



Vara din interiorul echipei

Despre concedii, echilibru și continuitate

Lunile iulie și august aduc, an de an, un soi de respirație colectivă. Ne planificăm vacanțele, visăm la liniște, la timp cu cei dragi, la câteva zile în care să nu fim nimic altceva decât... oameni în afara programului. Și e normal așa. Avem nevoie de această pauză. Fiecare dintre noi.

La nivelul unei clinici, însă, vara nu e niciodată complet liniștită. Pacienții continuă să vină, cazurile nu așteaptă, iar sănătatea nu ține cont de sezon. În timp ce o parte din echipă pleacă în concediu, cealaltă rămâne să țină ritmul. Iar echilibrul acesta fragil între odihna unora și prezența activă a celorlalți devine, de fapt, o probă de maturitate profesională și de organizare internă solidă.

Ceea ce mă bucură este că la noi lucrurile nu se țin în loc doar pentru că o parte din oameni își iau o pauză. Avem o echipă care funcționează pe bază de încredere, competență și colaborare reală. Nu e vorba de „sacrificii” sau „eforturi supraomenești” - e doar un mod de lucru bine așezat, în care fiecare știe ce are de făcut. Fără dramă, fără haos, fără stres inutil.

Sigur că există zile mai pline, agende mai încărcate, dar atmosfera rămâne calmă, asumată, profesionistă. Și asta e, poate, cea mai valoroasă resursă pe care o avem în clinică: **oamenii care își fac treaba temeinic, discret, fără să aștepte aplauze.**

Totodată, e important să ne respectăm unii altora timpul de odihnă. Nu-i contactăm pe cei aflați în vacanță pentru chestiuni care pot aștepta. **Le dorim odihnă, relaxare și absență totală de la grupurile de WhatsApp.** Ne bucurăm sincer pentru fiecare coleg care își ia pauza binemeritată - și știm că se va întoarce cu o energie pe care nicio tură la muncă nu o poate oferi.

P.S. Pentru corectitudine, vă anunț că și eu voi pleca în concediu în luna august. Telefonul va fi cu mine, dar, vă asigur, pe silent. Nu pentru că „las totul în aer”, ci pentru că știu că echipa rămâne aici și duce lucrurile mai departe exact cum trebuie - profesionist, calm, cu responsabilitate. Și asta e cel mai liniștitor gând cu care plec.

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)

Otrăvirea cu tetrodotoxină (TTX) - neurotoxină are loc după ingerarea diferitelor specii de pește Puffer, caracatița cu inele albastre, tritoni, gopsi, broaște, stele de mare, și ouă de crab potcoavă.

Deși rar, TTX este cea mai frecventă intoxicație letală cu fructe de mare. La peștele Puffer concentrația și distribuția TTX depinde de specie, deși, în general, ovarul, ficatul și pielea conțin de obicei cea mai mare cantitate. Peștii puffer se găsesc cel mai frecvent în apele teritoriale din regiunea Indo-Pacific, iar otrăvirea are loc în principal în Asia de Sud-Est. Japonia reprezintă cele mai multe otrăviri la nivel mondial 30-50/an datorită consumului său de pește puffer, cunoscut sub numele de FUGU, care este văzut ca o delicatessă. În timp ce literatura de specialitate conține rapoarte de otrăvire a peștilor puffer din cauza consumului de pește identificat greșit cele mai multe apar din cauza pregătirii necalificate de către bucătari fără licență. În timp ce Administrația pentru Alimente și Medicamente din SUA (FDA) permite importul legal de pește puffer în Statele Unite, printr-un singur importator japonez certificat, importul ilegal continuă ca răspuns la cererea consumatorilor și a dus la mai multe otrăviri. În 2019, Asociația Americană a Centrului de Control al Otrăvirilor Național Poison Data System (AAPC-NPDS) a raportat 210 de expuneri unice la TTX.

TTX este una dintre cele mai puternice otrăvuri non-proteice găsite în natură. TTX blochează fizic canalele de sodiu dependente de tensiune, ceea ce duce la inhibarea depolarizării și la propagarea potențialului de acțiune în celulele nervoase.

Doza minimă letală la om este estimată la 2 mg, dar aceasta poate varia în funcție de vârstă și comorbidități existente.

CDC a raportat simptome de toxicitate TTX cu un consum de doar 0,25 - 1,5 oz de FUGU preparat incorect.

Simptomele apar în decurs de 15 minute de la ingerare, dar pot fi observate până la câteva ore mai târziu. Debutul mai rapid al simptomelor este asociat cu niveluri mai ridicate de ingestie de toxine. Simptomele sunt în principal de natură neurologică și cardiovasculară și pot include furnicături periorale, o senzație de plutire, o senzație de căldură generală, slăbiciune, recoordonare, vorbire tulbură, bradicardie, hipertensiune arterială și dispnee.

Scăderea nivelului de conștiență, convulsii și moartea a avut loc în doar 17 minute.

Următorul este sistemul clasic de clasificare pentru otrăvirea cu tetrodotoxină bazat pe simptome și semne:

Gradul 1. Amorteală și parestezie periorală cu sau fără simptome gastro-intestinale (în principal greață)



Gradul 2. Amorteală a limbii, feței și altor zone, paralizie motorie precoce și incoordonare, vorbire neclară.

Gradul 3. Paralizie flască generalizată, insuficiență respiratorie (dispnee), pupile fixe/dilatate; pacientul este încă conștient.

Gradul 4. Insuficiență respiratorie severă și hipoxie; hipotensiune arterială, bradicardie și aritmii cardiace, poate apărea inconștiență.

Noua literatură a investigat utilizarea unui imunotest calorimetric pe bază de măgele magnetice (MB) pentru analiza TTX la pești.

Nu este disponibil niciun antidot pentru otrăvirea cu TTX, iar îngrijirea de susținere bună și revizuirile neurologice în serie sunt pilonii tratamentului. Neostigmina (un anticolinesterată) a fost utilizată cu puțin succes și este descrisă numai în rapoarte de caz. Atropina, medicamente vasopresoare, fluidele intravenoase pot fi utilizate pentru instabilitatea cardiovasculară, iar ventilația mecanică poate fi necesară pentru insuficiența respiratorie în intoxicațiile mai severe.

În toate cazurile, cu excepția celor mai ușoare, pacienții trebuie internați până când efectele maxime au trecut (complicațiile care pun viața în pericol sunt foarte puține probabil după 24 de ore). Expunerea la TTX lasă pacientul în general conștient și alert, chiar dacă prezintă semne evidente de paralizie. Prin urmare, nu trebuie administrate sedative în absența unei indicații clare.

(continuare în numărul următor)

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

New Medical Buzău - 16 medici în contract cu Casa de Asigurări de Sănătate, în 4 locații moderne

Clinica New Medical este astăzi una dintre cele mai importante rețele medicale private din județul Buzău, cu o dezvoltare impresionantă în ultimii ani. Datorită parteneriatului cu Casa Județeană de Asigurări de Sănătate Buzău, clinica pune la dispoziția pacienților consultații gratuite pe bază de bilet de trimitere, prin intermediul a 16 medici specialiști și primari, în multiple specialități medicale.

Medici de top – servicii decontate CJAS Buzău

New Medical acoperă un spectru larg de specialități, oferind acces facil la consultații în regim de decontare CJAS, alături de unii dintre cei mai apreciați medici din Buzău și din marile centre universitare:

• Psihiatrie:

Dr. Constantin Simona - medic specialist
Dr. Rădan Melania - medic primar
Dr. Ștefu Elisabeta Lavinia - medic primar
Dr. Chițurlea Raluca - medic primar

• Endocrinologie:

Dr. Gațu Alina-Andreea - medic primar
Dr. Rotărescu Maria Alexandra - medic specialist

• Diabet, Nutriție și Boli Metabolice:

Dr. Mihalache Daiana Elena - medic specialist

• Cardiologie:

Dr. Rusu Maia - medic specialist (inclusiv ecografie vasculară și transesofagiană)

Dr. Arhip Anca Maria - medic specialist Cardiologie
Pediatrică

• Boli infecțioase:

Dr. Damian Elena - medic primar

• Medicină internă:

Dr. Neamțu Andrei - medic specialist

• Oftalmologie:

Dr. Stan Andreea Patricia - medic specialist
Dr. Jica Ștefan Alexandru - medic primar

• Oncologie:

Dr. Negoită Denisa Alexandra - medic specialist

• Pediatrie:

Dr. Anica Gina Alina - medic primar

• ORL:

Dr. Mihalcea Cătălin Constantin - medic specialist



4 locații moderne în Buzău

Pacienții pot accesa serviciile clinicii în oricare dintre cele 4 puncte de lucru, fiecare dotat cu aparatură performantă și personal dedicat:

1. **Str. Victoriei, nr. 1A** - lângă Maternitatea Buzău (inclusiv Medicina Muncii), Telefon: 0772.153.310, 0338.101.164, 0338.401.656, 0338.408.770

2. **Str. Păcii, nr. 4** - vis-a-vis de fosta Baie Comunală, telefon: 0799.950.033, 0338.401.490

3. **Str. Nicu Constantinescu, nr. 1** - Cartier Orizont (lângă grădiniță), telefon: 0771.561.802, 0238.730.627

4. **Str. George Emil Palade, nr. 28** - vis-a-vis de Parcul Hasdeu (Oftalmologie), telefon: 0772.007.949

E-mail unic pentru toate locațiile:
newmedicalproiect@gmail.com

Medicină făcută cu sufletul

Fiecare act medical la New Medical pornește din respect pentru oameni și pentru sănătatea lor. Ne dorim să oferim acces facil și civilizat la servicii medicale de calitate, într-un cadru prietenos, modern și profesionist.

Acoperim peste 33 de specializări medicale, iar echipa noastră este formată din medici locali de renume și colaboratori din marile spitale bucureștene.

Continuăm să investim în oameni, în tehnologie și în extinderea serviciilor pentru a rămâne o clinică privată de referință în județul Buzău.

Redacția

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?



Soarele a devenit un intrus care ne strică bucuria vacanțelor, razele sale devenind din ce în ce mai neprietenoase datorită alterării stratului de ozon, a poluării atmosferice, a prafului care nu mai poate fi oprit de barierele vegetale. De aceea este important ca înainte de începerea sezonului estival să ținem cont de faptul că ar trebui să facem o vizită anuală la dermatolog pentru evaluarea eventualelor leziuni tegumentare și implicit a potențialului lor de transformare malignă. În egală măsură trebuie examinate atent, atât alunițele, cât și orice tip de leziune sau rană care întârzie să se vindece. Trebuie să protejăm de efectele nocive toate zonele care sunt predispuse mai agresiv la soare, respectiv fața, gâtul, urechile și buzele. Melanomul este mult mai frecvent localizat la bărbați pe toracele posterior, iar la femei pe gambe. De aceea, la începutul primăverii se recomandă un consult integral dermatologic, expunerea la soare putând agrava și alte boli de piele cum ar fi lupusul, acneea sau cuperoza.

Depistează din timp leziunile care se pot transforma în câteva luni în adevărate pericole pentru sănătate!

Deși soarele ne bucură cu căldură îmbietoare a razelor sale și ne mângâie pielea, conferindu-i acea culoare arămie după care toate femeile tânjesc, nu trebuie să uităm că fără o protecție adecvată soarele devine inamicul nostru. Așa cum pentru protecția pielii ne-am obișnuit să folosim creme de protecție solară, tot așa trebuie să știm că și ochii sunt la fel de expuși soarelui și au nevoie de ochelari cu lentile speciale care să fie capabile să absoarbă fluxul de lumină dăunătoare. Lentilele maro reduc strălucirea și distorsionează culorile, lentilele roșii, galbene sau portocalii scad efectul de ceață, dar distorsionează culorile, lentilele verzi reduc strălucirea și filtrează culoarea albastră, iar lentilele gri oferă cea mai mare claritate fără a distorsiona culorile.

Trebuie să ținem cont că indiferent de tipul de ochelari ales aceștia trebuie să aibă inscripția **UV 400** sau protecția **UV 100%**. Aceștia se aleg numai în magazinele specializate și numai cu o recomandare avizată din partea medicului oftalmolog sau a opticianului. Lentilele pot fi confecționate din sticlă, plastic sau policarbonat. Cele din sticlă au un nivel ridicat de claritate și sunt rezistente la zgârieturi, cele din plastic sunt mai durabile și conferă siguranță oculară în



cazul spargerii, iar cele din policarbonat sunt mai dure și ușoare și oferă o claritate mai mică, fiind folosite în special de sportivi.

Dintre efectele benefice ale expunerii la soare amintim sinteza vitaminei D cu rol important în prevenția rahitismului la copii, ameliorarea unor afecțiuni cutanate cum ar fi psoriazisul, vitiligo, dermatita atopică, ne conferă un tonus psihic optim, crește imunitatea și implicit rezistența la stres.

ALEGEREA CREMEI ADECVATE DE PROTECȚIE SOLARĂ ÎN FUNCȚIE DE FOTOTIP

- pentru cei cu pielea închisă la culoare în caz de expunere solară moderată se recomandă creme cu SPF30, iar pentru expunerea ușoară se recomandă SPF 20;
- pentru cei cu pielea deschisă la culoare în caz de expunere solară moderată se recomandă creme cu SPF50, iar pentru expunerea ușoară se recomandă SPF30;
- pentru cei cu pielea foarte deschisă la culoare în caz de expunere solară moderată se recomandă creme cu SPF50, iar pentru expunerea ușoară se recomandă SPF50;
- pentru toate fototipurile în caz de expunere extremă și agresivă la soare se recomandă creme cu SPF 50.

(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