



CUKORBETEG NAPOK

programsorozat

újra megrendezésre került
a sajóbábonyi
Károlyi Gyógyszertár
szervezésében

November 20–24.

Cukorbeteg napok Sajóbáonyban

2017. november 20-24 között került megrendezésre immár második alkalommal, a cukorbetegeket megszólító rendezvény Sajóbáonyban, a Károlyi Gyógyszertár szervezésében.

A tavalyi év cukorbeteg hetének sikere, az érdeklődők nagy száma, az előadó szakemberek odaadása arra indított bennünket, hogy idén is megszervezzünk egy betegedukációs programsorozatot. A helyszín, a forma, a szervezés a tavalyi mintát követte, de sikerült új témákat körüljárni, más oldalról is segítve a cukorbetegek életének mindennapjait.

Nagy hangsúlyt fektettünk az otthoni vércukormérés és étkezés helyes kivitelezésének tanítására, valamint központi szerepet kapott a diabéteszes láb kezelése. A programokat egy különleges, motiváló előadás zárta. Célunk az volt, hogy ne elrettentsünk, hanem egy szemléletében, minőségében más életmódot mutassunk a szakemberek segítségével, valamint új lehetőségeket ismertessünk meg az érdeklődőkkel. Fontosnak tartottuk azoknak a mindennapi gyakorlatba átültethető információknak az átadását, amelyek egyszerűen követhetőek és betarthatóak.

November 20-án hétfőn, Dr. Bakó Barnabás belgyógyász-endokrinológus-diabetológus főorvos tartott előadást a következő címmel: „A vércukormérők és az önellenőrzés fejlődése-kulcs a szövődmények megelőzéséhez. MÉRJÜNK, HOGY CÉLBA ÉRJÜNK!”



Főorvos Úr az inzulin felfedezésének izgalmas történetével kezdte előadását, mesélt az első inzulinos cukorbetegségről, az inzulingyártás első lépéseiről. A hazai és tágabb statisztikák ismertetése után beszélt az otthoni vércukormérés fontosságáról, a modern készülékekben rejlő lehetőségekről, a helyes önellenőrzési protokollról és így a szövődmények megelőzéséről. Bemutatásra kerültek a különböző vércukormérő készülékek, a minősítésük és a mért értékek rögzítésének módjai, előtérbe helyezve a digitális felviteli lehetőségeket. Részletes információhoz jutott mindenki a laborban és otthon mért értékek közti különbségekről és ezek szükségességéről. Főorvos Úr türelmesen válaszolt a kérdések sokaságára és ezzel a mondattal zárta előadását: „Aki méri a vércukrát, azt elkerülik a szövődmények és tovább él, javul az életminősége.”



Ezt a napot a 77 Elektronika Kft támogatta betegedukációs anyagaival, vércukorértékek rögzítésére szolgáló naplókkal és digitális felvitelt segítő kiadványokkal. Ajándékba adott vércukormérő készülékükkel a gyógyszerési gondozási munkánkat segítik.

November 21-én kedden, Kovács Brigitta sebkezelési szakember tartott előadást „A cukorbeteg láb kezelése modern kötszerekkel” címmel.

Kovács Brigitta egy rendkívül érthető, gyakorlatias előadáson keresztül mutatta be a cukorbeteg láb kialakulásának folyamatát és a kezelési lehetőségeket. Nagy hangsúlyt fektetett a megelőzésre, ismertette a napi, rendszeres vizsgálat módját. Beszét a lábbelik fajtájáról, a viselés helyes módjáról. Részletesen hallhattunk a bőr- és körömápolásról, lábtornáról, tehermentesítésről, valamint a keringésjavításról és a fehérjedús táplálkozás fontosságáról.



A sebellátás, fertőtlenítés, váladékelvezetés, nedves sebkörnyezet fenntartása központi szerepet játszottak az előadásban, fotókkal illusztrálva a sebgyógyulás fázisait. Mindenki ismerkedhetett a sebvédelemhez szükséges intelligens kötszerekkel, ezeket meg lehetett nézni és tapintani.

Az egész előadásnak, a téma nehézsége ellenére pozitív kicsengése volt, hiszen a megelőzés módjainak és a modern kezelési lehetőségeknek az ismeretében jelentősen javítható az életminőség.

Ezt a napunkat a Dr. Kelen cég támogatta cukorbetegnek gyártott lábkrém mintáikkal és a Hartmann-Rico cég felajánlásából kötszereket és oktatóanyagokat kaptak a jelenlévők.

November 22-én szerdán, Dr. Sipos Zita neurológus szakorvos jelölt tartott előadást „ A diabéteszes neuropátia – bemutatkozik a B-A-Z megyei Neuropathia Centrum,„ címmel

Dr. Sipos Zita rendkívül színes, érdekes előadásában ismertette az idegrendszeri alapoktól kezdve a neuropátiák típusait, kialakulásukat, jellemzőiket és ezek összefüggéseit a cukorbetegséggel. Beszélte a típusos és atípusos tünetekről, bemutatta a különböző idegrosttípusok károsodásának jeleit, következményeit.

Megismerhette mindenki a neurológus szerepét a diabéteszes láb kezelésében és betekintést nyerhettünk a neuropátia laborban történő fizikális vizsgálatokba és diagnosztikai tesztekbe. Előadónk nagy hangsúlyt fektetett a megelőzés szerepére, a rizikófaktorok csökkentésére. A neuropátia korai felismerése csökkenti a rokkantságot, csökken a lábon a fekélyek kialakulásának esélye, késleltethető a fájdalom kialakulása és a korai halálozás. A megelőzés alapköve pedig a vércukor normál szinten tartása.

Ezen a napon a Wörwag Pharma Kft kiadványait, betegedukációs füzetait ajándékozhattuk a résztvevőknek.



November 23-án csütörtökön, Csitári Nikolett dietetikus „Mit (t)együnk, hogy jól (l)együnk? Életmódváltás a dietetikussal” címmel hozott közénk egy csodálatos előadást.



Csitári Nikolett nagyon élvezetesen és érthetően mutatta be a dietetikus iránymutató szerepét a cukorbetegség kezelésében. A „diéta” helyett egészséges étrendről beszélt, amely mindig egyénre szabott, igazodik az aktuális kezeléshez és a beteg életviteléhez, szokásaihoz, konyhájához.

A szénhidrátok részletes ismertetése után kitért az alapélelmiszerek csoportosítására glikémiás index, rosttartalom, szénhidrát tartalom szerint. Nagyon sok példát hozott elénk az élelmiszerek párosítására a kiegyenlített vércukorszint eléréséhez, az ingadozások elkerüléséhez.

Előadónk kihangsúlyozta az étkezési ritmusok megtartásának fontosságát és az egyénre szabott kalória-, fehérje-, zsír- és szénhidrátbevitel arányainak követelményeit, melyek a kezelés típusaihoz igazodnak. A megfelelő ismeretek megszerzésével, megtartásával és önellenőrzéssel fenntartható az ideális testsúly, elkerülhetők a nagyfokú ingadozások és megelőzhetők a szövődmények.



Csitári Nikolett dietetikus és az előadás szervezői

November 24-én pénteken, Dr. Török András gyermekgyógyász „Inzulinpumpával a csúcson” tartott fényképekkel illusztrált előadást egy különleges expedícióról.



Dr. Török András orvosként vett részt a Medtronik cég által szervezett szlovákiai túrán a Magas Tátrában. Egy nemzetközi, fiatal cukorbeteg felnőttekből álló csoport vállalkozott arra, hogy inzulinpumpával raftingol, falat mászik és csúcsot hódít. Maga a túra a Csorba-tótól indult (1346m) a Tengersizem-csúcsra (Rysy 2499m), amely a szlovák-lengyel határon található. 27,86 km volt oda-vissza a túra teljes hossza.

Előadónk mesélt a túrán tapasztalt természeti szépségekről, a csapat kitartásáról, örömeiről és nehézségeiről egyaránt. Az inzulinpumpás résztvevők közül senkinél sem fordult elő súlyos hypoglikémia az extrém terhelés ellenére sem.

Az előadás végén híres emberek, élsportolók, közszereplők példáját hozta elénk azzal a gondolattal, hogy a cukorbetegség nem betegség, hanem állapot és igenis: **A DIABÉTESSZEL MINDEN LEHETSÉGES!!!**



A pénteki napunkat a BioCo Magyarország Kft. támogatta étrendkiegészítő termékekkel.

Szeretnék köszönetet mondani a Viridis Pharmának, hogy anyagi támogatásukkal hozzájárultak a rendezvény színvonalas megvalósításához.

Köszönet illeti az I.D.C. Hungária Zrt-t, akik minden nap biztosították a diabetikus ELA kekszeket a jelen lévő cukorbetegnek.

Hálásak vagyunk a Bon Pharma Kft-nek, hogy finom gyógynövényes teáikkal hangulatossá tették az estét.

Köszönet Márton Ferencnek az egész heti műszaki, informatikai háttér biztosításáért.

És a nagy köszönet a gyógyszerár kis csapatának a közös munkáért, szervezésért.

Kónyáné dr. Bodnár Eszter



2017