



DR. BALLA LÁSZLÓ
GYERMEK- ÉS FELNŐTT-
FOGSZABÁLYOZÓ SZAKORVOS,
WWW.DOCTORDENT.HU

? Már elmúltam 18 éves, de zavar a kusza fogszórom. Ebben az életkorban lehet még tenni valamit?
(Z. N., 30 éves)

” A fogszabályozást nem csupán esztétikai okokból ajánlott elvégezni, a könnyebb tisztíthatóság miatt is

érdemes sorba állítani a fogakat. A kezelést tulajdonképpen bármikor el lehet kezdeni, amikor a szakorvos javasolja, illetve ha úgy érezzük, szükségünk van rá. A készülék viselésével némileg megváltoznak a mindennapok: a fogszabályozó felhelyezése utáni 1-2 napban enyhe kellemetlen érzése lehet a páciensnek. Hosszú távon az étkezésre is érdemes odafigyelni. A ragadós ételeket kerülni kell, a keményebbeket ajánlott felkockáztatni, és persze nagyon fontos a fogak alapos tisztítása minden étkezés után.

IRÁNY A BALATON!

A nyár első balatoni fesztiváljára, a Nemzeti Regattára ismét 50 település képviselői érkeznek Siófokra.

Összeálltak a csapatok az idei Nemzeti Regatta versenyszámaira. A Balatoni Hajózási Zrt. és szervezőtársai 2019. június 1-2-án Siófokon várják az érdeklődőket. Rengeteg ingyenes családi program közül válogathatnak a látogatók, fellép többek között Vastag Csaba, az Irigy Hónaljmirigy, a Péterfy Bori & Love Band, vala-

mint a Hooligans zenekar. A benevezett magyarországi települések már készülnek a változatos megmérettetésekre, így az amatőr vitorlásversenyre, a sárkányhajóversenyre és a Települési Ízek Utcájában zajló főzőversenyre.



TEDD MEG MOST!

Béres Alexandra, Oláh Gergő és az Alma zenekar tagjai is összefogtak a jó ügy érdekében.

Magyarországon évente több ezer embernek van szüksége életmentő, vérplazmából készült gyógyszerre, közéjük tartoznak a hemofiliás, veleszületett immunhiánnyal élő, csontvelő-, illetve szervátültetett, máj- és veseproblémákkal küzdő betegek, de vérplazmát használnak a tetanusz előállításához is.

Májusban a vérplazmaadás dupla segítségét jelent a rászorulóknak. A Vascular Plazma országos plazmaferezis

hálózata 7 helyszínen várja az önkénteseket a Tedd meg most! akció keretében (www.tedd-megmost.hu), május 31-ig: amennyi liter plazma összegyűlik, értékének ötvenszeresét három alapítvány, a Hemofiliások Baráti köre, a Tábittha ház és a Primer Immunhiányos Betegek Egyesülete között osztják el.



DR. SZÉLESSY ZSUZSANNA
HEMATOLÓGUS,
TROMBÓZIS ÉS
HEMATOLÓGIAI KÖZPONT

? A kislányom 3,5 hónapja született. Igazán nyugodt baba, én mégis mindig fáradtnak és erőtlennek érzem magam. A terhesség alatt vashiánnyal kezelték, de a szülés után abbahagytam a gyógyszert. Lehet, hogy korai volt?

(P. K., 34 éves)

” Nagy valószínűséggel tényleg vashiány az oka a kimerültségnek. A szoptatás,

valamint a terhesség miatt a kismamának fokozottan ügyelniük kell a táplálkozásukra. Amennyiben kiürülnek a vaskészletek, az anyukát állandó kimerültség, fáradékonyság és álmoság gyötri. Ebben az időszakban a nőknek kb. 25 mg vasra van szükségük, miután a menstruáció jelentkezik, ennél többre is. Hasznos lehet, ha a vegyes táplálkozás mellett folytatja a terhesség során szedett vándorvitamin, illetve recept nélkül kapható vaskészítmény szedését. Érdemes vérélet útján ellenőriztetni a vércépet, hiszen ha a laboratóriumi paraméterek kórosnak bizonyulnak, akkor receptre kapható gyógyszerre van szükség. A vényköteles készítmény alkalmazása többnyire olyankor indokolt, ha már a terhesség során is erősen vashiányos volt a kismama, esetleg a szüléskor sok vért veszített.