



# IMPULZUS

A SZATMÁR-BEREGI KÓRHÁZ LAPJA

2004. Március



*dr. Lukács Edit festménye Tisza Tivadarnál*



## A tartalomból:

- **szülésfelkészítés**
- **sorsok, emberek**
- **egészséges életkezdet**
- **ez történt februárban...**
- **"tolerancia az egészségért"**
- **emberközelben: dr.Lukács Edit**

## VITAMIN

### Itt a tavasz, itt a vitaminhiány!

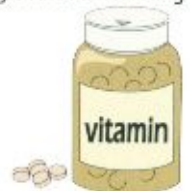
Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) tanulmányt készített arról, hogy a vitamin- és nyomelemekszítmények valójában mennyire szükségesek. A szervezet hatvanöt évesnél idősebb kanadai nőket és férfiakat vizsgált, akik sokszor alacsony kalóriaértékű, fehérjében szegény, főzelékfélét és gyümölcsöt alig tartalmazó ételt fogyasztottak. A vizsgáltak között több idős férfi volt, aki hetekig csak teát és vajas kenyeret evett reggelire-vacsorára. Ennek ellenére csupán öt-huszonöt százaléknál gyakorisággal találtak köztük olyanokat, akiknél a tápanyag-ellátottság elégtelennek bizonyult. Leggyakoribb a C-vitamin hiánya volt (1526 százalék). A- és B-vitamin-hiány 1015 százalékos gyakorisággal fordult elő, vas- és cinkhiányt ugyancsak 1015 százalékuknál lehetett kimutatni. A többi vitamin és egyéb tápanyag hiányát csak egy-egy esetben tudták megállapítani. Miután egy évig kis mennyiségű vitamint és ásványi anyagot tartalmazó gyógyszerrel kezelték őket, kettő-négy százalékra csökkent körükben a tápanyaggal elégtelenül ellátottak száma, és a betegen töltött napok száma is a felére esett vissza.

### Mennyi vitaminra is van szükségünk?

Ezen még a szakemberek is vitatkoznak. Az egyik tábor hatalmas dózisokat javasol, míg mások ennek az ellenkezőjét ajánlják. A különböző nemzetek erről is másképpen gondolkoznak. Például a napi C-vitamin adag a franciák szerint 80 mg, a németek szerint 75 mg, az amerikaiak 60 mg-ra esküsznek, míg a britek csak 30 mg-ra. Ezért mi is csak átlagértékekről írhatunk. Eszerint:

- C-vitaminból napi 50-150 mg javasolt,
- E-vitaminból 15-30 mg,
- béta-karotinból pedig naponta legfeljebb 4 mg.

A kutatók egy dologban azonban egyetértenek: a szükséges vitaminokat és tápanyagokat legjobb ételként bejuttatni a szervezetbe, sok színes főzelék és nyers gyümölcs formájában.



## 1-5 SZÉPSÉG TIPP

### 1. BŐRÁPOLÁSI TITKOK KÍNÁBÓL

Aki harmóniában él önmagával és környezetével, szuperül néz ki. Ázsiában ezt évezredek óta tudják. A kínai nők szépségtitka: rendszeres meditáció, természetes testápolás selyemproteinnel és növényekkel.

### 2. SOHASE "FEDETLENŰL"

A téli napnak is van ereje. Egy röpke fénysugár hatására a fakó, érzékeny bőr máris bevörösödik: ez az első jele a napégésnek. Megoldás: séta előtt vigyünk fel naptejet az arcunkra, a védőfaktor legalább 8-as legyen!

### 3. ÚJ ARC SZÍN - TUBUSBÓL

Ki ne akarná levedleni a bőrét, és helyette selymes, új, friss bőrben tündökölni? Hogyan érhető el ez? Tipp: rendszeres hámlasztással - hetente legalább egyszer radírozza le a bőrét! Az ép és feszes bőr számára mindenfajta bőrradírral megfelelő.

Érzékenyebb és szárazabb bőrre ideális a gyümölcsalapú bőrradírral vagy az ásványi anyagokban gazdag tengeri iszap. A makacs bőrszennyeződések leginkább hámlasztókúrával távolíthatók el.

### 4. EXTRA MENNYISÉGŰ ÁSVÁNYI ANYAG - TERMÁLVÍZBŐL

Télen a bőr anyagcseréje lelassul. Tipp: látogassunk el hazánk valamelyik termálfürdőjébe! A termálvízben megtalálható ásványi anyagok a bőrön keresztül felszívódnak. Az ásványi anyagokat és vitaminokat tartalmazó krémek hatására a bőr megújul.

### 5. HA A BŐR VÉSZJELZÉSEKET AD

Extra száraz a bőre? Viszket és húzódik? Mit tehet, ha a krémek már nem használnak? Tipp: mindennap fogyasszon el egy tál friss salátát hidegen préselt növényi olajjal, és vegyen be omega 3 zsírsavat tartalmazó kapszulát!

### Március:

31. szerda: Méhtelek

### Április

7. szerda: Gacsály

14. szerda: Tiszakóród

19. hétfő: Deák Ferenc Gimnázium,  
Fehérgyarmat

20. kedd: Móricz Zsigmond Szakképző-  
és Szakközépiskola, Fehérgyarmat

21. szerda: Milota

27. kedd: Petőfi Sándor Közgazdasági  
Szakközépiskola, Fehérgyarmat

28. szerda: Botpalád

## VÉRADÁS TERVEZETEK



„Segíts, hogy mi is segíthessünk!”

## SZÜLÉSFELKÉSZÍTÉS

Meglehetősen nagy számban jelentek meg a házaspárok, illetve élettársak a szülésfelkészítő tanfolyam harmadik, záró előadásán, amelyen Dula Andrea védőnő a szükséges beszerezni valókról és a szülés utáni első gondokról, kellemetlenségekről szólt.

A február 24-én tartott összejövetelen 10 pár jelent meg a könyvtárteremben. A babavárás egyik lényeges eleme a szükséges ruhadarabok, kellékek beszerzése. A védőnő felhívta a figyelmet arra, hogy a leendő szülőknek elég csupán a legszükségesebbeket megvásárolniuk a baba születése előtt. Ezek a következők:

egy kényelmes gyermekágy, lehetőleg állítható legyen. Célszerű inkább vékony, mintsem vastag matraccal beszerezni. Az elhelyezését tekintve fontos, hogy ne legyen ablak, illetve fűtőtest közelében. Ajánlatos, hogy a baba 6 hónapos koráig az anyával egy szobában aludjon.

A babakocsi 3-4 hetes kortól fontos, míg a kiskád azonnal.

Nézzük a ruhákat: feltétlenül szükséges 6-7 db body, 4-5 rugdalózó, legalább 10 darab textilpelenka, 2-3 pár zokni, 2 sapka, 2 kocsikabát, 1 pólyabetét lehetőleg 2 huzattal, 1 hálózsák, 1 levegőztető-zsák, 2-3 törölköző kendő és 2 pléd.

Ahogy a baba növekszik, természetesen úgy kell beszerezni a fenti darabokból a megfelelő méretet.

Az előadás folytatásaként megtudhattuk, hogy milyen ruházatot kell magával vinnie a kórházba a várandós kismamának: szükség van 3-4 előlgombolós hálóingre, 2 papucsra, 2-3 vastagabb zoknira, alsóneműre, továbbá tisztálkodási kellékekre,



melltartó betétre, bimbóvédő krémre.

Mindenképpen hozzák magukkal a betegkártyájukat, a terhesség-gondozási kiskönyvet, a személyi igazolványt, a házassági anyakönyvi kivonatot (élettársak esetében apasági nyilatkozat, amelyet a polgármesteri hivatalban adnak ki). Külföldi házaspárok ne feledjék elhozni a lefordított okirataikat.

Szülés utáni problémák:

A szülés utáni két hét folyamán az anyuka lehetőleg otthon pihenjen, és a babán, illetve önmagán kívül mással ne foglalkozzon. Ilyenkor kell(ene) az apukára bízni a háztartás gondjait, bevonni a nagyszülőket, a rokonokat a család munkájába.

Jó tudni: az apukák a törvény szerint 5 nap szabadságot kapnak gyermekük születésekor.

Az anyukák ne ijedjenek meg, amikor azt tapasztalják, hogy a szülés utáni első vizelés fájdalommal jár ez így természetes. Az első hat hétben egyébként is gyakori a vizelési inger. Amennyiben ez az inger a későbbiekben sem múlik, akkor orvoshoz kell fordulni.

Gyakori még a székrekedés a szülés után, illetve az ezzel járó aranyér-problémák. Ezen a megfelelő táplálkozással lehet segíteni Aranyér esetében kenőcs, kúp a segítség.

A szoptatás első napjaiban tízből 9 anyánál jellemző, hogy érzékeny, fájdalmassá válik az emlőbimbó. Ezt úgy lehet megelőzni, hogy a 36-37. héttől zuhanyzás után a törölközővel erősebben dörzsöljük át, hogy edzettebbé váljon.

A majdani anyukák és apukák az előadás után egy igazolással lettek gazdagabbak az együttműködésre történő felkészítésről.

### Kedves Kismamák!

A Szatmár-Beregi Kórház Szülészeti-Nőgyógyászati Osztályán ismételt szülésfelkészítő tanfolyam indul, mely egyúttal a papás-mamás szülésre való felkészítést is magába foglalja.

Minden 30 hetes terhességi kort betöltő terhest, illetve azok férjét (élettársát) is szeretettel várjuk.

Az előadások időpontjai:

2004. március 24. (szerda) 14 óra - Dr. Szőke József oszt.vezető főorvos

2004. március 31. (szerda) 14 óra - szülésznő

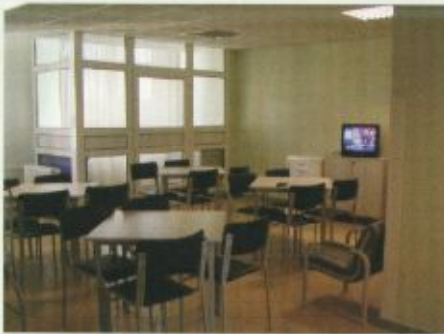
2004. április 7. (szerda) 14 óra - védőnő



## SORSOK EMBEREK - határon túlról -

Egy baba születése akkor is csoda a családban, ha a külső körülmények teljesen normálisak. A szokásosnál is nagyobb az izgalom azonban akkor, amikor a már a baba megszületése előtt sem biztosak abban az anyukák, hogy babájukat a megfelelő szakértelemmel, illetve megfelelő körülmények között segítik világra.

Szilágyi Hajnalka a kárpátaljai Beregújfaluból érkezett a Szatmár-Beregi Kórházba. Ő lesz következő beszélgetőpartnerem.



Szilágyi Hajnalka odahaza lelkesként szolgálja az 1400 fős gyülekezetét. A kismama meghatódva fogadja a sűrűn érkező telefonhívásokat: a hívek érdeklődnek a hogyléte felől. Amikor tudatja, hogy egészségesen született meg ötödik gyermeke, már fogadja is a gratulációkat.

Nem kis dolog ez, hiszen a telefonálók is tudják senki nem lehetett biztos abban, hogy gyermeke egészségesen látja meg a napvilágot.

**Szilágyi Hajnalka:** Vérzés miatt sürgősséggel kerültem be és császármetszéssel született meg Benjám 1 kiló 25 dekával. A szülés után azonnal Nyíregyházára vitték, az állapota viszont hála Istennek kielégítő.

**Impulzus:** Ha jól tudom, nem minden gyermekük született Fehérgyarmaton?

**Szilágyi Hajnalka:** Hú, a mi életünk nagyon kalandosan indult, úgyhogy a kályhánál kezdem a magyarázatot. A történet ott kezdődött, hogy én teZológus hallgatóként kerültem kárpátaljai kislánként Kolozsvárra, mint cserediák. Ott ismertem meg a férjemet.

A tanulmányaink befejezése után szülőfalumtól Badallótól nem messze,

Beregújfaluban kaptunk munkát. Első gyermekünk Kárpát-alján született, ő ukrán állampolgár. A két középső gyermek román, míg a legkisebb Benjámint szintén ukrán állampolgár. Ha mindehhez hozzá-teszem, hogy természetesen min-dannyian magyar nemzetiségűek, akkor el tudja képzelni mekkora ka-lamajka árán tudunk néha átkelni a határon.

**Impulzus:** Milyenek a benyomásai a Szatmár-Beregi Kórházról?

**Szilágyi Hajnalka:** Elhíheti van összehasonlítási alapom. Romániai és kárpátaljai kórházakon kívül feküdtem már budapesti kórházban is, de ilyen emberközeli, ilyen jól felszerelt, barátságos helyen még nem jártam. A férjem meg is jegyezte, hogy ilyen szobákban nemhogy elszomorodik, de egyene-sen felvidul az ember.

**Impulzus:** Előreláthatólag visszatér még hozzánk?

**Szilágyi Hajnalka:** Úgy tervezzük, hogy igen. Persze ember tervez... de nagyon szeretnék. A férjem is és én is nagy családban születtünk, nekünk az jelenti a mintát.

Ja, amíg el nem felejttem, azt azért mindenképpen írja meg, hogy mindent nagyon köszönök az itteni dolgozóknak, az orvosoknak és a nővéreknek. Jó érzés, hogy ennyire törődnek az emberrel. Köszönöm!



## EGÉSZSÉGES ÉLETKEZDET

A WHO Régiók az Egészségért Hálózat az egészséges életkezdést érdekében átfogó akciótervet készített, melynek segítségével egyenlő esélyeket szeretnének biztosítani minden gyereknek már születésükkor. A Szatmár-Beregi Kórház szülészeti osztályán Dr. Pénzes Marianna az ÁNTSZ Egészségügyi Osztályának vezetője tartott képzést azon egészségügyi dolgozók számára, akik a későbbiekben igyekeznek felkészíteni a kismamákat a terhesség ideje alatt követendő egészséges életmódra.



Dr. Pénzes Marianna: A mi megyénkben különösen fontosak az effajta programok, ugyanis tudvalevő, hogy a különböző megbetegedések tekintetében megyénk az élen jár. A megyebeli férfiak szív- és érrendszeri megbetegedése háromszorosa az Európai Unió átlagnak. Jó ha tudjuk, hogy a megyénkben a halálesetek háromnegyedéért a dohányzás vagy az alkohol a felelős.

A program kezdetben úgy indult, hogy a dohányzó kismamákat szeretnénk volna leszoktatni az önmaguk és babájuk számára is káros szenvedélyről. Később anyaságra felkészítő programmá bővült, hiszen a dohányzáson túl más problémák is felmerültek, továbbá így könnyebb volt bevonni a programba a kismamákat. Ezzel együtt a dohányzásról való leszoktatás végigkíséri a munkánkat.

## Dr. Borbély Imre osztályvezető főorvos

A Szatmár Bergi Kórház vezetése dr. Borbély Imrét nevezte ki a sebészeti osztály, osztályvezető főorvosának. A kinevezés alapján kértük meg arra a főorvos urat, hogy néhány mondatban mutassa be eddig pályafutását, annak fontosabb momentumait.

Sebészeti pályafutásom itt, a fehérgyarmati kórházban kezdődött 1980-ban. Gyarmatiként kerültem vissza, majd Romhányi főorvos úr vezetése alatt ismerkedtem a sebészet alapjaival és szereztem sebészeti szakvizsgát 1984-ben.

Általam nagyra becsült és szeretett első főnököm nyugdíjazása után a később igazgatóként az intézetet is irányító Bakai Zoltán sebész főorvos egyengette pályámat. Vezetése alatt másodfőorvosként, átmenetileg igazgató helyettesként dolgoztam. Ezen idő alatt sikerült egyre közelebb kerülnöm a sebészeti ellátás sokszor kudarcot is rejtő gyakorlatához. Egyre nagyobb teret kaptam, illetve egyre nagyobb önállóságot vártak el tőlem főnökeim.

Az osztályunkon a városi kórházak sebészeti osztályának megfelelő szintű és körű ellátás folyt és folyik a mai napig is. Ez lehetővé tette, hogy a szigorúan vett sebészet mellett némi urológiai, traumatológiai, ortopédiai ismeretet és gyakorlatot szerezzünk, melyre az idők során nem egyszer szükség is volt. Ezt én azért tartom jónak, mert úgy gondolom nem árt ha a sebész többet tud, többre képes mint amit feltétlenül elvárnak tőle.

A rekonstrukció és a kórházegyesítés után Kerecsen Lajos főorvos úr mellett továbbra is másodfőorvos voltam és a szükséges munkamegosztás során lényegében a fehérgyarmati osztályrészt vezettem.

Huszonhárom év alatt, amióta itt dolgozom három igen jó minőségű osztályvezető mellett dolgozhattam, akikkel a munkakapcsolat mellett nagyon jó baráti kapcsolat is létrejött. Ezek egyike sem volt kényszerbarátság, bár feltétlen hozzájárult a kollektív munkavégzésből eredő egymásra utaltság, a közös érdek.

Kerecsen Lajos főorvos úr egy éve bekövetkezett tragikus halála óta megbízottként vezetem a sebészeti osztályt 2004. január 1-

től hivatalosan kineveztek osztályvezető főorvosnak. Az osztály jelenleg "matrix" rendszerben működik. A sebészeti betegek ellátása mellett bizonyos mértékű mozgásszervi sebészettel és onkológiai ellátással is foglalkozik.

A rekonstrukció óta mind műszer, mind szakmai anyag ellátottságunk kifogástalan, ami korszerű igényes betegellátást tesz lehetővé. A betegek elhelyezése tágas, kényelmes, komfortos kórtermekben valósul meg. Ennek eredményeként betegforgalmunk nőtt, amit a növekvő bizalom jeleként értékelek.

A jövőt illetően már egy kicsit szkeptikus vagyok. A betegellátás centralizálása a kiváló feltételek ellenére némi bizonytalanságra ad okot. A változó minimum feltétel rendszer, jogosítványok esetleges megvonása az osztály tevékenységi körének, struktúrájának átalakítását tehetik szükségessé.

Magamról még annyit, hogy második házasságomban élek Fehérgyarmaton.

Csupán érdekességként jegyzem meg, hogy a kórház negyven éves történetében én vagyok az első sportnyelven szólva házi nevelésű osztályvezető.



## 6-10 SZÉPSÉGTIPP

### 6. A SZEMSZÉPÍTŐ RÓZSA

A szem körüli ráncok oka gyakran a száraz szobai levegő. Sokan az érzékeny szemkörnyékre nem visznek fel sem gélt, sem krémet.

Segítség: hunyjuk be a szemünket, és helyezünk rá rózsavízzel benedvesített vattalapokat! Esténként rózsaoilaj is megfelelő.

Vigyázat! Csak vékonyan szabad felvinni a bőrre! A rózsaoilaj-kivonat segít a bőrnek a természetes zsír-needvesség egyensúly helyreállításában.

### 7. MASSZÁZSTRÜKKÖK

A kozmetikus nyújtotta arcmasszázs megnyugtat, és aktiválja valamennyi bőrfunkciót. Ugyanezt az eljárást otthon is kipróbálhatjuk. Tipp: tegyünk levegővel töltött golyócskákból álló masszázsmaszkot az arcunkra, masszírozzuk be jól a bőrbe - olyan hatása van, mintha parányi görgőket gurítanánk végig a bőrünkön. A művelet kellemes mellékhatásaként az elhalt hámréteg eltűnik az arcról.

### 8. BŐRNYUGTATÓ PETREZSELYEM

A hideg káros hatásaként vörös hajszálerek keletkeznek az arcon és

az orron.

Megoldás: három evőkanál aprított petrezselymet forrázunk le fél csésze forró vízzel, majd szűrjük le, és adjunk hozzá ugyanannyi tejet! Az elkészült keverékkel itassunk át vattalapokat, és helyezzük azokat az érintett bőrterületre! Tíz perc múlva langyos vízzel mossuk le!

### 9. SAUNA

A szauna jót tesz a sima, rózsás és megfelelő vérkeringéssel rendelkező bőrnek. Nincs ideje rá?

Tipp: az is elég lehet, ha csak az arcát izzasztja, méghozzá szaunamaszk segítségével. Hagyja, hogy a maszk felmelegedjen a bőrön! A kúra eredményeként a pórusok kitágulnak, és a felesleges faggyú kiürül.

### 10. MEGZAVARODOTT HORMONOK

Pattanás jelent meg az arcán? Tipikus téli jelenség.

Megoldási javaslat: az érintett területet ecseteljük grépfrútmagcseppel, vagy ragasszunk fel pattanás elleni tapasz! Ezzel az eljárással a bőr megtisztul és rövid idő alatt begyógyul.

## EZ TÖRTÉNT FEBRUÁRBAN...

A szokásoknak megfelelően ezúttal is igyekszünk összefoglalni mindazokat az eseményeket, amelyek 2004. februárjában történtek a Szatmár-Beregi Kórházban. Az alábbiakban ahogy korábban mindig dr. Vadász Mária főigazgató tekinti át az elmúlt egy hónapot. Íme...

Februárban két alkalommal is találkoztunk a körzet háziorvosaiival. A hónap elején egy fehérasztal melletti találkozót szerveztünk, míg a másik egy hivatalos értekezlet keretében történt, ahol két témáról folytattunk szakmai egyeztetéseket. Az egyik az irányított betegellátási rendszermodellnek a megismerése és annak megvizsgálása, hogy alkalmas lehet-e ez térségünkben az ellátási gondok könnyítésére, és a háziorvosok illetve a kórház munkájának segítésére a betegellátás érdekében.

A másik lényeges téma az ügyeleti rendszernek a korszerűsítése volt, amely jelenleg megyei és országos szinten is folyamatban van. Ennek megoldása minden bizonnyal gondot fog jelenteni, hiszen május elseje után hacsak nem kapunk bizonyos könnyítéseket az Európai Uniótól Magyarországon is alkalmazni kell a munkatörvényben rögzített munkaidőkereteket az egészségügy területén is. Ez azt jelenti, hogy az orvosok és az egészségügyi szakdolgozók sem dolgozhatnak többet heti 48 óránál, illetve ehhez heti 12 óra többletmunkát vállalhatnak. Ez a szabályozás létszámtöbbletet kíván, és sajnos a háziorvosi körzetekben ugyanúgy szűkös az orvoslétszám, mint a Szatmár-Beregi Kórházban.

A fentiekből adódik, hogy volt mit megbeszélni a háziorvosokkal a találkozónkon. Ennek ellenére nem mindenben sikerült még előrelépünk, de a párbeszéd, a tenni akarás feltétlenül pozitív.



Az irányított betegellátási rendszermodellhez való csatlakozásra március 20-ig van lehetőség, addig lehet benyújtani a pályázatot, ezért konkrét teendőket is megbeszéltünk a háziorvos kollegákkal. Előkészületben van a pályázat, most, az interjú pillanatában még nem látom pontosan, hogy kellő számú alapellátású kolléga gondolja-e úgy, hogy ezt a modellt jó lenne bevezetni... Előzetes egyeztetések történtek Kisvárdra és Sátoraljaújhely kórházaknak a főigazgatóival, és a felvevő területen dolgozó háziorvosokkal, akik szintén hasonló pályázat benyújtásában érdekeltek, és együttműködési megállapodást ajánlottak a térségünk számára. Ezzel a lehetőséggel is foglalkozunk.

A hónap elején volt a Kórházi Felügyelő Tanács alakuló ülése. A tanács a lakossági képviseletet és a kontrollt hivatott biztosítani a kórház munkája körül. A tanács 9 tagú, az orvos-igazgató a koordinátora.

### Tagjai:

Települési Önkormányzatok küldöt-tei: Nagy Elemér Garbolc, Végh Endre Vámosoroszi és dr. Sértő Radics István Uszka polgármestere.

Társadalmi szervezetek küldöttei: dr. Szőke József a MOK területi elnöke és egyben a Szatmár-Beregi Újszülöttekért Alapítvány elnöke, dr. Szabó István a Kórház a Beregi Lakosságért Alapítvány elnöke

Intézetünk küldöttei: dr. Lengyel Anna szemész főorvos, a Közalk. Tanács elnöke, dr. Nagyné Lovász Zsuzsanna ápolási igazgató és dr. Kiszely Péter orvos-igazgató.

A kórházi Felügyelő Tanács kötelezően évente kétszer ülésezik, de rövidesen újból összeül azért, hogy az éves munkatervét és ügyrendjét jóváhagyja.

Ezúton is szeretném megköszönni Karácsony Margit asszonynak a többéves munkáját, aki korábban a Felügyelő Tanács elnöke volt, de a továbbiakban

nem áll módjában ellátni ezt a feladatát, ugyanis már nem a Vöröskereszt szolgálatában áll.

Kórházunk vezetése és szakemberei felkérést kaptak arra, hogy közreműködőként vegyenek részt a február 24-én elindított Tolerancia az Egészségért elnevezésű országos programban, mely a kisebbségek védelme és megsegítése érdekében indul útjára. A programnak a fővédnöke és elindítója Lévai Katalin Esélyegyenlőségi Miniszter, támogatja az Egészségügyi Szociális és Családügyi Minisztérium, valamint a Miniszterelnöki Hivatal. A program koordinátora a Nyíró Gyula Kórház. A programban öt kórház vesz részt: a hódmezővásárhelyi, a diósgyőri, a komlói, a Nyíró Gyula és a Szatmár-Beregi Kórház. A program célja a kisebbségek területünkön elsősorban a roma lakosság egészségvédelme, egészségfejlesztése, továbbá, hogy a kórházi ellátás során az ő szokásaiknak, kultúrájuknak megfelelő ellátás valósuljon meg. Ehhez szociális munkások felvételét írja elő a program. Lehetőleg roma származású szociális munkásokkal kell a feladatot megoldani.

A programindítót követően különböző munkacsoportok alakultak, amelyekben megbeszéltük az előttünk álló feladatokat. A települések vezetői, roma kisebbségi önkormányzatok képviselői, a kórházak főigazgatói szociális munkásai, ápolási igazgatók három munkacsoportban beszéltek meg a hivatalos megnyitót követően a feladatokat.

A főigazgatók megállapodtak abban, hogy minden programba bevont kórházban személyes látogatást tesznek a munkacsoportok elsőként a fehérgyarmati kórház kerület meglátogatására.

A konferencián a kórház részéről dr. Nagyné Lovász Zsuzsanna ápolási igazgató, Demjén Livia szociális munkás, jómagam, és az önkormányzattól

pedig Dr. Tilki Attila alpolgármester úr és Horváth László úr vett részt, aki a kisebbségi ügyekkel foglalkozik. Ez a hónap sem telt el ellenőrzés nélkül. A Tisztiorvosi Hivatal a minimum-feltételeknek megfelelően vizsgálta a kórházat, hogy személyi és tárgyi feltételek területén megfelel-e azoknak az előírásoknak, amelyeket a tárca szigorított az utóbbi időben. A már átvizsgált területek megfelelőségét engedély kibocsátásával igazolta az ÁNTSZ: így a fül-orr-gégészet, a laboratóriumok, a patológia, a sürgősségi osztályok, a vásárosnaményi ápolási osztály és több szakrendelőnk (pl.: szemészeti, szülészet-nőgyógyászati) átvizsgálásra került, és a működési engedélyeket megkapták. A kórházban OEP ellenőrzés is folyik

április közepéig, mint minden más kórházban az ország egész területén. A balneoterápiás közbeszerzési eljárás is lefolytatásra került. Három pályázat került benyújtásra, melyek közül a Nyíregyházi Közmű KHT nyerte el ma kivitelezést. A műszaki megvalósítás várható időpontja 2004. szeptember vége, melyet sikeres befejezés esetén próbaüzem követ. A hónap egy igen kellemes eseménnyel zárult. Ismét megrendezésre került a Szatmár-Beregi Kórház Farsangi bálja, amely tavaly Kerecsen főorvos úr sajnálatos halála miatt elmaradt. Az elmúlt év komoly pillanatai után jó volt néhány felhőtlen órát együtt eltölteni, kellemes zene és kitűnő kiszolgálás mellett. Számos támogató akadt, hiszen a hagyományoknak megfele-

lően a szerény bevétel a szakdolgozók elismerését szolgálja a Sem-melweis napon. Köszönet minden felajánlónak a támogatásáért. Mindenképpen dicséret illeti a szervezőket, ugyanis aki ott volt tanúsíthatja, hogy mindenki jól érezte magát. Jómagam hajnali 3 órakor mentem haza, de még akkor is sokan ropták a táncot.



## "Tolerancia az egészségért" program

**Ahogy azt dr. Vadász Mária főigazgató februári összefoglalójában is olvashatják a Szatmár-Beregi Kórház vezetése is részt vesz abban a programban, amelyet az Esélyegyenlőségi Kormányhivatal, és az ESZCSM támogat annak érdekében, hogy javuljon a kisebbségek helyzete az egészségügyi ellátásban.**

**Az ápolási munkacsoportban résztvevők közül dr. Nagyné Lovász Zsuzsanna ápolási igazgató tájékoztatott bennünket az ott szerzett tapasztalatokról.**

Az egészségügyi ellátásban a többségtől eltérő kulturális szokások, az általánostól eltérő szükségletek megjelenése feszültségeket okozhat, az eltérő rendszer sokszor nem felkészült ezeknek a problémáknak a kezelésére. A kialakuló feszültségek nagymértékben ronthatják a bizalomra épülő orvos-beteg kapcsolatot, hosszabb távon a beteg ellátását veszélyeztethetik. Ez különösen fontos az érintett hátrányos helyzetű társadalmi csoportok esetében, mivel egészségi állapotuk rosszabb és egészségügyi mutatóik jelentősen elmaradnak az átlagtól, ezért fokozott ellátást igényelnek.

A kórházi szakellátás során a beteg speciális jogokkal és kötelezettségekkel rendelkezik, melyek figyelembe vétele és elismerése jelentősen növelheti a beteg együttműködési készségét, komfortérzetét, elkerülhető a "hospitalizáció" folyamata. A "Tolerancia az egészségért" program lehetőséget kíván adni a speciális jogok és kötelezettségek feltárására, figyelembe kívánja venni az eltérő társadalmi és kulturális sajátosságokat, jegyeket.

A kórházi modell program a következő intézményekben indul útjára:

**Nyíró Gyula Kórház - Budapest**

**Diósgyőri Kórház és Rendelőintézet**

**Komlói Kórház és Rendelőintézet**

**Erzsébet Kórház-Rendelőintézet - Hódmezővásárhely**

**Szatmár-Beregi Kórház**

A program elsődleges célkitűzése az egészségügyi ellátáshoz való egyenlő hozzáférés biztosítása mindenki számára, különös figyelmet szentelve a roma ellátottak speciális problémáira.

A program során a szakellátás bizonyos területein indulnak modell értékű kezdeményezések, melyek sikere lehetőséget adhat arra, hogy a javaslatokat széles körben bevezessük az egészségügyi ellátásban. A javaslatok nem titkoltan reflektálnak az ellátás során már felmerült kérdésekre, illetve konfliktusokra, és építenek az ezekkel kapcsolatosan megjelent megoldásokra.

A "Tolerancia az egészségért" program szakmai vezetője és koordinátora Dr. Falus Ferenc, a Nyíró Gyula Kórház főigazgatója.

A program célkitűzése, hogy minden kórházban dolgozzon szociális szakember, aki segíthet a kórházban fekvő beteg szociális körülményeinek javításában. A kórházi szociális szakember már a betegfelvétel során feltárhatja a beteg szociális hátterét, illetve megkérheti

azokat a döntéseket, melyek segítségével biztonságossá tehető az egészségügyi, illetve szociális ellátás. A harmonikus orvos-beteg kapcsolat kialakításának egyik mediátora lehet a kórházi szociális szakember, különösen olyan esetekben, amikor a beteg szokásai, hagyományai eltérnek a többségi társadalomban ismert szokásoktól. Ez leginkább a roma betegek ellátása során merülhet fel, azonban pl. az iszlám vallás követőinek ellátása is speciális kezelést igényelhet. A betegek orvosi vizsgálata, a látogatás rendjének átalakítása, a halál közlésének lehetőségei, a halott síratása az intézményben stb. lehetnek azok a területek, ahol a kórházi szociális szakember segítheti az orvos és a beteg kapcsolatának javítását.

A program során lehetőség nyílik arra, hogy roma kórházi szociális szakembert alkalmazzon a kórház, ezzel is segítve a hatékony kapcsolat kialakítását. Fontos feltétele az alkalmazásnak, hogy a szociális munkás minimum középfokú szociális végzettséggel rendelkezzen. A programban a szociális szakember 1 évi bérét lehet előirányozni.

## EMBERKÖZELBEN - azaz fehér köpeny nélkül



Vezető szociológusok (pl.: Ferge Zsuzsa) véleménye szerint azok az emberek, akik a munkájuk során egész napos stresszhelyzetnek vannak kitéve, gyakran foglalkoznak kreatív dolgokkal a szabadidejükben. Dr. Lukács Edit kardiológus is ezt a tételt igazolja. A főorvosnő kiváló rajzait és festményeit egyre többen csodálják.

**Dr. Lukács Edit:** A középiskolát nyíregyházán végeztem, majd a Debreceni Orvostudományi Egyetemen szereztem diplomát 1983-ban. Ezt követően a Jósa András Kórházban az I. Belgyógyászaton lettem gyakorló orvos.

A férjem Dr. Szegedi Zoltán Nagyszekeresen családorvos velem érkeztem erre a vidékre. 1988 óta dolgozom ebben a kórházban. Egy fiunk van, aki 14 éves, Nagyszekeresen idén fejezi be az általános iskolát.

**Impulzus:** Hogyan került kapcsolatba a festéssel?

**Dr. Lukács Edit:** Középiskolásként jártam rajzszakkörre, és állítólag tehetséges voltam. A tanárom azt javasolta, hogy a képzőművészetre felvételizsek, de engem lebilincsel az emberi test, így hát az orvosi egyetemre mentem. Az ott töltött évek alatt teljesen szakítottam a rajzolásal. Miután Fehérgyarmatra kerültem egyre inkább hiányzott a kreatív munka. Eszembe jutott a régi hobbi, tehát ismét elkezdtem rajzolni, festeni.

Ahogy én is egyre jobban lázba jöttem, úgy tudtak egyre többen a hobbimról.

**Impulzus:** Nem gondolt még arra, hogy kiállítsa a munkáit?

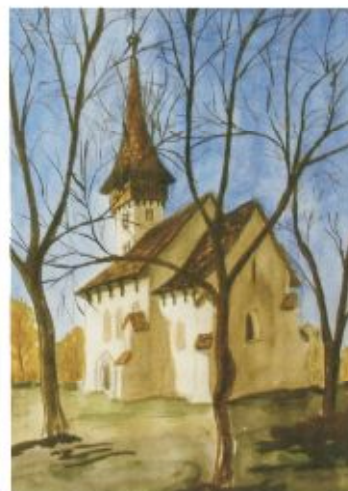
**Dr. Lukács Edit:** Nemcsak gondoltam rá, hanem az Orvos Képzőművészek Társaságának a maghívására már kiállítottam Budapesten és Nyíregyházán. Egyébként a festészetben kísérletező típus vagyok. Ha megtetszik egy téma, akkor azt szeretem más más stílusban megfesteni.

**Impulzus:** Adott már el a munkáiból?

**Dr. Lukács Edit:** Nem, el nem adok. Igaz, a sógorom most rendelt egy képet a hálószobájukba... most mondja meg, hogy utasítsam vissza?

**Impulzus:** Mennyire fontos az ön számára a festészet, a rajzolás?

**Dr. Lukács Edit:** Nagyon. A kórházban egész nap csak keserűséget, sokszor szörnyű emberi sorsokat látok. Muszáj ebből kiszabadulni, és a szép felé fordulni...





## NŐNAP

Ha az utcán végigmegy előttünk egy szép nő - még ebben a lucskos, vigasztalan, otthonmarasztaló időben is -, mintha egyszeriben felragyogna a tavasz fénye. Mert a nő maga a tavasz, a remény, a megújulás.

A Biblia szerint Ádám nagyon megörült, amikor az Úr bemutatta neki Évát, aki ugyebár a saját oldalbordájából teremtett. Nyilván megérezte, hogy egy olyan társat kapott, akire ezután jobban számíthat. És így van ez azóta is. A nő nélkül kevesebbek lennénk, amolyan félemberek. Szépen utal erre édes anyanyelvünk feleség szava: feleség, azaz a nő az énünk fele, méghozzá a jobbik, elmaradhatatlan és pótolhatatlan fele.

A harmadik évezred első nőnapja köszönt reánk. Különben pedig még 1910-ben, a Szocialista Internacionálé koppenhágai tanácskozásán született döntés arról, hogy kijelöljük azt a napot, amelyik világszerte jelképesen a nőké. A napot 1977-ben tette hivatalosan ünneppé az ENSZ közgyűlése. Lehet, hogy sokan idejétmúlnak tartják a nőnapot, a létrejöttével kapcsolatos előzmények folytán. Ámde akárhogy is nézzük, voltaképpen mégiscsak jó, hogy van a nap-tárban egy ilyen nap, amelyik arra figyelmeztet: hajtsunk fejet a feleségek, az anyák, a nagy-

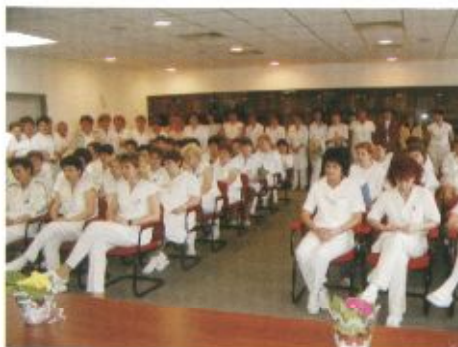
mamák és egyáltalán minden nő előtt. Mondjuk el nekik őszintén, hogy nélkülük mennyivel szürkébb lenne az életünk, mennyivel nehezebb lenne elviselnünk a naponta adódó problémákat és konfliktushelyzeteket. Hogy jólesik megcsókolni, megsimogatni őket, s ebből új erőt merítünk.

De rászolgálnak a nők a gyengédségre és kedvességre már csak azért is, mert - ne feledjük - ők, a gyengébb nem képviselői hordozzák a nagyobb terhet a vállukon, s olykor erejüket meghaladó módon fáradoznak a családok boldogulásáért. Az országban kialakult gazdasági helyzetben a nők képezik a társadalom egyik

legsebezhetőbb kategóriáját. Sokan közülük külföldön vállalnak munkát. Nem a kalandvágy, a távoli tájak megismerése viszi őket oda... Természetesen a többség idehaza próbál helytállni. Gyakran éri őket csalódás, kellemetlen meglepetés. Több háziasszonytól hallottam, mennyi gyötrelmet okoznak nekik a váratlan, be nem ütemezett áramszünetek, melyek felborítják életrendjüket, keresztülhúzzák számításait.

Mégis, és mindennek dacára próbáljunk örülni annak, ami van: hogy a tavasz beköszöntével újra elérkeztünk a nőnaphoz. És noha egyelőre várat magára a kikelet, csak áhítunk a napfényre, a melegségre, az elmaradt tél így utólag próbál bosszút állni rajtunk hideg esővel és éles szelekkel, bizonyára mégse sokáig bírja már szusszal.

Nem merném megjósolni, meddig tart még a nőket (és nemcsak a nőket) sújtó gazdasági hét szűk esztendő. Azt ellenben bátran állítom: ha végre megjön az igazi tavasz, a nők - akár a virágok - elkezdenek kibontakozni, levetik téli ruháikat, előkerülnek a miniszoknyák... Szép dolgoknak nézünk elébe, férfításak! Már csak ezért is érdemes kibőjtölnünk a tavaszt.



## MAGYAR KÓRHÁZSZÖVETSÉG

A Magyar Kórházzövetség 2004. március 3-5 között tartotta Tihanyban XVI. Kongresszusát, melyen a kórház menedzsmentje is képviseltette magát. A kongresszus főbb témakörrel a kórház finanszírozás-gazdálkodás, humán erőforrás, ellátásszervezés, kórházi fertőzések és az európai csatlakozás kérdései voltak. A konferencia harmadik napján Dr. Vadász Mária, a Szatmár-Beregi Kórház főigazgatója "Mit kíván a határmenti kórház - Ideák és tények a határmenti együttműködésben" címmel tartott előadást. A Magyar Kórházzövetség a következő négy évre megválasztotta új tisztségviselőit. Örömmel szölgál, hogy az elnökségbe is beválasztották a Szatmár-Beregi Kórház főigazgatóját is, melyhez ezúton is gratulálunk (Szerk.).

### MAGYAR KÓRHÁZSZÖVETSÉG TISZTSÉGVISELŐI 2004-2007.

#### TISZTSÉG/TESTÜLET

Elnök:

Előző elnök:

Jelölt elnök:

Elnökségi tagok:

Ápolási terület:

Gazdasági terület:

Vezetőségi tagok:

Egyetemek és klinikák képviselője:

Országos Intézetek:

Tüdőkórházak:

Gyermekekórházak:

Pszichiátriák:

Krónikus intézetek:

Egyházi intézmények:

1000 ágy feletti kórházak:

500-1000 ágyas kórházak:

500 ágy alatti kórházak:

Ellenőrző Bizottság:

#### JELÖLT NEVE, MUNKAHELYE

Dr. Golub Iván

Dr. Ajkay Zoltán

Dr. Varga Ferenc

Dr. Fülöp Rudolf

Dr. Vadász Mária

Dr. Harmat György

Dr. Kullmann Lajos

Dr. Csidi Irén

Dr. Elek Attila

Halmos Miklósné

Dr. Ari Lajos

Dr. Tulassay Tivadar

Dr. Kullmann Lajos

Dr. Fülöp Rudolf

Dr. Harmat György

Dr. Gádoros Júlia

Dr. Veress Gábor

Dr. Velkey György

Dr. Budaházy Emil

Dr. Kovács József

Horváth Zoltán

Dr. Elek Attila

Dr. Falus Ferenc

Dr. Vadász Mária

Dr. Trencsényi Erzsébet

Dr. Krizmanich Mária

Szloboda Imréné

Dr. Nagy Péter Pál

Vancsura Miklós

Fővárosi Önkormányzat Uzsoki utcai Kórház, Budapest

Országos Korányi TBC. és Pulmonológiai Intézet, Budapest

Siófok Város Kórház-Rendelőintézete

Tüdőgyógyintézet, Törökbálint

Szatmár-Beregi Kórház Fehérgyarmat

Madarász utcai Gyermekekórház, Budapest

Országos Orvosi Rehabilitációs Intézet, Budapest

Zala Megyei Kórház, Zalaegerszeg

Jávorszky Ödön Kórház, Vác

Pándy Kálmán Kórház, Gyula

Országos Orvosi Rehabilitációs Intézet, Budapest

SOTE, Budapest

Országos Orvosi Rehabilitációs Intézet, Budapest

Tüdőkórház, Törökbálint

Madarász utcai Gyermekekórház, Budapest

Vadaskert Gyermekepszichiátriái Kórház és Szakambulancia, Budapest

Állami Szívkórház, Balatonfüred

Bethesda Gyermekekórház, Budapest

Péterfy Sándor utcai Kórház, Budapest

Pándy Kálmán Kórház, Gyula

Baranya Megyei Kórház, Pécs

Jávorszky Ödön Kórház, Vác

Nyíró Gyula Kórház, Budapest

Szatmár-Beregi Kórház, Fehérgyarmat

Városi Kórház, Kazincbarcika

Margit Kórház, Csorna

Markoth Ferenc Kórház-Rendelőintézet

Szent János Kórház, Budapest

Szent András Állami Reumatológiai és Rehabilitációs Kórház, Hévíz

## BRIT ORVOSOK KUKACOKAT ÍRNAK FEL AZ ELFERTŐZÖDÖTT SEBRE

Nemsokára eljön a nap, amikor a brit orvosi rendelőkben a beteg egy üveg kukaccal fog elindulni otthonába, hogy ott elfertőződött sebét kezelje vele. És mindez természetesen orvosi rendelésre. A walesi Princess of Wales Hospital egy kutatása szerint a steril kukacok sokkal gyorsabban meggyógyítják a fertőzést, mint bármely más eddig ismert gyógyszer. Nincs ebben semmi új. Az első világháborúban megsebesült katonáknál is ezt használták, és a betegek meggyógyultak. A kukacok ugyanis felfalják a sebben szaporodó baktériumokat. A következő héttől kezdődően a brit ápolónők az otthonukban keresik majd fel a betegeket, ráteszik a sebre a kukacokat, és kötéssel rögzítik.

A kukacok kizárólag az elhalt szöveteket falják fel, az egészségesekhez nem nyúlnak. Három nap elteltével a nővér újra meglátogatja az illető beteget, és vagy eltávolítja a kötést, agy, szükség esetén újat tesz a sebre. Hihetetlen sok előnye van ennek az eljárásnak, mondják az orvosok. A beteg hamarabb hazamehet a kórházból, ahol csak újabb fertőzésnek lenne kitéve.



## ITT A VIGASSÁG ÉS A BOLONDOZÁS IDEJE

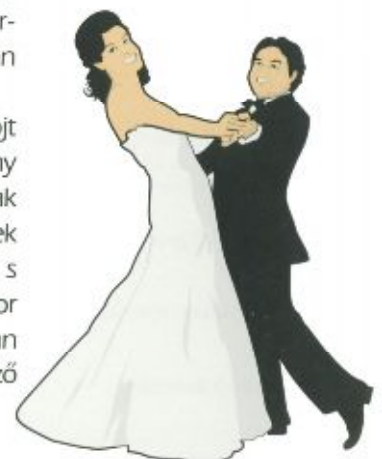
**A vízkeresztől hamvazószerdáig tartó farsang a bálók és a vidám összejövetelek időszaka, s különösen a 40 napos húsvéti böjtöt megelőző néhány napja mozgalmas.**

A farsang vagy más szóval karnevál gyökerei az ókorba nyúlnak vissza és a kereszténység térhódítását követően is bár inkább csak megtúrt szokásként megmaradt. A néprajzkutatók, a művelődéstörténészek aprólékos munkával kiderítették, hogy a különböző téli ünnepek és szokások között sokkal szorosabb az összefüggés, mint azt első pillantásra hinnénk. Az ókori saturnaliák, a Dionüszosz- és Mithrász-kultusz eseményei sajátos módon keveredtek a keresztény ünnepek szertartásaival, s az elmúlt évszázadok során annyira egyé váltak, hogy legfeljebb a szakemberek tudják meghúzni a pogány és a keresztény elemek közötti választóvonalat. Téli ünnepeinkben egyszerre van jelen a meghaló és újra feltámadó természet, a kaosz és a rend párharca, a felnőtté válás, a szerelem, a termékenység és a házasság motívuma, valamint a szerencse és a szerencsétlenség, tehát a kiszámíthatatlan sors, amely ellen hiába lázadunk. Egykoron ezek a pogány ünnepek és szertartások véresek voltak, szinte minden esetben emberáldozattal végződtek. A saturnaliák tragikus hősét például sorshúzással rendszerint kockadobással választották ki. Életének utolsó heteit abban a tudatban töltötte, hogy a végzetes óra eljöveteleig ő az ünnepség királya, akinek mindenki engedelmességgel tartozik és mindent megkap, amit csak megkíván, de a saturnalia végeztével önkezével kell véget vetnie életének. Halálával azonban lezárul a zűrzavar ideje és megszületik az új rend.

A későbbiekben a véres szokások sokat szelidültek, az emberáldozat jelképessé vált, s maga a szertartás is inkább egyfajta misztériumjátékká alakult át, amelynek résztvevői egy forgatókönyv szerint játszották végig szerepüket. Örök rejtély marad számunkra, hogyan tudtak ezek a pogány eredetű szokások a katolikus egyház minden igyekezte ellenére

fennmaradni, sőt a magyarság esetében néhány száz évvel a kereszténység felvétele után gyökeret verni. A farsangi szokások honi elterjedéséről ugyanis csak a XIV. századtól kezdve vannak írásos feljegyzések. Az időszak megnevezése német eredetre utal, s aligha kétséges, hogy elsősorban nyugatról "importáltuk" ezeket a furcsa szertartásokat, de a magyar nyelvterületen egykor élt és részben még ma is élő farsangi szokások számos szláv és balkáni elemet is magukba ötvöztek, s ezekről kimutatható, hogy gyökereik még az ókori Rómába, illetve Görögországba nyúlnak. A különböző maskarákba öltözött alakoskodók, a vaskos, helyenként durva tréfák, az abszurditásig fokozott jelképes cselekedetek, valamint az is, hogy az egész közösség nézője és egyszersmind közreműködője ennek a színháznak mindez közös jellemzője a farsangi szokásoknak, legyen szó a Csallóközben ismert dőrejárásról vagy a Mohács környékén élő délszlávok busójárásáról, esetleg a különböző halottas-, betyár- és lakodalmas játékokról, netán a kakasütés vagy a gúnárnyakszakítás meglehetősen drasztikus szokásáról.

Farsang idején, s kivált a böjt kezdetét megelőző néhány napban (amit farsangfarkának is neveznek) természetesen számít a vidámság, a jókedv, s aligha véletlen, hogy ilyenkor az átlagosnál jóval gyakrabban rendeznek bálokat, különböző mulatságokat.



## VÉRC SOPORTHOROSZKÓP

Ezen az oldalon ezúttal rendhagyó horoszkóppal jelentkezünk: nem a születés dátuma, hanem a vércsoport jelent alapot a jövőmondáshoz. Íme...

**A** Fantasztikus energiával veti bele magát az elvállalt feladat végrehajtásába. Hivatását lelkiismeretesen látja el. Képes szinte minden mást háttérbe szorítani annak érdekében, hogy teljesítménye felülmúlhatatlan legyen. Gyakran kerül ki közülük ún. csúcsmenedzser. Tökéleteset szeretne nyújtani szinte mindenben. Gyakran habozik, hogy egy privát kapcsolatba belemenjen-e, mert előtte alaposan átgondolja, hogy képes lesz-e eleget tenni a vele szemben támasztott elvárásoknak anélkül, hogy hivatása meg ne sínylené. Mindenesetre ha valamit nem tud felvállalni, azt nyíltan, előre közli. Ez az attitűd gyakran arra vezet, hogy minden igyekezete ellenére magányos, emberkerülőnek tűnik. Ha viszont valamit egyszer megígért, azt megbízhatóan teljesíti. Ezért környezete megbecsüléssel övezi. Szükséges, hogy az ügy vagy egy személy komolyan érdekelje. A felszínességet nem ismeri semmiben. Vagy szenvedélyesen csinál valamit vagy sehogyan. Alkalmadtán kevésbé tűnik barátságosnak, mivel az főglorkoztatja főleg, amivel éppen foglalkozik. Így ennek a típusnak az a hátránya ami az előnye. Ha egy olyan feladatot kell ellátnia amely nem nyerte meg kellőképpen tetszését, érdeklődését, azt csak nagy nehézségekkel, belső kényszerrel képes megoldani, egyszerűen azért, mert nem tud kötelességből cselekedni. Ilyenkor egy állásváltoztatás valósággal csodát művel nála. Sem barátságot, sem szerelmet nem köt, amíg meg nem győződik róla, hogy a legjobbat választotta. A személyes kapcsolat kezdetén "tabula rasa"-t csinál, s mindent közöl, amit gondol, elvár a másiktól. Ha viszont döntött, a végsőig kitart.

**B** Gyengédségét, tapasztalatát durva köpönyeg alá rejti. Nem lehet gyorsan kihozni a sodrából. Igyekszik távol tartani magát minden szentimentális és túlfokozott érzelmi megnyilvánulástól, ezt egyébként másoknál is elítéli. Önmagával szemben is magas követelményeket támaszt és semmi gyengeséget nem tűr magával szemben sem. Ugyanúgy türelmetlen és egyáltalán nem elnéző a környezetében élők hibáival, gyöngeségeivel szemben is. Az a szigorú követelmény, amelyet magával szemben támaszt, gyakran konfliktushoz vezet, ha nem tudatosítja magában, hogy embertársaival szemben a toleranciának egy bizonyos mennyisége elengedhetetlen ahhoz, hogy az együttélés funkcionálhasson. A magabiztos önérzet kétélű dolog. Keményen megdolgozik azért, hogy saját hibájától, amelyet még magában sem hajlandó elismerni, elterelje a figyelmét. A tökéletességre való igyekezete erősen kihát a magánéletére is. Erős hajlama van a féltékenységre. Érzelmi kapcsolatait is teljesen és hibátlanul, minden kivétel nélkül akarja megélni. Aki kapcsolatba kerül vele, annak feltétlenül számolnia kell e típus ilyen elvárásaival. Persze ha rájön, hogy féltékenysége alaptalan, nem tulajdonít jelentőséget az egésznek többé. Tudni kell, hogy féltékenysége nem beteges vagy eltűzött, hanem abból ered, hogy ideált képzelt magának, azt megvalósulva szeretné látni.

**AB** Nem komplikált karakterűek. Mivel karakter jellemzői számos elemből tevődnek össze, ezek egymással harcban állva nem jeleznek egy kiegyensúlyozott egyéniséget. Ezzel magyarázható, hogy érzelmi élete szinte sohasem jut nyugvópontonra. Erősen függ hangulataitól, érzelmeitől. Cselekedeteit inkább kifinomult ösztöne és intuíciói irányítják, mint a tudatos akarata. Ezért tűnik olykor ingatagnak vagy tétovának mások szemében, hiszen pillanatok alatt képes egy személytől vagy ügytől elfordulni, ha úgy érzi, nem boldogulna vele. Kapcsolataiban is állandóan kétségek gyötrik, gyakran alaptalan félelmek áldozatává lesz, s ilyenkor érzelmei a nullponton vannak, s mély depresszióba merül. Szerencsére ez az állapot sem tart sokáig. Ha egy pozitív élményben részesül életkedve visszatér. Kedvezőtlen esetben néha megbízhatatlan, mivel korábbi elhatározásait könnyen feladja. Jó tulajdonsága, hogy tanulni vágyó, új tapasztalatokat, szellemi, érzelmi élményeket keres. Saját véleményéhez nem ragaszkodik túlzottan, ha úgy látja, hogy a mások érvei logikusabbak, vagy egyébként elfogadhatóbbak, mint a sajátja. Szemlélete rugalmas. Gondolkodásmódja sohasem korlátolt vagy merev. Az egyhangúságot szinte utálja. Éppen az állandó újak keresése és befogadóképessége akadályozza meg azt, hogy az érzelmi behatások és nyomukban fellépő hangulatváltásai drámai módon befolyásolják életében. Alkalmazkodóképessége kiváló. Nem akar a másik felett uralkodni, sőt úgy tudja alárendelni magát a másik akaratának, hogy közben boldog. Főleg akkor, ha ebben a kapcsolatban megfelelő támaszt is talál.

**O** Az "AB" csoporthoz hasonlóan, intenzív érzelmi életet él azzal a különbséggel, hogy nem rendelkezik olyan kifinomult alkalmazkodóképességgel. Ezt inkább partnerétől várja el. Szinte állandóan kapcsolatot keres másokkal, de ebben nem csak érzelmei befolyásolják, hanem az ésszerűség - sokszor a számítás is. Munkatársaival, lakóhelyi környezetével is szinte pillanatok alatt közvetlen, jó kapcsolatot tud kiépíteni. Ez a kapcsolatteremtő készség segíti az üzleti életben is. Feltűnően sok "O" vércsoportú férfi és nő dolgozik az üzleti szférában. Sok film-, tévésztár is e csoportba tartozik, mivel a művészi tehetség keresztülvitele erővel és jelentős mértékű gyakorlati érzéssel párosul. Üzleti szimata úgyszólván sohasem hagyja cserben, tevékenykedjen akár művészként akár üzletemberként. A szinte félelmetes erejű energiája, aktivitása a gyökere a siker utáni vágyának. Állandóan mozgásban van, nem hagyja magát nyugodni. Mindig a sikerhez, elismeréshez vezető lépcső következő fokára szeretne lépni. Céljait mindig szemelőtt tartja, és képes mindent ennek alárendelni. Sohasem adja fel. Ha a körülmények folytán kénytelen elorehaladását szüneteltetni, ha zöld utat kap, visszafojtott energiái szinte robbannak. A szerelemben általában sikeres. Csak addig engedi át magát az érzelmeknek, amíg a kapcsolatnak valamilyen praktikus haszna is van; így szinte elérhetetlen számára, hogy egy szerelmet teljes intenzitással éljen át. Kedvezőtlen esetben az ész elnyomja nála az érzelmeket, s ilyenkor képes érdekházasságot kötni -persze a partnerét ilyenkor is biztosítja érzelmeiről.

# FARSANGI BÁL 2004



**Szatmár-Beregi Kórház**  
Székhely: 4900 Fehérgyarmat, Damjanich u. 1.  
Tel.: 44/511-111, 511-100 Fax: 44/511-130  
e-mail: [fgyarmat.szbh@virfilter.hu](mailto:fgyarmat.szbh@virfilter.hu)

Telephely: 4800 Vásárosnamény, Ady E. u. 5.  
Tel.: 45/570-770 Fax: 45/570-762  
e-mail: [vnameny.szbh@virfilter.hu](mailto:vnameny.szbh@virfilter.hu)

Kiadja: a Szatmár-Beregi Kórház vezetése  
Szerkesztő: Kósa Árpád  
Nyomda: Diópack Nyomda, Ópályi  
Felelős vezető: Erdélyi Ferenc