



MEDICINĂ FĂCUTĂ CU SUFLETUL!



New Medical Buzău

New Medical

sursa dumneavoastră principală de știri profesionale din domeniul sănătății

Anul 3, nr. 21, AUGUST 2025

Apariție lunară, distribuire gratuită

Înapoi la școală... sănătoși și pregătiți!

Dragi părinți,

Lunile august și septembrie aduc pentru multe familii un amestec de emoție, planificare și agitație. Ne pregătim copiii pentru începutul unui nou an școlar, iar acest lucru înseamnă de obicei cumpărături de rechizite, uniforme, ghiozdane și tot felul de lucruri care să îi ajute să înceapă cu dreptul. Însă, în toată această forfotă, există un aspect esențial care merită să fie pe lista noastră de priorități: sănătatea celor mici.

La New Medical, știm cât de important este ca un copil să fie nu doar bine echipat pentru școală, ci și sănătos și pregătit fizic pentru

provocările anului care urmează. Din acest motiv, pentru perioada august – septembrie, am creat un **Pachet Special „Back to School”** dedicat în întregime copiilor, cu scopul de a preveni problemele și de a le oferi un start sănătos și plin de energie. În cadrul acestui pachet, copiii beneficiază de un consult oftalmologic atent, menit să depisteze eventualele probleme de vedere ce pot afecta concentrarea și performanța școlară. Totodată, includem un set de analize uzuale care ne ajută să verificăm principalii indicatori ai stării de sănătate, astfel încât orice dezechilibru să poată fi corectat din timp. Iar pentru că vacanța de vară aduce zile însorite, băi în mare sau piscină și multă joacă în aer liber, am inclus și un consult dermatologic, pentru a ne asigura că pielea celor mici este protejată și sănătoasă, fără probleme ascunse, iritații sau efecte pe termen lung ale expunerii la soare.

Acest pachet este disponibil doar în aceste două luni, iar scopul său este să ofere părinților liniștea că, atunci când clopoțelul sună, copiii lor pornesc la drum în cea mai bună formă.

Prin această inițiativă, vrem să subliniem faptul că New Medical este o clinică ce pune accent nu doar pe tratarea bolilor, ci și pe prevenție și pe sprijinirea familiilor în menținerea unei stări de sănătate optime.

Știm cu toții că un copil sănătos este un copil fericit, curios și dornic să învețe. Vă așteptăm cu drag să le oferim împreună acest început plin de energie, siguranță și bucurie.

Cu grijă,

Daniel-Mihai Dobref
Manager New Medical





Acest articol vine din seriile dedicate bolilor transmise prin consumul de fructe de mare, care vor continua în edițiile viitoare, un demers valoros pentru cititori, și ne bucurăm că beneficiem de expertiza doamnei doctor Damian Elena, medic primar boli infecțioase și medic specialist în medicină generală.

Toxicitatea tetrodotoxinei (TTX)

Intoxicația cu sardine (Clupeotoxism)

Intoxicația cu sardine sau clupeotoxismul este o formă rară și foarte slabă raportată de otrăvire cu fructe de mare cauzată de ingestia cu clupeoforme care includ sardine, hering și hamsii (AAPCC-NPDS din 2019 a documentat două expuneri unice).

În timp ce clupeotoxismul este sporadic și foarte rar este raportată o mortalitate semnificativă. Cel mai distinctiv și imediat simptom este cel cu gust ascuțit, metalic sau amar însoțit de greață și furnicături ale limbii și buzelor.

Aceasta este urmată în curând de simptome gastrointestinale care includ vărsături, dureri abdominale și diaree severă, care pot fi însoțite de tahicardie, piele moare, hipotensiune arterială și alte semne de colaps cardiovascular iminent. Simptomele neurologice raportate includ nervozitate, pupile dilatate, cefalee severă, amorteală, furnicături, hipersalivație, dispnee, paralizie musculară progresivă, convulsii, comă și moarte. Debutul simptomelor este foarte rapid de obicei în 15 minute, moartea poate apărea în câteva ore. Nu este disponibil nici un antidot, iar tratamentul este doar îngrijire de susținere.

Intoxicații halucinogene cu pești

Intoxicația halucinogenă cu pești sau ihtioalienotoxismul este o formă rară de intoxicație cu fructe de mare, care poate apărea odată cu ingestia unor unui număr de specii de pești (dintre care multe sunt implicate în intoxicația cu ciguatera, adăugând dificultatea diagnosticului). Se găsește în principal în pești de recif din Marea Mediterană și Oceanele Indian și Pacific. Toxina exactă este recunoscută, deși au fost implicați compuși indol formați de macroalge.

Simptomele clinice de ihtioalienotoxismului apar în decurs de câteva minute până la două ore după ingestia de pește toxic.

Primele simptome observate de obicei sunt pierderea echilibrului și a coordonării și stare generală de rău. Simptomele GI sunt în general ușoare și includ greață, dureri abdominale și diareea.

În câteva ore apar semne specifice de otrăvire, inclusiv delir, halucinații vizuale și/sau auditive care implică adesea animale, depresie, senzație de moarte iminentă sau tahicardie reactivă și hipersalivație și comportament perturbat. Dacă sunt capabili să doarmă, pacienții raportează în mod clasic coșmaruri terifiante. În timp ce otrăvirea cu pești halucinogeni are multe asemănări cu ciguatera, aceasta era implicație pronunțată a sistemului nervos central în timp ce ciguatera prezintă implicarea sistemului nervos periferic.

Nu este disponibil niciun tratament sau antidot specific.

Gestionarea adecvată a tulburării comportamentale tranzitorii (de exemplu, utilizarea benzodiazepinei sau a neurolepticelor) este importantă pentru a

preveni rănirea auto-provocată sau de altă natură. Tratatamentul simptomatic pentru manifestări GI poate spori confortul pacientului. Simptomele se remit în general în 24-36 de ore, dar slăbiciunea poate persista câteva zile.

Intoxicația cu crustacee

Cea mai mare parte a „intoxicațiilor” cu crustacee este probabil de natură infecțioasă ca hepatita A, virusul Norwalk și speciile de *Vibrio* fiind toate implicate și virusul Norwalk reprezentând probabil cea mai mare parte a cazurilor gastrointestinale. Acestea fiind spuse, toxine de înflorirea algelor marine dăunătoare (HAB) pot provoca o varietate de boli la oameni prin ingestia de crustacee. Două grupări majore de fitoplanctor marin, diatomee și dinoflagellate sunt neurotoxine, care acționează adesea asupra canalelor ionice sensibile la tensiune pentru a le provoca efectele.

Toxinele HAB marine comune găsite în crustacee includ brevetoxinele, azaspiracidul, acidul domic, acidul onadic, saxitoxina. Aceste toxine provoacă intoxicații paralitice neurologice, diareice, amnestice și azospiroide cu crustacee. toate cele cinci sindroame au unele caracteristici comune și sunt asociate în primul rând cu moluștele binalve (de exemplu, scoici, stridii). Aceste crustacee sunt hrănitoare, filtrante și, prin urmare, acumulează toxine produse de algele microscopice sub formă de dinoflagellate și diatomee. Toxinele HAB au fost găsite și în moluște gastropode (de exemplu, caracatițe, calamar, sepie) și crustacee (de exemplu, crabii Dungeness, creveți, homari).

Crustaceele contaminate (toxice) pot fi găsite în apele temperate și tropicale, de obicei în timpul sau după o înflorire dăunătoare a fitoplanctonului, cum ar fi marea roșie din Florida cauzată de *Karenia Brevis*.

Marea roșie extrage numele de la fenomenul prin care fitoplanctorul pigmentat se reproduce la o concentrație atât de mare încât face apa în roșu sau mare maro închis. Cu toate acestea, trebuie remarcat faptul că cea mai mare parte a producției de alge toxice nu este însoțită de colorarea roșie a apei de mare.

Majoritatea statelor cu risc pentru HAB marine au programe excelente de monitorizare pentru a închide recoltarea atunci când toxinele sunt prezente în crustacee. Incidența otrăvirii cu crustacee a scăzut cel mai probabil din cauza acestor acestei monitorizări atente, a închiderii plajelor și a îmbunătățirii gradului de conștientizare a publicului.

(continuare în numărul următor)

Dr. Damian Elena,
medic primar Boli Infecțioase,
medic specialist Medicină Generală





Ne scriu cititorii noștri!

Mulțumim domnului farmacist Adrian Ienin pentru articolul valoros și inspirațional pe care l-a împărtășit în paginile ziarului nostru. Apreciam implicarea și dorința de a contribui la educația și sănătatea comunității. Îi invităm pe toți cititorii să ne trimită, în continuare, articole relevante și interesante - *vocea dumneavoastră contează!*

Redacția

Nu mai aștepta „momentul potrivit” - el a trecut deja!

Când vine vorba de schimbări importante în viața noastră - fie că e vorba de sănătate, relații, carieră sau stil de viață - pare că niciodată nu e „momentul potrivit”.

Ne spunem adesea: „*O să încep de luni*”, „*După concediu*”, „*Când o să fie mai liniște la muncă*”, „*Când copiii vor fi mai mari*”... și tot așa, amânăm și amânăm, într-o iluzie că într-o zi perfectă, toate se vor așeza la locul lor și atunci vom putea face schimbarea.

Dar această zi perfectă, acest „moment ideal” nu vine niciodată. Pentru că viața nu ne oferă pauze perfecte, fără provocări. Și oricât de mult ne-ar plăcea să credem că Universul conspiră în favoarea noastră, realitatea este că nimeni nu se dă peste cap să ne netezească drumul. Totul se întâmplă prin efort propriu.

Adevărul? **Nimic nu cade din cer...în afară de ploaie!**

Amânarea are un preț.

Anii trec, kilogramele se adună, glicemia rămâne tot mai aproape de limită sau o depășește, colesterolul devine o problemă permanentă. Dar noi ne spunem că nu acum este momentul: „de luni”, „de la începutul lunii”, „după sărbători”, „când voi avea mai mult timp”...

Dar timpul trece. Și, în realitate, amânarea acestor decizii mici zi de zi are un efect cumulativ.

Un vechi proverb spune că **înțelepciunea unui om este dată de gradul de adevăr pe care este dispus să-l accepte.**

Ești dispus să accepți că de ani de zile trăgănezi ceva ce trebuia să faci demult pentru sănătatea ta?

Boala nu anunță când vine

Deși îți trimite mereu mesaje, tu le ignori...

Totul pare „relativ bine” până într-o zi... când apare o boală. Și atunci, totul se oprește. Prioritățile se schimbă. Visurile se amână pe termen nedefinit.

Brusc, ai timp... dar ai și regrete.

„*Dacă aș fi făcut schimbarea cu un an în urmă...*”

„*Dacă aș fi început să am grijă de mine cu zece ani în urmă...*”

Oamenii nu realizează cât de mult contează prevenția și cum **10 ani de viață în plus, de viață activă și sănătoasă, pot face diferența între o bătrânețe grea și una plină de vitalitate.**

Nu este vorba doar de anii adăugați în calendar, ci de calitatea acestor ani - de bucuria de a trăi, de a călători, de a te juca cu nepoții, de a face lucruri care îți plac, fără să fii prizonierul unui diagnostic sau al unei liste de medicamente.

Nu mai amâna!

Astăzi este singurul moment care îți aparține cu adevărat.

Dacă vrei o viață cu mai puține regrete, mai multă vitalitate și sănătate reală, nu mai amâna. Începe acum:

- Fă alegeri mai bune pentru tine și corpul tău;
- Caută sprijin, dacă este nevoie;
- Fă schimbări pas cu pas, dar începe astăzi!

Momentul potrivit a trecut deja. Dar următorul cel mai bun moment este chiar acum.

Alege sănătatea ta, pentru că nimeni nu o va face în locul tău.

Bucuros să te știu sănătos,

Farm. Adrian Ienin

SPECIALITĂȚI MEDICALE DECONTATE LA C L I N I C A N E W M E D I C A L

Clinica New Medical Proiect,
Str. Păcii, nr. 4, Telefon: 0338.401.490

- » **Cardiologie:** Dr. Rusu Maia
- » **Cardiologie pediatrică:** Dr. Arhip Anca
- » **Diabet, nutriție și boli metabolice:** Dr. Mihalache Daiana
- » **Endocrinologie:** Dr. Gațu Alina- Andreea
- » **Psihiatrie:** Dr. Constantin Simona Georgiana, Dr. Rădan Melania, Dr. Elisabeta Lavinia Ștefu

Clinica New Medical Proiect,
Str. Victoriei, nr. 1A, Telefon 0338.401.656

- » **Boli infecțioase:** Dr. Damian Elena
- » **Endocrinologie:** Dr. Rotărescu Maria
- » **Medicină internă:** Dr. Neamțu Andrei
- » **Psihiatrie:** Dr. Chițurlea Raluca
- » **Oncologie medicală:** Dr. Negoită Denise Alexandra

Clinica New Medical Optic Vision,
Str. George Emil Palade, nr. 28, Telefon 0338.401.656

- » **Oftalmologie:** Dr. Stan Patricia

SEZONUL ESTIVAL

- PRIETEN SAU DUȘMAN?



MINIGHID DE EXPUNERE SOLARĂ

- evită arsurile, nu sta la plajă în intervalul orar 11-16;
- alege o loțiune de protecție solară potrivită fototipului tău, avizată de medicul dermatolog;
- aplică produsul înainte cu jumătate de oră de expunerea la soare și utilizează-l chiar dacă stai sub umbrelă sau dacă cerul e parțial noros;
- nu utiliza parfum sau apă de toaletă pe bază de alcool înainte de expunerea la soare;
- nu expune la soare sugarii și copiii mici deoarece riscul de insolamție este foarte mare;
- reaplică din abundență și frecvent cremele protectoare după baie, transpirație sau ștergerea cu prosopul;
- nu te baza pe faptul că ai apelat la solar sau la un produs autobronzant înainte de expunerea la soare deoarece bronzul artificial nu te ferește de arsuri sau de riscul de cancer de piele dacă nu te protejezi;
- folosește de asemenea și protecție vestimentară adecvată - pălărie, șapcă din bumbac, tricou, pantaloni, hainele obligatoriu trebuie să fie din in sau bumbac și deschise la culoare;
- la începutul expunerii la soare folosește creme cu factor de protecție mare, apoi cu factor mediu, cu ulei de argan și vitamina E cu acțiune antiîmbătrânire și cu capacitate ridicată de protecție contra efectelor nocive ale razelor UVA;
- nu uita că razele solare sunt puternic reflectate de apă, de aceea uleiurile elasticizante cu gălbenele, jojoba și coajă de nucă verde au proprietăți tonifiante, iar crema pentru protecție solară cu morcov, susan și karité ajută la prevenirea formării ridurilor menținând pielea catifelată și elastică;
- nu uita să protejezi și buzele, balsamurile care au factor de protecție 20 și care conțin ceară de orez și gălbenele sunt cele mai indicate;
- părul trebuie de asemenea protejat, uleiurile cu tărâțe de ovăz sunt folositoare și săptămânal trebuie aplicate și măști regenerante. Părul vopsit blond este cel mai fragil, mai ales după agresiunea cauzată de apa de mare sau cea puternic clorinată din piscine;

• evită pe cât posibil produsele de styling și obiectele fierbinți de tipul foehnurilor, plăcilor de îndreptat părul, onduloarele electrice și bigudiurile calde;

• hidratează-te corespunzător, consumă cel puțin doi litri de lichide zilnic, mai ales apă plată, sucuri naturale, compoturi. Evită cafeaua în exces, alcoolul și ceaiurile fierbinți sau prea reci.



Aveți grijă să nu vă supraexpuneți soarelui deoarece riscați să faceți insolamție. Aceasta se manifestă prin dureri de cap puternice, somnolență, amețeli, și poate merge în caz de expunere îndelungată la soare până la pierderea cunoștinței. Se recomandă hidratare treptată cu băuturi reci tip apă plată sau minerală, înfășurarea corpului în cearșafuri îmbibate în apă rece și comprese cu apă rece pentru cap. Cefaleea se tratează cu paracetamol sau algocalmin.

Debutul sezonului cald aduce cu sine și boli infecțioase digestive, atât la adulți cât și la copii. Cele mai frecvente sunt enterocolitele, cauzate mai ales de virusuri, iar calea de transmitere este prin mâini murdare, legume și fructe spălate incorect. Copiii sunt cei mai predispuși deshidratării, de aceea trebuie avută grijă specială la tratamentul de rehidratare orală hidro-electrolitică. Aveți, de asemenea, grijă unde depozitați lactatele, carnea și ouăle deoarece pot genera toxinfecții alimentare grave.

(continuare în numărul următor)

Dr. Comănescu Elena,
medic specialist medicină de familie



Echipa redacțională:
Redactor-șef Daniel Dobref;
Redactor Marius Stoian;
Redactor Iulian Cadulencu;
Redactor Sandu Popa;
Tehnoredactare computerizată
Iulian Cadulencu

Opiniile și părerile exprimate în articolele publicate sub semnătura autorilor au caracter strict personal și nu angajează în vreun fel răspunderea editorului sau a redacției.

Copyright: este autorizată orice reproducere, fără a percepe taxe, cu condiția indicării cu exactitate a numărului și a datei apariției publicației.

Clinica NEW MEDICAL PROIECT

Telefon: 0772.153.310 Telefon fix: 0338.101.164

E-mail: newmedicalproiect@gmail.com /
office@newmedical.ro

<https://www.newmedical.ro/>

ISSN 3008 - 6043, ISSN-L 3008 - 6043