



MEDICINĂ FĂCUTĂ CU SUFLETUL!



New Medical

New Medical Buzău

sursa dumneavoastră principală de știri profesionale din domeniul sănătății

Anul 4, nr. 26, IANUARIE 2026

Apariție lunară, distribuire gratuită

15 ani de NEW MEDICAL

- continuitate, încredere și medicină făcută cu suflet

Anul 2026 marchează împlinirea a cincisprezece ani de activitate pentru NEW MEDICAL. Este un reper care vorbește despre continuitatea unei activități medicale desfășurate constant, într-un context profesional și economic care s-a schimbat semnificativ de-a lungul timpului.

Cei cincisprezece ani nu înseamnă doar trecerea timpului, ci acumularea unor etape distincte de dezvoltare. Clinica a evoluat gradual, adaptându-se realităților din sistemul medical și nevoilor pacienților, fără schimbări bruște sau direcții conjuncturale. Deciziile au fost luate pe termen mediu și lung, cu accent pe stabilitate și funcționare coerentă.

De la început, abordarea NEW MEDICAL a fost una centrată pe relația medic-pacient. Actul medical a fost tratat ca un proces care presupune comunicare clară, explicarea opțiunilor disponibile și respectarea deciziilor medicale asumate. Această abordare a rămas constantă, indiferent de extinderea serviciilor sau de schimbările organizaționale apărute în timp.

Evoluția clinicii a fost strâns legată de echipa medicală. În cei cincisprezece ani, NEW MEDICAL a funcționat ca un spațiu de colaborare între medici cu experiență îndelungată și medici aflați la început de carieră. Această combinație nu a fost una întâmplătoare, ci asumată. Experiența acumulată în ani de practică medicală a fost completată de deschiderea către metode actuale de investigație și de perspectivele aduse de generațiile mai tinere de medici.

Clinica a încurajat constant integrarea medicilor tineri într-un cadru de lucru stabil, în care formarea profesională să se facă în mod responsabil. Lucrul alături de medici cu experiență, accesul la cazuri reale și respectarea riguroasă a protocoalelor medicale au fost elemente esențiale în acest proces. NEW MEDICAL și-a asumat rolul de spațiu profesional pentru medicii aflați la început de drum, oferindu-le contextul necesar pentru dezvoltare și învățare.

În același timp, clinica a urmărit o dezvoltare echilibrată a serviciilor medicale. Extinderile realizate de-a lungul timpului au avut la bază nevoi reale, identificate în practica zilnică, nu tendințe de moment. Creșterea complexității investigațiilor și integrarea unor soluții moderne au fost abordate gradual, în funcție de capacitatea organizației de a le susține corect.

Pentru anul 2026, direcția asumată este una de consolidare și dezvoltare pe orizontală. Se analizează extinderea anumitor servicii și completarea echipei medicale, în concordanță cu cererea existentă și cu resursele disponibile. Accentul rămâne pe funcționarea coerentă a clinicii, nu pe creștere accelerată.

Un element esențial în menținerea activității îl reprezintă stabilitatea financiară. În cei cincisprezece ani, NEW MEDICAL a urmărit o administrare prudentă, care să permită continuitatea activității și planificarea pe termen mediu. Consolidarea financiară nu este un scop în sine, ci un instrument care susține investițiile necesare și menținerea unui cadru de lucru funcțional.

Relația cu pacienții este tratată ca parte integrantă a activității medicale. Continuitatea, coerența informațiilor și respectarea parcursului medical sunt principii aplicate în practica zilnică. Fidelizarea pacienților nu este formulată ca obiectiv separat, ci rezultă din interacțiuni medicale corecte și predictibile.

Activitatea clinicii este susținută de medici, asistenți și personal auxiliar, fiecare având un rol clar în funcționarea zilnică. Munca lor asigură desfășurarea serviciilor medicale în condiții organizate și conforme cu responsabilitățile profesionale asumate.

Ziarul clinicii, aflat în al patrulea an de apariție, rămâne un instrument de informare și comunicare cu pacienții și comunitatea. Acesta reflectă evoluția clinicii și direcțiile asumate, fără caracter promoțional, ca parte a unei comunicări transparente.

La împlinirea a cincisprezece ani de activitate, NEW MEDICAL continuă să funcționeze ca o unitate medicală construită pe continuitate, echilibru și responsabilitate profesională. Direcția rămâne una clară: menținerea unui cadru medical stabil, în care experiența și formarea noilor generații de medici se completează firesc.

După 15 ani de activitate, **NEW MEDICAL** își continuă misiunea cu aceeași convingere care i-a ghidat parcursul de la început: **MEDICINA FĂCUTĂ CU SUFLETUL**, practică cu responsabilitate, echilibru și respect față de oameni.

Daniel-Mihai Dobref

Manager general Clinica NEW MEDICAL PROIECT

Redactor-șef NEW MEDICAL BUZĂU



Măsurile ergonomice și dispensarizarea celor mai frecvente afecțiuni întâlnite la locul de muncă

Cele mai frecvente patologii care apar sau sunt întreținute de o activitate sedentară sunt afecțiunile oculare generate de suprasolicitarea analizatorului vizual, bolile cardiovasculare și metabolice, dintre care cele mai comune întâlnite sunt hipertensiunea arterială (HTA), diabetul zaharat (DZ) insulino sau noninsulinodependent, dislipidemiile și nu în ultimul rând al treilea grup de afecțiuni generate sau agravate de sedentarism – afecțiunile osteoarticulare de genul cifozelor, scoliozelor, spondilozelor. Toate aceste patologii au în comun poziția vicioasă la calculator sau planșeta de lucru, sedentarism prelungit, stres și răspundere mare la locul de muncă, mese neregulate și nerespectarea baremului de muncă prevăzut prin lege.

Poziția ergonomică corectă la calculator

Pentru a evita la maxim suprasolicitarea ochilor, coloanei vertebrale și a musculaturii paravertebrale se recomandă a se ține cont de următoarele mențiuni:

- spațiul de lucru trebuie să fie încăpător, luminat mixt, atât cu surse de lumină naturală, cât și artificială, bine ventilat, atât natural, cât și cu aer condiționat pentru sezonul canicular;
- a se evita supraaglomerarea biroului, organizarea acestuia în așa fel încât să nu ne întindem sau să ne aplecăm prea mult sau des după anumite obiecte, suprasolicitând musculatura;
- suprafața mobilierului de birou trebuie să fie mată pentru a se evita cât mai mult posibil reflexiile și strălucirea;
- scaunul trebuie să aibă spătar lombar adecvat, trebuie să fie alcătuit din componente ajustabile staturii fiecărui individ;
- se recomandă să evităm să stăm mult timp în aceeași poziție la masa de lucru, iar pauzele trebuie să fie de 10 minute după fiecare oră de lucru în fața monitorului;
- a se ajusta înălțimea scaunului astfel încât tălpile să fie în contact cu podeaua;
- suprafața monitorului să fie perfect curată, iar acesta trebuie să fie perfect poziționat drept în fața utilizatorului pentru a se evita torsionarea exagerată a musculaturii gâtului. De asemenea se recomandă ca monitorul să fie în unghi drept cu fereastra pentru a se evita strălucirea și să fie totodată departe de sursa directă de lumină generatoare de luminozitate în exces;
- tastatura trebuie să fie poziționată chiar în fața utilizatorului. Se ajustează tăvița mobilă a tastaturii astfel încât umerii să fie relaxați, antebrațele să fie paralele cu podeaua;
- nu se recomandă a ne odihni brațele sau încheieturile pe palme când tastăm;
- poziționarea cât mai aproape de tastatură a mouse-ului asigură o coordonare optimă „hand-to-eye”.

SĂ NU UITĂM:

- capul să fie centrat spre mijlocul monitorului, la o lungime de braț de acesta și cu marginea de sus a ecranului la nivelul sprâncenelor;
- umerii trebuie ținuti confortabil în jos, spatelui să fie drept, coatele să fie relaxate la 90 de grade de corp;
- încheieturile să fie relaxate, fără a se sprijini de marginea biroului
- scaunul să fie ușor împins înainte;
- gâtul să fie drept fără a-l înclina în față sau în spate;
- degetele să fie ușor îndoite spre palmă;
- tălpile să fie pe pardoseală și genunchii să fie mai jos decât coapsele.

Prevenirea și dispensarizarea hta

- evitați consumul exagerat de sare, prăjeli, afumături, fastfood;

- monitorizați periodic tensiunea arterială. În cazul celor care sunt deja în evidența medicului de familie cu o afecțiune cardiovasculară, automonitorizarea tensiunii se face cu tensiometrul digital de minim două ori pe săptămână;

- intervalul propice optim pentru măsurarea tensiunii arteriale este între orele 6-11 dimineața, stând relaxați, fără consum de cafea sau tutun în prealabil;

- atenție sporită din partea celor care au rude de gradul 1 cu boli cardiovasculare;

- faceți controale periodice regulate prin medicul de familie, cei hipertensivi de două ori pe an sau ori de câte ori se reînnoiește rețeta de medicamente antihipertensive, iar cei aparent sănătoși anual;

- acordați o atenție sporită electrocardiogramelor anuale.

Dispensarizarea diabetului zaharat

1. Pentru cei suspecți de diabet sau cei cu rude de gradul 1 cu diabet sau boli cardiovasculare:

- efectuarea unui test de toleranță la glucoză pentru tranșarea diagnosticului;
- adoptarea împreună cu medicul de familie a unor proceduri de screening active și calcularea riscului cardiovascular.

2. Pentru cei care au deja un diabet zaharat manifest

- se recomandă monitorizarea bianuală de către diabetolog și trimestrial de către medicul de familie;
- efectuarea anuală a analizelor generale de bază pentru monitorizarea stării de sănătate;
- efectuarea anuală a unei electrocardiograme pentru a preveni sau urmări eventualele patologii cardiovasculare;
- efectuarea bianuală a unei hemoglobine glicozilate pentru monitorizarea eficienței tratamentului antidiabetic;
- automonitorizarea periodică a glicemiei și TA;
- control anual la oftalmolog, neurolog, nutriționist, nefrolog pentru monitorizarea eventualelor comorbidități.

Dispensarizarea sarcinii în câmpul muncii

Recomandări:

- pentru cei care efectuează munca de birou există un risc moderat scăzut în ceea ce privește evoluția sarcinii, acesta fiind datorat poziției statice îndelungate și suprasolicitării analizatorului vizual.
- nu se recomandă deplasări în interes de serviciu, mai ales în ultimul trimestru de sarcină;
- nu se recomandă a se conduce mașina unității;
- nu se ridică greutate;
- programul este de 8 ore pe zi de lucru cu pauze de 10 min după fiecare oră de lucru;
- evitarea turelor de noapte și a programului de lucru prelungit;
- evitarea șocurilor termice, a contactului cu agenți iritanți respiratori și a aerului condiționat;
- amenajarea ergonomică a spațiului de la birou - scaun ergonomic, taburet pentru poziția ușor ridicată a picioarelor;
- reducerea cu o pătrime a programului de lucru la recomandarea medicului de familie;
- respectarea art. 2 litera f din O.G. 96/2003 și art. 15 legea 25/2004 privind protecția maternității la locul de muncă în ceea ce privește dispensa pentru consultații prenatale ce reprezintă un nr. maxim de 16 ore lunar libere plătite de către angajator pe durata programului normal de lucru;
- dispensarizarea prin medicul de familie și obstetrician.

Dr. Comănescu Elena,
medic specialist medicină de familie



Informare privind accesul pacienților la consultații de speciali- tate cu bilet de trimitere - Clinica New Medical



Clinica New Medical din Buzău oferă pacienților posibilitatea de a beneficia de consultații de specialitate decontate prin Casa Județeană de Asigurări de Sănătate Buzău, în baza biletului de trimitere. Activitatea medicală este asigurată de medici specialiști și primari, iar evaluarea și monitorizarea pacienților se realizează conform protocoalelor și recomandărilor medicale în vigoare.

Prin organizarea serviciilor noastre, urmărim să facilităm accesul pacienților la consultații și investigații de specialitate, într-un cadru adecvat desfășurării actului medical și cu respectarea legislației aplicabile.

Specialități medicale disponibile cu decontare CJAS Buzău:

- **Boli Infecțioase**

Dr. Damian Elena - medic primar

- **Cardiologie**

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

- **Cardiologie pediatrică**

Dr. Arhip Anca Maria - medic specialist

- **Diabet, Nutriție și Boli Metabolice**

Dr. Mihalache Daiana Elena - medic specialist

- **Endocrinologie**

Dr. Gațu Alina-Andreea - medic primar

Dr. Rotărescu Maria Alexandra - medic specialist

- **Medicină Internă**

Dr. Neamțu Andrei - medic specialist

- **Oftalmologie**

Dr. Jica Ștefan Alexandru - medic primar

Dr. Stan Andreea Patricia - medic specialist

- **Oncologie**

Dr. Negoită Denisa Alexandra - medic specialist

Dr. Cîrlan Alexandru - medic specialist

- **Pediatrie**

Dr. Anica Gina Alina - medic primar

- **Psihiatrie**

Dr. Constantin Simona - medic specialist

Dr. Rădan Melania - medic primar

Dr. Ștefu Elisabeta Lavinia - medic primar

Dr. Chițurlea Raluca - medic primar

- **ORL**

Dr. Mihalcea Cătălin Constantin - medic specialist

Programări și locații

Programările se pot face direct de către pacienți, la recepția clinicilor sau telefonic, în funcție de specialitatea dorită:

- **Strada Victoriei, nr. 1A** (până în Maternitatea Buzău)

Tel: 0772.153.310 | 0775.265.824 | 0338.101.164 | 0338.401.656 | 0338.408.770

- **Strada Păcii, nr. 4** (peste drum de fosta Baie Comunală)

Tel: 0799.950.033 | 0338.401.490

- **Cartier Orizont, Str. Nicu Constantinescu, nr. 1** (lângă grădinița din cartierul Orizont)

Tel: 0771.561.802 | 0238.730.627

- **Strada George Emil Palade, nr. 28** (vizavi de Parcul Hasdeu - Oftalmologie)

Tel: 0772.007.949

Pentru sprijin administrativ sau pentru situații care necesită coordonare, ne puteți contacta la adresa de email newmedicalproiect@gmail.ro.

Vă stăm la dispoziție pentru informații suplimentare și ne dorim o colaborare corectă și eficientă, în beneficiul pacienților.

**Cu deosebită considerație,
Conducerea Clinicii New Medical Proiect**



Nevralgia de trigemen

Definiție: nevralgia de trigemen reprezintă cea mai frecventă patologie a nervului cinci cranian, sau **nervul trigemen** - de unde și denumirea. Aceasta apare când nervul este iritat sau comprimat din diverse cauze. Este comună vârstei mijlocii și înaintate și s-a observat că afectează femeile într-un procent mai mare decât bărbații.

Cauze: Există nevralgia de trigemen idiopatică (nu s-a găsit o cauză) și cea simptomatică/secundară unei cauze. La cea din urmă, cea mai frecventă cauză este cea vasculară (prin compresia nervului de către un vas de sânge prin anevrism/dilatația unui vas sau printr-o buclă vasculară). Alte cauze posibile sunt: traumatismele, neoplasmele, formațiunile tumorale (cum sunt *schwanoamele*, *meningioamele*, *chistul epidermoid*), boli demielinizante (scleroza multiplă - caz în care poate fi bilaterală), cauza infecțioasă (herpes zoster, infecția urechii medii), afecțiuni din sfera dentară (comprimarea de către ramurile celui de-al treilea molar - cunoscut și cu denumirea de „molar de minte”), afecțiuni reumatologice (*lupus eritematos sistemic*, *sclerodermie*, *sindrom Sjögren*).

Simptomatologie: durere bruscă pe o parte a feței, mai frecvent la nivel maxilar și mandibular, mai rar oftalmic, cu caracter de junghi/arsură/șoc electric, de intensitate mare, ce determină persoana să grimaseze (tic) -> nevralgia de trigemen se mai numește din această cauză și tic

dureros sau tic douloureux. Durata unui episod este de obicei de secunde până la maxim 1-2 minute, sunt dese și pot apărea atât ziua, cât și noaptea.

Există factori declanșatori la nivelul feței, buzelor, gingiei, de multe ori gesturi banale cum sunt de exemplu bărbieritul, periajul dentar, mestecatul, vorbitul, căscatul, chiar și o adiere de vânt sau spălatul feței pot provoca un atac.

Mai rar durerea este precedată sau însoțită de spasm pe jumătate de față (tic convulsiv) și în plus mai poate apărea disconfort sau prurit.

Din cauza durerii puternice unele persoane pot ajunge să evite să mănânce, să vorbească sau să își atingă fața.

Tratament: există mai multe variante care pot readuce persoanei o calitate bună a vieții.

1) Majoritatea răspund la tratament medicamentos în monoterapie sau la asocierea de mai multe medicamente (din clasa antiepilepticilor, decontracturante musculare, topice locale), ce suprimă sau scurtează durata și severitatea atacurilor la majoritatea pacienților, pentru perioade variate de timp.

2) La persoanele cu formă rezistentă la tratamentul medicamentos se recurge la o variantă chirurgicală (ori clasică, ce decompresă nervul, ori tehnică mai nouă de tip *radiochirurgie gamma knife* și alte forme de radiație

Nevralgia de trigemen

Definiție:
Cea mai frecventă patologie a nervului trigemen, afectând mai ales femeile de vârstă mijlocie și înaintată.

Iritare sau compresie a nervului trigemen

Cauze

- Compresie vasculară
- Tumori și chisturi
- Scleroză multiplă
- Infecții (zona zoster)
- Probleme dentare

Tratament

Medicație

Radiochirurgie Gamma Knife

Intervenție Chirurgicală

Simptome

Durere bruscă, ca un șoc electric

Maxilar și Mandibulă

Tic Dureros

Factori declanșatori

Mestecat

Bărbierit

Periaj dentar

Adiere de vânt

Prevenție:

Evitarea frigului

Control Dentar

Odielnă

concentrată, acestea din urmă fiind mai puțin invazive). Efectul metodelor chirurgicale se observă de obicei după câteva luni. De principiu, se asociază un medicament antiepileptic pentru o perioadă, după oricare dintre proceduri și trebuie reinstituit dacă simptomatologia reapare, după cum se poate întâmpla.

Măsuri de prevenție sau ameliorare: respectarea medicației, evitarea factorilor declanșatori (evitarea periajului dentar agresiv, a bărbieritului în zona sensibilă), acoperirea cu o eșarfă a zonei sensibile în caz de expunere la frig sau curent de aer rece, control periodic dentar, respectarea unui orar corect de somn.

Dr. Mărgărit Cristina,
medic specialist Neurologie



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