

BIULETYN INFORMACYJNY CENTRUM MEDYCZNEGO MARKI



**Centrum Medyczne Marki
serdecznie zaprasza na wizyty u specjalistów:**

Lekarz rodzinny

Pediatra

Kardiolog

Ginekolog

Laryngolog dla dzieci i dorosłych

Dermatolog

Ortopeda

Internista

Fizjoterapeuta:

Laseroterapia

Magnetoterapia

Elektroterapia

Masaże

**Centrum Medyczne Marki • 05-270 Marki • ul. Kasztanowa 8
tel.: (22) 674-15-53 • email: rejestracja@cmmarki.pl • www.cmmarki.pl**

Menopauza

Określana jako klimakterium lub przekwitanie.



Występuje zazwyczaj w przedziale wiekowym 40-55 lat. Zjawisko menopauzy jest niezależne od warunków socjoekonomicznych, stanu cywilnego, przebytych porodów.

Bezpośrednią przyczyną zatrzymania krwawień miesięcznych jest zanik bądź znaczny niedorozwój błony śluzowej macicy–*endometrium*.

Najczęstszą dolegliwością tego okresu są uderzenia gorąca tzw. wary. Częstość objawów jest różna; uderzenia gorąca pojawiać się mogą nawet co pół godziny.

Wary występują na ogół spontanicznie lecz można zaobserwować wiele czynników sprzyjających, jak pogoda, gorące pokarmy, używki, stres. Nasilenie uderzeń gorąca jest najbardziej intensywne w ciągu pierwszych dwóch lat po menopauzie.

W okresie menopauzy występują objawy o podłożu psychologicznym tj. drażliwość, osłabienie uwagi, nerwowość, zaburzenia snu, podniecenie, krzykliwość, kłótność.

Zaburzenia snu mogą przejawiać się:

- trudnością w zasypianiu,
- częstym budzeniem się, odczuwanym jako całkowity brak snu,
- wczesnym budzeniem się.

Niedobór estrogenów występujący w tym okresie powoduje zmiany w układzie moczowo-płciowym. Pojawiają się zmiany zanikowe w obrębie narządów rodnych. Najwcześniejszym objawem starzenia się układu moczowo-płciowego jest zmniejszanie się wilgotności pochwy, zmiany pH i zanik flory bakteryjnej, co zwiększa podatność na stany zapalne. Zmiany te poddają się leczeniu i miejscowe stosowanie odpowiednich leków może usunąć dolegliwości. Nie trzymanie moczu dotyczy aż ok. 57% kobiet.

Dolegliwość ta może mieć różne postaci:

- wysiłkowe nie trzymanie moczu
- nagłace nie trzymanie moczu.

Nie trzymanie moczu jest tragedią starości. Dolegliwość ta często kojarzona jest z obniżeniem ścian pochwy.

Metody leczenia:

- zachowawcze polegające na leczeniu preparatami farmakologicznymi,
- operacyjnie

Zaburzenia seksualne występujące w menopauzie również mogą być skutecznie leczone.

Pojawiająca się w tym wieku osteoporoza jest uogólnioną chorobą kości, charakteryzująca się zmniejszaniem masy kostnej; co w efekcie zwiększa ryzyko złamań.

Utrata aktywności hormonalnej jajnika zwiększa częstość występowania chorób układu krążenia. Najczęstszym podłożem zmian chorobowych jest rozwój miażdżycy. Zwiększa się również zagrożenie nowotworowe narządu płciowego. Dlatego każde krwawienie występujące w menopauzie musi być zdiagnozowane przez lekarza.

Z w/w względów kobiety w tym okresie życia powinny być pod szczególnym nadzorem lekarza specjalisty ginekologa. Wychodząc naprzeciw potrzebom Centrum Medyczne Mar-ki inicjuje program opieki medycznej dla kobiet w okresie przekwitania. Specjalnie obniżone stawki za wizytę u ginekologa, spotkania terapeutyczne, bezpłatna cytologia to nasza oferta.

Zapraszamy

Lekarz specjalista, Ginekolog, Położnik
Mirosława Siemaszko-Pietrusiewicz

Zawał mięśnia sercowego

Objawia się nagle, dlatego moment jego wystąpienia stanowi dla osoby niezwykle silny stres psychologiczny. Psychologiczne skutki zawału mięśnia sercowego są, widoczne w niezwykle klarowny sposób.



Dzieje się tak dlatego, że zawał nie tylko wpływa na organizm chorego w aspekcie patofizjologicznym, znacząco wpływa on także na psychikę dotkniętego nim pacjenta.

Pierwszymi odczuciami jakie zwykle pojawia się u chorego, są zazwyczaj strach oraz obawa o siebie i bliskich. Dlatego rozpoczęcie pozawałowej terapii psychologicznej powinno nastąpić jak najwcześniej. Nie da się jednoznacznie określić, jak dana osoba zareaguje na zawał. U większości chorych typowe reakcje na wystąpienie zawału rozpoczynają się fazą zwątpienia w swoje możliwości, wynikającą z ograniczenia wydolności organizmu oraz ogromnym poczuciem lęku o swoje zdrowie. Uświadomienie sobie konieczności wprowadzenia zmian w stylu swojego życia, w połączeniu z nakazami i zakazami wynikłymi z procesu rehabilitacji wywołuje smutek za odchodzącymi zwyczajami i nawykami dnia codziennego. Stan ten może trwać do około jednego roku.

Wielką rolę w procesie ograniczenia stresu, jaki jest udziałem „zawałowca”, odgrywają lekarze specjaliści kardiologzy opiekujący się pacjentem oraz najbliższe otoczenie.

Przywrócenie pacjentowi poczucia bezpieczeństwa to główny cel wszystkich osób uczestniczących w procesie rehabilitacji.

Zawał mięśnia sercowego to choroba, w której wymagany jest spokój. Zakazy, ograniczenia i restrykcje, a dalej ogromne zmiany w życiu chorego całkowicie zmieniają jego codzienną egzystencję. Szczególnie ciężko to zaakceptować osobom stosunkowo młodym, energicznym, prowadzącym intensywne życie zawodowe i towarzyskie. Zaburzenia w sferze psychicznej, mogą dotyczyć również jego intymnej strony. Z anatomicznego i fizjologicznego punktu widzenia, po wyzdrowieniu i prawidłowo przeprowadzonej rehabilitacji, nie istnieją przeciwwskazania do ponownego podjęcia seksualnej aktywności. Jednakże większość osób boi się tego. Wiąże to z faktem iż sam stosunek będzie dla ich organizmu zbyt dużym wysiłkiem, który może spowodować kolejny zawał. Poza tym u części mężczyzn po zawale obniża się poziom potencji seksualnej – libido. Może się tak dzieć z powodu zażywania określonych grup leków, przede wszystkim beta-blokerów i leków hipotensyjnych. Szczególnie jest to istotne dla płci męskiej i może pogłębiać procesy depresyjne. Jednak w zdecydowanej większości przypadków podłoże problemów z powrotem do aktywności seksualnej sprzed zawału znajduje się w psychice chorego. Interwencja psychologiczna niemal od samego początku hospitalizacji, wsparcie bliskich osób, zrozumienie personelu medycznego, znacznie przyspiesza powrót chorego do zdrowia.

Centrum Medyczne Marki uznając ważność problemu organizuje grupę terapeutyczną dla osób po zawale. Przewidziane są prelekcje i wystąpienia lekarzy specjalistów i psychologów oraz terapia grupowa polegająca na swobodnej wymianie zdań i dyskusji umożliwiającej podzielenie się własnymi doświadczeniami i metodami wyjścia ze stresu pozawałowego.

Lekarz Anna Skrobisz

Przyłącz się do nas

Zgłoszenia w rejestracji przychodni, telefoniczne lub mailowe.

Wysiężkowe zapalenie ucha



Zapaleniu ucha środkowego polegające na gromadzeniu płynu na terenie jamy bębenkowej, która winna być strukturą powietrzną. To tu znajduje się błona bębenkowa, łańcuch kostek słuchowych (młoteczek, kowadełko i strzemiączko) i ujście bębenkowe trąbki słuchowej. Elementy istotne dla prawidłowego przewodzenia dźwięków.

Najczęstsze przyczyny gromadzenia płynu w jamie bębenkowej:

1. Przerost migdałka gardłowego – adenoidu, III-go migdałka.
2. Odczyny alergiczne – obrzękowe błon śluzowych górnych dróg oddechowych – alergja wziewna.
3. Nawracające infekcje górnych dróg oddechowych.

Konsekwencje płynu w jamie bębenkowej:

1. Niedosłuch przewodzeniowy.
2. Nawracające stany zapalne ucha środkowego.
3. Zaburzenia prawidłowego rozwoju mowy u dzieci.

Metody leczenia:

1. Leczenie zachowawcze
2. Leczenie zabiegowe tympanopunkcja - nacięcie błony bębenkowej i odessanie zalegającego płynu w jamie bębenkowej z ewentualnym drenażem zewnętrznym jamy bębenkowej (przełożenie przez błonę bębenkową drenu wentylacyjnego). Zabieg pod narkozą.
3. Leczenie fizjoterapeutyczne – biostymulacja laserowa. Bez narkozy!

Centrum Medyczne Marki preferuje metodę fizjoterapeutycznego leczenia, jako jedną z najmniej inwazyjnych sposobów leczenia.

Lek specjalista, Otoraryngolog M. Ciużyńska-Popowska

**Przyjdź do nas i spróbuj!
Zaprasza otolaryngolog dziecięcy!**



Centrum Medyczne MARKI

tel.: (22) 674-15-53

email: rejestracja@cmmarki.pl

www.cmmarki.pl

Serdecznie zapraszamy !