve više zastupljena problematika seksualne funkcionalnosti već u četvrtoj, a posebno u petoj i šestoj deceniji života. Iskustva iz svakodnevne kliničke prakse govore da je procenat disfukcionalnosti i žena i muškaraca u porastu.



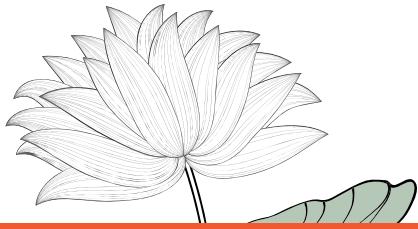
dr Aleksandra Pikula
specijalista ginekologije i
akušerstva

Seksualnost je individualan, specifičan izraz suptilne (emocionalno-psihološko-fizičke) komunikacije među ljudima. Uzroci su kompleksni, i slični u oba pola, a uglavnom mogu biti:

- Organski – opadanje hormonske aktivnosti, sistemski oboljenja usled narušenog metaboličkog ekilibrijuma organizma, kao što su dijabetes, arterioskleroza, kardiovaskularne bolesti, bolesti bubrega i urotrakta, infekcije.
- Psihološki – uglavnom depresivne reakcije i stanja
- Socijalni – nedostatak adekvatnog partnera

To postaje ne samo medicinski, već i ozbiljan društveni problem i u razvijenim zemljama, a ni Srbiju nije zaobišao taj trend. Sve ovo pred medicinu postavlja veliki zadatak. Iako kaskamo za svetom u mnogim disciplinama, dijagnostičko-terapeutske mogućnosti ovog poremećaja su na prilično razvijenom nivou. Neophodan je individualni pristup svakom

problemu, a zapaženo je da kod osoba kod kojih je seksualnost razvijena od najranijeg doba, postoji očuvanje potrebe i želje u kasnijem dobu. Kod žena se to uglavnom radi hormonskom supstitucijom – nadoknadom seksualnih hormona, smanjenih ili izgubljenih menopauza, korekcijom metaboličkog disbalansa uzrokovanih poremećajem rada štitaste žlezde i lokalnom primenom hormonskih i epitelijalnih sredstava za prevenciju mehaničkih neugodnosti, kao i održanjem adekvatnog ekosistema donjeg genitalnog trakta žene (vaginalni probiotici). Što se tiče psiholoških problema, ozbiljno se pristupa medikamentoznom tretmanu i psihoterapiji depresivnih stanja, anksioznosti i mentalnih blokada. Sličan postupak se primenjuje i kod muškaraca, sa posebnim akcentom na urološko-internistički nadzor i kontrolu uzmajanja preparata medikamenata za poboljšanje seksualne funkcije. Time se postiže viši stepen zdravstvene svesti, organsko fizičkog i mentalnog zdravlja, veće samopouzdanje, a najvažnije – kvalitet života i životne efikasnosti.



THERESIENOIL BILJNO LEKOVITO ULJE - DRAGOCENA NEGA ZA PERIOD PRE I NAKON POROĐAJA

Dobar izgled kože nema samo estetsku ulogu već zdrava, jedra i gipka koža znači pravilno funkcionisanje najveće prirodne barijere. Gruba, zategnuta, ispucala koža koja svrbi ili boli gubi svoju zaštitnu sposobnost - postaje osetljiva, raste rizik od oštećenja izazvanih sunčevim zracima i drugim štetnim agensima, kao i sklonost ka infekcijama.

Biljno lekovito ulje Theresienoil je decenijama unazad bilo rezervisano samo za stanovnike malog sela u Tirolu, odakle potiče receptura kao i retka biljka sa izuzetnim lekovitim svojstvima. Pozitivni rezultat nakon upotrebe ulja kod teških opeketina i sporozarastajućih rana doprineli su da Theresienoil dobije kliničke potvrde o efikasnosti i delotvornosti.

U prošlosti je Theresienoil bio prvi i jedini „spasitelj“ za porodilje i mlade mame, a danas u savremeno doba siguran i bezbedan pratićac tokom trudnoće i „prvi pomoćnik“ u hitnim situacijama tokom najintimnijeg perioda svake žene. Theresienoil, jedinstvenom kombinacijom biljnih esencija i prirodnog ulja stimuliše prirodne odbrambene sposobnosti organizma na oporavak i izlečenje.

Biljno lekovito ulje Theresienoil:

- hidrira i neguje ranu nakon epiziotomije
- pomaže regeneraciju i epitelizaciju kože nakon carskog reza
- ima umirujuće dejstvo na bolnu, upaljenu kožu bradavica tokom dojenja

Sobzirom da koža beba i male dece ima manje razvijen mehanizam zaštite nego koža odraslih, zahteva posebnu negu kako bi ostala zdrava. Debljina svih slojeva kože je tanja u odnosu na kožu kod odraslih, tako da su hidrolipidni film i zaštitni kiseli omotač još uvek relativno slabi da bi pružili adekvatnu zaštitu kod ojeda od pelena ili osipa nakon kontakta sa kozmetičkim sredstvima. Theresienoil svojim prirodnim i jedinstvenim sastavom ne samo da čuva najvažniju prirodnu barijeru-kožu, već potpomaže uspostavljanje prvog kontakta mame i bebe. Prvi bebin kontakt sa spolnjim svetom je dodir majčine kože, neka taj osećaj bude ispunjen ljubavlju i sigurnošću.

 **VEDRA**
INTERNATIONAL
je izabrala za Vas...



NIPT

Revolucija kod prenatalnog ispitivanja

Grana genetike koja se jako brzo razvija dovela je u zadnjih 5 godina do razvoja novog prenatalnog testa koji analizira DNK embriona, koji se nalazi u krvi trudnice, nešto što je ranije predstavljalo scenario iz filmova naučne fantastike.



Dr. Gerovasili Aggeliki
AKC, BSc, MSc, PhD,
Gentičar

Naučni saradnik Medicinskog fakulteta u Larisi, Grčka

Naučni direktor Safembryo,
Naučni savetnik Sequenom-a za Evropu,
Doktorirala na King's College London na odseku
za neinvazivna prenatalna ispitivanja
Specijalizirala na University College London
Prenatalnu genetiku i Fetalnu medicinu.

Šta je to što čini neinvazivnu prenatalnu analizu slobodnog DNK embriona (cfDNA ili NIPT) tako impresivnom?

Radi se o jako primamljivom testu. Uz jednostavno uzimanje uzorka krvi iz vene trudnice, bez ikakve opasnosti po trudnicu i embrion, bilo gde u zemlji, čak od 9. nedelje trudnoće za samo 7 do 10 dana, budući roditelji

će znati rezultat sa izuzetnom preciznošću, da li je dete zdravo što se tiče hromozomske anomalije. Pod pojmom genetske anomalije smatramo promene u genetskom materijalu embriona koje vode do klinički značajnih sindroma.

Daunov sindrom je najčešća hromozomska anomalija koja se može otkriti sa preciznošću većom od 99%. Ipak, nije jedina anomalija koju neko može da ima, budući da predstavlja samo 50% svih hromozomskih anomalija. Sada sa MaterniT GENOME cfDNA test, jedinstvenom na tom polju, moguće je ispitati sve hromozome embriona, kao i otkriti promene u DNK iste veličine, kao i pri ispitivanju kariotipa posle biopsije horionskih čupica (CVS) ili amniocinteze, sa rezultatom koji može da otkrije i do 25% više anomalija od ostalih NIPT testova.

Bez obzira što je neinvazivni cfDNA test jako jednostavan za trudnicu, kako je zahtevan za laboratoriju u kojoj se izvodi. Zato je odabir odgovarajuće laboratorije koja će da ga izvede jako važan, kako je naglašeno na zadnjem Svetskom forumu Embrio-maternje Medicine profesora sa Kipra Nikolaidisa. U vreme kada postoje mnoge laboratorije koje se bave ovim

ispitivanjima, neophodno je da budući roditelji imaju u vidu iskustvo laboratorije, verodostojnost rezultata, uspešnost u izdavanju rezultata, vreme koje je potrebno da bi se dobio odgovor i naravno tačne informacije koje se dobijaju od specijalizovanih zdravstvenih radnika.

Posle 15 godina iskustva u oblasti dijagnostike prenatalnog testiranja, kako učestvujući u ispitivanjima koja su dovela do razvoja ovog testa, tako i pružajući odgovarajuće genetske savete mnogim parovima, u Safembryo smo odabrali da budemo ponosni predstavnici američke Sequenom, avangardne laboratorije koja je razvila i nastavlja da usavršava ovaj test sa iskustvom analiziranja više od 600.000 uzoraka.

Naše usluge ne prestaju jednostavno pri pružanju najboljih cfDNA testova. Pridajemo posebnu važnost pavilnom informisanju parova i pružamo im sve potrebne informacije o različitim mogućnostima koje imaju, kako bi odabrali ono što im najviše odgovara u skladu sa njihovim potrebama. Na kraju, ovde smo i u slučaju da vam je potrebno genetsko savetovanje i ostala specijalizovana ispitivanja.

www.safembryo.com

 **safembryo**
Prenatal Genetics & Research


GenMedica®
Beograd, 8 Misarska, +381 11 3349651

sequenom
Zvanični predstavnik za Balkan

SPECIJALNI CENTAR
NEINVAZIVNOG PRENATALNOG TESTIRANJA
www.safembryo.com
email: info@safembryo.com

Kada biološki sat počne da otkucava

testiranje plodnosti i procena ovarijalne rezerve

Stil života nameće neminovnost da u današnje vreme žena mora da razmišlja o reprodukciji kasnije nego što je biološki optimalno. Da biste procenili plodnost, odnosno takozvanu ovarijalnu rezervu, postoji nekoliko načina. Prvo i neophodno jeste da se javite ginekologu, koji se razume u reproduktivnu endokrinologiju i koji zna najbolji način da proceni koliko vremena okvirno ima mlada ili žena srednjih godina do tog trenutka kada više neće imati priliku da ostane trudna. Analize kroz koje žena treba da prođe da bi saznala koliko još može da ostane trudna, sastoje se od laboratorijskih analiza u okviru kojih se proverava hormonski profil, i vaginalni ultrazvuk. Obe metode se rade u toku menstrualnog ciklusa.



**Prof. dr
Ana Mitrović Jovanović**
spec. ginekologije i akušerstva,
načelnik odeljenja dnevne
bolnice

Da bi žena ustanovila koliko je plodna, postoje testovi koji se rade iz krvi i koji se rade u određenoj fazi ciklusa. Počinje se proverom hormona bazalnog hormonskog statusa, što se radi drugog ili trećeg dana menstrualnog ciklusa. Na taj način se određuju najvažniji hormoni na osnovu kojih procenjujemo ovarijalnu rezervu odnosno okvirni broj jajnih ćelija bez kojih žena ne može ostati u drugom stanju. Može, naravno, i sa tuđom jajnom ćelijom, ali ako želi biološko dete, onda je neophodno da ima i dovoljan broj i kvalitet svojih jajnih ćelija. Drugog ili trećeg dana u menstruaciju određuju se folikulstimulirajući hormon i estradiol. Pored toga, radi se i antimilserilan hormon i inhibin B. To su sve testovi, uključujući i proveru štitaste žlezde, koji se tiču laboratorije, a na osnovu kojih možemo da kažemo kakav je hormonski profil pacijentkinje, analize se proširuju ukoliko se usput pojavljuju određena odstupanja.

Plodnost žene ne može se, međutim, procenjivati samo na osnovu laboratorije, već i na osnovu vaginalnog pregleda i ultrazvuka, koji se, takođe, radi u toku ciklusa. Ovim pregledom u menstruaciji procenjuje se koliki je broj folikula na svakom jajniku. To se zove AFC broj

antralnih folikula. Folikuli se na ultrazvuku vide kao male crne tačke od nekoliko milimetara. One su u stanju da pod dejstvom hormona porastu, posle čega pucaju i daju ovulaciju. To je najvažniji parametar na osnovu kog se procenjuje kakva je ovarijalna rezerva. Kada spojimo antralfolikaunt, ultrazvučni pregled uz laboratorijski pregled i ukalkulišemo životnu dob pacijentkinje, sa velikom sigurnošću možemo reći kolika je plodnost te žene. Trebalo bi imati u vidu da i drugi faktori mogu uticati na sposobnost nastanka trudnoće.

Osim rezultata ovih analiza, bitni preduslovi za trudnoću su i zdravlje žene, uredan nalaz u anatomiji materice, da je ona pravilnog oblika, da su jajovodi prohodni... Takođe, svaka žena mora da bude svesna da, sve što je starija, smanjuje se broj, ali isto tako i kvari kvalitet jajnih ćelija. Osim što stare uporedo sa ženom, jajne ćelije su i te kako podložne svim stresovima, prehladama, bolestima, lekovima, a na njihov kvalitet negativno utiču i način i stil života, a jedan od nepovoljnih faktora je duvanski dim.

Mehanizam kojim se može sprečiti biološko propadanje jajnih ćelija ne postoji. Kada žena uđe u smanjenu ovarijalnu rezervu, lekari joj

uglavnom daju pilule kao lek, ali ne kao lek da spreči opadanje broja jajnih ćelija nego on doprinosi tome da ona ima ciklus, da joj se nadoknade hormoni i da bi srce, mozak, koža fukncionisali prilagođeno njenim godinama.

Žena ne može sama da primeti da joj se jajne ćelije smanjuju. Kada taj broj bude već kritičniji, značajno manji, tada se to odražava na ciklus. Zabluda je da ako neko ima redovan menstrualni ciklus da je sve u redu sa hormonima. Redovan ciklus je dobar signal da je sve u redu. Ali, s druge strane, ne znači da žena sa redovnim menstruacijama ima uredan hormonski profil i dobru ovarijalnu rezervu. Kada se te menstruacije skrate na 21, 22 ili 23 dana ili preskaču svaki drugi, treći mesec, to je već znak da problem postoji.

Na osnovu svih analiza, može se zaključiti kakav je reproduktivan status žene. U slučaju žena koje su bez partnera i u tom trenutku ne razmišljaju o roditeljstvu, a kojima testovi pokazuju da imaju smanjen broj jajnih ćelija, postoji opcija da eventualno zamrzne svoj biološki materijal. Samim tim, kada jednog dana bude želela da rodi, ima šansu da odmrzavanjem svog biološkog materijala ostvari reprodukciju.



Nacionalni kol centar za zakazivanje pregleda kod lekara počeo sa radom

Ministarstvo zdravlja saopštilo je da je Nacionalni kol centar putem koga građani mogu da zakazuju pregled kod svog izabranog lekara, pedijatra, stomatologa ili ginekologa. Telefon Nacionalnog kol centra za zakazivanje pregleda u domovima zdravlja na teritoriji Srbije je 011-362-0000, a radno vreme centra je od 8 do 20 časova svakog radnog dana.

Ministarstvo je navelo da pozivanjem tog broja građani Srbije mogu na brz i jednostavan način da zakazuju pregled kod svog lekara. Kanali informatizacije i brojevi telefona zdravstvenih ustanova koji su se do sada koristili za zakazivanje pregleda ostaju u funkciji, ali je ministarstvo preporučilo da se koristi Nacionalni kol centar, koji je počeo da radi u okviru primene Integriranog zdravstvenog informacionog sistema.

Lakša zamena starih zdravstvenih knjižica

Ministarka za državnu upravu i lokalnu samoupravu Ana Brnabić najavila je da će građani od polovine novembra za zamenu zdravstvenih knjižica moći da se prijave preko E uprave.

"Rok je 31. decembar da se zamene stare zdravstvene knjižice. Evo nas skoro na početku novembra, a samo jedna trećina građana je to do sada završila. Nova Vlada Srbije, Ministarstvo za državnu upravu i lokalnu samoupravu i Ministarstvo zdravlja su izašli u susret građanima i zahteve za zamenu zdravstvenih knjižica stavili su u hitne prioritete u elektronsku upravu", rekla je Brnabić.

Ona je precizirala da će posao biti završen do sredine novembra i da će građani moći preko E uprave da podnesu zahtev za zamenu papirnih zdravstvenih knjižica karticama zdravstvenog osiguranja.

"Preko portala E uprava će elektronski moći da se prijave za zamenu zdravstvenih knjižica za nove kartice. Mi kao dva ministarstva apelujemo na građane da nema potrebe da čekaju u redovima i prave gužve na šalterima, da ćemo ovo obezbediti kao novu elektronsku uslugu", naglasila je ministarka. To je druga elektronska usluga koja se uvođi posle projekta "Bebo dobrodošla na svet", kojom se elektronski iz porodilišta omogućava prijava bebe, prijava prebivališta i dobijanje zdravstvene knjižice.



IAB konferencija Donacija odeljenju neonatologije

Interactive Advertising Bureau Serbia (IAB), udruženje koje se bavi pružanjem podrške rastu i razvoju tržišta digitalnog i interaktivnog marketinga u Srbiji, organizovalo je 15. decembra edukativnu IAB MIXX Konferenciju u Narodnom pozorištu.

Svojim učešćem, eksperti digitalnih medija i marketinga doprineli prikupljanju sredstava čiji je jedan deo usmeren na nabavku neophodne opreme za intenzivnu negu odeljenja neonatologije. Tona prilikom, obezbeđen je novac za kupovinu dve infuzione špic pumpe. Značaj opreme je veliki, imajući u vidu da se one koriste u svakodnevnom pedijatrijskom radu i omogućavaju kontinuirano i kontrolisano unošenje vode i elektrolita kao i intravesko aplikovanje lekova.

APOTEKA ODEON



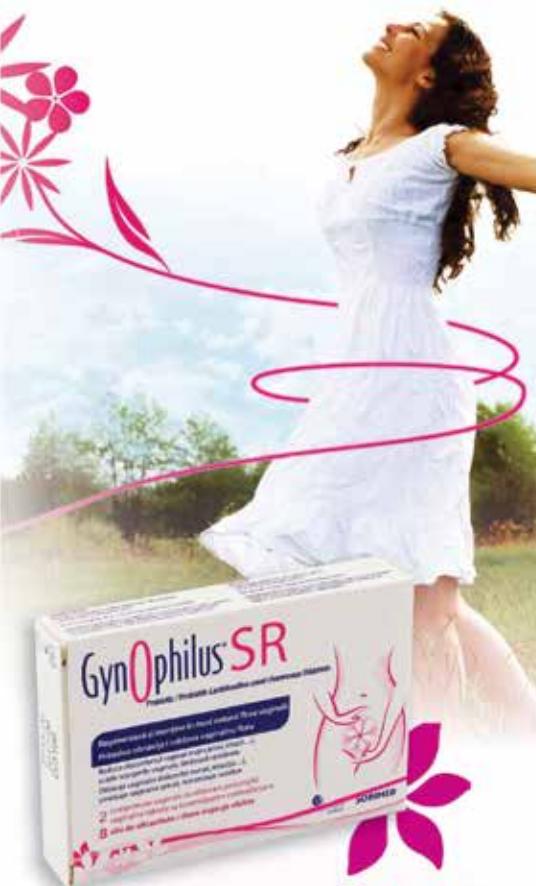
Kraljice Natalije 45, Beograd
+ 381 11 3610 272; +381 65 869 2674

- ✓ **IZDAJEMO LEKOVE I MEDICINSKA SREDSTVA NA VOJNI I CIVILNI RECEPT**
- ✓ **IZDAJEMO POTROŠNI MATERIJAL ZA INSULINSKU PUMPU**
- ✓ **STRUČNI SAVETI FARMACEUTA**
- ✓ **IZRADA MAGISTRALNIH LEKOVA**
- ✓ **MOGUĆNOST DOSTAVE NA POZIV**
- ✓ **POSEBNE POGODNOSTI UZ CONNECTURA KARTICU POVERENJA**



ConnectUr@ kontakt centar 0800/200 300
besplatan poziv

INOVATIVNA TERAPIJA SA SAMO 2 VAGINALETE!



Gynophilus® SR vaginalni probiotik

Prvi vaginalni probiotik sa produženim oslobođanjem za:
* regeneraciju vaginalne flore
* prevenciju ponavljanih vaginalnih infekcija

SODIMED
www.sodimed.eu



Više informacija potražite na zvaničnoj internet stranici Gynophilus-a:
www.vaginalneinfekcije.rs

Inkontinencija bešike nekontrolisano mokrenje



Prof dr Snežana Rakić
spec. ginekologije i akusertstva,
načelnik odjeljenja porodilišta,
vd. direktora klinike

Sa smetnjama povremenog „gubitka“ urina ili potpune nemogućnosti zadržavanja, susreću se mnogi. Inkontinencija ili nevoljno isticanje urina češće se javlja u poznjim godinama života, a od ovog neprijatnog problema više pate žene. Smatra se da gotovo 40 odsto žena ima neki tip nekontrolisanog mokrenja. Inkontinencija u velikoj meri utiče ne samo na zdravlje, već i na kvalitet života. Žene tada čak izbegavaju da izlaze iz kuće. Ako se javite lekaru čim uočite prve simptome, šanse za izlečenje su velike.

Nekontrolisano mokrenje ili inkontinencija je nevoljno ispuštanje urina tokom smejanja, kašljivanja, kijanja, podizanja teških stvari...S ovim problemom najčeće se suočavaju žene u zrelim godinama, a može da se javi i nakon porođaja. A što dovodi do inkontinencije? Konstitucija, trudnoća, porođaj, menopauza i fizički napor. Nošenje uložaka i pelena, čemu žene često pribegavaju, samo je trenutno rešenje, jer će urinare infekcije biti češće i praktiče ih neprijatan miris, a život će polako postajati nepodnošljiv.

Zato bi žene trebalo da shvate da ovo nije problem kojeg se treba stideti i da je za njih najbolje da potraže pomoć lekara čim uoče prve simptome. Što se pre jave, veće su šanse za potpuni oporavak. Nakon analiza i dijagnostike (ultrazvuk, ginekološki pregled, urodinamska dijagnostika) predlaže se način lečenja. Lečenje obuhvata i promenu životnih navika. Gojazne žene će smanjiti tegobe ako smršaju, a mogu da pomognu i vežbe za jačanje mišića karličnog dna, odnosno Kegelove vežbe, izbegavanje

IT oprema za GAK Narodni front



Uokviru akcije za obnovu porodilišta "Zajedno za bebe", koje su pokrenule Komercijalna banka i Fond B92, donirana je IT oprema porodilištu "Narodni front" u Beogradu. Opremu čine četiri kompjutera, štampača i čitača kartica, rekla je na konferenciji za novinare v. d. direktora GAK Narodni front Snežana Rakić. "Roditelji onog momenta kada se beba rodi, mogu da izvade sva lična dokumenta i da daju bebi ime u samom porodilištu", rekla je Rakićeva i dodala da je time pojednostavljen administrativni deo. Istakla je da je do sada praksa bila da se u opštinama privadi novorođeno dete, uz prisustvo oba roditelja, te da je plaćanjem administrativnih taksi i najmanje sedam sati slobodnog vremena ova roditelja oduzimalo dodatno vreme.

"Pojednostavili smo administrativne procedure, gde sada praktično na jednom mestu završavamo neke od bitnih dokumenata, izvod iz matične knjige rođenih, prebivalište i dobijanjem na kućnu adresu zdravstvene legitimacije, odnosno kartice", rekao je državni sekretar ministarstva zdravljia Berislav Vekić.

Iz fonda akcije "Zajedno za bebe", za projekat "Bebo, dobrodošla na svet", koji su pokrenuli Kabinet predsednika Vlade Republike Srbije i Ministarstvo državne uprave i lokalne samouprave izdvojeno je oko milion dinara i nabavljeno je ukupno 24 kompjutera, 24 čitača kartica i 16 štampača. Nabavljenoj opremom opremljeno je devet matičnih službi u sedam gradova (Beograd, Sremska Mitrovica, Niš, Jagodina, Užice, Sombor i Loznica), kao i 13 porodilišta u 13 gradova Srbije.



| DRŽITE SVAKU KAP
POD KONTROLOM

Doc. dr Svetlana Janković Ražnatović



Urinarna inkontinencija predstavlja svako nevoljno oticanje mokraće u bilo kojem životnom dobu i kao takva značajno utiče na kvalitet života. Razlikujemo nekoliko tipova inkontinencije od kojih je najčešća stres inkontinencija.

Po definiciji, stres inkontinencija predstavlja nevoljno oticanje mokraće prilikom porasta intraabdominalnog pritiska i naprezanja, pri kašlu, smejanju, dizanju tereta, trčanju... Ovaj poremećaj nastaje kao posledica oštećenja fascije između pubične kosti i grlića materice, zbog čega slabi potpora bešike i uretre. Rastezanje pubocervikalne fascije najčešće nastaje u trudnoći, pogotovo multipipnoj, za vreme porođaja (naročito ako se završava nekom akušerskom operacijom - forceps, vakum), u menopauzi zbog smanjenja estrogenog lučenja, kod gojaznih osoba ili zbog slabosti vezivnog tkiva. Međutim sva ta stanja su usko povezana i sa slabosću mišića karličnog dna. Zato je neophodno na vreme započeti sa preventivnim jačanjem i terapijom te grupe mišića, da bi se problemi inkontinencije i spada organa male karlice – materice, bešike i debelog creva sveli na najmanju moguću meru i prevenirali.

Poremećaj statike genitalnih organa pogoda 41-50% žena starosti preko 40 godina, značajno smanjuje kvalitet života i utiče na fizičko i psihičko zdravlje, obzirom da su tegobe kako funkcionalne, tako estetske i higijenske prirode. Taj problem je uvek aktuelan, nije jednostavan i lečenje mora biti adekvatno i pravovremeno. Važno je naglasiti da je fizikalna terapija mišića karličnog dna najvažnija početna terapija i da je treba dugo, pravilno i preventivno sprovoditi. Pokazalo se da je potrebno raditi na edukaciji žena o značaju stalnog pravilnog vežbanja mišića karličnog dna, kako bi se ublažili postojeći simptomi i postigli bolji rezultati.

Incovenal je prvi biljni preparat za ublažavanje simptoma stres urinarne inkontinencije i slabosti mišića karličnog dna kod žena, bez hormona i neželjenih efekata. U sastav ulaze ekstrakti semena bundeve, rastavića i lanenog semena, vitamini C i D3, magnezijum. Ekstrakt semena bundeve utiče na očuvanje nivoa testosterona



i potencirajući njegov efekat na mišiće karličnog dna i utiče na opuštanje glatkih mišića mokraće bešike. Eksakt rastavića ima antiupalno dejstvo. Lignani iz lanenog semena poseduju estrogena svojstva i mogu da doprinesu poboljšanju kvaliteta života u periodu menopauze.

Na osnovu multicentričnog ispitivanja sprovedenog u preko 20 centara, od marta do septembra 2015. godine, dokazana je klinička efikasnost na velikom broju slučajeva. Utvrđeno je subjektivno poboljšanje i smanjivanje tegoba kod pacijentkinja sa stres inkontinencijom blažeg stepena u oko 30 % slučajeva nakon tromesečne terapije. Ukoliko je udružena sa urgentnim mokrenjem, tokom celog dana urgentno mokrenje je smanjeno kod 40% žena, a tokom noći kod preko 60% pacijentkinja.

Prema preporukama iz istraživanja, terapija se uzima 2 puta dnevno tokom prve dve nedelje, nakon toga se nastavlja sa jednom tabletom dnevno. Može se koristiti duži vremenski period.

Uspeh lečenja zavisi od pravovremene dijagnostike i dobro odabranog načina lečenja. Terapiju uvek treba započeti dijetetskim merama i promenom životnih navika, uvođenjem suplemenata kao što je **Incovenal**, koji predstavlja dokazani nehormonski preparat bez neželjenih efekata. Fizikalnu terapiju i jačanje mišića karličnog dna treba sprovoditi i preventivno i udruženu sa ostalim načinima lečenja, jer se samo tako postižu i održavaju optimalni rezultati. Nakon fizikalne terapije uvodi se terapija različitim lekovima, koji se sa različitim uspehom koriste u lečenju urinarnih tegoba. Kao poslednje, ukoliko prethodne terapije ne budu efikasne, može se razmotriti operativno lečenje i nakon odgovarajuće dopunske dijagnostike odlučiti o vrsti hirurškog zahvata.

Savremenim dijagnostičkim i terapijskim postupcima, uz stalnu fizikalnu terapiju jačanja mišića karličnog dna, kao i uz dopinsku terapiju **Incovenal**-om postiže se optimalan efekat lečenja i osigurava kvalitetan život pacijentkinja.

Prenatalni razvoj - prevencija pre intervencije?

Ljubav se na mleko oslanja



Ksenija Vitić
dipl. psiholog, savetnik
sistemske porodične
psihoterapije
Centar za psihološku podršku
tretman edukaciju „Eqvita“

Stav prema trudnoći, emocionalno stanje majke, hrana koju unosi, korišćenje lekova i psihoaktivnih supstanci u trudnoći mogu znatno uticati na razvoj embriona i fetusa preko posteljice. Ženina osećanja i njeni stavovi prema trudnoći utiču na dobro stanje fetusa i nakon rođenja.

Istraživanja pokazuju da su podrška supružnika i drugih članova porodice, rešeno stambeno pitanje i stalno zaposlenje faktori koji ženi pružaju bazično osećanje sigurnosti i povećavaju izglede za rođenje zdrave bebe. Studija sprovedena tokom 60-tih dala je jasne dokaze o tome da negativi stavovi majke prema trudnoći mogu nepovoljno uticati na prenatalni razvoj rođenog deteta (David, 1981). Ova studija je pratila živote dece čije su majke ispoljile jak negativan stav prema trudnoći. Rezultati studije su pokazali da su neželjena deca bila lakša pri rođenju i zahtevala su više medicinske pomoći nego deca iz željenih trudnoća. Na kasnijem uzrastu, neželjena deca su imala više problema u školi, a kao tinejdžeri su se češće obraćali za psihološku pomoć. U kasnijem istraživanju (David i sar. 1988) upoređena su željena i neželjena deca u nekoliko evropskih zemalja. Utvrđeno je da su neželjena deca pod većim rizikom za pojavu različitih socijalnih i psiholoških disfunkcija, do zrelog doba i tokom njega. U te disfunkcije ubrajaju se nezadovoljstvo vlastitim socijalnim odnosima, poremećaji identiteta, problemi sa izgradnjom rodnih uloga, osećanje stida, krivice, sramote, povučenost, izolacija, socijalne fobije, problemi sa psihoaktivnim supstancama, čak i problemi sa zakonom.

Očekivano je da umerena količina stresa prati svaku trudnoću, kao osjetljiv prelazni period u kome se žena mora prilagoditi promenama i prihvati nove odgovornosti. U određenim životnim okolnostima, stres može biti pojačan. Istraživanja pokazuju da majka koja je pod stresom ili emocionalno uznemirena izlučuje hormone (kao što su adrenalin i kortizon) koji deluju na fetus preko posteljice i koji imaju merljive efekte na njegovu motornu aktivnost (Thompson, 1990). Kada je žena pod ekstremnim stresom tokom značajnog dela trudnoće, povećan je rizik za komplikacije poput pobačaja, dugog i bolnog porođaja ili preranog rođenja deteta (Blomberg, 1980). Takođe je veća verovatnoća da će se roditi dete koje je nervozno i hiperaktivno, koje ima probleme sa spavanjem, hranjenjem ili varenjem (Friedman i Sigman, 1980).

Ukoliko dođe do neželjene trudnoće ili neprihvatanja od strane partnera, kao i kada žena spozna da je u stanju povećane emocionalne uznemirenosti potrebno je na prvom mestu potražiti psihološku pomoć. U toku psihoterapije radi se na razrešenju dilema oko novonastale situacije. Psihoterapeutska podrška podrazumeva istraživanje osećanja vezanih za neželjenu trudnoću, prihvatanje ili neprihvatanje novonastale situacije. U savetodavnom razgovoru sa psihologom radi se na osnaživanju žene i pripremi na novu ulogu majke koja je očekuje kao i na širenju socijalne mreže podrške.

Brojna istraživanja pokazuju da majke koje jedu hranjivije namirnice imaju značajno zdravije bebe, odnosno da je ishrana majke važna za intelektualni razvoj, kao i za fizičko zdravlje deteta (Kopp, 1983). Deca koja su rođena neuhranjena često su ravnodušna, nervozna i neresponsivna (Zeskind i Ramzey, 1981), a ređe se, između njih i majki stvara obrazac sigurnog afektivnog vezivanja (Valenzuela, 1990).

Teratogeni su sredincki činoci koji mogu uzrokovati devijacije u prenatalnom razvoju i dovesti do ozbiljnih oštećenja, pa čak i smrti. Abnormalni razvoj prouzrokovani teratogenima može rezultirati deformacijama, zastojem u rastu, funkcionalnim poremećajima, poremećajima u ponašanju ili smrću deteta. Najčešći teratogeni su određeni lekovi, alkohol, droge i infekcije.

Uzimanjem nekih lekova u ranim fazama trudnoće može se desiti da se neka deca rode bez ekstremiteta ili sa nepotpuno razvijenim udovima (Persaud, 1977). Utvrđeno je da mnogi prepisani lekovi mogu izazvati poremećaje u razvoju organizma kao što su gubitak slухa, uticaj na rast kostiju, problemi sa disanjem, oštećenje srca i zastoj u rastu. Zbog toga se trudnicama savetuje da se pre uzimanja bilo kog leka savetuje sa lekarom.

Pušenje je takođe povezano sa zastojem u rastu i manjom telesnom težinom pri rođenju, zato što ono slablji funkcionišanje posteljice, posebno razmenu kiseonika (Bolton, 1983). Prema longitudinalnim istraživanjima, štetne posledice po telesnu visinu i kognitivne sposobnosti (čitanje, rešavanje jezičkih zadataka, problemi sa pažnjom) mogu se održati sve do rane adolescencije (Fogelman, 1980; Fried i sar., 1992).

Alkohol je najčešće zloupotrebljavana supstanca. Istraživanja pokazuju da deca majki koje su bile alkoholičarke tokom trudnoće imaju 30% šanse da obole od fetalnog alkoholnog sindroma koji uključuje: abnormalno malu glavu (mikrocefalija) i nerazvijen mozak, poremećaje oka, kongenitalne srčane bolesti, anomalije zglobova i nepravilnosti lica. Fizički rast i mentalni razvoj ove dece najčešće zaostaju tokom detinjstva, a može doći i do oštećenja mozga i srca, kao i do ometenosti u intelektualnom funkcionisanju (Hanson i sar., 1978).

S obzirom na moguće rizike, zdravstveni radnici savetuju ženama da prestanu sa pićem pre nego što zatrudne ili pošto saznaju da su trudne.

Kokain brzo stvara zavisnost kod majki, a ima niz razaračućih efekata na fetus, uključujući spontani pobačaj ili srčani udar. Majke zavisne od kokaina rađaju bebe koje su nervozne, pretero reaguju na stimulacije i imaju lošu motornu koordinaciju. Ovi efekti održavaju se i nekoliko meseci nakon rođenja. Majke zavisne od metadona ili heroina rađaju bebe koje su i same zavisne, pa im se moraju davati narkotici ubrzo nakon rođenja kako ne bi ispoljile čestu apstinencijalnu krizu (odbijanje hrane, plać, razdražljivost, bolovi, teško se umiruju). Ove bebe su često nedonoščad, nedovoljne telesne težine, imaju kompromitovani imunološki sistem, podložne su respiratornim infekcijama, hipersenzitivne su na dodir. Imaju dva puta veću verovatnoću da umru ubrzo nakon rođenja u odnosu na bebe majki istog socioekonomskog statusa koje nisu zavisne od droga (Bolton, 1983).

Novorođenčad, čije su majke heroinске zavisnice, su u povećanom riziku od razvojnih anomalija. Lekari ovaj termin koriste kako bi opisali fizičke malformacije koje su prisutne kod novorođenčeta u trenutku rođenja. Sa jedne strane, sam heroin može proizvesti čelijske promene kod fetusa koje utiču na nastanak urođenih mana, dok sa druge strane do nastanka urođenih mana dovodi i sam način života majke koja je zavisnica od heroina, tako što ne unosi odgovarajuće hranljive sastojke koji su neophodni za pravilan razvoj ploda. Takođe, doza heroina može se uzeti pomešana sa nekom drugom supstancom, što uzrokuje nastanak anomalija kod fetusa koji se razvija. Ukoliko su roditelji intravenski korisnici PAS najčešće se dešava da novorođenčad bude suspektna na HCV i HIV.

Najčešće posledice koje se mogu sresti u praksi su poremećaj pažnje, kognitivni deficit, manjak samokontrole, nezadovoljstvo, depresija, nizak prag tolerancije na frustraciju, mogući poremećaji u afektivnom vezivanju (ambivalentni i izbegavajući tip emocionalne privrženosti). Sve ovo znatno može uticati na dalji razvoj deteta što se manifestuje kroz nisko samopouzdanje, povučenost u sebe, teškoće u postavljanju granica i u prihvatanju pravila, poremećaj pažnje sa hiperaktivnošću (ADHD), poremećaj u ponašanju i poremećaj iz emocionalnog spektra. Sve navedeno može uticati na dalje funkcionisanje u socijalnim relacijama, teškoće u emocionalnom vezivanju, razvijanje socijalnih fobija i slično.

Impamil

Vam želi srećnu i uspešnu
Novu 2017. godinu!



www.impamil.rs



Budućnost
vašeg deteta
počinje danas



Generalni zastupnik i uvoznik za Srbiju:

KIBID d.o.o. Beograd, Srbija 11080 Zemun, Autoput za Novi Sad 152

TEL: (011) 2198-241 • FAX: (011) 2198-235 • MEDICINSKA INFO-LINIJA: 0800 250 005

E-MAIL: kibidmed@kibid.rs • www.kibid.rs • www.aptaclub.rs • [f aptaclubsrbsr](https://www.facebook.com/ptaclubsrbsr)



Surfaktant - čudotvorni lek



Dr Tatjana Macut,
specijalista pedijatrije

Rođeni pre vremena imaju svoj dan - 17. novembar. Kao i svake godine u celom svetu, tog dana se obeležava Svetski dan prevremenih rođenih dece i na svim odeljenjima neonatologije okače simboli malih junaka, deset čarapica od kojih je jedna majušna. Baš tako, svaka deseta beba rodi se pre navršenih 37 gestacionih nedelja. Po rođenju prevremenih rođenih decu čeka niz izazova. Prvi na tom putu je razvoj akutne plućne bolesti novorođenčeta - Respiratornog distres sindroma (RDS-a), uzrokovani nedostatkom surfaktanta. Karakteriše ga plućna insuficijencija koja nastaje u prvih 4-6 časova života.

Dok se beba nalazi u stomaku njena pluća su ispunjena tečnošću. Po rođenju, tečnost se apsorbuje, a pluća ispunjavaju vazduhom. Kako tečnost napušta pluća, krajnji disajni putevi, alveole teže da kolabiraju. SURFAKTANT oblaže alveole i sprečava kolaps pluća i na taj način omogućava normalnu razmenu gasova. Avgusta 1963. nakon 39h ugasio se život prevremenog rođene bebe koja se zvala Patrick Kennedy. Patrick je rođen u 34 GN, bio je težak 2.100 grama, ali je ubzo po rođenju razvio Respiratorični distres sindrom. U istom periodu kanadski lekari su spasili uz pomoć ventilatora bebu rođenu u 34 GN, ali malom Patriku, iako je bio dete tadašnjeg predsednika SAD nije bilo pomoći. To je bila bitka koja bi danas zasigurno imala drugačiji tok i ishod. Nakon ovog tragičnog događaja počinju ozbiljna istraživanja u neonatologiji koja su rezultovala revolucionarnim otkrićima. Krajem tridesetih godina prošlog veka, Kurt von Neergaard je ukazao na postojanje surfaktanta. Šezdesetih godina prošlog veka kreću obimna istraživanja te američki lekari Avery i Mead ukazuju da je odsustvo surfaktanta u plućima odgovorno za nastanak RDS-a. Tokom 1970-te Goran Enhörning i Bengt Robertson

prikazali su efektivnost surfaktanta prirodnog porekla koji sadrži proteine u animalnim modelima. Konačno, 1980-te Testuro Fujiwara je objavio rad u kome je prikazao rezultate lečenja desetoro prevremenih rođenih dece sa RDS-om sa prirodnim, govedim surfaktantom. Naredne godine predstavljaju ubrzan razvoj i procvat neonatologije. Surfaktant postaje deo standardne terapije prevremenih rođenih dece. Iako postoje dve vrste surfaktanta, prirodnih i sintetskih, prednost se daje prirodnim preparatima, a težnja istraživača usmerava ka pronalašku "idealnog" sintetskog preparata. Prirojni preparat može biti svinjskog ili govedeg porekla. Surfaktant je moguće primeniti isključivo na dobro opremljenim odeljenjima Neonatalne intenzivne nege. Aplikaciju surfaktanta kroz endotrakealni tubus obavlja lekar, pedijatar, neonatolog posebno edukovan za ovu metodu. U našoj zemlji surfaktant se primenjuje počev od 2001. godine. Koristimo prirodnji preparat svinjskog porekla pod komercijalnim nazivom Curosurf. U toku 2015. godine u GAK Narodni front skoro 100 prevremenih rođenih beba je lečeno primenom ovog preparata.



Babybrezza- uređaj za automatsku pripremu mleka u prahu

Dozira i ravnometerno meša mleko za bebe u prahu i vodu, zagreva na optimalnu temperaturu majčinog melka za svega 12 sekundi



Noona- krevetka,krevetac,krevet

Noona krevetka,krevetac krevet od 0m do 10 godina je krevet koji raste sa vašim detetom.

Brinemo o najmlađima

care



Drage mame i tate,

Predstavljamo vam proizvode brenda Care koji ispunjavaju osetljive potrebe vaše bebe. Svi proizvodi napravljeni su od visoko kvalitetnih i pažljivo ispitanih sirovina i sastojaka. Sa Care proizvodima vaši najmlađi će se osećati sigurno i bezbjedno.



Zašto baš Care pelene?



Anatomski oblikovano jezgro omogućava bebi da se nesmetano kreće



Elastične trake (rastepljiva krilca) dopuštaju peleni da se prilagodi bebinom telu



Središnji deo pelena je prirodno izbeljen bez dodatog hlor-a



Dodatni sloj u peleni zadržava tečnost i sprečava da vlaga dopre do dečje kože



MAXI



Tempo

TEMPO
express



SHOP&GO

Nega bebe zimi



Roditelji beba rođenih u zimu suočavaju se sa brojnim nedoumicama: kada i kako izvesti bebu prvi put napolje, da li je dovoljno toplo u domu, da li je vazduh previše suv, kako zaštiti novorođenče od virusa?!

Prva šetnja bebe zimi

Da biste krenuli u šetnju zimi, poželjno je sačekati da se beba adaptira na spoljnju sredinu i izvesti je tek kada napuni mesec dana. Podrazumeva se da je potrebno da ovako dugo čekate samo ako su temperature ispod 0 stepeni konstantno. Najbolje bi bilo, da je moguće da to bude miran dan, bez vетра i sa malo sunca.

Idealan trenutak za prvu šetnju bebe se smatra momenat kad je bebi otpao pupak i kada je toplije vreme. Nekoj bebi se to dogodi već posle 3, dok druge moraju da čekaju i desetak dana. Prvo ih možete izvesti na terasu, ispred kuće ili u dvorište, a onda postepeno povećavati vreme. Prvu šetnju ograničite na 15 minuta, a svakog narednog dana povećavajte za po 5 minuta. Šetnja će bebi prijati da bolje spava i ima apetit. Bebu za izlazak obucite slojевито. Najpogodniji izolator je nekoliko tankih slojeva odeće. Potrebno je bebu i dodatno utopliti do trećeg meseca, jer one još uvek nemaju dobru termoregulaciju.

Beba se može izvoditi do temperature koja iznosi -10 stepeni. Ukoliko je niža, bilo bi dobro da odložite izlazak. Takođe, ibegavajte da izvodite bebu ukoliko duva jak vetar, pada kiša ili sneg i posebno ako je magla.

Bebu za izlazak obucite slojевито. Najpogodniji izolator je nekoliko tankih slojeva odeće. Potrebno je bebu i dodatno utopliti do trećeg meseca, jer one još uvek nemaju dobru termoregulaciju.

Ukoliko vreme ne dozvoljava izlazak, trudite se da što češće provetrvate prostorije u kojima beba boravi.

Beba i suv vazduh

Zimi je u većini stanova suv vazduh. Deca koja borave u takvom prostoru imaju sklonost isušivanja kože, koja postaje suva, crvenkasta i počinje da se peruta.

Suva sluzokoža nosa prouzrokuje smanjenu otpornost na prehlade.

Temperatura vazduha ne bi trebala prelaziti 22 stepena danju i 18 stepeni noću. Na radijatorima ili peći obavezno držite posude sa vodom ili obezbedite električni osveživač vazduha.

Vodite računa da svakodnevno, čak i više puta dnevno, a posebno u vreme prehlade, čistite fiziološkim rastvorom bebine oči i nosić. Ušni kanal čistite uvijenom maramicom ili vrhom peškira umočenim u toplu vodu.

Inhalatori

Kompletan assortiman kompresorskih inhalatora za bržu i efikasniju terapiju.

Njihova kompaktnost i jednostavnost upotrebe omogućava korišćenje od strane cele porodice, kako dece tako i odraslih.



Air Family Aerosol
Therapy Equipment



Mr. Hippo Aerosol
Therapy Equipment



Mr. Carrot Aerosol
Therapy Pinston Device

www.picsolution.rs

PRE UPOTREBE DETALJNO PROUČITI UPUTSTVO!

O indikacijama, merama opreza i neželjenim reakcijama na medicinsko sredstvo
posavetujte se sa lekarom ili farmaceutom



Dojenje, najbolji izbor za Vas i Vašu bebu!

Da li ste znali da su prednosti dojenja brojne, kako za bebu, tako i za majku? U majčinom mleku su bitni sastojci koji su potrebni za normalan rast i razvoj deteta (sadržaj šećera, lako svarljivih belančevina, masti, vitamina, minerala, enzima). Zbog svog sastava, majčino mleko je prirodna zaštita protiv infekcija i bolesti a istovremeno je i mnogo lakše za varenje od bilo koje druge formule - adaptiranog mleka.

Ukoliko Vaša beba odbija da sisa, prikupljajte Vaše mleko ručnim izmlazanjem ili pumpicom za izmlazanje. Na ovaj način ćete isprazniti grudi i samim tim stimulisati laktaciju, a mleko možete držati u specijalnim kontejnerima *kesicama za skladištenje. Sakupljeno mleko će biti spremno, a Vaša beba ga može koristiti u Vašem odsustvu.

Kako ste se opuštali pre nego što ste rodili bebu? A sada? Pumpica za izmazanje **Philips Avent Natural** je osmišljena da pruži maksimalnu sigurnost i pomogne da ostanete u udobnom položaju prilikom procesa prikupljanja mleka. Bez obzira koju pumpicu koristite, manuelnu ili električnu, možete da sedite u udobnom položaju, bez potrebe da se naginjate napred, samim tim se otklanja šansa pojave bolova u ledjima i olakšava se protok mleka. Mleko teče sa lakoćom direktno u bocu, čak i kada pravo sedite. Štavise, jastuće koje je u direktnom kontaktu sa kožom ima lepu teksturu sa nežnim latica koje masiraju, kopirajući pokrete bebe, stimulišući protok mleka.

U trenutku dojenja, potrebno je da se opustite i uživate zajedno sa Vašom bebom u ovom posebnom trenutku. **Od ključnog značaja je da se pronađe udoban položaj mame i bebe.**



Pozicije za lakše dojenje



Dojenje u naručju

Vaša beba treba da bude okrenuta prema vama – "pupak na pupak". Beba Vam leži na ruci, na istoj strani na kojoj se nalazi dojka iz koje hranite bebu.



Dojenje u naručju – Ukršteno

Mama drži bebu na jednoj ruci, a beba sisa suprotnu dojku. Uverite se da vaša beba leži licem okrenutim vama pozicija – "pupak na pupak". Svojom slobodnom rukom ćete pridržati vrat, ostavljajući bebinu glavu slobodnu tako da može da je pomeri kad god oseti potrebu.



Dojenje u naručju – ispod ruke (pazuha)

U ovom položaju majka drži bebu ispod ruke, na istoj strani na kojoj se nalazi dojka iz koje se beba hrani.



Dojenje u naručju – ležeći

Udobno ležite licem u lice sa vašom bebom.

Chicco baby moments

kozmetika za bebe koju preporučuje Udruženje pedijatara Srbije

Kako bi se zadovoljili svi zahtevi u nezi, prestižni brend Chicco nudi liniju kozmetike Baby Moments za svakodnevnu negu osetljive i nežne bebine kože, počev od prvog dana. Uz kupke i šamponе iz Baby Moments linije vreme kupanja će postati najlepši deo dana, a negu nakon kupanja posebnom će učiniti losioni, kreme za lice i ulja. Sa proizvodima za negu pri presvlačenju, maramicama, kremom protiv ojeda i puderom, svakodnevna obaveza pretvara se u pravo uživanje.

Formule na bazi prirodnih sastojaka, bademovog mleka, ulja pirinčanih klica, ekstrakta ovsu, dubinski hrane i neguju kožu novorođenčeta, i ne izazivaju iritacije i crvenilo.

Baby Moments poštjuje fiziologiju bebine kože i ne sadrži štetni konzervans paraben, štetne hemikalije, alkohol (osim toaletne vode) i veštačke boje. Svi proizvodi iz kolekcije Chicco Baby Moments hipoalergenski i dermatološki su testirani i pogodni za negu kože od prvog bebinog dana.

Svaki dan je prepun jedinstvenih, neponovljivih i divnih trenutaka uz Chicco Baby Moments.



Chicco farma koja govori

savršena igračka

Chicco farma koja govori poučna je interaktivna igračka. Ona na najlepši način, kroz igru, pomaže mališanu da uči i upozna se sa prvim rečima, brojevima od jedan do 10, imenima životinja i glasovima kojima se oglašavaju. Sadrži 50 reči, pitanja i izraza, melodiju i glasova - sve to na dva jezika, srpskom i engleskom.

Igračka sadrži tri interaktivna modela za unapređenje govora kroz igru, po principu pitanje i odgovor. Počevši od prvog, svaki naredni nivo je teži i zahtevniji, pa mališan postepeno uči i razvija govorne i memorijske sposobnosti.

Osam pesmica praćenih svetlosnim efektima učiniće da Chicco farma postane omiljena igračka svakog mališana.

Chicco farma koja govori namenjena je mališanima starijim od godinu dana.



uvek uz dete



Trio Sprint



Ako se voziš sa mamom, ili te tata nosi, živi od rođenja sa vетром u kosii!
Trio sistem je sve što vam treba, od prvog dana do prvog koraka!



Kolica



Nosička



Auto-sedište



Torba



Dunjica



Zaštita za kišu

39.990 RSD

Cena važi u Aksa Kids Mega Store prodavnicama.

aksā
KidsMegaStore

chicco
uvek uz dete

Proizvode možete naći u
Aksa Kids Mega Store prodavnicama

Chicco Srbija

Muzika u prvim mesecima života bebe

Ponekad proces vezivanja (engl.bonding) ume i da zakasni ili da bude narušen usled različitih objektivnih razloga kao što je baby blues, posnatalne depresije, hospitalizacije bebe ili majke, stresnog postnatalnog perioda, iscrpljenosti, trenutne emocionalne labilnosti ili krize. U takvim situacijama muzika, takođe može naći svoju primenu, ali sa drugom namerom, jasnim ciljem i tada je potreban angažman muzikoterapeuta. Muzikoterapija je naučna disciplina gde se koristi muzika/zvuk, ali u terapeutске svrhe. Primenjuje je isključivo muzikoterapeut sa završenom edukacijom, koristeći tehnike potvrđenog u praksi, a koja su prihvaćene u svetu.

Poslednjih godina sve više istraživanja potvrđuje da je za uspešan emocionalni i socijalni razvoj dece neophodna svesna i puna interakcija roditelj/dete i to pogotovo u prvim godinama života. Ta aktivna interakcija može npr. da bude masiranje, nošenje, čitanje, pevanje, ples, igra... Mi ćemo se u ovom tekstu pozabaviti malo muzikom te njenim uticajem na rani odnos roditelj-dete. No kako bi smo bolje razumeli kako to muzika deluje na bebe, celokupan interaktivni odnos mama beba upoznaćemo vas sa nekoliko važnih činjenica.

Kako bismo razumeli uticaj muzike na bebe osvrnućemo se kratko na prenatalni period koji ne bismo trebali zanemarivati ni u slučaju muzike/zvuka, jer tu dosta toga počinje. Poznata je činjenica da već početkom 5 meseca intrauterinog života, bebe mogu da čuju, no pored toga što čuju, one i osećaju, ali počinju i da uče. Da, dobro ste čuli. Sve su to temelji i ujedno početci „muzikalnosti“. E sad ako se vratimo na period po rođenju i uzmememo i pomenući prenatalni period u obzir možemo reći da bebe dolaze na svet donekle muzički „opremljene“. Beba sluša mamino srce, disanje, zvuk drugih organa, njen glas, zvukove iz spoljne sredine, doduše malo izmenjene, ali ipak ih čuje. Sada kada ovo znamo možemo da zaključimo da bebe ne samo što reaguju već mogu puno toga i da dobiju muzikom. Mnoge studije su potvrdile iznenađujuće aspekte ranog muzičkog kapaciteta kod beba. Beba razlikuje elemente kao što su ritam, visina i melodija. Upravo razvijajući ove muzičke elemente, bebe koriste znanje i na taj način uče o svetu koji ih okružuje. Pored toga uticaj muzike ogleda se i u stimulaciji rasta moždanih struktura i

konektivnosti mnogih moždanih područja tako da rana stimulacija, pažljivo odabranih i prilagođenih muzičkih aktivnosti itekako ima uticaj na razvoj mozga ukoliko govorimo o prvoj godini, ali naravno i kasnije. Postoje i dokazi da bebe više vole muziku od govora, kao i da najviše vole majčin glas i njeno pevanje, pre nego li direktni govor. Prisutnost te komunikacijske muzikalnosti može biti divan način da obe strane izraže i razmene informacije, te prenesu i razumeju emocionalne poruke i stanja, što predstavlja fundament između ostalog i u jačanju vezivanja (eng. bonding). Nisu li ovo dovoljni razlozi da muziciramo sa svojom bebom još od prvih meseci?

Jedan od programa koji se upravo bavi ovim aspektima i njihovom primenom unutar odnosa roditelj/dete jeste muzički program za bebe (Musica Baby Bonding©), autorke Orly Zalel.

Ukratko, program se zasniva na muzičkoj konektivnosti koji podržava bebine komunikacijske veštine kao i njihovo razvojno putovanje od prvog dana. Vizuelni kontakt, kontakt glasom, zvučni kontakt, kontakt pokretom i dodirom, primenjen kroz muzičke aktivnosti, ima veliku snagu, a ujedno su i lakše prihvativiji za bebe. Obostrano gledano, stvara se muzička veza između majke i bebe, a koju tokom časova, muzičkog programa za bebe, učimo, pojačavamo i osveštavamo.

Kako kurs izgleda?

Putem ovog zabavno-praktičnog kursa, prate se roditelji na svom putovanju povezivanja sa svojim novorođenim mališanim u prvim mesecima života. Prednost ovog programa je u tome što može da se primeni rano, a svi znamo da beba brzo rastu i nema se puno vremena. Kurs može da se radi sa manjom grupom mama i beba ali i individualno. Dinamika je nešto drugačija kada se radi sa grupom ili individualno. Časovi se odvijaju u mirnom okruženju i protočnog su karaktera. Namjenjen je svim roditeljima beba uzrasta od 0 do propuzavanja, obzirom da bebe tад ulaze u drugu fazu razvoja. Kroz nekoliko susreta, zajedno sa instruktorom, mame sa bebama, uče prilagođene muzičke aktivnosti pevanja, sviranja i plesanja. Takođe na kursu učimo kad, koliko i kad je najbolje muzicirati sa bebama.

Muzičke aktivnosti koje se postepeno uvode imaju određenu struktur. Bitan segment ovog kursa odnosi se na pevanje. Veliki broj ljudi odbija da peva misleći da nisu talentovani ili se srame, međutim u ovom programu to nije prepreka. Vašem detetu najlepši glas upravo jeste Vaš i tu staje svaka priča. Zašto je pevanje bitno govori i činjenica da je u preverbalnoj fazi ono esencijalni preduslov za kasniju emocionalnu stabilnost, zatim da podržava sticanje jezika i podstiče razvojgovorakod dece. Gde je pevanje tu je i slušanje. Istraživanja su pokazala da veoma male bebe slušaju pažljivo interesantne glasove i zvukove i da ono predstavlja osnovu za razvoj i učenje komunikacijskih veština. Pored pevanja na kursu sviramo i interesantne instrumenate. Kolekcija perkusionih instrumenata, koju koristimo, razvojno prati dete i u skladu sa tim se i uključuju. To nisu igračke već pravi muzički instrumenti, dizajnirani za bebe i napravljeni od isključivo prirodnih materijala koji daju posebnu stimulaciju bebi kao i poseban zvučni ugodađaj.

U toku kursa takođe koristimo i ples i kretanje uz određene muzičke numere, ali i različita pomoćna sredstva poput igračaka, transparentnih šalova, ogledala, tela. Sve aktivnosti su poprilično aktívne i traže visok stepen pažnje.

Da zaključimo. Tokom kursa roditelj će moći da nauče kako da se usklade sa svojom bebom i signalima koje mu ona šalje kao i da razume njene potrebe opservacijom, zatim naučiće različite, podesive, aktivnosti da bi povećao bebine komunikacijske, motorne, kognitivne i emocionalne sposobnosti i razviće veće komunikacijske veštine sa svojom bebom kroz pevanje, plesanje i sviranje instrumenata.

Celi program ima za cilj da pruži holistički muzički interaktivni vodič i da se, po završetku istog, nastavi primenjivati kući. Mnoge mame i bebe prošle su ovo lepo muzičko putovanje na kome su se uverile da muziciranje od prvih meseci ume da bude itekako zabavno i korisno.

Tekst pripremila:
Milijana Majstorović Kožul
Defektolog, muzikoterapeut
Musical baby bonding instruktur
IAIM instruktur za masažu beba
www.synchronylab.com



NOVO

Lactil®



Lactil® je dodatak ishrani u obliku kapsula koji sadrži ekstrakte organski uzgojenog komorača i anisa.

Lactil® pospešuje proizvodnju majčinog mleka tokom perioda laktacije i olakšava varenje kod beba. Takođe, podstiče bebe na sisanje, dajući mleku priјatan ukus. Zahvaljujući njegovom prirodnom sastavu, možete bezbrižno da dojite bebu i ne brinete za njen stomačić.

Uzimaju se dve kapsule dnevno,
jedna ujutru i jedna uveče,
sa velikom čašom vode.



ewopharma +

SREĆNI PRAZNICI!



Humana

Generalni zastupnik:
PharmaSwiss -Valeant, Batajnički drum 5A, 11080 Beograd, Srbija
Humana GmbH, Bielefelder Straße 66, 32051 Herford, Germany

www.humana-baby.rs Humana Srbija

 **PHARMASWISS**
A Valeant Pharmaceuticals International, Inc. company

Voljene bebe su srećne bebe

Dok učite kako biti roditelj i voleti dete, učite voleti i poštovati sami sebe. Dajući život detetu, pružajući mu ljubav, obogaćujete na neki način svoj sopstveni život i dajete mu smisao.

Vaša ljubav prema detetu, bez obzira na to kojom se brzinom u vama budi, izvor je i garancija detetove dobrobiti, kao i njegovog pravilnog telesnog i duševnog razvoja. Upravo je zato jedna od najvažnijih roditeljskih uloga da svojim ponašanjem u dete uliju osećaj da je voljeno i zbrinuto.

Važno je da oseti i razume da ga volite i da ima vašu pažnju, bez obzira na to kakvi sukobi možda nastanu između roditelja. Jedino uz taj uslov mogu se razvijati svi njegovi potencijali, njegov psihički mir.

Mnogi roditelji smatraju da pokazivanje nežnosti prema bebi može dovesti do njegove razmaženosti, zbog koje će oni kao roditelji posle imati problema s autoritetom ili će dete postati egoistično. Naprotiv, te negativne karakterne crte niču upravo zbog nedostatka ljubavi i nedovoljno emocionalnog kontakta s roditeljima.

Dete mora osjetiti da je iskreno voljeno, a takvom se ljubavlju neće razmaziti u negativnom smislu. Zato, ne štedite svoje emocije, a ako ih sami niste bili uvek spremni otvoreno pokazivati zbog sopstvenih shvatanja koja su vam tokom života usadili, vreme je da to svesno promenite.

Osnova poverenja

Ljubav prema novorođenčetu potrebna je kako bi ono uspešno prebrodilo sve prepreke i boli koje se mogu pojaviti tokom osetljive prve godine života. Tada se u njegovoj psihi oblikuju osnove poverenja prema svetu. To je moćan temelj odnosa prema sebi i odnosa prema drugima. Psiholozi smatraju da se poverenje stvara ako je dete okruženo pažnjom, brigom i ljubavlju. Na temelju poverenja u roditelje i svet oko sebe dete će kasnije u životu stvoriti pozitivan odnos prema sebi (voljen sam, što znači da sam dobar), samopouzdanje, sposobnost da pravilno procenjuje svoje sposobnosti, inicijativu, znatiželju. Prema drugim će se ljudima odnositi ljubazno, sa simpatijom i zanimanjem.

Ako u detetu ne postoji osnovno poverenje

prema svetu, ono će se i prema sebi samome odnositi loše. Odrašće u osobu koja je većinu vremena zabrinuta, nesigurna, agresivna, tvrdoglavna, netolerantna... Ta će osoba prema drugim ljudima biti nepoverljiva, uplašena, svojeglava, svadljiva. Izbegnite mogućnost da se vaše predivno dete razvije u takvu osobu punu negativnih emocija i omogućite mu da diše "punim plućima". To ne znači da ga čuvate pod "staklenim zvonom", nego da budete uz njega i u najlepšim, ali i u najtežim trenucima njegovog odrastanja. Budite sigurni da će vas ono zbog toga višestruko nagraditi i ispuniti vam život radošću.

Montesori metoda vaspitanja: Samostalni od malih nogu

Više od 100 godina, prvo u Italiji a zatim širom Evrope i u Americi, primenjuje se posebna, tzv. Montesori metoda vaspitanja i obrazovanja dece i mladih. Po ovoj pedagogiji, koju je početkom prošlog veka osmisnila italijanska lekarka Marija Montesori, smatra se da je svako dete po prirodi dobro i da ima potencijal da postane najbolji predstavnik ljudske vrste. Da bi se potencijali koje svaki mališan poseduje razvili, neophodno je praktično od rođenja negovati ih i podsticati dečju individualnost i samostalnost.

Kada se dete nečim bavi, ne treba ga prekidati, a kada mu se nešto priča, ne treba ispričati sve, već ostaviti da i samo nešto otkrije.

Nek se kreću slobodno

Da bi se pravilno fizički razvijali, mališanima treba obezbediti slobodu kretanja, a to znači pustiti ih da do mile volje puze, uspravljaju se, hodaju... U stolicama za hranjenje, dupkovima, krevecima, kolicima i ogradicama treba da provode što manje vremena. Detetu, počev od malih nogu, treba davati razne predmete shodno njegovom uzrastu, koje će da ređa, ubacuje ih, izbacuje, nosi, vraća...

Uključite ih u kućne aktivnosti

Kako bi se negovala i podsticala samostalnost, dete treba što je ranije moguće samo da se hrani, oblači, brine o svojim stvarima. Već od godinu dana ono može da se uključi u sitne kućne poslove, recimo da se nauči da baci otpatke u kantu za smeće, a od treće godine i da samo opere neki sud koji nije težak i lako lomljiv. Tako se pomaže razvoju njihove motorike i radnih navika.

Ne tepajte

Pravilnom razvoju govora kod dece pomaže se, između ostalog, i tako što se detetu obraćamo jasnim i razumljivim govorom, bez tepanja i imitiranja njegovog još nerazvijenog govora. Prvu reč dete izgovara sa oko 12 meseci, a oko druge godine već treba da vlada velikim brojem reči i sklapa rečenice. Bilo kakvo odstupanje od ovog optimalnog razvoja znak je za uzbunu. Za razvoj govora dobro je da deca slušaju muziku, kako dečju tako i klasičnu, ali i da nekada u kući bude tišina.

Treća godina prekretnica

Više od 50 odsto dečje inteligencije razvije se do četvrte godine. Zato u tom periodu dete treba pustiti da slobodno istražuje čulima, dakle, da gleda šta mu se gleda, dodiruje predmete, sluša zvuke...

Bolje je da ima nekoliko drvenih didaktičkih igračaka i kocki za slaganje nego okružiti ga gomilom igračaka sa kojima ne zna šta bi.

Kada se dete nečim bavi, ne treba ga prekidati, a kada mu se nešto priča, ne treba ispričati sve, već ostaviti da i samo nešto otkrije.

Roditelji bi trebalo da znaju da dete mlađe od tri godine nema kapacitet da posluša odraslog, a da se tek posle trećeg rođendana kod njega izgrađuju volja i disciplina. Treća godina svojevrsna je prekretnica i u socijalnom razvoju. Do tada je dete usmereno na sopstveni razvoj i ne treba od njega očekivati da deli igračke sa drugom decom. Jer, tek od treće godine ono svesno gradi socijalne odnose s okolinom, koji će sigurno biti bolji ako je majka bila pažljiva prema detetu u prvim mesecima njegovog života.



Predstavljamo vam...

Odeljenje dnevne bolnice

Naćelnik:

prof. dr Ana Jovanović

Glavna sestra:

VMS Jasmina Jovanović

Odsek za prekid trudnoće – šef odseka:

dr Sonja Lubardić Savić

Odsek za invazivnu dijagnostiku – šef odseka:

dr Tomislav Paunović

Odeljenje dnevne bolnice Ginekološko akušerske klinike „Narodni front“ predstavlja jedno od odeljenja po kojem je naša klinika prepoznata i čuvana ne samo u Srbiji, već i u regionu. Odeljenje je u sadašnjem organizacionom sastavu osnovao pokojni prim. dr Spaso Andelić 2002. godine, a od 2013. godine načelnik odeljenja je prof. dr Ana Jovanović. Odeljenje kontinuirano radi na unapredjenju usluga i uvođenju novih i savremenih dijagnostičkih i terapijskih procedura. Uprkos kapacitetu koji je ostao isti, u poslednjih nekoliko godina povećan je broj ambulantnih dijagnostičkih procedura, a takođe i broj intervencija.

Sve veće potrebe pacijenata za brzom dijagnostikom i jednokratnom i brzom intervencijom koja ne uključuje prijem na bolničko lečenje, kao i potreba za racionalnim pristupom u korišćenju bolničkih resursa, razlozi su za razvoj ovog odeljenja. U postupku pripreme za dnevnohirurški tretman obavljaju se obavezni prethodni specijalistički i drugi dijagnostički pregledi (kolposkopija, ultrazvučni doppler i drugi pregledi). Godišnje se pregleda više od 6.000 pacijenata. U okviru operativnog bloka

Dnevne bolnice rade se sve vrste ginekoloških intervencija (u opštoj ili lokalnoj anesteziji) i manjih operacija, kao što su: biopsije, eksplorativne kiretaže, polipektomije, aplikacije i vađenja spirale, konizacije, operacije bartolinijeve žlezde, abrazije kondiloma, LOOP ekcizije, revizije posle spontanih prekida trudnoće, kao i prekidi neželjene trudnoće do deset nedelja gestacione starosti. Na odeljenju se rade i intervencije pod kontrolom ultrazvuka (polipektomije, miomektomije i druge revizije). Dnevna bolnica se nalazi na međuspratu i raspolaže sa 12 kreveta i tri ginekološka stola za intervencije i manje operacije. Godišnje se dnevnohirurškim tretmanom obuhvati oko 7.500 pacijentkinja, kod kojih se uradi oko 8.500 intervencija. Jedan broj pacijentkinja se nalazi i na stacionarnom lečenju, pa se kod njih u sklopu dijagnostičko-terapijskog tretmana obavi intervencija u Dnevnoj bolnici (godišnje oko 800 pacijentkinja). Značajno je pomenuti da se u okviru obavljenih intervencija i manjih operacija godišnje uradi i oko 400 konizacija grlića materice, 500 vaporizacija kondilomatskih promena, 2.000 biopsija grlića i endometrijuma, 2.500 eksplorativnih kiretaža grlića i endometrijuma, 800 kiretaža i revizija nakon spontanih prekida trudnoće, 600 polipektomija i više različitih drugih intervencija.

Prosečno se dnevno obavi oko 30 intervencija, a to znači da se krevet iskoristi 2,6 puta u toku radnog vremena. Postupak je takav da se prati postinterventni tok i oporavak pacijentkinja, i nakon 2 sata otpušta iz Dnevne bolnice. Svaka pacijentkinja se ponovo kontroliše i prati, tumači

joj se histopatološki nalaz, kada se po potrebi, pored dodatnih pregleda, upućuje na dalje lečenje i tretman ginekološkog oboljenja. Godišnje se u Dnevnoj bolnici uradi oko 1.700 prekida neželjene trudnoće uz obavezno savetovanje o kontraceptivnim metodama.

Odeljenje je prepoznato od 2008. i kao Centar za tretman HIV pozitivnih žena, sa ciljem sprečavanja vertikalne transmisije sa majke na plod i pomoći trudnicama i parovima sa HIV infekcijom. Statistika u našoj bolnici je 6-8 porođaja HIV pozitivnih žena godišnje, a u poslednjih 10 godina (od 2006. godine), otkad je GAK Narodni front preuzeo ulogu Centra za prevenciju vertikalne transmisije HIV-a, nije se rodilo nijedno dete zaraženo HIV-om. To je posledica planskog vođenja i kontrolisanja ovakvih trudnoća, kao i zasluga tima infektologa, finekologa i pedijatara koji u tome učestvuju.

U Dnevnoj bolnici su obezbedeni posebni uslovi za ginekološki pregled ženama sa invaliditetom. Iako je prostor za intervencije raspoloživ za sve ginekologe da obave intervencije i manje operacije za svoje pacijente, stalno zaposleni na ovom odeljenju se posebno trude da profesionalnim i ličnim angažmanom podignu kvalitet usluga i obezbede zadovoljstvo pacijentu na pružene usluge u okviru odeljenja, a to je kroz knjigu utisaka mnogo puta do sada i potvrđeno. U budućnosti se planira unapređenje kvaliteta rada i proširenje domena usluga koje se pružaju sa ciljem da se uvede metoda medikamentoznog abortusa i dnevne histeroskopske hirurgije.



PHILIPS

AVENT

Za najbolji početak u životu

Uvoznik i distributer za Srbiju: MCG Group d.o.o.

Obrovačka 21, Vetenik, Novi Sad, tel/fax 021 824-864, tel. 021 824-936
e-mail: office@mcggroup.rs, www.mcggroup.rs

innovation + you

myPrenatal

Neinvazivni prenatalni test

Vreme je
da imam
bezbrižnu
trudnoću



- **Test iz krvi majke** na najčešće hromozomske abnormalnosti, koje mogu uticati na zdrav razvoj Vaše bebe.
- Namjenjen za sve trudnice, već od **10. nedelje** trudnoće.
- Potpuno **bezopasan** test za trudnicu i bebu.
- Jednostavnim vađenjem krvi možete izbeći **rizik amniocenteze**.
- Rezultati stižu za **3 do 5 radnih dana** od dana prijema uzorka u laboratoriju, a u zavisnosti od odabrane usluge.

	Tačnost testova na uzorku od 200 trudnoća sa Down sindromom	99.800 tačnih rezultata od 100.000 testiranih	Potencijalni broj trudnica podvrgnut invazivnom testiranju
myPrenatal Test	 >199 detektovano	 <0,1% lažno pozitivnih testova +  0,1% neuspelih testova	= 200 invazivnih procedura
MatemiT21 PLUS13	 >197 detektovano	 <0,1% lažno pozitivnih testova +  1,3% neuspelih testova	= 1.396 invazivnih procedura
Harmony Prenatal Test14	 >194 detektovano	 <0,1% lažno pozitivnih testova +  3,0% neuspelih testova	= 3.091 invazivnih procedura
Panorama Prenatal Screen16	 >187 detektovano	 <0,1% lažno pozitivnih testova +  3,8% neuspelih testova	= 6.481 invazivnih procedura
Double, Triple i ostale skrining metode	 >188 detektovano	 oko 5% lažno pozitivnih testova +  0,0% neuspelih testova	= 4.990 invazivnih procedura

Izvor: www.illumina.com