

Megjelenik félévente

Fresenius Krónika

A Fresenius Medical Care Kft. belső terjesztésű lapja

2009/2

Fresenius Medical Care



A tartalomról...



LELTÁR

Egy mázlista élete	4
Aki még a líbiai minisztert is felhívta...	5

SZENVEDÉLY

Overdose és a richelieu hímzés	7
A vadászat szerelmese	9

NŐVÉRKÉK

Aki a fisztula áramlást kutatja...	11
Nekem hiányoznak a fenyvesek...	12
„Minden jót Mónika!”	13

KÖZPONTJAINK

Csúcstechnológia Debrecenben	14
Otthonra találtak Ózdon...	15

TRANSZPLANTÁLTAN

Dobogós hely a világjátékokon...	16
----------------------------------	----

RÓLUNK

Globálisan és lokálisan...	18
----------------------------	----

VALLOMÁS

Egy fiú a házból	19
„A Jézuska reggel jön hozzánk”	20

ÉTREND MÁSKÉPPEN

A hosszú élet titka	22
---------------------	----



Kedves Olvasó!

Itt az advent. A szó latin eredetű, jelentése: megérkezés, az Úr érkezése. A karácsonyra való készülődés kezdete az András naphoz (nov.30) legközelebb eső vasárnap. Bod Péter református lelkész, egyházi és történetíró ezt írta a 18. század közepén:

„Így neveztetnek a mostani rendtartás szerint a karácson előtt való négy hetek. Régen voltak hat hetek a Szent Márton napjától fogva, aholott kezd most is a görög eklézsiában négy hetekre szorított ilyen fundamentumon, mert a Krisztusnak négy adventusa, eljövetele vagyon. Midőn a testben megjelent. Midőn a szívbe beszáll és az embert megtéríti. Midőn halála óráján elmegy az emberhez. Midőn eljő az utolsó ítéletre. Rendszerint kezdődni szokott Szent András napján.” Otthonainkat nemsokára megtölti a süteményillat és az adventi koszorún ékeskedő gyertyák fénye. Mire is várunk? Ebben a rohanó világban is ugyanarra, mint évszázadokkal ezelőtt: a szeretetre, a békességre, a csomagolópapír zörgésre, arra a meghitt és megnyugtató érzésre, amit a karácsony hoz el. Az ajándék persze nemcsak tárgy lehet, hanem gondolat is.

A YouTube portálon láttam Dr. Jill Bolte Taylor neuroanatómus, agykutató megdöbbentő történetét. Az impulzív szóke kutató Bostonban a Harvard egyetemen az agy mikro áramköreit vizsgálta, hogyan kommunikálnak a sejtek a kémiai ingerületátvivő anyagok segítségével. Aztán olyan kutatási lehetőséget kapott az égiektől, melyet kevés tudós kívánna önmagának, hiszen belülről kifelé elemezhetette saját agya működését. Egy reggel elpattant bal agyféltekéjének egyik ere, masszív agyvérzés érte, és megfigyelhette, amint agyfunkciói: mozgása, beszéde, és öntudata, egymás után kapcsolak ki. Egészen pontosan négy óra leforgása alatt agya elveszítette információ feldolgozási képességét. Ahogyan fogalmaz: „csecsemő lettem, egy nő testében.” A nézők legnagyobb meglepetésére asszisztensével emberi agyat hozat be tálcán, hogy szemléltesse, mi is történt vele. A látvány megrázó, hiszen az agy hátsó részén még a gerincvelő is ott lóg. Jill szerint a két félteke teljesen elkülönül egymástól, olyanok, mint a számítógép párhuzamos processzorai. A bal úgy funkcionál, ahogyan a soros processzor. Jill egészen odáig elmegy, hogy: a jobb és a bal agyfélteke más dolgokon gondolkodik, két eltérő személyiség. A jobb félteke a jelenért felelős, jelszava: „itt és most!” Érzékszerveinken keresztül gyűjti az információkat, hogy az adott pillanatnak milyen íze, szaga, hangulata van? Rajta keresztül a körülöttünk lévő energiákhoz kapcsolt ener-

giálények vagyunk. – fogalmazza meg. A bal félteke egészen más. Sorosan és módszeresen gondolkodik a múlttól, a jelenről és a jövőről. Sorba veszi a részleteket, kategorizálja őket, nyelvben fejezi ki, folyamatos agyi beszélgetés köti össze a külvilággal. Én vagyok! – mondja a kis hang, és nyomban önálló individuummá válunk. Nos, Jill agyának ezt a részét veszítette el. Amikor kinyitotta a szemét lüktető fájdalmat érzett mögötte. Ennek ellenére edzeni kezdett cardio gépén, csak hogy nagyon furának látta a kezét. Nem tudta meghatározni karja, teste határait, mintha átfolytak volna a fal atomjaiba. Hatalmasnak, nagy kiterjedésűnek látta magát, csak az energiát érzékelte. Minden lelassult a testében, csak a belső rendszereire tudott fókuszálni, kezdte elveszíteni kapcsolatát a külvilággal. Nem tudta hol kezdődik, és hol végződik Jill, a bal félteke úgy elszállt, mintha valaki egy távirányító gombjával kapcsolta volna. És közben nagyszerűen érezte magát, eltűnt a stressz, eltűnt a hosszú évtizedeken át cipelt bőrönd összes bajaival, nyűgeivel egyetemben, csak a hatalmas energiát érzékelte. Iszonyú kínok árán tudta béna kezét és működésképtelen agyát megerőszkolva a saját névjegye krikshkraszait (hiszen nem látta, hogy azok számok) a telefon krikshkraszaihoz illesztve tárcsázni munkahelyét, és kutyaugatáshoz hasonló hangot kiadni. A mentőautóban úgy érezte felszállt belőle a hatalmas energia, ez volt az átlépés pillanata. Aztán a kórteremben tért magához, ahol mintha megtalálta volna a Nirvánát. Hosszú, kitartó munka következett amíg a kaotikus hangok, képek, mozdulatok ismét összerendeződtek, és megint Jillé váltak. És a végén miközben a hallgatóság állva tapsolt, elmesélte miért tartja fontosnak megosztani élményeit mindenkivel.” Óriási ajándék a tapasztalás. A választás ugyanis rajtunk áll, hogyan alakítjuk életünket. Én vagy mi? Elkülönülünk, magunk vagyunk, örömeinkkel, gondjainkkal, szenvedéseinkkel, kudarcainkkal – azaz a balféltekét választjuk – vagy átlépünk a jobboldalra, ahol „mi” vagyunk, és sok-sok belső békét, nyugalmat, szeretet sugározhatunk a Föld nevű bolygónak... Úgy gondoltam ez egy terjesztésre érdemes gondolat – zárja meghatározó előadását Jill, miközben a balféltekét szimbolizáló körből átlép a jobb féltekét szimbolizáló körbe, Én is így gondolom. Kiegészítve azzal, hogy nemcsak karácsonykor, hanem az év minden napján megtehetnénk. Ránk férne.



B. Király Györgyi

Egy mázlista élete

Dr. Misz Mihály mázlistának tartja magát. Mindig azt csinálhatta amit szeret, és úgy érzi, eredményeket is tudott elérni, amiben – mint mondja – a Freseniusnek nagy része volt. Akkor mehet nyugdíjba, amikor eltervezte, rendbe hozott épületet, jó gépeket, jó csapatot és kiváló utódot hagy maga után.

– Aktív hétköznapiaknak vet véget a nyugdíj. Nem fél attól, hogy unatkozni fog?

– Nem, és nem is ért váratlanul a dolog. Hatvanhat éves vagyok, öt éve határoztam el, hogy most szeretnék nyugdíjba menni. Cseperednek az unokáim – egy harmadik osztályos, egy másodikos ikerpár és egy hatéves – egy órás beszélgetés velük többet ér mintha netalántán valamikor majd egymillióval többet örökölnének. Imádok kertészkedni, szeretek olvasni, és szeretem a jó tévéműsorokat. És ha ez nem lenne elég, a feleségem egész napra el tud látni tennivalóval.

– Hol fogja tölteni nyugdíjas éveit?

– Pár éve vettünk egy lakást mesés környezetben Szilvásváradon. Egyáltalán nem állt szándékunkban vásárolni, de beleszerettünk a száz éves erdészeti épület egyik végén kialakított lakásba. Csendes hely, közel van mindenhez. Az udvaron csörgedez a Szalajka egyik ága, az út másik oldalán van egy kis tavacska, és néhány lépésre egy fehérre meszelt esténként kivilágított kis kápolna.

– Akkor ez pályája irigylésre méltó vége. De hogy kezdődött?

– Eger mellett, Nagytályán születtem és nőttem fel. Szüleim, nagyszüleim intelmei mellett, Dr. Szita Lajos káplán útmutatásai határozzák meg életemet a mai napig. Mezőkövesdre jártam a Szent László Gimnáziumba, mert az unokabátyám, akit kulák szülei miatt nem vettek fel Egerbe, nagyon sok szép mesét mesélt róla. Jó osztályba kerültem: hatan lettünk orvosok. Nagyon nagy hatással voltak még rám: Dr. Csendes András, a mezőkövesdi kollégium igazgatója, és a Debreceni Egyetem – ahol végeztem – kiváló belgyógyász professzora Dr. Forneth Béla.

– Hol kezdett dolgozni?

– Sátoraljaújhelyen voltam körzeti orvos hat évig. Az első feleségem mezőkövesdi volt, erre a környék-



re vágytunk vissza. 1973-ban jöttünk az egri kórházba. A Dr. Czirmer József megyei belgyógyász főorvos által vezetett I. belgyógyászati osztályra kértem magam. Kiváló szakember és vérbeli pedagógus is volt. Szakvizsga után az intenzív részleg vezetője lettem, ahol a legsúlyosabb mérgezetek mellett főleg szívinfarktussal és súlyos ritmuszavarral küzdő betegeket kezeltünk. Czirmer főorvos úrnak a kardiológia mellett a nefrológia is a szíve csücske volt, 1981-ben az intenzív részlegen kezdtük el a hasi dialízist.

Az egri művese állomás 1988. december 20-án kórházi kereteken belül jött létre. Vezetője, az első pillanattól Dr. Misz Mihály, működtetője 1994-től a National Medical Care (NMC) volt, 1997-ben került a Fresenius működtetésébe, a cég megvette az NMC-t. Ez az esemény – amit a világsajtóban úgy interpretáltak, hogy a kis hal bekapta a nagy halat – volt az, ami Dr. Misz Mihály életébe is fordulatot hozott.

– Milyen volt a művese-állomás, amikor 1988-ban elkezdett működni?

– Olyan, amilyen lehetett. Magyar gyártmányú gépekkel, elavult vízrendszerrel dolgoztunk, húsz beteggel indultunk, ennyi volt a megyében. Most száz-húsz beteget kezelünk, és a megyénk másik Fresenius Dialízis Központjában, a hatodik éve indult hatvani állomáson is meghaladta számuk a százat. Még a kezdetekkor Miskolcra, ahol akkor már Fresenius-gépek voltak, átjött az ottani főorvos egy német úrral

és megkérdezték: miért nem Fresenius gépeket használunk, amikor az a Mercedes? Azt válaszoltam: lehet, de nekünk csak Trabantra futja. Aztán meghívtam a Fresenius németországi gyárába. Nagyon tetszett, amit ott láttam, de meg kellett volna venni a gépeket, és ez már túlment egy önkormányzati kórház lehetőségein.

– **Akkor gondolom, örült a hírnek, hogy a Fresenius lett az új tulajdonosuk.**

– Hogyne, de hamarosan mindenki így volt vele, hiszen nagyon jó társaságba kerültünk. Pár évig még emlegettük, ki honnan jött, de aztán eltűntek a különbségek. Szerencsére az értekezletek nem úgy zajlottak, hogy valaki kiállt és kimondta a verdiktet, hanem folyamatosan vitatkoztunk, jöttek az ötletek, aztán kikerekedett belőle valami.

– **Említsük meg a betegek szempontjait is...**

– Bizony, jó, ha mindenki tisztában van vele, hogy Európában a legrosszabb finanszírozási körülmények között – nálunk fizet a legkevesebbet egy kezelésért a OEP – a világ egyik legmagasabb színvonalú ellátását kapják a betegek. Az, hogy a legújabb fejlesztések eljutottak Magyarországra, világosan kiderült azokon az amerikai és európai kongresszusokon, ahol technikai bemutatók is vannak. Egerben idén márciusban cserélték le a gépeket a legmodernebbekre. Folyamatosan képzik a nővéreket és az orvosokat is egy weblap segítségével, pedig a szakirodalmat is naprakészen figyelemmel tudjuk kísérni.

Eddig valóságos tündérmese az egész. De ne feledjük, Egerben vagyunk, ahol a Hospinvesttel kapcsolatos zűrök miatt 120 orvos ment el a kórházból. Volt, amikor egyetlen kardiológus sem dolgozott itt.

– **A műve állomást érintette a Hospinvestbotrány?**

– Szerencsére közvetlenül nem. A kórházi ellátásban megérezzük, de továbbra is kezeljük a nem szállítható betegeket a kórház intenzív osztályán. Konzíliumokat adunk vagy kérünk; ez így működik, és beigazolódott a mondás, hogy minden rosszban van valami jó.

– **Igen? Mi?**

– Dr. Nagy Péter, aki az utódom lesz, a Hospinvest botrány miatt el akart menni Sopronba kardiológusnak, de rábeszéljük, hogy vegye át inkább a dialízis állomás vezetését. Nagyon jól jártunk vele: kardiológus, intenzív, és ma már nephrológus szakvizsgálója és egészségügyi közgazdász diplomája is van, és ami talán a legfontosabb, emberileg is alkalmas a poszt betöltésére. Jól képzett, segítőkész kollégákkal három belgyógyász és nephrológus szakorossal, kiváló nővérgárdával és kisegítő személyzettel lesz körülvéve.

Aki még a líbiai minisztert is felhívta...

Sopronban a világon először hoztak létre

Fresenius dialízis állomást 1995-ben. Megalkulásától napjainkig dr. Vaslaki Lajos vezette, aki mostanában nyugdíjba vonul. 1996-tól ő a ma-



gyarországi Fresenius orvos képviselője Bad Homburgban, és az on-line hemodiafiltrációs kezelés egyik zászlóvivője Magyarországon. Évekig élt Líbiában, és Franciaországban is dolgozott. A cikk írásakor elsőként mégis azt a kérdés tettük fel neki, hogy mi történt vele mostanában?

– Huszonöt év után elszenvedtem az első komolyabb motorbalesetemet. Augusztusban Ausztriában motoroztam társaságban egy hegyi serpentinén. A nagy hőségben nem koncentráltam megfelelően és nem döntöttem be a motort a kanyarban, ahogy kellett volna az ideális ívre. Az egyik fának csapódtam, és eltört a jobb lábam combcsontja a térdem fölött. Nemrégiben pedig eltört az a titán ötvözetből készült rögzítő lemez, amit a lábamba helyeztek, és újra meg kellett operálni. Ezúttal már az ideális rögzítő módszert alkalmazhatták.

– **Elég kalandosan kezdi nyugdíjas éveit. Jól értem, hogy a motorozás a hobbija?**

– Igen, a gyorsasági motorozás a Hungaro- és Pannon Ringen is. Nyolc éves koromban ültem először Mátra, aztán Jáva motorra. Aztán egy időre abba hagytam, és később, amikor Líbiából hazajöttem, vámmentesen behozhattam egy 750-es Suzukit. 1984-ben az olyan motor volt, hogy a rendőrök is megállítottak, hogy megnézhessék.

Vaslaky Lajost Gömöri professzor vitte a II. belgyógyászati klinikára, ahol először akadémiai kutató gyakornok volt 1966. április 1-től. Utána egyetemi tanársegéd lett, majd egyetemi adjunktus. 1976-tól 1983-ig a líbiai magyar kórházban volt nefrológus - dialízis főorvos valamint konzultáns a Tripoli Központi Kórházban. A kórház egyik felében magyar orvosok, nővérek,

ápolók gyógyították a helyieket, körülbelül 150-en, a másikkban pedig palesztínok és angolok dolgoztak.

– Líbia biztosan nagy élmény volt. Jó érezte ott magát?

– Igen, noha sokszor nem volt könnyű. Nagyon jóban voltunk a helyiekkel, akár a minisztert is felhívhattam, ha gond volt a dialízis anyagellátással. Vittem a családom is, ott született meg a fiam Krisztián.

– Hogyan került Líbiába?

– A vicces nevű TESCO cég (pont mint az áruházlánc) közreműködésével jutottam ki, amely a fejlődő országokba közvetített munkaerőt. Amikor az ajánlat érkezett, éppen albérletben laktunk, úgyhogy nem gondolkodtunk sokat. Valójában jó esélyeim voltak, hiszen a II. Belgyógyászati Klinikán megszereztem a szükséges tapasztalatot, és beszéltem angolul, németül és franciául.

– Akkoriban elég nagy ritkaság volt, hogy valaki ilyen sok nyelvet beszélt, nem?

– De, nem volt gyakori az orvosok között. Akadt is, aki emiatt nem kedvelt. Az én életemben mindig fontos szerepet játszott a nyelvtanulás, és ez be is jött. Líbiából például hoztam egy nagy Mercedest is, ezt eladtam és az árából vettünk egy lakást a Baross utcában. Később pedig egy francia ösztöndíjat is kaptam a nyelvtudásomnak köszönhetően: 1989 végétől 1991-ig klinikai orvosként asszisztáltam a Nantes-i egyetemi kórházban a professzor mellett, nefrológia-dialízis-transzplantációs részlegen.



A két külföldi munkával megszakítva 25 évig a II-es Belklinikán dolgozott Budapesten, onnan hívták 1991-ben Sopronba, belgyógyász főorvosnak. Az új kórház 1995-ben nyílt meg, és őt bízták meg a Művese Centrum megszervezésével. 1994-ben került a Fresenius-hoz. Ő volt az első nefrológus, akit Zoltán György felkért az új dialízis szolgáltató

cég orvos munkatársának.

Elsősorban neki köszönhető, hogy ma már 25 Centrum/Szatellita működik az országban, a legmagasabb európai szinten.

– Könnyen feladta a fővárosi életet?

– Igen. Az világos volt, hogy a belklinikán nem leszek professzor, nem volt, ami itt tartson. És ha már nem Budapest, akkor Sopron volt az a város, ahol leginkább el tudtam képzelni az életem.

– Szerencsés váltásnak tartja azt, hogy a Freseniushez került?

– Én csak jót tudok mondani az egész FMC világcégről. 1995-ben indult el Sopronban a dialízis, 1996-ban egyesült a Fresenius és az amerikai NMC. 1996-tól mostanáig én voltam a magyarországi Fresenius egyik orvosi képviselője Németországban. Kellett a kapcsolattartás a tudományos protokollok kialakításához. Minden évben volt két-három olyan ülés, amikor a helyi viszonyokat és eredményeket kellett ismertetni.

– Tudományos munkája is döntően a Fresenius-hoz kapcsolódik. Mit tart a legnagyobb eredményének?

– Arra vagyok a legbüszkébb, hogy Magyarországon 90 százalék azoknak a betegeknek az aránya, akiket On-line Hemodiafiltrációval kezelünk, míg az európai átlag 10-15 százalék. Pedig némelyik országban a finanszírozási háttér sokkal kedvezőbb a miénknél. Az egész Freseniusnál sikerült a magyar dialízis-programot tudományos formába önteni. Bebizonyítottuk, hogy a módszer klinikai alkalmazása biztonságos, és a napi rutinban kivitelezhető. Az eljárásnak az a lényege, hogy a steril mosófolyadékot a gépben állítjuk elő, és a kezelés teljesen zárt rendszerben működik, kiküszöbölve az infekció lehetőségét. Ezzel a kezelési módszerrel a beteg véréből olyan méreganyagokat is eltávolítunk, amelyeket a hagyományos kezelési formával nem lehet. Ma már a Fresenius csaknem minden osztálya ilyen géppel van felszerelve, így a minőségi dialízis kifejezés összeköthető a Fresenius cég alapító atyjának mondásával „A beteg a minőséget megérzi”. A cég indulásakor ezt a szlogent tűzte ki Zoltán György a magyarországi Fresenius cég zászlajára.

– Várja-e a nyugdíjazását?

– Mint belgyógyász főorvost már nyugdíjaztak. A kórház mostani igazgatója korábban kiválasztotta és idehozta az utódját, aki őt is elküldte. Néhányan orvosok, akik tiltakoztunk az eljárás ellen, bementünk a polgármesteri hivatalba. Sok haszna nem volt, az új igazgató viszont azonnal nyugdíjazott, amikor előző héten csütörtökön elértem a nyugdíjkorhatárt. Ez a szakmában is megütközést keltett, hiszen hatvanöt éves korukig általában hagyják praktizálni az orvosokat. Decemberben elment az inkriminált igazgató, az újra kinevezett korábbi kórházigazgató igazgató pedig maga mellé vett helyettesének, és az is maradtam 2006-ig.

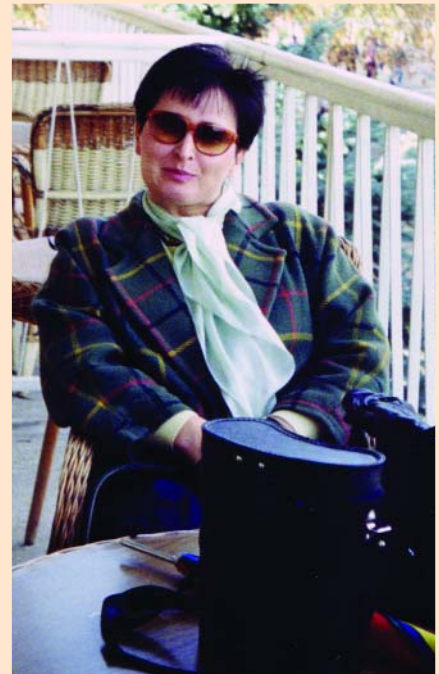
– Mondana néhány szót a terveiről?

– A feleségem súlyos retortziókat helyezett kilátásba, ha folytatom a motorozást, de úgy gondolom, a lelki felépülesemhez kell, hogy legalább még egyszer újra motorra ülhessek, hogy ne így legyen vége...

Vámos Éva

Overdose és a richelieu hímzés

Ki mondta, hogy a számlázáson dolgozók élete unalmas? Rostás Margónak két izgalmas hobbija is van: a telivérek és a hímzés. Előbbi talán abból is következik, hogy a Fresenius előtt a lóversenyzésben dolgozott. Neki van Magyarországon az egyik legjelentősebb szakkönyvgyűjteménye a lóversenyzéssel foglalkozó könyvekből. Írt egy cikksorozatot a „Lóversenypályák a világháború idején” címmel, de írt híres lovak életéről és híres zsokékról, tulajdonosokról és tenyésztőkről a Turf és a Telivér című, azóta megszűnt újság számára is. Könyv formájában is megjelent „Ötven év a telivérek szolgálatában” című sorozatában dr. Fehér Dezső munkásságát mutatta be, de ő volt a szerkesztője dr. Fehér Dezső: Kincsem, a magyar csoda című könyve harmadik kiadásának is.



Ahogy mondja, élete egyik legnagyobb könyvélménye volt az 1974-es kiadású Kincsem-könyv, ami teljesen elbűvölte és megnyitotta előtte a versenylovak világát. Ez lett szép lassan a hobbija, később a megélhetése is hosszú ideig.

– Lovagol is?

– Régebben lovagoltam, de csak amatorként. Valójában az érdekelt, kik, hogyan tenyésztették a telivér versenylovakat, és milyen eredményeket értek el. Hiszen egyedüli élőlény a földön az angol telivér ló, amelynek minden egyede, származása, versenyteljesítménye, tenyész- és egyéb eredménye teljeskörűen dokumentálva van. A ma élő több millió angol telivér visszavezethető az 1793-ban megjelent első angol ménes könyvre, amelyben ötven kanca és három fedezőmén és azok ivadéakai vannak lejegyezve. A mai napig Angliában van a „General Stud Book” központja.

– **Kincsem és esetleg Imperiál mindenkinek eszébe jut, de van több példa is a magyar lóversenyzés sikerességére?**

– Ha a világ bármely részén megkérdeznék embereket, mi jut eszükbe Magyarországról, általában három dolgot említenek: Kincsem, Rubik Ernő, Puskás Ferenc. De akadnak más példák is. A magyar lótartásnak nagy hagyományai vannak: az Angliában élő Batthyány Gusztáv herceg lova, Saint Simon (apja Galopin) például a XIX. század leghíresebb fedező ménje. A ma élő ménnek és kancák 90 százaléka tőle származik. Nearco, a XX. század legnagyobb hatású örökítő ménje Saint Simonra lett beltenyésztve. A magyar lótenyésztés 1945-ig a világ legjobbjának számított. (A második világháború alatt a telivér lóállomány 99 százaléka vagy megsemmisült, vagy elrabolták.) Csak szomorúan jegyzem meg, hogy Kincsem családja Németországban és a Szovjetunióban terebélyes, nálunk elhalt. Meg kell még említenünk, hogy a Kisbéri Ménében nevelt Kisbér 1873-ban másodikként Epsom Derbyt nyert, majd hazafele jövet megnyerte a Párizsi Nagydíjat, amely Grand Prix de L'Arc de Triomphe elődje

volt. Kisbér törzséből származik a Messenger nevű mén, amely az amerikai ügetőló fajta alapító ménje volt. A lóversenyzés és tenyésztés nemzetközi, de nemzeti keretek nélkül nem tud működni. Egy magyar siker, nemzetközi siker is – a telivér fajta sikere. Imperiál amikor Washington DC-n indult és hetedik helyezést ért el, a világ hetedik legjobb lova volt klasszikus távon (2400 méter).

– **Na és most Overdose... Mi a véleménye a lótartás pillanatnyi állapotáról?**

– Tragikusnak tartom. A lóversenyzés lényege nem a fogadás, a pénzszerzés, hanem a fajta nemesítése. Durván fogalmazva a telivér nem szereti a szegénységszagot. A fogadók optikája torz. Sajnos, manapság csak ez jelenik meg a sajtóban. A verseny arra való, hogy legitim körülmények között próbálják ki a lovakat, és a legjobbak bekerüljenek a tenyésztésbe. A lótartás nem kft, nem befektetés, ami hozza a pénzt. Ez látszik Overdose menedzselésén is. A szegénység tévútra viszi a tu-



lajdonost. Utolsó versenyén, ahol az első díj 5 millió forint volt, nem kellett volna indítani Overdose-t, és akkor a rosszul megpatkolt lónak nem esett volna le a patkója. A célegyenesben futott 200 méter a kőkemény pályán megtette a hatását. Egy sportszempontból jelentéktelen magyarországi versenyen lesérült, savós patairha gyulladására lett, és ebben a betegségben a lovak 50 százaléka elpusztul, 95 százaléknak pedig eltör a patája. Mivel rendszeresen tudósít a sajtó a lóról – többnyire butaságokat – egy a biztos: soha többé nem tud versenyezni. Írjanak akármit is az országos kiadványok, Overdose története tipikus szomorú magyar történet, felszínes nemzetieskedéssel fűszerezve.

– Kinek kellene lovat tartani?

– Csakis az elitnek. A lényeg az, hogy legyen bár egy vagy húsz lovam, de versenydíj nélkül is el kell tudjam tartani. Régebben olyanok tartottak lovat, mint Dreher Jenő vagy Rotschild Alfonz. Ma ez másképp van, telje-

sen rendezetlenek a viszonyok. Régen a lótartás hozzátartozott a társadalmi élethez: Honthy Hannának is volt lova például, a Fifi nevű herélt. Számára ez a társadalmi élet része volt. Az újságok lefotózták, ingyen reklámként. Honthy Miklóst pedig akkor fogadta el az arisztokrácia, amikor Festetich Taszilo herceg fölment a páholyába, kezét fogott vele, és barátságosan elbeszélgettek. Mivel mostanra annyira lezüllött már a lóversenyzés, nem valószínű, hogy a gazdasági elit megjelenjen a lóversenyen futtatóként vagy nézőként. A lóverseny ennek ellenére nem mágnás mulatság, hiszen sok olyan derby-győztes tulajdonosról tudunk, aki csak egy lóval rendelkezett. Például Miczi, Kinces legnagobb tehetségű dédunokájának a tulajdonosa egy kocsmáros volt. A társadalom minden rétegéből kerültek ki versenystálló tulajdonosok. Persze többnyire nem tenyésztettek, ha-

nem vásároltak egy-két lovat, saját versenyszínük volt, jót tett az üzletnek. A lóversenyzés végül is egy társadalmi esemény, ahol kötetlen formák között lehet ismerkedni, beszélgetni.

– Ha jól tudom, van egy másik hobbija is: a hímzés.

– Igen, richelieu mintákat hímezek mesterfokon. De más mintákat is szívesen készítek. Kisgyermekként tanultam az édesanyamtól. A hímzett terítők és párnák szebbé teszik a környezetet, de a lényege inkább a beszélgetés, zenehallgatás. Ma társas magányban élnek a családok, ezt így el lehetne kerülni. Mindenkinek csak ajánlani tudom. A gyermekek kez ügyességét is fejleszti. Lehet, hogy elavult, nem divatos foglaltosság, de én akkor is nagyon pártolom.

Amire nagyon büszkék lehetünk, hogy a magyar népi hímzés a legváltozatosabb, leggazdagabb talán az egész világon.

2009.04.19 - Overdose, a hátán Christopher Soumillon-nal, az OTP-Hungária Nagydíj megnyerésekor.

A vadászat szerelmese

Ujhelyi Tamás irodája telis-tele állatokkal – na nem élőkkal – vadakat, vadászkutyákat ábrázoló szobrok, képek sokasága figyel az informatikai igazgató munkáját. Ennek persze oka van, de stílszerűen kezdjük a beszélgetést a Fresenius új informatikai rendszerével.



– Az EuClid-ot gyorsan és hatékonyan építettük fel, még egy kis dicséretet is kaptunk az anyacégtől. Újdonság, hogy nővéreink nem csupán számítógépre vihetik a betegek kezelésével kapcsolatos információkat, hanem rendelkezésükre áll egy úgynevezett PDA – egy tenyérnagyságú kézi számítógép – magyarul digitális személyi asszisztens. Ez az apró szerkezet minden nővér zsebében ott lapul, az adatokat egy kis virtuális ceruza segítségével juttatják be a gépbe, majd egy rádiós rendszeren keresztül továbbítjuk a központi szerver felé. Ez nagy előrelépés! Fokozottan odafigyelünk az adatvédelemre is; az EuClid esetében az adatokat külföldön; Németországban és Olaszországban, egymástól földrajzilag is távol tároljuk, hogy ha ne adj Isten valamilyen katasztrófa történik, akkor se kelljen pánikba esnünk, az adatok nem vesznek el. Bevezettünk egy olyan szoftvert is, amellyel nyomon tudjuk követni a különböző szerverek adatforgalmát. Félreértés ne essék, nem a dolgozóinkat akarjuk megfigyelni, hanem a cég számára káros, illetéktelen adathalászatot szeretnénk elkerülni – ez sikerül is, a heti szinten érkező több mint száz támadás már a tűzfalunkon elakad.

– Több mint száz próbálkozás hetente – nem sok ez egy kicsit?

– Nem, ez átlagosnak mondható, ezek nem céltudatos támadások. A hacker világba való bejutáshoz azt kell bizonyítani, hogy az illető minél több cég adatbázisát fel tudja törni. Inkább ilyen jellegű próbálkozásokról van szó. Egyébként, épp a napokban erősítettük a biztonságot. A menedzsment tagjai, illetve, azok a kollégák, akiknek különösen fontos, hogy e-mailjeik útközben is elérjék őket, speciális készüléket használnak, ennek köszönhetően a céges levelezést bárhol le tudják bonyolítani, s az IT-security ezeknek a védelmét is vállalta. Ha valakitől ellopják, vagy netán elveszíti, akkor sem férhetnek hozzá céges adatokhoz. A fejlesztéseken kívül az itthoni IT-csapatra is nagyon büszke vagyok! A kollégáim a szívüket-lelküket beleteszik a munkájukba, és nemcsak dolgozni járnak be, hanem mondhatni a hobbijuk is az informatikai terület. A menedzsment-kultúrában elterjedt nézet szerint annál jobb egy csapat, minél heterogénebb. Nos, ez rólunk is el-

mondható: van nagyon fiatal, és igencsak tapasztalt kolléga, nagyon lelkiismeretes és kicsit szétszórtabb, mélyen vallásos érzelmű, és erősen Casanova típusú is... Úgy gondolom, ez a kis közösség valóban ütőképese, sőt, úgy érzem, nem is tudjuk teljesen kihasználni a bennük rejlő képességeket. Talán az én egyik igazi kihívást jelentő feladatom, hogy ezeket a kincseket felszínre segítsem. Egy biztos; megérdemlik az elismerést!

– A kincsekről az ajándékozás jut eszembe, arról pedig a karácsony. Várja már az ünnepeket?

– Nagyon szeretem a karácsonyt és nagyon szeretek készülni rá, bár az időm ezt kevéssé engedi meg. Az elmúlt pár hónapban többször kellett azzal a kínai bölcs mondással élnem, hogy „a holnap problémáival holnap kell foglalkozni”. Hamar eldöntöm, hogy kinek mit szeretnék venni, de nem vagyok az a vásárolgató típus, inkább segítségül hívom korunk egyik vívmányát; informatikus lévén az internetes vásárlást, általában az utolsó előtti napokban. Ezzel együtt, bármennyire is várom a karácsonyt, sajnos már nem érzem azt az átszellemültséget, amit gyerekkoromban átéltem. Valami elveszett az ünnepekből. A karácsonyi érzés, a készülődés izgalma, a nagymamák süteményének illata. Görcsösen ragaszkodunk ahhoz, hogy ajándékot adjunk, lehetőleg minél drágábbat, pedig nem az ajándék értéke mutatja meg, mit érzünk a másik iránt. Lehet az bármilyen csecse-becse, a lényeg, hogy gondolunk- és odafigyelünk egymásra.

– Ha már a süti illatát emlegeti, van kedvenc karácsonyi receptje?

– Életemben először nyolc éves koromban főztem – természetesen, édesanyám segítségével –, töltött káposztát. Ez az étel nálunk a családban hozzátartozik a karácsonyhoz, szeretjük megőrizni az ünnephez kapcsolódó tradicionális fogásokat. Sütemény nélkül sem telhet el karácsony, ilyenkor főleg a beigliké a „főszerep”. Különösen szeretem a mákos édességeket, annak idején a nagymamám isteni mákos beigliket sütött. Egyik kedvencem a mákos-



habos, aminek a tésztájában van a mák, a teteje tojáshab, és a máz meg van bolondítva egy kis citromhéjjal. Régóta dédelgetett álmodom, hogy egyszer egy komplett malacot süssek szilveszter napjára. Ehhez mindössze két dolog hiányzik: egy megfelelő méretű sütő, no meg a malac.

– Ezen azért lehet segíteni, főleg, hogy – ha jól tudom –, nagyon szeret vadászni!

– Majdnem húsz éve vadászom, de az utóbbi pár évben sajnos alig jutott erre időm. Már egészen fiatalon szerettem volna közel kerülni a vadakhoz, hatodikos koromban erdész akartam lenni. Aztán közbeszólt az élet, végül is kétszeres villamosmérnök, majd kétszeres közigazdász lettem.

– Ezt hogy csinálta?

– Mindig is élveztem a tanulást, és miután megkaptam híradásipari villamosmérnöki diplomámat, az egyik kedves tanárom indított egy úrtávközlési szakmérnöki szakot, amit szintén elvégeztem. A képzést hamarosan abbahagyták, látták, hogy Magyarországon nincs nagy jövője, így aztán itthon összesen huszonkilenc úrtávközlési szakmérnököt képeztek. Közgazdaságtannal a kilencvenes években kezdtem foglalkozni, s annyira megszerettem, hogy az MBA képzés minden meghirdetett tantárgyát felvettem, minden egyes vizsgát letettem. Ennek köszönhetően „egy kalap alatt” két végzettséget szereztem. Mindeközben persze igyekeztem hű maradni a vadászathoz, amit sajnos sokan az állatok önkényes meggyilkolásával azonosítanak, pedig a cél nem az, hogy csökkentsük az erdő állományát, hanem, hogy javítsuk az ott élő populáció minőségét.

Ez bizony azzal jár, hogy – mint minden egyes állattenyésztési módszerben – a populáció gyenge egyedeit ki kell emelni onnan.

– Akkor tehát nem kénye-kedve szerint lövöldözik, hanem pontosan tudja, hogy melyik állatot kell „eltávolítani”?

– Éppen ez a lényeg! Rettentően rossz a vadászat PR-ja, teljesen mást közvetít, mint amiről az valójában szól. A magyarországi faunából hiányoznak azok a ragadozók – például, medve, farkas, hiúz –, akik a beteg, sérült, életképtelen egyedeket kiragadják az állatállományból, ezért a vadászra marad ez a szerep. A másik probléma, hogy mivel az emberek tömegesen költöznek vidékről, faluból városba, a vadak egyre nagyobb eséllyel terjednek el vidéken – óriási mértékben emelkedett mind a szarvas, mind a vaddisznóállományunk az elmúlt két évtizedben. A hetve-

nes-, nyolcvanas évekig csak az erdőben találkozhattunk velük, de ma már az Alföld szinte bármely pontján megtalálhatók. Komoly gondot jelent, hogy rendkívül magas a rókapopuláció, ennek ugyanis humán-egészségügyi vonzatai is vannak. A rókák olyan betegségeket terjesztenek, amelyekről nem sokat lehet hallani, de hiába kongatjuk a vészharangokat, nem veszik komolyan a problémát.

Visszatérve a személyes élményeimhez, nincs túl



sok szabadidőm, egy évben maximum négyszer-öt-ször jutok el egy-egy vadászatra. Ilyenkor viszem magammal a két gyönyörű vadászkutyámat, hiszen nekik is szükségük van a gyakorlásra. Olyannyira, hogy tavalyelőtt úgy mentünk el egy januári fácánhajtásra, hogy otthon hagytam a puskámat. Ez elsőre talán furcsának tűnik, de egy vadászkutyát vadászat közben dolgozni látni számomra szívet melengető és torkot szorongató élmény, amikor a kutya és a vadász szíve egyszerre dobban. Nagy vadászung, gróf Széchenyi Zsigmond szavaival élve a vadászat vadúzás és erdőzúgás – nekem viszont örök szerelem...

Bulla Bianka

Aki a fisztula áramlást kutatja...

A Fresenius ápolónői csinosak, energikusak. Valószínű, hogy a hely szelleme, a koruk, és a még sok meglepetést tartogató sorsuk teszi őket hasonlóvá. Azért mégis van köztük némi különbség, ahogyan a nővérszeny győztéseinek portréja tükrözi. Greguschik Judit a Péterfy Sándor utcai Fresenius központban teljesít „szolgálatot”.



– Nem egyszerű a neved.

– Valószínűleg német eredetű, de még sohasem kutakodtam utána.

– Mi lenne, ha nem kérdeznék, csak mesélnél magadról?

– Minden embernek megvan a sorsa, amit élnie kell. Mindig az viszi tovább – előre, vagy hátra – milyen döntéseket hoz. Én szerencsés ember vagyok, mert nagy lelki fájdalmam még nem volt az életben. Élnék a szüleim, él a nagymamám, akivel együtt nőttem fel. Vannak életszakaszaim, melyek lezárultak, ilyen az iskola, a költözések.

– Annyit költöztél, hogy külön kell hangsúlyoznod?

– Rengeteget. 14 évesen Szerencsről Miskolcra, aztán 16 évesen visszaköltöztem. 18 évesen Zalaegerszegre mentem, ahol öt évig éltem, majd felköltöztem Budapestre. Ennek most tíz éve.

– Ilyenkor minden kedves tárgyat magaddal vitted?

– Nem ragaszkodom a tárgyakhoz. Az emlékeket a szívemben őrzöm.

– Értékes szíved lehet.

– Inkább nagy és sebezhető. Mióta kijöttem a burokból, próbálok védeni magam a kívülről jövő bánásoktól. Ma már tudom, mit jelent a szülői ház.

– Hogy kerültél ide, a Fresenius alkalmazásába?

– Véletlenül. Jelentkeztem egy álláshirdetésre, mert váltani akartam. Még Zalaegerszegen elvégeztem az Egészségügyi Főiskolát, Budapesten egy házi-betegápoló cégnél kezdtem el dolgozni. Majd az ORFI-ban az immunológián szereztem gyakorlatot, úgy mentem a Margitba és ott iskoláztak be nephrológia szakápolónak. Egyenesen a Margit Kórházba jöttem ide 2006-ban.

– Majdnem kész „orvos” vagy.

– Á, dehogy. Az biztos, hogy nagyon érdekel, hiszen dr. Rikker Csaba főorvos úr „bevett” egy kutatásába, ami a fisztula áramlás mérésével kapcsolatos. A fisztula éresszekötötést jelent. A kezelések alatt megmérjük a recirkulációt, ezt számítógépbe rögzítem, majd kiszámolja a gép az áramlást a fisztulában. Ha ez változik, akkor időben beavatkozhatunk... Úgy tűnik nagyon hasznos és sikeres, mert már több beteget kiszűrtünk, akinek romlott a fisztulája. Érdekes módon ezzel a módszerrel csak itt, a Péterfyben foglalkozunk. Nekem olyan szerencsém van, hogy együtt dolgozhatok a főorvos úrral, emellett, higiénés nővér is vagyok. Ha megjöttem a továbbképzésekről előadást tartok az ott elhangzottakról, ellenőrzöm betartjuk-e a szabályokat, és persze dokumentálok is.

– A higiénia is változik?

– A követelmények folyamatosan változnak. Minden évben váltani kell a tisztítószeret, de módosulnak a kanül-kötözési eljárások is. Minden erőnkkel és tudásunkkal megpróbálunk megfelelni az anyacég diktálta követelményeknek.

– És a magánéleted?

– Hét éve együtt élek a párommal. Hozzáteszem, hogy albérletben. Valamikor építkezni szeretnénk, de nem tudom hol, és nem tudom miből.

– Ha tíz év múlva találkozna, miről számolná be?

– Miről? Hogy lesz már egy pár gyerekem, családom és boldogságom. Az otthonomra pedig a kiengesúlyozottság lesz jellemző.

Bozsán Eta

Nekem hiányoznak a fenyvesek...

Mag Otíliaval szintén a Péterfy Sándor utcai Fresenius Központban találkoztam, érdekes, hogy innen ketten is a nyerő hármasba jutottak. Találkozásunkkor egy cseppet sem volt zavarban, pedig első látásra kislánynak hittem a 31 esztendősd erdélyi nővérkét.



Aztán feltettem neki egy kérdést, magam sem gondoltam, hogy ennyire bonyolultat. Ugyanis arra, hogy mit tart fontosnak eddigi életéből kicsit mosolyogva, zavarát leplezve azt felelte: „Ez nehéz kérdés.” Mondtam neki, hogy nem az, csak eddig biztosan nem rakta össze. Aztán felajánlottam, hogy tegyük meg ezt együtt.

Szép sorjában kiderültek a „fontos” dolgok. Mindjárt az első, hogy Oti Székelyudvarhelyen született. Mint mondta, egy hétköznapi családban nőtt fel, ahol mindig megengedték neki, hogy döntsön a saját élete felől. Így aztán az általános iskola elvégzése után beiratkozott az Elméleti Gimnáziumba. Ezt követően általános ápolói szakra járt. Mindez Erdélyben történt. A diploma után ajánlatot kapott a budapesti István Kórházról. Akkor felült nem a vonatra, hanem egy autóbuszra, hátrahagyva szüleit és az öccsét, jött szerencsét próbálni a nagyvárosba. Igaz, hogy ezt a szeren-

cse keresést megelőzte 15 év iskola, de akkor is. Ábel lány a rengetegben. A „Mit kezdtél a csend után a zajos Budapesttel? – kérdésre így reagált: „Megőrijtett a tömegközlekedés. Odahaza mindenhova gyalog mentünk.”

Kapott nővérszállást, majd felváltotta egy albérlettel. 2004-ben továbbáll, mert rátört a változtatni akarás érzése, így került a Margit Kórházba, ahol rögtön a dialízis osztályra vették fel. Később innen átköltözött a Fresenius részleg a Szépvölgyi útra Otival együtt.

Közbevetőleg megkérdezem, hogy van-e vőlegénye. „Igen. Alakul. Nem szeretek elkapkodni semmit.” Csak poénból tovább faggatom: falubeli? „Nem. Csík-

szeredai. És itt Budapesten ismerkedtünk meg.” Mi ez, ha nem fontos állomás? Kíváncsi lettem, hogy mivel töltheti a szabadnapjait.

„Négy évig nem volt gond, mert beiratkoztam levelező szakon a közgazdasági alapképzésre. Nyáron fejeztem be.” És a szórakozás? „Kirándulni nagyon szívesen megyünk, ilyenkor nagyokat sétálunk, gombázunk, tollasozunk a párommal. A gombákat ő ismeri jobban, többnyire csak őzlábgombát szedünk, mert azt nagyon kedveljük kirántva.”

A Szépvölgyi útról 2007-ben ment át a Péterfybe, azóta itt van. Ha jól számolom, akkor Oti 19 évet tanult, hogy minél jobb nővér lehessen. Bár az is lehet, hogy ezt nem a tanulásnak köszönheti, eleve ilyen szelíd, kedves és empatikus.

Mesélj a betegekről – fordulok hozzá újabb kéréssel. „Lehet, hogy vannak történetek, csak nem jutnak eszembe. Mindenki jó a kapcsolatom.” Egyetlen felesleges, csacsogó-locsogó szava nincs.

Befejezésül belecsaptam a lelki lecsóba. A nincs-e honvágyad kezdetű kérdésre azt válaszolta, hogy: „Van. Ami nagyon hiányzik az a sok zöld. A fenyvesek, az erdők. El tudom képzelni, hogy valamikor végleg hazatérjek. Sokszor még karácsonykor sem tudok haza utazni mert az út 8–10 óra. Ilyenkor anyuék jönnek Pestre, hozám. Nálunk odahaza egyébként más a karácsonyi menü, mint itt. Hal nincs karácsonykor, lencse sincs újévkor. De van beigli és töltött káposzta. Az éjfél mise viszont a világon mindenütt egyforma.”



„Minden jót Mónika!”

Fehérné Szűcs Mónika a Kecskeméti Fresenius állomás munkatársa. Nála nem voltak vargabetűk, azonnal dializáló nővérként kezdte. Összetartó csapatban dolgozik, ahol együtt nőgatják a betegeket az életminőségüket javító szabályok betartására, és persze mást is csinálnak együtt, leginkább karácsonykor.



– Bemutakoznál egy rövidített életrajzzal?

– Kecskeméten 1974. november 9-én születtem. Tanulmányaimat is ebben a szép városban végeztem, utána egyből a kecskeméti kórház dializálójában kötöttem ki. Kezdként teljesen ismeretlen volt számomra a szakma, de vonzott, hogy más kórházaktól eltért a munkafolyamat, a körülmények és a légkör. Az évek folyamán természetesen nem csak a dializáló, de az én életem is változott, férjhez mentem, gyerekeim lettek, Darinka lányom 13, Szilárd fiam 5 éves.

– Kicsi gyerekkorod óta tényleg dializáló nővér szerettél volna lenni?

– Nem is tudom. Lehet, hogy a véletlen segített megtalálni magamat. 2004-ben megszereztem a felnőtt szakápolói képesítést és a GYES után a megújult, szép és modern FMC dializáló várt vissza. Jelenleg 18 nővér tevékenykedik nálunk nagy-nagy igyekezettel. Mindennapi munkánk során a betegek többségével sikerült kialakítani egy viszonylag szoros kapcsolatot, melyben óriási szerepe van a rendszeres, heti háromszori kezeléseknél. Zömében jellemző betegeinkre az együttműködés saját életminőségük javítása érdekében, például megfogadják diétás tanácsainkat. Természetesen előfordul olyan is, aki megy a saját feje után, és nem számít sem az orvosi, sem a nővéri javaslat.

De! Az ilyen pácienseket is megpróbáljuk terelgetni a helyes irány felé, még hozzá csapatmunkával.

– Tudom, hogy a beteg számára az a derű, mely a fehérköpenyekből árad, nagy segítség. Te honnan merítesz erőt a mosolyhoz?

– Meggyőződése, hogy ha a nyugodt családi háttér biztosított, akkor a munkában is a maximumot lehet kihozni, de legalább ennyire fontosnak tartom a jó munkahelyi légkört is. A hobbim is kikapcsol, imádok kertészkedni. Másrészt sokat bicajozom a gyerekekkel.

– Vannak zűrös napjaid?

– Naná! De olyankor is fel tudnak vidítani a munkatársak, és visszakanyarodva az előzőkhöz, szerintem a mi csapatunk egy határozottan jó kis összetartó csapat. Karácsonykor az összes dolgozó együtt vacsorázik – közben kellemes dumaparti is zajlik – sőt, még táncra is perdülünk. Egyéb-

ként családi napokat is szoktunk szervezni, ami a csapatépítés szempontjából szintén fontos. Ilyenkor össznépi focizás a gyerekekkel és hasonló mulatságok vidítanak fel bennünket.

– Hogy töltöd a szabadságod?

– Összekeverem az aktív és a passzív pihenést. Egy pár nap lustálkodás után, jöhetnek a kirándulások, a múzeumok. Legjobban a tengerparti nyaralásokat szeretem. Pontosabban szeretném.

– A Napfelkeltét vagy a Naplementét kedveled?

– Határozottan a nyári Naplementékre szavazok. Nekem valahogy romantikusabb, nagyobb nyugalmat áraszt. Persze a szép enyhe ősz is nagyon tetszik a sok színes falevével.



Csúcstechnológia Debrecenben

„Komplett ambulanciával, két új kezelővel, hasi dialízis elvégzését biztosító rendelővel és kanüláló helyiséggel, valamint modern vízgépészeti rendszerrel is bővült a Debreceni Egyetem Extracorporális Szervpótló Centruma. A frissen átadott, 107 millió forintos, 540 m² alapterületet érintő fejlesztés a veseelégtelenségben szenvedő betegek magas színvonalú és hatékony ellátását biztosítja.” (Debrecen, 2009. június 5.)



Paragh professzor munka közben

A hír háttéréhez az is hozzátartozik, hogy a beruházást a Debreceni Egyetem Extracorporális Szervpótló Centrumát 2008 májusától működtető Fresenius Medical Care nemzetközi dialízisszolgáltató- és gyártó cég hajtotta végre. A magas színvonalú szakmai munkát folytató szervpótló centrum a fejlesztésnek köszönhetően újabb szolgáltatásokkal bővítheti klinikai, oktató és tudományos tevékenységét. Az 540 m² alapterületet érintő beruházás eredményeként egy korszerűen felszerelt szakambulanciát, egy 10 és egy 8 ágyas kezelőhelyiséget, illetve nővér- és betegöltözőt alakítottak ki a DEOEC Extracorporális Szervpótló Centrumában, de hasi dialízisre alkalmas kórteremmel, valamint kanüláló helyiséggel is bővült a komplexum. Az életmentő szervpótló kezeléseket továbbá modern vízgépészeti és központi koncentrátum-elosztó rendszer is támogatja ezentúl. Nem véletlen tehát, hogy a Debreceni Egyetem Orvosi és Egészségügyi Tudományos Centrumának vezetője Prof. Paragh György nagyon elégedett a nephrológiai szolgáltatásokkal. Úgy fogalmaz, hogy az egyetem ismert arról, hogy a legmodernebb technikák és technológiák befo gadására és alkalmazására törekszik. Ebben maximálisan segít a Fresenius, így Debrecenben is – ahogyan világszerte – a legkorszerűbb berendezések, csúcstechnológiák biztosítják a vesebetegek ellátását.

– Hogyan működnek együtt a hálózattal?

– Ennek az együttműködésnek az a lényege, hogy Balla József professzor úr vezetésével az egyetem

belgyógyász szakemberei vesznek részt a művese központ működtetésében, és ők látják el a betegeket. Az Extracorporális Szervpótló Centrum fejlesztése – ahol jelenleg is több mint 170 beteg szervpótló kezelését végzik – a krónikus vesebetegek sokoldalú kezelését és a gyors felépülését, illetve a veseelégtelenségben szenvedők túlélését segíti a legmagasabb színvonalon és a leghatékonyabb módon.

– Az önök orvosai kaptak valamilyen külön felkészítést?

– Erre nem volt szükség, mert szakembereink évtizedek óta dolgoznak ezen a területen és országosan is elismert nagy tekintélyű specialisták. A tevékenységbe most kapcsolódó fiatalokat is ők képzik, ők irányítják. –

Paragh professzor úgy látja: megtörténtek a legfontosabb fejlesztések. Ezek közül kiemelte a dialízishez szükséges víztisztító rendszer kiépítését. A műszerpark egyes elemeinek amortizációját szakemberek figyelik, és a gyártóval együtt időben végrehajtják a cseréket. Az egyetemnek mindazonáltal van egy nagy terve, és pályázatot adott be egy detoxikáló készülék felállítására. Ennek segítségével azoknak adnának esélyt az életre, akik például gombamérgezést kaptak vagy akkut májelégtelenségben szenvednek. Paragh György úgy tudja, hogy a Fresenius cégnek is vannak ezen a területen kutatási-fejlesztési tervei, tehát minden remény meg van arra, hogy partnerei lehetnek egymásnak. Rövid kérdések és rövid válaszok; hiszen a professzornak, a centrum-elnöknek minden egyes perce be van osztva. Beszélgetésünk előtt egy értekezleten vett részt, de már indul is a hallgatóihoz előadást tartani. Kézenfekvő az utolsó kérdés...

– Hogyan kapcsolódik ki, mit csinál kevéske szabadidejében?

– Kedvenc hobbim a síelés, és az úszás, no és az olvasás. Sajnos, az utóbbi időben gyakran előfordul, hogy az ünnepeken, szabadnapokon sincs módom igazi kikapcsolódásra. Ilyenkor igyekszem bepótolni a tudományos munkában történt elmaradásomat, és előkészítem a publikációkat.

Csák Elemér

Otthonra találtak... Ózdon...

A tizenhárom éves ózdi művese állomás 70-75 beteget lát el, mindannyian HDF kezelésben részesülnek. Dolgozói jól érzik magukat, szeretik amit csinálnak, így aztán nincs semmi meglepő abban sem, hogy errefelé általános vélemény: „innen akarok nyugdíjba menni”.

Kezdjük a központ történetével. 1996. június 19-én nyitotta meg kapuit az ózdi művese állomás hat kezelőhellyel, már Fresenius gépekkel, de még az NMC színeiben. A betegek száma a kezdeti 19-ről gyorsan nőtt, hamarosan két újabb gépet kellett beállítani. 1997-ben már az FMC zászlaja alatt „hajóztak”, a kezelőhelyek száma pedig nyolcra bővült. 1999-re kinőtték az állomást, így 2000-ben bővíteni kellett. Beépítették a tetőteret is, azóta tizenhárom ágy várja a betegeket. 2004-ben új szárnyat kapott az épület, melyben vendégszobát is ki tudtak alakítani. Az ózdi állomás közel 120 ezer lakost lát el. A nephrológiai ambulanciát – amelyet házon belül sikerült kiépíteni – 2002-től működtetik, jelenleg 750 beteget gondoznak. Az osztályos háttérrel a Miskolci Nephrológia és az Ózdi Kórház biztosítja.

Az állomás vezetője Dr. Koós Aranka 1977-ben végzett a Pécsi Orvostudományi Egyetemen. Tanulmányai befejezése után az ózdi kórházba került, ahol 18 évig dolgozott belgyógyász, majd reumatológus szakorvosként. „Nagyon szerettem a munkahelyemet, véglegesnek gondoltam. 1994 tavaszán mesélte egy kollégám, hogy Ózdon művese állomás nyílik, ahová vezetőt keresnek. „Majd én elmegyek!” – mondtam. Viccnek szántam, komoly lett.” – meséli. 1995 januárjában megkezdődött a kis csapat (öt nővér) „kiképzése” a Miskolci Nephrológián. „Erre az időre nagy szeretettel gondolok vissza, mert nem csak szakmai ismereteket kaptunk... A mai napig üdvözlnek bennünket az akkor kezelt betegek a kollégák pedig barátokká váltak.” – teszi hozzá a doktornő. 2004-ig egyedül volt főállásban három rész munkaidős kollégával, akik közül az egyik belgyógyász szakorvost sikerült főállásba csábítani. „Büszkéek vagyunk állomásunkra. Jó olyan hálózatnak tagja lenni, ahol a betegek nemcsak világszínvonalú kezelést kapnak, hanem otthonra is találnak.” – foglalja össze.

A doktornőnek rengeteg munkája mellett egy kevés szabadideje is akad: „Természetrajongó vagyok.



Szabadidőmben túrázom, kertészkedem. Szeretem az irodalmat, a zenét.” – meséli.

Legnagyobb veszteségem egy postabélyeg volt...

Az ózdi művese állomás meghatározó alakja Kovács István műszaki gondnok. Mikor megpályázta a helyi újságban meghirdetett állást, még az idegen szavak szótárát is fellapozta, mit jelent a „dialízis” szó. Azóta sokat tanult. „Középiskolás éveim után a kohászatban helyezkedtem el villanszerelőként. Talán még mindig ott dolgoznék, ha nem zárják be a gyárat. 1995. december elején pályázati felhívás jelent meg a helyi újságban dialízis technikai munkakörre. Az ismeretlen szó felkeltette az érdeklődésemet. Gyorsan elővettem az idegen szavak szótárát, megnéztem, mit is jelent, és elhatároztam, hogy megpályázom az állást. Végül is legnagyobb veszteségem egy postabélyeg lehet... Nyertem!” – meséli történetét.

A technikai feladatokat a Miskolci Nephrológián sajátította el. Mint mondja, ezután élvezetes, kihívásokkal teli időszak következett, miközben egyre több szakmai tapasztalatra tett szert. A dialízis gépek javításán és a vízrendszer karbantartásán túl feladata volt a ház összes műszaki berendezésének működőképes fenntartása, és emellett a munkavédelem és a tűzvédelem is hozzá tartozott. Évek óta ő végzi a Fresenius állomások villamos biztonságtechnikai felülvizsgálatát.

2004 szeptemberében átszervezés történt a cégen belül; azóta a dialízis gépek javítását egy köz-

ponti csapat végzi. Kovács István jelenleg műszaki gondnok. „Hiányzik a gépek javítása, mert addig az volt a munkám legszebb, legizgalmasabb része. Persze tennivaló és megoldásra váró probléma így is bőven van, amit legjobb tudásom szerint igyekszem teljesíteni.” – magyarázza. Kovács István hobbija a méhészkedés. „Van egy 20–25 családos méhállományunk, melynek ellátásában a feleségem is aktívan részt vesz. A szorgos kis rovarokkal való foglalkozás sok örömet és természetesen elfoglaltságot is jelent.” – teszi hozzá. Ötvenöt éves elmúlt, és mint mondja, innen szeretne nyugállományba vonulni, csak úgy, mint a többiek.

Vámos Éva



Transzplantáltan...

Dobogós hely a világjátékokon...

Szendi János vagy egy tucat éremmel büszkélkedhet, és három születésnapot is tarthatna. Az elsőt augusztus 14-én, ez a valódi születésnapja, a másik kettőt októberben és márciusban – ekkor kapott új vesét kettyszer is. Van olyan nap, amikor biciklivel 173 kilométert is leteker...

– Kilencvenegyben kezdődött minden – meséli a Tomori Pál általános iskolában, ahol éppen ping-pong edzést tart. – Egyszerű felső légúti megbetegedésnek tűnt; hőemelkedésem volt, a háziorvos javaslatára otthon teázgattam, pihentem, tulajdonképpen még jól is esett a lazítás, csakhogy, a hőemelkedésem szűnni nem akaró, makacs lázzá nőtte ki magát. A háziorvos beutalt a kórházba. A szüleim halálra rémültek, amikor azzal hívták fel őket, hogy a vérképem alapján leukémiás vagyok. Máshol azt mondták: ez májgyulladás. Végül kiderült, hogy egyik sem – a vesém unta meg a szolgálatot. Akkor ijedtem meg igazán, amikor az egyik orvos „megnyugtatót”, hogy ha kapok is új vesét és esetleg túlélem, akkor sem lesz soha teljes életem. A négy fal között kell majd töltenem, nehogy elkapjak valami fertőzést, abba ugyanis belehalnék. Kár, hogy nem emlékszem a nevére, szívesen odaállnék elé, hogy eltelt tizenhét év, és lám, még mindig élek, ráadásul dolgozom; tanítok, sportolok, jól érzem ma-

gam. Akkor felmerült bennem, hogy egy ilyen életnek nincs sok értelme. Hála Istennek, nem sokkal később találkoztam valakivel, aki már túlesett egy szervátültetésen – sajnos, azóta már meghalt –, ő adta vissza az életkedvemet. Az első vesémet 1992 októberében kaptam, 97 dialízis kezelés után.

– Mire gondolt a műtét előtt?

– Félttem. Fogalmam sem volt, mi vár rám, ráadásul, nagyon jól bírtam a dialízist, nem nagyon akartam a transzplantációt. Olyannyira, hogy amikor bementem a kórházba, azt találtam ki, hogy nekem bizony borzasztóan fáj a torkom, biztosan nem kaphatom meg azt a vesét. Persze, rögtön hívtak egy gégészt, és kiderült, hogy semmi bajom. Végül is, beadtam a derekam.

– Mi az, amin a transzplantáció után változtatnia kellett az addigi életviteléhez képest?

– Eleinte nem lett volna szabad annyit mozognom. Én viszont, szinte rögtön a műtét után bekapcsolódtam a Magyar Transzplantáltak Kulturális és Sportegyesületének munkájába. Az a barátom hozott velük össze, aki lelket öntött belém, anno. Október másodikán műtöttek, december végén már velük sieltem. Igyekeztem minden lépésemre odafigyelni, véletlenül sem elesni, szerencsére, ez sikerült. Hamarosan elkezdtem focizni a haverokkal, persze, ők is vigyáztak rám – direkt nem rúgtak hasba –, és én is azon voltam, hogy ne találjanak el. Meggyőződésem, hogy sport nélkül sokkal nehezebb lett volna minden. Ez az

egyik legjobb gyógyszer! Fizikailag és lelkileg is rengeteget segített. Arról nem is beszélve, hogy a szervátültetettek közössége egy nagycsalád, ahová jó tartozni. Nemcsak az edzéseken találkozunk, sok időt töltünk együtt – megünnepeljük egymás névnapját, születésnapját, veseszületésnapját...

– A versenyekről se feledkezzünk meg, hiszen remek helyezéseket ért el, nem is egy sportágban!

– Ez azért nem volt mindig így; 1993-tól kezdve részt vettem a szervátültetettek világjátékán, de említésre méltó eredményeim először 1999-ben, hazai pályán születtek. Attól kezdve minden világjátékon dobogós helyezést értem el. Két aranyérmet szereztünk a röplabda csapattal, kétszer nyertünk párosban pingpongban, tollasban is ezüst-, illetve bronzérmesek lettünk. A thaiföldi világjátékot sajnos ki kellett hagynom – újabb dialízis következett.

– Mi történt a veséjével?

– Előregedett, valószínűleg, az a tízennégy év volt belekódolva, amit együtt töltöttünk. Már korábban elkezdett emelkedni a kreatinin-szintem, ez jelezte, hogy a vesém nem úgy méregtelenít, ahogy kellene. Az első műtőtem idején 27 éves voltam, akkor azt mondtam, boldog vagyok, ha 37 éves koromig működik. Soknak tűnt az a tíz év. Ma már másképp látom. 2006 szeptemberében kerültem várólistára, de akkor még nem kellett dialízisre járnom. Arra gondoltam, tavasszal kezdem el a kezelést, de abban az évben volt egy nyolcadikos osztályom, nem akartam őket magukra hagyni, kihúztam június végéig. Akkor jött egy tíznapos vízi tábor, majd pedig a Szalamanov Zsuzsa által szervezett gyerektábor, amelyen minden évben részt veszünk a feleségemmel, aki szintén testnevelő tanár. Ez már nem kellett volna. Napi három úszásoktatást és egy délutáni teniszedzést tartottam, csak hogy addigra 57 kilóra fogytam. Zsuzsa és a feleségem nem bírták tovább nézni, amit csinálok, néhány nappal később már a kezelésen feküdtem. Pontosan ugyanannyi kezelést kaptam, mint az első műtét előtt; 97-et. Éppen az utolsó dialízisen voltam, amikor felhívtak, hogy úgy tűnik, „megvan az új vesém”. A második műtét előtt már nem voltam ideges, tudtam, mi miért történik. Minden zökkenőmentesen ment, úgyhogy egy héttel később már otthon is voltam. A szeptemberi Európa bajnokságon bronzérmesek lettünk pingpongban, harmadik helyezést értem el egyénileg is, és megnyertük a röplabda-versenyt.

– Ezek szerint, a fizikai aktivitása egy szemernyi sem csökken!

– Nem. Csak arra ügyelek, hogy ne érjen sérülés, és ha úgy érzem, fáradok, akkor leállok, vagy pihenek egy keveset. Nemrég a huszonegy éves fiam megkérdezte, nincs-e kedvem elkerekeznem vele Párkányba; imád biciklizni, számos külföldi biciklitúrán részt vesz. Gondoltam, Párkány nincs messze, 50 kilométer, annyit vígan letekerek. Igen ám, csak nem tudtam, hogy egy kéthetes Svájci túra felkészítő edzésére jelentkeztem. A nap végére 173,6 kilométert tudtunk a hátunk mögött. Nem mondom, hogy kipihenten érkeztem haza, de izomláznak, rosszullétnek nyoma sem volt, sőt, előfordult, hogy másodikként értem fel a hegyre.



– Tudja, van egy mondás, hogy a betegség lehetősége arra, hogy kijavítsuk a hibáinkat. Hogy érzi; adott önnek valami pluszt mindaz, amin keresztül ment? Mi változott a lelkében?

– Teljesen mást tartok fontosnak, mint korábban. Hétköznapi dolgoknak is nagyon tudok örülni; például, ha a fiam elhív biciklizni, ha elmegyünk a családdal kirándulni, ha találkozom a barátaimmal, ha sportolhatok. A pénz értéke is megváltozott. Azt gondolom, hogy egy szükséges rossz. Nem azt mondom, hogy nem érdekel, de nem feltétlenül vállalom plusz munkát azért, hogy több pénzt keressek. Persze, ha enyém volna az ötös a lottón – ami nem következhet be, mert nem lottózom, s ezzel máris heti ötszáz forintot nyerek –, tudnám mire költeni, de nem ez számí! Sokkal nagyobb öröm azt látni, hogy a Szalamanov Zsuzsa-féle gyerektáborban az a kisfiú, akinek súlyos gerincferdülése nehezíti meg a mindennapjait, boldogan vigyorg a hat méter magas rekeszvár tetején, amit ő épített...

Globálisan és lokálisan...



Az Amgen a világ vezető biotechnológiai vállalata, a sejt és molekuláris biológia fejlődésén alapuló human terápiák felfedezésével, fejlesztésével és gyártásával foglalkozik. A cég tudományosan elkötelezett a betegek életminőségének javításáért. Olyan készítményt is gyárt, amely használatos a dializáltak kezelésében, ezért a

két multinacionális vállalat évek óta együttműködik. A hogyanról Kátai József üzletágvezető számol be.

– Mióta dolgozik együtt a Fresenius és az Amgen?

– 2007 eleje óta, és ez nemcsak Magyarországon létező partneri kapcsolat, hanem egy tudományos, szakmai együttműködés Európa több országában, ahol Amgen képviseltet van, illetve ahol a Fresenius dialízis állomásokat üzemeltet. Korrekt munka-, és szakmai kapcsolat alakult ki közöttünk vállalati szinten és személyesen is. Zoltán György az FMC magyarországi igazgatója, én az Amgen Nefrológia és Csontanyagcsere Üzletágának vagyok a vezetője. Ez a személyes és vállalati együttműködés elsősorban a betegellátás, a betegek számára előnyös.

– Mióta veszel részt Te ebben a munkában?

– Harmadik éve, ugyanis 2007 nyarán csatlakoztam az Amgenhez. Előtte a gyógyszeriparban más cégeknél, különböző terápiás területeken szereztem tapasztalatot. Érdekes, hogy 1994-ben az egyetem elvégzése után első munkahelyem – klinikai gyógyszerészként – a Pécsi Egyetem II. Belklinikája volt, ahol nephrológiai centrum is működött, és a dialízis központot azóta is a Fresenius üzemelteti. Tehát mondhatjuk, hogy 2007 nyarán visszatértem a nephrológia berkei-

be és bár személyesen a klinikai évek alatt nem találkoztam Zoltán Gyurival egyfajta munkakapcsolat már akkor is volt közöttünk.

– Mit érdemes tudni az Amgenről?

– Az 1980-ban alapított Amgen volt a rekombináns DNS technológián és a molekuláris biológián alapuló terápiás célú kutatások úttörője, több áttörést hozó biológiai módszerrel előállított készítményt gyártott. Jelenleg is aktívan kutat az onkológia, a gyulladásos- és anyagcsere-betegségek, a csontritkulás, a vérképzőszervi, vesebetegségek és a neurológia területén. A proteinek, kis molekulájú anyagok, antitestek, peptidtestek és nukleinsavak kutatásában nagy tapasztalattal rendelkező szakemberek a célbetegség jellegére szabott módszereikkel új, potenciális terápiák kifejlesztésén dolgoznak. Az Amgen készítményeit világszerte használják a rákos betegségben, a vérszegénység kezelésében, a rákos betegek támogató terápiájában, reumatoid artritiszben és egyéb súlyos betegségekből is.

– Térjünk vissza az Amgen és Fresenius együttműködésére. Minden kapcsolatban vannak hullámhegyek, hullámvölgyek, nemcsak a magánéletben, ha-

nem a cégek közötti hivatalos kapcsolatokban is. Rátok ez mennyire jellemző?

– Hullámvölgyekről semmiképp nincs szó, rendszeres, jó kapcsolatban vagyunk, nemcsak Zoltán Györggyel, hanem a Fresenius orvosával, én és az Amgennél a nephrológiai területen dolgozó kollégáim is. A már említett globális együttműködést ültetjük át, adaptáljuk Magyarországon a mindennapokban. Mindkét cég a maga területén vezető szerepet betöltő multinacionális vállalat, amely országonként eltérő feltételekkel szembesül.

– Feltételezem, hogy időnként megfordulsz a dialízis állomásokon is. Milyennek látod őket, milyen a színvonaluk?

– Magyarországon a krónikus vesebetegek dialízis ellátása köszönhetően a dialízis szolgáltatóknak – ezek között a Fresenius a legnagyobb –, színvonalában valóban egyenértékű a nyugat-európai országokéval. Úgy látom, hogy a dialízis állomások személyzete – ápolók, orvosok egyaránt – nagyon elkötelezetten dolgozik azért, hogy a betegek a mindennapjaikat meghatározó kezelésekhöz a lehető legmagasabb színvonalon, közvetlen, családias légkörben jussanak hozzá. Ha már a személyes együttműködésről is beszélünk, hadd említsem meg, külön öröm volt számomra, amikor részt vehettem a Fresenius magyarországi 15. születésnapjára tartott ünnepségen. Igazi retro parti volt, ahol együtt ropták a beteg, az orvos, a menedzsment tagja, mindenki remekül érezte magát.

Faggatnám még, de látom, hogy siet. Nagyon várja egy tíz hónapos kislegény, a kicsi Jóska. Persze, ismernek ők más férfi nevet is, de ragaszkodnak a hagyományokhoz. Kátaiéknál ugyanis az első szülött fiúk nagypapáktól kezdve ezt a keresztnevet viselik.

Egy fiú a házból

Miután kezet fogtunk, épp elkezdtem volna mentegetőzni, amiért a megbeszéltnél picit később érkeztem. Szabó István megnyugtatóan, hogy nem siet sehová, hosszú lesz a nap, a lányáért sem ő megy ma az oviba. Ahogy a kicsiről kezdtem kérdezni, felragyogott a szeme – hirtelen nem a gazdasági igazgatóval, hanem egy boldog apukával beszélgettem.

– A Pénzügyi Számviteli Főiskola után sikerült megcsípnem álmaim állását: a komoly háttérrel, szimpatikus termékkálával rendelkező Gillette Kft.-hez kerültem. Rengeteget profitáltam a munkámból; megtanultam, hogyan épül föl és működik egy multinacionális cég, sokat jártam külföldre. Fokról fokra egyre följebb lépegettem a ranglétrán, viszonylag hamar elég magas pozícióba jutottam. Hetedik éve dolgoztam a cégnél – akkor már gazdasági igazgatóként, amikor megszűntették a magyarországi pénzügyi szekciót, gyakorlatilag, kihúzták alólam a csapatot. Úgy döntöttem, váltok. Ekkor kopogtattam a Fresenius ajtaján. Bár számomra ismeretlen területre tévedtem – legalábbis, ami a szolgáltatást illeti –, a cég felépítése, a német mentalitás cseppet sem volt idegen. Ráadásul, úgy kerültem új helyre, hogy közben maradtam a régin, tudniillik ugyanebben az épületben dolgoztam, csak néhány emelettel följebb, a negyediken. Sokáig én voltam „a fiú a házból”...

– Mit szeret leginkább a munkájában?

– Imádom a pörgést, azokat a napokat, heteket, hónapokat, amikor gondolkodni, tárgyalni kell, tettek, aktivitás, gyorsaság van szükség, amikor vitatkozni, érvelni kell, legyen az itt házon belül, vagy akár külső partnerekkel. A langyos vizet nem szeretem. Hagyni magunkat sodorni az árral, az nem az én világom. Én úszni szeretek, még az se baj, ha árral szemben! Hét éve vagyok itt, egy havi zárás például már rutinmunkává vált, nem jelent kihívást. Persze, nehezebb dolgom volna, ha nem lenne a hátam mögött egy remek csapat. Nélkülük nem tartanék itt sem én, sem a cég. Nagyon komoly munkát végeznek – az érzékeltetés kedvéért; ilyen kaliberű cégnél a pénzügyi csoport nem ritkán kétszer ekkora! Nem győzöm eléggé dicsérni őket.

– Ezek szerint büszke a csapatára. Mire büszke még?

– A jelenlegi helyzetben is jól megy a szekér, ez nagy szó. Természetesen, ebben mindnyájunknak óriási felelőssége van, minden forint számít. Tudjuk, hogy válság van, tudjuk, hogy nincs pénz a magyar egészségügyben, és multinacionális cég lévén mi vagyunk az utolsók a sorban, akik kapnak, a dialízis privatizált szekció, ide jut a legkevesebb pénz. Nagyon nehéz talpon maradni, de egyelőre sikerül kielégítenünk a tulajdonosi igényeket, határidőre kifizetjük a szállítói számlákat, soha nem volt gond a fizetések átutalásával, változatlan formában, világszínvonalon nyújtjuk a szolgáltatást. Bízom benne, hogy a szerencse, és a tulajdonos türelme még jó darabig kitart...

– Így legyen! Ha nem tévedek, a magánéletében elkísérte a jó szerencse, hiszen felesége, és a négyéves Eszter várja otthon nap mint nap. Mit szól a pici lány a karácsonyhoz?

– Nagyon élvezi. Együtt díszítjük fel a fát, együtt bontjuk ki az ajándékokat, lány lévén imád mindent, ami csillog, a díszeket, a fényeket, a szaloncukorpapírt, különösen, amikor már üres, és a pocakjában van a tartalma.



Az ünnepi készülődést illetően elmaradásban vagyunk. A feleségemmel a főiskolán ismerkedtem meg, tizennégy éve vagyunk együtt, és sajnos, még diákkorunkban mindketten felvettük azt a mentalitást, hogy mindent az utolsó pillanatra hagyunk, amikor már ég a ház. Rendszerint november végén, december elején kezdünk el kapkodni, ajándékokat beszerezni. Karácsonyfát például még életemben nem vettem december közepe előtt, általában huszadika környékén sikerül szert tenni rá. Régebben,

amíg csak ketten voltunk, akkora fát vettünk, amekora befért, de a kislányom születése óta a nappali egy részét az ő kis játéka, asztalkája, széke uralja, ezért egy ideje kisebb fát választunk.

– **Ki felel az ünnepi menüért?**

– Sokáig hazajártunk, vagy a párom szüleihöz, vagy az én édesapámhoz, de mióta hárman vagyunk, otthon töltjük a karácsonyt. Én nagyon szeretek főzni, előfordul, hogy a karácsonyi menüt a feleségemmel együtt készítjük el, sőt az is, hogy csak én. Igyekszünk mindig valami újjal előrukkolni, kifejezetten kedveljük a halas, vagy rákos ételeket. Ha halról, vagy különlegesebb ételekről van szó, általában enyém a konyhapult. A mindenem az olasz konyha, bár a tengeri herkentyűkkel egy spanyolországi út alkalmával kerültem szoros kapcsolatba. Négy-öt napig voltunk a céggel Barcelonában, ahol minden nap a tenger gyümölcseivel laktunk jól, azóta is a rabjuk vagyok, hiszen finomak, egészségesek, táplálóak. A kicsi is, és mi is nagyon szeretjük, mindenféle változatot kipróbálunk. Természetesen, hétvégén gyakran a feleségem főz, jellemzően a vidéki magyar konyha remekeit, ja, és isteni a pizzája!

– **Úgy látom, a kulináris örömök nem hagynak maguk után plusz kilókat. Sportol valamit?**

– Sokat fallabdázom, másfél éve golfozom: most már egész tűrhető szinten. 14 éves koromig néptáncoltam. Kedd és a hétvége kivételével minden nap három órán keresztül próbáltunk. Szolnokon, ahonnan származom, az egyik legismertebb táncegyüt-

tes volt a miénk, rengeteget léptünk fel, külföldre jártunk, jól éreztük magunkat. A mai napig imádok mozogni. Hetente egyszer, ha tehetem, kétszer fallabdázom, ugyanennyit járok edzőterembe, hétvégénként, ha jó az idő, kerékpározom, vagy elmegyek golfozni. Időnként Esztert is fölpakolom a biciklire. Természetesen, a szabadidő nagy részét ő tölti ki.

– **Meséljen nekünk a kishölgyről!**

– Csak jót tudok róla mondani; okos, ügyes, kedves. Szereti a szép ruhákat, az ékszereket; gyöngyből nyakláncot, karkötőt csinál magának, és büszkén hordja is azokat. Ezzel együtt nem annyira „csilli-villi”, szerintem pont a helyén van. Egy bájos, aranyos kislány, aki mellesleg szeret biciklizni, focizni, az autók és a babák egyaránt érdeklik. Igyekszünk megfelelően nevelni őt, talpraesettnek, határozottnak, bátor kiállásúnak, legyen önbizalma, sok-sok sikerélménye, és persze szenvedjen el kudarcokat is, hiszen azokból tanul, és lesz erősebb. Mi magunk arra törekszünk, hogy következetesek, engedékenyek legyünk, ugyanakkor nem akarjuk elkényeztetni. Örült büszke vagyok arra, hogy négyévesen felismeri a háromjegyű számokat, a húszas számrendszerben összead és kivon, minden betűt ismer, rövid szavakat összeolvas. Olyan az agya, mint egy kis szivacs, mindent megjegyez, és a legváratlanabb helyzetekben tárja elének a tudományát. Csak a legmerészebb álmainkban gondoltuk, hogy egy ilyen kis tünemény lesz mellettünk, akivel nincs semmi baj, csak az öröm. Imádom!

Bulla Bianka

„A Jézuska reggel jön hozzánk”



A csinos, szerény – nagy kincs ez manapság – főorvos asszony csöppet sem hivalkodó környezetben nőtt fel. Nem hullott az ölébe semmi, élete nagy részét tanulással töltötte. Most Győri Csilla vezeti a B.A.Z. Megyei Kórház higiénés osztályát.

„1966-ban születtem a pestmegyei Süllysáp nevű faluban. Általános iskolába ott jártam, a gimnáziumot és az orvosi egyetemet Szegeden végeztem. Gyermekkoromban egyszerűen éltünk. Volt egy olajkályhánk, amit hajnalonként begyújtottak a szüleim. Akkor még december 24-e munkanap volt, anyuék elmentek dolgozni. A karácsony estét 25-én reggelre „helyeztük át”. Mindkét testvérem-

mel nagyon vártuk az ébredést. Egyik emlékezetes karácsonyom az volt, amikor reggel mezítláb beszaladtunk a nagyszobába és a fal alatt egy igazi hajas babát találtam. A csuklóján egy szív alakú medál, benne a neve: Ari. Ő volt az első hajas babám.

Az egyetem elvégzése után az első munkahelyem Tiszakesziben volt, ahol klasszikus családorvosi munkát végeztem, hiszen felnőtt-

teket és gyerekeket is gyógyítottam. Hozzám tartozott a terhes gondozás, a csecsemő-tanácsadás is, így valóban születésüktől tudtam nyomon követni betegeimet. Közben levelező tagozaton elvégeztem az orvosi jogot.

Hogyan tovább? Közel 10 év után az ÁNTSZ-be mentem dolgozni, ahol a járványügy volt a szakterületem. Ott közigazgatásból szakvizsgáztam. Időközben Miskolcra, a B.A.Z Megyei Kórházba kerültem, Magyarország második legnagyobb kórházába. Itt a Higiénés és Minőségfejlesztési osztályt vezetem. Ehhez eurokonform szakvizsgát szereztem megelőző orvostan és népegészségtanból (public health and prevention medicine). Tavaly óta a régió higiénés szakfőorvosi teendőit is ellátom.

A Fresenius miskolci intézeténél 2008 óta dolgozom. Családi indíttatásom is van, hiszen a nővérem több mint tíz éve vesebeteg. Sokáig dializálták, aztán sikeres transzplantáción esett át. Így nemcsak orvosként, de magánemberként is érint ez a munka.

Mi a legnehezebb? A vesebeteg populáció nagyon sérülékeny, többféle betegségük van egyszerre, ez gyengíti az immunrendszerüket. Ezen túl, a dialízis kezelés invazív beavatkozás, komoly veszélye van a vérrel, testvázadékkal átvihető fertőzéseknek. Nozokomiális megbetegedésnek hívjuk – régen iatrogén fertőzésnek nevezték – azt, ha a páciens az orvosi ellátás vagy beavatkozás során kap el fertőzést vagy betegszik meg.

Célunk, hogy a kezelés során semmiféle fertőzést ne kapjon el, illetve ha mégis, annak a jeleit időben észreveggyük és megtegyük a szükséges óvintézkedéseket. Az FMC hálózatán belül a szolgáltatás minőségének egységesnek kell lennie Sopronban és Sátoraljaújhelyen is. A munkánk



során figyelembe kell vennünk a német higiénés előírásokat és természetesen meg kell felelnünk az idevonatkozó magyar törvényeknek is. Amit teszek: szolgáltatásként értelmezem, hisz az előírások betartásának ellenőrzésén túl feladatom, hogy továbbképzésekkel, szakmai tanácsokkal, szükség esetén szakvéleményekkel segítsen a dolgozók munkáját.

Család? Persze, hogy van. Az első gyerekem – Lujza – még az egyetemi évek alatt született. Most 19 éves egyetemi hallgató. Hilda 13, Gerda 11 éves, ők ketten két tannyelvű iskolába járnak. Úgy hozta a sors, hogy öt éve elváltam, azóta egyedül nevelem őket.

Nálunk kedves ünnep a karácsony, már december elejétől az adventtel készülünk rá. Ilyenkor gyertyát gyújtunk, teázunk, és karácsonyi aprósüteményt eszegetünk. Ez a várakozás ideje, ilyenkor együtt vagyunk, megpihenünk, elgondolkodunk. A süteményeket a lányokkal közösen készítjük, 10–12 felét is sütünk egyszerre, a barátainkat is mi látjuk el finomságokkal. A speciális mézes puszedlink már sütőből kivéve omlós és finom.”

Speciális mézes puszedli Györi Csilla módra

Hozzávalók:

- 50 dkg méz
- 25 dkg kristálycukor
- 1,25 dl étolaj
- 3 egész tojás
- 25 dkg darált dió
- 70 dkg finomliszt
- 1 tasak sütőpor
- 1/2 csomag mézes puszedli fűszerkeverék
- tetejére 1 tojásfehérje, szezám-mag

Elkészítés:

A mézet, cukrot és olajat össze melegítjük, amíg a cukor elolvad. Ha kihűlt belekeverjük az egész tojásokat, hozzákeverjük a fűszerekkel, sütőporral elegyített liszt-dió keveréket. Egy éjszakát hűvös helyen pihentetjük.

Lisztezett deszkán kb. 1/2 cm vastagra nyújtjuk, formával szaggatjuk, tetejét felvert tojásfehérjével megkenjük, szezám-maggal megszórjuk, dióval díszítjük.

Előmelegített sütőben 180 °C-on világos színűre sütjük (10–15 perc)

Jó étvágyat!

A hosszú élet titka



Sebestyén Szilvia, az első magyar Makrobiotika Intézet vezetője egy, a taoista filozófiából kiinduló, több ezer éves múltra visszatekintő étrend követésében látja a megoldást.

– Mit jelent pontosan a makrobiotika?

– A kifejezés a makro és a biosz görög szavakból származik, jelentése: „hosszú élet”. Mindannyian tapasztaljuk, hogy a világban jelen van egy folyamatosan változó, a saját ellentétébe átforduló mozgás. Gondoljunk csak a nappalok és az éjszakák, vagy az évszakok körforgására! Ez a váltakozás a jin és a jang energiák ellentétéből származik. A jin a középpontból széthúzó, a jang a középpont felé tart. A makrobiotika a



„Táplálékod legyen a gyógyszered, és gyógyszered a táplálékod” – hirdette Hippokratész az ókorban. Mára elfelejtettük a görög orvos tanítását, hiszen nap mint nap mérgezzük magunkat alkohollal, cigarettával és az élelmiszeripar által előállított mesterséges ételekkel, italokkal. Nem csoda, hogy betegek, fáradékonyak, feszültek vagyunk.

növények energetikai egyensúlyán alapuló táplálkozási rendszer, mely a jin-jang megfelelő arányának megteremtését, ezzel az egészség megőrzését, vagy helyreállítását teszi lehetővé. A modern táplálkozási szokások elterjedésével felborult az egyensúly, szélsőségesen jin vagy jang ételeket fogyasztunk. A civilizáció öngólt rúgott magának; elkényelmesedtünk, elárasztanak minket a tartósítószerekben, vegyszerekben, cukorban bővelkedő szintetikus ételek, amelyek széthúzó energiákat adnak. Nézzük meg a mai fiatalokat; sokuknak striás a bőre, jókora túlsúlyt cipelnek magukon.

– Mit kellene ennünk, hogy ne ilyenek legyünk?

– A jin-jang skála két szélén a húsok, zsírok, olajok (szélsőségesen jang), illetve a cukros ételek, italok és az alkohol (szélsőségesen jin) találhatóak, ezek fogyasztása nem javasolt. A skálán csaknem középen szerepelnek a gabonák, valamint a zöldségek és a gyümölcsök. Ennek megfelelően a makrobiotikus étrend 40–50%-át gabonák alkotják, 15–20%-ban fogyasztunk hüvelyeseket, 20–25%-ban zöldségeket, végezetül egy kevés savanyú salátafélélt. A gabona alapú táplálkozás az összetett szénhidrátok stabilizáló energiájára épül – pontosan ez hiányzik a modern étrendből! Minden civilizációnak alapélelmiszere volt



a gabona – a piramisokban hat-ezer éves búzát találtak –, a gabonaszemek ugyanis magukban őrzik a nap, a föld, a víz, a levegő energiáját, s ezt adják át nekünk. Táplálnak, rostjaikkal aktivizálják a bélmozgást, kitisztítják az emésztőrendszert, ásványi anyagokkal, nyomelemekkel látnak el bennünket. Sajnos, manapság az egyszerű szénhidrátok (cukrok) térhódítása jellemző, ezek viszont kibillentenek az egyensúlyból, elsavasítják a szervezetet, a savas szervezet pedig remek táptalaj a különböző betegségek számára.

– Az egyik legnagyobb makrobiotika intézet vezetője, Michio Kushi japán professzor, ezreket gyógyított meg makrobiotikus táplálkozással. Önnek is sikerült?

– Számtalan konkrét esetről tudnék mesélni. Reflux, vastagbélgyulladás, allergia, asztma – ezekre rövid idő alatt megoldást jelent a makrobiotika, mások prosztatárárból, mellrákból, méhnyakrákból, sőt, tizenkét(!) áttétes májrákból gyógyultak fel kemote-

rápia nélkül, kizárólag az étrend tudatos átalakításával. Én magam is nagyon súlyos betegségben szenvedtem, a makrobiotikának köszönhetem, hogy egészséges vagyok. Azért hoztam létre az intézetet, hogy azok is meggyógyulhassanak, akikről már lemondtak az orvosok, és hogy az emberek újra energikusak, kiegyensúlyozottak legyenek, harmóniában élhessenek magukkal, másokkal és a természettel.

– Milyen étrendet javasol azoknak, akik valamilyen vesebetegséggel küszködnek?

– A veseproblémák (vesehólyag-gyulladás, vesekő, vizeletтары nehézségek) szinte minden naposak a modern, civilizált társadalmakban. Ezekre gyógyírt jelentenek a finomított gabonák (lisztből készült termékek) helyett a teljes gabonák, például a barnarizs. A barnarizst búzával, árpá-



val, kölessel is keverhetjük, 5:1 arányban. A hajdina, a vadrizs, és más fekete, illetve sötét színű gabonák, valamint a tengeri algák, különösen a kombu, remekül erősítik, táplálják a vesét és a hólyagot. Kerüljük a péksüteményeket (kivételt jelentenek a teljes őrlésű lisztből készült tésztafélék), a vesét, és az egész szervezetet legyengítő egyszerű cukrokat (kristálycukor, porcukor, méz, csokoládé), a túlzott só fogyasztást, illetve az állati eredetű ételeket. Limitáljuk az olajos magvak fogyasztását is (a fekete szezámmag és a szelíd gesztenye kivételt képez)!

A babfélék – azuki bab, fekete szójabab, csicseri borsó, lencsefélék – különösen erősítik az urológiai szerveket, fogyasszuk őket rendszeresen! A zöldségek közül igen jó szolgálatot tesznek a gyökeres és szárított zöldségek (szárított jégcsapretek, szárított shiita-



ke gomba), és a kelkáposzta. A hosszan érlelt savanyúságok (savanyú káposzta) gyógyító hatásúak, erősítik a vesét. Ha gyümölcsre vágyunk, a sötét színűeket (feketeribizli), és lehetőleg a szárított gyümölcsöket, aszaltványokat részesítsük előnyben. Jótékony hatású a görögdinnye, mely megnyugtatja a vesét és a hólyagot is. Semmiképp ne együnk késő éjszaka, mert ez stresszt okoz a vese működésében! Az italok közül válasszuk a bancha növényből készült teákat, a kombuteát, készítsünk sárgarépa-jégcsapretek italt (a zsírok, olajok lerakódásait segít fellazítani a vesében), főtt rizs italt (a rizsfőzés során visszamaradt lé), vagy azuki bab teát! (Egy csésze azuki babot áztassunk két és fél csésze vízben egy csipet sóval és 2 cm-es kombu darabkával. Fogyasszuk melegen!)

Végezetül, következék két vesebarát recept

Babbal/tofuval töltött savanyú káposzta

Hozzávalók: 4 fej vörös/lila hagyma, 4 db savanyított káposz-

talevél, 20 dkg savanyú káposzta reszelék, 1 csésze beáztatott barnarizs, fél csésze beáztatott árpa, 1 csésze fehér, apró szemű, könnyen puhuló, előre beáztatott bab vagy 1 csomag (25 dkg) tofu, 2 kiskanál hidegen sajtolt szezámolaj

Elkészítés: A hagymákat vágjuk kis kockákra, és dinszteljük meg a szezámolajban kevés vízzel és sóval.

A töltelékhez keverjük össze a beáztatott rizst, árpát a kis kockákra darabolt, vagy kézzel szétmorzsolts tofuval/ a beáztatott fehér, apró szemű babbal. Adjunk hozzá egy kevés sót. Ezzel a keverékkel töltjük meg a beáztatott káposztaleveleket! Az edény alján megdinsztelt hagymára tesszük rá a „levélpárnákat”, erre a káposztareszeléket, a legtetejére pedig egy kevés beáztatott barna rizst és árpát. Végezetül, az áztató vízzel főzzük puhára!

Rizs és azuki bab ragu

Hozzávalók: 4-5 csésze főtt barna rizs és azuki bab, 5-6 csésze víz, 1 csésze jégcsapretek vékonyan, derékszög formára vágva, 1 csésze kelkáposzta mosva és diagonálisan szeletelve, tengeri só vagy tamari szósz (mértékkel)

Elkészítés: A főtt barnarizst és azuki babot tesszük bele egy fazékba, adjunk hozzá vizet és a jégcsapretek, majd forraljuk fel. Fedjük le, és lassú tűzön 35–40 percig főzzük. Adjuk hozzá a kelkáposztát, valamint a sót/tamarit, és további 4–5 percig lassan főzzük. Akkor van kész, amikor a kelkáposzta élénk zöld színű.

Jó étvágyat, jó egészséget!

Bulla Bianka

*Minden Kedves Olvasónknak
Békés, meghitt ünnepeket
kívánunk!*



Fresenius Medical Care



Fresenius Krónika

a Fresenius Medical Care Kft. belső tájékoztatója Megjelenik: félévente

Szaktanácsadó: dr. Ladányi Erzsébet Hálózati Orvos Igazgató és dr. Árkossy Ottó az FMC Szépvölgyi úti Dialízis Központjának igazgatója

Felelős szerkesztő: B. Király Györgyi **Munkatársak:** Bozsán Eta, Bulla Bianka, Csák Elemér és Vámos Éva **Tördelés:** Tusor Ildikó

Felelős kiadó: Zoltán György, ügyvezető igazgató

Szerkesztőség: 1037 Budapest, Szépvölgyi út 35-37. B. ép. II. em. • **Telefon:** (1) 439-2244 • **Fax:** (1) 439-2240

e-mail: fres.group@fmc-ag.com • **internet:** <http://www.fresenius.hu>