

2015. május XXVIII. évfolyam 1. szám

# VESEVILÁG



Egyesült erővel

Megváltozott a szociális  
támogatások rendszere

Vese Világnap 2015

# Civil szervezetek a szabályok béklyóiban



Az 1990-ig regnáló rendszer alkotmánya elvben biztosította az állampolgárok jogát az egyesülésre, saját szervezeteik létrehozására. Csak elvben, mert ennek megvalósíthatóságát a törvényhozásra bízta, ami által megalkotott törvény viszont gyakorlatilag lehetetlenné tette igazi civil szerveződések létrejöttét. Az inkább állami, mint civil szervezetenként működő hagyományos fogyatékos szervezeteken kívül hivatalosan nem is léteztek az állampolgárok szerveződései.

A 80-as évek végén, a változó politikai környezetet kihasználva már több csoport elindult az önszerveződés útján, többeknek sikerült is, de a lehetőséget, a nagy lökést a 90-ben életbe lépő, az egyesülésről szóló törvény adta. A törvény keretein belül aránylag egyszerűen és gyorsan lehetett létrehozni alapítványokat, egyesületeket, szövetségeket, nem követelt komoly jogi munkát, a működést megnehezítő számviteli rendszert, bonyolult beszámolókat. A kétségtelenül fellelhető hiányosságai ellenére sikeresen szolgálta a magyar állampolgárok önszerveződéseit. Ennek köszönhető a ma is komoly munkát végző szervezetek többségének létrejötte.

Az első, a civil szervezetek működését nehezítő változást a közhasznúság fogalmának bevezetése jelentette.

A közhasznúság követelményének ugyan nem volt nagyon nehéz megfelelni, de a szervezeteket alapszabályaik átírására, évi rendszeres beszámolóra és annak közzétételére kötelezte, egységes bírói gyakorlat híján sokan mesélhetnének kálváriájukról az illetékes bíróságokkal. Újabb változás

volt a NCA létrejötte és az állampolgárok rendelkezési lehetőségének megjelenése személyi jövedelemadójuk 1 százalékaról, ami ugyan jelentős forrást jelentett, de ezzel együtt további adminisztratív terhet is okozott. A szervezetek többsége már kénytelen volt könyvelőt megbízni, ami természetesen bevételeik egy részét elvitte. Ez különösen a kisebb, kis bevételű helyi egyesületek számára jelentett nehezebb feladatot. De ezt az akadályt a többség, ha nem is elsősre, de a léccelverése nélkül átvitte.

Hosszabb, aránylag konszolidált körülmények után a meglévőket újabb törvények váltották fel, amelyek szinte mindent felforgattak. Átértelmezték a közhasznúságot, módosították a számviteli és közhasznúsági beszámoló tartalmát, annak közzétételi módját, szigorították a számviteli előírásokat, elkülönítésre kerültek a támogatás és az adomány fogalmai. Az NCA helyett létrejött a NEA, lényegesen kisebb elosztható forrással.

Módosítások sora, amelyek után egy civil szervezet működése már nagyon kezdett hasonlítani egy profitorientált vállalkozás működéséhez. A személyi jövedelemadó felső kulcsa lecsökkent, ami a legtöbb szervezet számára lefelezte az ebből eredő bevételt. Mindezt most tetézi a Polgári Törvénykönyv módosítása, amely miatt minden alapító okiratot, alapszabályt át kell vizsgálni, ellentmondás esetén át kell írni. Az igazsághoz tartozik, hogy a civil szervezetekkel együtt a bíróságok is nehéz helyzetbe kerültek, a számukra előírt feladatokkal a megadott határidőkre lehetetlen volt felkészül-

niük. Következmények a törvénymódosítások, az újabb rendeletek, a határidő módosítások, a bírósági ügyintézés több mint féléves csúszásai.

Például, mit lehet kezdeni egy bírósági végzéssel, amely 2015. februárjában közli a szervezettel, hogy 2014. június 1-től már nem közhasznú. Annak a szervezetnek, akinek legkésőbb januárban ki kellett adni az adóigazolását a neki adományt adó cég felé.

Vagy említhetnénk a megszűnéshez kapcsolódó meglehetősen bonyolult felszámolási eljárást, ami még akkor is hosszadalmas, ha a szervezet nem végzett vállalkozási tevékenységet, soha nem volt alkalmazottja, ingatlana, járműve, stb., s akinek sem pénze, sem vagyona nincs. Miért nem lehet például megszüntetni a felelős vezető bíróság előtt tett ilyen irányú nyilatkozatával? Sok munkát takarítana meg az adóhivatalnak, nyugdíjfelosztónak, önkormányzatnak, bíróságnak, s persze a civil szervezetek embereinek.

Bárki bármit mond is, demokrácia civil szervezetek nélkül nincs. A civil szervezetek közpénzt is felhasználnak, ezért működésük átlátszó legyen. Ez egyértelmű. De biztos, hogy ennek érdekében az összes közpénz elhanyagolható részét elköltő civileket kell ilyen komoly feladatok elé állítani?

*Adám mmi*

## VESEVILÁG 2015/1 TARTALOM



23. Vese Világnap  
Nyíregyházán



8. A 4000. dialízis kezelés



20. A fejfájástól  
a migrénig



10.  
A B. Braun biztos hátteret nyújt



14. Interaktív városnézés

- 5.o. Vese Világnap 2015
- 11.o. *Betegeink írták:* Karácsonyi ajándékom
- 12.o. *Betegeink írták:*  
A dialízis hosszabbítja meg életünket
- 13.o. Búcsúzunk Fabók Józseftől
- 15.o. Miskolc volt az igazi iskolám
- 16.o. Egyesült erővel

- 18.o. Megváltozott a szociális támogatások rendszere
- 21.o. Egy „gyógyult” migrénes történetéből
- 22.o. Híd az életbe
- 24.o. Nem tűntem el
- 26.o. A füzet
- 27.o. Emlékezés Székely Györgyre
- 30.o. Az alma és fája

# Tóth Árpád

## A TAVASZI SUGÁR

A tavaszi sugár aranyburokba fonta  
A zsenge bokrokat s a bimbók reszkető  
Selyemgubóiból, zománcos fényű pompa,  
Ezer szelíd szírom lepkéje tört elő.

A zsongó fák előtt, a kerti út szegélyén,  
A park-őrző, borús csillámu rácsvasak  
Festékes könnye folyt, sírtak, mert fémük éjén,  
Hiába van tavasz, boldog rügy nem fakad.

Egy lány jött az úton, virággal, sok virággal,  
Mellettem elsuhant, illatja megcsapott,  
Egy-testvér volt talán a fényel és a fákkal,  
Eltűnt. Szívem zenélt. Merengve álltam ott.

Bús voltam vagy derűs? ki tudja. Ama ritka  
Kelyhű percek közül ragyogva volt ez egy,  
Melyben pezsegve forr kedv és bú drága titka,  
Mint mélyen csillogó, nektár-ízű elegy.

Olyan perc volt, midőn a vaskos testi érzet  
Kitágul...rezg, s ha kinyúlik a kéz,  
A Nap arany almáját a tenyeredben érzed...

# Vese Világnap 2015

## a víz jegyében

Mit, mikor és mennyit igyunk?

Immár tizedik alkalommal találkoznak - 6 kontinensen 100 ország polgárai, vesebetegek és egészségesek, orvosok és nővérek -, hogy megemlékezzenek a Vese Világnapjáról. Egy magyar nefrológus, *Dr. Rosivall László* javasolta, hogy minden év márciusának második csütörtökjén gondoljanak erre a betegségre, beszéljenek megelőzéséről.

A hagyományokhoz híven a Szent Margit Kórházban is megemlékeztek erről a napról. Mint *dr. Polner Kálmán* elmondta, a Vese Világnap célja, hogy felhívja a figyelmet vesénk központi szerepére általános egészségünk szempontjából, és hogy világszerte csökkenjen a vesebetegségek és a hozzá társuló szövődmények gyakorisága, súlyossága.

Ma Magyarországon minden 10.

ember érintett valamely vesebetegségben. Évente mintegy 500-600 ezer vesebeteg szorul gondozásra, 270-300 veseátültetés valósul meg, és közel 6500 krónikus veseelégtelenségben szenvedő beteg életben maradását biztosítja a dialízis kezelés.

A sokáig észrevétlenül lappangó, majd hirtelen lecsapó, alattomos betegség nagy része azonban odafigyeléssel megelőzhető. A betegség

ugyanis „köztünk” van: Magyarországon a népbetegségnek számító elhízás, magas vérnyomás, cukorbetegség ma a legfontosabb vesebetegségre hajlamosító tényezők! A 2,5-3,5 millió magas vérnyomásos és az 1,1 millió cukorbeteg 10, illetve 5 százaléka válik a későbbiekben veseelégtelenné.

Polner főorvos emlékeztetett a 8 arany szabályra, amit tennünk kell,

**VESEVILÁG**

A VESEBETEGEK EGYESÜLETEINEK ORSZÁGOS SZÖVETSÉGE FOLYÓIRATA  
EGÉSZSÉGÜGYI SZAKEMBEREK, VESEBETEGEK ÉS ÉRDEKLŐDŐK SZÁMÁRA

**NEMZETI VESE PROGRAM**

Felelős szerkesztő: DUNAY Csilla  
TERVEZŐSZERKESZTŐ, MŰVÉSZETI VEZETŐ: KOCSÁN ÉVA  
Felelős kiadó: ÁDÁM Aurél, a VORSZ elnöke  
A szerkesztőség és a kiadó címe: 1032 Budapest, Föld u. 57.  
Telefon/fax: +36-1/388-6514 Telefon/üzenetrögzítő: +36-1/368-4002  
E-mail: vorsz@vorsz.hu ❖❖❖ Honlap: www.vorsz.hu

Adószámok: VORSZ: 19000668-1-41 ❖ Magyar Vesebetegekért Alapítvány: 19007940-1-41 ❖ Vesevilág Alapítvány: 19009966-1-41

Nyomda: Sz & Sz Kft., 1117 Budapest, Budafoki út. 64. ❖ Felelős vezető: Szili Ernő ❖ Tel: 8998-207

**Vese Világnap**



**2015. MÁRCIUS 12.**  
**EGÉSZSÉGES VESÉT MINDENKINEK**

©World Kidney Day 2015

hogy a vesebetegségek kialakulásának kockázatát csökkentsük!

Emlékeztetőül:

**Tartsa fitten és aktívan saját magát! Rendszeresen ellenőrizze vércukor szintjét!**

**Ellenőrizze vérnyomását!**

**Étkezzen egészségesen és vigyázzon a testsúlyára!**

**Fogyasszon elegendő vizet!**

**Ne dohányozzon!**

**Ne használjon rendszeresen vény nélküli gyógyszereket.**

**Ellenőrizze vesefunkcióját!**

A Vese Világnap idei témája az ideális folyadékfogyasztás – avagy mit, mikor és valójában mennyit igyunk?

Négy száz millió évvel ezelőtt az emelők szárazföldi elterjedése nem lett volna lehetséges, ha nem alakult volna ki többek között a szomjazási ösztön. Míg étel nélkül heteket is túl lehet élni, folyadék nélkül csak néhány napot bír ki az ember. Az emberi szervezet és benne az összes szervrendszer működésének fenntartásához a só- és víz-háztartás egyensúlyára is szükség van. Ha a szervezetben vízhiány lép fel, működésbe lép a „jelzőrendszer”, a szomjúságérzet, mely folyadékfogyasztásra készítet. Az interneten és a médiában válogatás nélkül látható és hallható vízfogyasztási ajánlás alapján azt gondolhatnánk, hogy a világon csak csecsemők, mozgásukban korlátozottak és nagyon idős emberek élnek. Ezek a csoportok ugyanis valóban kitüntetett figyelmet és külső segítséget igényelnek, mert kevésbé érzik a szomjúságot, és önállóan nem tudnak folyadékhoz jutni. Mindenki másnál a szomjúságérzet „megmondja”, hogy mennyi a folyadékigénye. A túlzott folyadékfogyasztás akár víz-mérgezést is okozhat. Az egészséges vese 700-800



ml vizeletben is képes az anyagcsere során átlagosan keletkező oldott anyagmennyiséget kiválasztani.

**Mennyi folyadékra van szükségünk?**

Nem lehet minden egyén számára egyetlen számban megjelölni az egyensúly fenntartásához szükséges folyadékmennyiséget. Az éghajlat, külső hőmérséklet, a páratartalom, a fizikai aktivitás mértéke, az elfogyasztott étel sótartalma mind befolyással van a folyadékigényre.

Fontos figyelembe venni, hogy a zöldségek, gyümölcsök 85-95 százaléka víz, a levesek, főzelékek, joghurtok víztartalma is jelentős, de még a tészta, rizs is főzés közben kétszer annyi vizet vesz fel, mint a saját súlya. A belső biokémiai folyamatok során is termelődik víz, ugyanakkor a vizeleten kívül a széklettel, légzéssel és a bőrön át való párolgással is adunk le folyadékot. Ennek alapján átlagos hőmérsékleti körülmények között az egészséges, átlagos fizikai aktivitású egyének számára napi 1,5-2,0 liter folyadékfogyasztás elegendő. Ennél több folyadék lázzal, hányással, hasmenéssel járó betegségek

esetén indokolt. Nem szabad megfledkezünk a hányás, hasmenés következtében kialakult sóhiányról sem.

A szomjúság oltására ideális a tiszta víz. Nem javasoltak az alacsony gyümölcsstartalmú italok, a szintetikus, cukorral készített üdítőitalok, energia- és az alkoholtartalmú italok sem, ezektől csak még szomjasabbak leszünk, és felesleges kalóriát is tartalmaznak.

A krónikus betegségben szenvedők ne a médiára figyeljenek, hanem az őket gondozó orvosukkal konzultáljanak. Számos idült betegség közül a legkevésbé a krónikus vesebetegség esetében lehet „egy kaptafára” venni a folyadékfogyasztással kapcsolatos ajánlásokat. A vesebetegséget kiváltó októl, a betegség stádiumától függően szükség lehet akár napi 6-7 liter folyadékbevitelre is, és lehet olyan klinikai állapot, ahol a javasolt maximális napi folyadékbevitel fél-egy liter.

A népiesen vízkórnak nevezett pangásos szívelégtelenségben a szív gyenge pumpaműködése miatt szaporodik fel a víz a szervezetben. Előrehaladott vesebetegség szintén folyadék felesleget eredményez. A lábak szimmetrikus duzzanata egyértelműen jelzi, hogy túl sok a folyadék a szervezetben. Ilyen helyzetben a napi folyadékfogyasztás ne haladja meg az egy litert.

Kiemelten fontos, hogy a több betegségben (cukorbetegség, magas vérnyomás, szívbetegség, májbetegség, vesebetegség, krónikus fájdalommal járó mozgásszervi betegségek) szenvedő betegek az egyénre szabott gyógyszeres terápián túl, orvosuktól és az egészségügyi szakdolgozóktól igényeljék a diétára, és a folyadékfogyasztásra vonatkozó konkrét útmutatást is. Polner főorvos egy kis történelmi visszatekintés keretében bemutatta a mai



vesepótló kezeléseket, majd a Szent Margit Kórházban folyó munkát.

A Vese Világnap alkalmából több esemény is zajlott, íme, rövid áttekintés – a teljesség igénye nélkül:

Budapesti reklámfilm premierre került sor a Vese Világnapján. A Nemzeti Vese Program 2015. március 12-én mutatta be azt a reklámfilm, amelyben ismert és elismert emberek tolmácsolják a 8 arany szabályt veséink védelmében! A produkcióban részt vett *Prof. Dr. Perner Ferenc, Dr. Zacher Gábor, Hevesi Tamás, Ruzsa Magdi, Für Anikó, László Zolt* és nagyköveteink *Böröcsök Enikő* és *Both András*.

A Vese Világnaphoz kapcsolódva 2015. március 12-én és 13-án a Nemzeti Vese Program ünnepi "vese órákat" tartott a Szent Margit Gimnáziumban.

A kezdeményezés kiemelt célja, hogy a diákok elmélyítsék a vesével kapcsolatos ismereteiket, hogy tudatosítsuk bennük a prevenció jelentőségét, érzékenyebbé tegyük őket a beteg embertársaikkal való szociális kapcsolatokra, s hogy az ő nyelvükön ismertessük meg velük a dialízis, a donáció és a transzplantáció fogalmait. A Világnap tematikájához kapcsolódva terítékre kerültek a folyadékfogyasztási szokások is.

Az alkalomhoz kapcsolódva a Nemzeti Vese Program rajz és grafika pályázatot hirdetett gyermekek számára.

A pályázat célja az volt, hogy a kiírás eredményeként olyan gyermekrajzok szülessenek, amelyek felhívják a magyar társadalom figyelmét a vese védelmére, a vesék összetett és létfontosságú szerepére, a vesebetegségek megelőzésének fontosságára. A gyermekrajzok szöveges információk táblákkal kiegészítve 2 kiállítási helyszínen tekinthetők meg: „Vese – rajz és grafika” kiállítás nyílt a Mammut Bevásárló és Szórakoztató Központban

és a Westend City Centerben.

Nyílt napot tartottak a B. Braun Avitum számos Dialízisközpontjában: Ajkán, Budapesten, Békéscsabán, Dunaujvárosban, Győrben, Gyulán, Kaposváron, Kistarcsán.

Nyíregyházán a Vesebeteg Szabolcs-Szatmár-Bereg Megyei Egyesülete a B. Braun Avitum szakmai személyzetével a következő programokat bonyolította le a Vese Világnap alkalmából: egy rádió interjú, egy televízió interjú, született két újság cikk, majd egy sikeres Lakossági Fórum.

Salgótarjánban ugyancsak Nyílt napot tartottak az érdeklődők és a sajtó számára, míg Siófokon szakmai napot szerveztek a háziorvosoknak a Városi Könyvtárban.

Székesfehérváron a B. Braun az önkormányzattal közösen tartott felvilágosító és megelőzésre felszólító napot a Civil Házban.

A Bajai Diaverum Dialízis Központ és a Bajai Szent Rókus Kórház épületében működő Nephrologia Ambulanciája szintén Nyílt napot tartott, melynek programja:

◆ Szűrés (vérnyomás- és pulzuszámolás, vizeletvizsgálat, vércukormérés)

◆ Nyílt nap a Dialízis Központ bemutatására

◆ Peritoneális dialízis, mint kezelési módszer népszerűsítése

◆ Riport a Bajai TV és a Bácskai Napló számára

A Debreceni Egyetem a Vese Világnap alkalmából lakossági fórumot szervezett nephrologusok, transzplantációs sebészek, dietetikusok, gyermekgyógyászok, ápolók és a Vesebeteg Debreceni és Hajdú-Bihar Megyei Egyesületének bevonásával. A fórumot követően nyílt nap keretében az érdeklődőknek bemutatták a dialízisközpontot és az ott folyó munkát (szakrendelések, gondozás, hemodialízis, peritoneális dialízis és egyéb

szervpótló kezelési lehetőségek).

Nyílt napot és fórumot tartottak a Szervpótló Centrumban is.

Miskolcon az FMC Miskolci Nefrológiai Központjában Vesebeteg B.-A.-Z. Megyei Egyesülete közgyűlést tartott, amelynek napirendjei közé bekerült a megemlékezés a Vese Világnapról, majd előadások a folyadékok élettani jelentőségéről, a helyes folyadékfogyasztásról, orvos-beteg találkozó keretében beszélgettek aktuális gondjaikról. 2015. március 12-én rádióriport hangzott el a kórházi Csillagpont Rádióban *dr. Ladányi Erzsébet*tel, az Fresenius Medical Care NephroCare Hálózati Orvos-szakmai Igazgatójával. A Borsodmentő Kft. központjában szolgáltató-beteg találkozót rendeztek, ahol a Borsodmentő Kft. és a Vesebeteg B.-A.-Z. Megyei Egyesülete vezetősége megbeszélte a betegszállítás aktuális gondjait.

A Soproni Kórházban március 5-én csütörtökön ingyenes lakossági szűrés (labordiagnosztika, vérnyomás mérés, dietetikai tanácsadás) volt, majd Nyílt nap keretében az „Orvos válaszol” feleletek hangzottak el a feltekt kérdésekre. A helyi Pulzus TV stúdióbeszélgetést sugárzott a Vese Világnapjáról, a Kisalföld című megyei lap és a Soproni Helyi Téma interjút közölt a Vese Világnapjáról.

A Szegedi Tudományegyetem Szent-Györgyi Albert Klinikai Központ I. Belgyógyászati Klinika Dialízis Központjában március 17-én 16-18 óra között nyílt napot szervezett az érdeklődőknek, melynek keretében általános tájékoztatást adott a Vese Világnapjáról, felhívta a figyelmet az egészséges vese jelentőségére, annak védelmére, majd beszéltek a vesebetegségekről és válaszoltak a felmerülő kérdésekre. Ezt követően bemutatták a dialízis kezelést.

## A 4000. dialízis kezelés az FMC salgótarjáni dialízis központjában

A Fresenius Medical Care Salgótarjáni Dialízis Központjában az idén februárban különleges ünnepségre került sor.

Lantos Zsoltné Margót virággal és tortával köszöntötték 4000. hemodialízis kezelése alkalmából. Margó fiatalon lett vesebeteg, 1988 óta részesül életmentő veseótló kezelésben. A 4000. kezelés bizonyítja, hogy a végstádiumú veseelégtelenséggel élő betegek számára elérhető, korszerű hemodialízis kezeléseket segítségével a betegek sokáig, jó életminőségben élhetnek.

Margó nagyon meglepődött, amikor a kezelés során a dialízis központ munkatársai körbevették, majd előkerült egy csodálatos torta is. A köszöntés ugyancsak jól sikerült, az ünnepelt meghatódottan mondta el, hogy mennyire jól esik a figyelmesség. Aztán visszamemlékezett a kezdetekre, arra a napra, amikor 1988-ban Vaslaki főorvos úr elindította a dialízis kezelését. Ekkor csak az lebegett – férjével együtt – a szemük előtt, hogy az akkor hét éves kislányukat fel tudják nevelni. Az idő múlt, a kezeléseket folytatódottak, így következett a középiskola, az esküvő. Aztán az első unoka érkezése volt

az a cél, amit meg kellett élni jó erőben. Az első unoka érkezésekor Hódmezővásárhelyre költözött, hogy segíthesse lányát, és közel 6 évig ott járt veseótló kezelésre. Mostanra már három unokát kényeztet, amikor csak teheti. A férjével Karancsberényben élnek, és remélik, hogy még sokáig támogatják egymást. Meghatódva beszél férjéről, hiszen azzal, hogy pozitívan vállalta betegségét, neki köszönheti.

Dr. Kevei Péter, az FMC Salgótarjáni Dialízis Központ orvos-igazgatója kiemelte, hogy egy ilyen alkalom különösen fontos a dialízis központ munkatársai és a betegek szempontjából egyaránt, hiszen az ad értelmet a mindennapoknak, amikor egy sikertörténetet ünnepelhetünk. Biztatás a betegtársaknak, hogy létezik a betegség mellett értelmes, értékes élet, amelyhez újabb és újabb célok elérésén át vezethet az út. Ám ehhez együttműködő partnerre, jó betegre van szükség. Annak elenére, hogy Margó korán kezdte az életmentő veseótló kezelést, kedélye ma is jó, rendkívül opti-

mistán áll mindennapokhoz.

Az orvos-igazgató elmondta, ma Magyarországon minden 10. ember érintett valamely vesebetegségben.

Évente mintegy 500-600 ezer vesebeteg szorul gondozásra, 270-300 veseátültetés valósul meg, és közel 6500 krónikus veseelégtelenségben szenvedő beteg életben maradását biztosítja a művesekezelés. A sokáig észrevétlenül lapangó, majd hirtelen lecsapó, alattomos betegség nagy része azonban odafigyeléssel megelőzhető.

A betegség ugyanis köztünk van: Magyarországon a népbetegségek számító elhízás, magas vérnyomás, cukorbetegség ma a legfontosabb vesebetegségekre hajlamosító tényezők. A 2,5-3,5 millió hipertóniás, és az 1,1 millió cukorbeteg 10, illetve 5 százaléka válik a későbbiekben veseelégtelenné.

A végstádiumú veseelégtelenség olyan életveszélyes állapot, amelyben a veseműködés valójában megszűnik. A normál testműködésből, valamint a túlzott folyadékfogyasztásból keletkező káros



Margó meghatódottan vette át a fehér rózsákat a körülötte álló, réges-régen ismerős, tortát kínáló nővérektől

melléktermékek felgyülemlelenek a ségben szenvedő betegeknek lehetőség áll rendelkezésre szá-

A végstádiumú veseelégtelenségük a túléléshez, két terápiás alízis. -x-

### A Fresenius Medical Care és a NephroCare Magyarországon

A Fresenius Medical Care 1993-ban, több mint 20 éve kezdte meg magyarországi működését. 2014 év végén 23 dialízis központja működött országszerte. A magyarországi betegszám eléri a 2400 főt, 2014 év végén 2148 fő részesült hemodialízisben, 276 fő peritoneális dialízisben.

A következő rövid kimutatás jól szemlélteti, milyen komoly mérföldkő a 4000. dialízis kezelés egy beteg és az őt kezelő orvosi és ápolói team életében.

2014 év végén a Fresenius Medical Care magyarországi hálózatában kezelt közel 2150 hemodializált beteg közül

54 beteg volt túl a 2000. kezelésén;

12 beteg volt túl a 3000. kezelésén és

2 beteg kezelésszáma haladta meg a négyezret. A február 2-i kezeléssel ez a szám 3-ra emelkedik.

# A B. Braun biztos hátteret nyújt

Amikor ezeket a sorokat írom, már jócskán túl vagyunk az évzáráson, sőt már az év első negyedén is. Furcsa így utólag visszagondolni azokra az eseményekre, amelyek tavaly voltak.

Ahogy a jegyzetfüzetemet lapozgatom, visszacseng fülembé *Fazekas Marcsi* kedves megnyitója, *Horn Péter* vezérigazgató éwertékelő szavai. Igen, a B. Braun évzáró ünnepségéről van szó.

Olyan jó, hogy legalább évente egyszer tudunk találkozni, egy picikét beszélgetni, váltunk néhány szót Nyíregyházáról, a Halmi útról vagy éppen Békéscsabáról.

Szó esik az állomások örömeiről és gondjairól, s amikor a vezérigazgató az OEP finanszírozás alacsony voltáról, a magánszolgáltatók anyagi nehézségeiről beszél, csak egymásra nézünk, bólintunk: igen, ezek a mi közös gondjaink.

De a gondok mellett örömeim is voltak: a B. Braun

több mint fél milliárd forintot tudott eszközökre költeni, a legmodernebb technikát tudja biztosítani betegek számára. A művese ellátás minden anyagi nehézség ellenére változatlanul kiváló minőségben történik, s ez nem csupán a modern gépeknek

köszönhető, hanem az őket működtető orvosoknak, nővéreknek, technikai személyzetnek is. Ezt bizonyítják a betegelégedettségi felmérések, a tavalyinál például 96 százalékos volt a pozitív vélemény. Kis sziget a magyar egészségügyben – így jellemezte a vezérigazgató a B. Braun állomásait, s nem túlzott, mert a mai egészségügyi helyzetben valóban a béke

Hasonlóan nyilatkozott *Ádám Aurél* elnök is, aki a VORSZ nevében köszöntötte a megjelenteket, majd a civil szervezetek gondjait ecsetelte. A pályázatokról, illetve azok hiányáról, no meg az egyre szűkülő anyagi forrásokról szólt. De panaszok helyett inkább szolidaritásra buzdította a vendégeket, arra, hogy egymás segítségével lépjenek túl a gondokon.

*Fabók József* a szeretet összetartó erejére hívta fel a figyelmet, miután bemutatta a 2014. évi VIRGA ÁGNES emlékérem nyertesét.

A kitüntetettje *Barna Gyöngyi* dializáló nővér a Debreceni 10. számú Dialízis Központ dolgozója.

Amikor azt firtatom, mit gondol, miért ő kapta a megtisztelő elismerést, szerényen vá-

laszolja:

– Talán elégedettek a munkámmal. Talán látják, hogy nagyon szeretem ezt csinálni. Nem tudom, miért kaptam, de nagyon örülök neki.

– **Mióta dolgozik a cégnél?**

– 12 éve kerültem a B. Braunhoz,



Ádám Aurél egymás segítségére hívta fel a figyelmet

szigetei a cég dialízis állomásai. Mindez a másfélszáz éves német családi vállalkozásnak köszönhető, amely biztos hátteret ad a magyar betegeknek is. Nem rázkódtatja meg gazdasági válság, OEP-kassza, számukra egy a fontos: a beteg.



Fabók József, a B. Braun Avitum Hungary első, és Horn Péter, a jelenlegi vezérigazgatója együtt gratuláltak Barna Gyöngyi nővérnek az emlékéremhez



A VIRGA ÁGNES díj és boldog nyertese

októberben volt 10 éve, hogy átvettem egy kollégánomtól a PD-t. Szerettem ezt a munkát, a környezet-tanulmányt, a betanítást, az ellenőrzést. Közel 100 kezelést tanítottam be. Szívesen részt veszek a betegekkel közös rendezvényeken, például a

vese bicikli túrán, és több fejlesztési javaslattal igyekszem jobbá, könnyebbé tenni a munkát. Például a 24 órás telefonszolgálat ügyelettel. Az ötletet először a tatai továbbképzésen mutattam be, majd az EDTNA-n poszterrel illusztráltam. Később Nyíregyházán egy gerontológiai továbbképzésen is ismertettem az ötletet, sokan érdeklődtek iránta.

– **Mit csinál, amikor nem dolgozik? Van-e valamilyen hobbija?**

– Zumbázni járok. De nagyon komolyan csinálom. Már saját csoportom van, együtt bérelünk tánctermet.

– **Mi a terve az elkövetkező 12 évre?**

– Nem szoktam tervezni. Amikor ide jöttem, el nem képzeltem volna, hogy egyszer kiállok egy társaság elé, és meg merek szólalni. Amikor először adtam elő egy tervemet, majd kiugrott a szívem a helyéből. Döbbenet volt. És látja, most már tanfolyamot tartok, előadok. Ki tudja, mi lesz 12 év múlva?! -d-

Betegeink írták

## Karácsonyi ajándékom

Az emberi sors és a Mindenható, no meg a tudomány csodákra képes. Így történt velem is, amikor már két éve jártam hetente 3 alkalommal napi 4 órás dialízis kezelésre a váci dialízis állomásra. Mindig vártam a csodát, és Hernádi Judit slágerét dúdolgattam: a „Sohase mondd” címűt.

2014. decemberében aztán megtörtént a csoda!

Karácsony előtt 2 héttel *dr. Polner Kálmán*, a Szent Margit Kórház főorvosa közölte velem, hogy mindkét vesém beindult – persze 2 hetes önmegtartóztatásnak és az orvosi utasítások betartásának köszönhetően.

Ennek hallatán nem tudtam szóhoz jutni. A főorvos azt is közölte velem, hogy a laboreredmények is jók, a karácsonyt a szerettemmel tölthetem, és csak 2 hét elteltével kell mennem ellenőrzésre, a dialízist pedig felejtsem el!

Azóta hosszabb idő telt el, a súlyom beállt 75 kg-ra, a korábbi 85 kg helyett. Igaz, diétáznom kell, és naponta 2 liter folyadékot kell meginnom, de betartom a játékszabályokat.

Hála Istennek, jól vagyok, amit a többi betegársamnak is tiszta szívből kívánok. Azt üzenem minden betegársamnak, hogy „hinni kell, a remény visszavár”!

Határozottan kijelentem, hogy senkire sem haragszom, ezt hivatásom és becsületem sem engedi. Aki esetleg megbántottam, azoktól elnézést kérek, de „egy hibás nincs, csak kettő vagy több” – mondja egy kínai bölcsélet, és az is igaz, hogy nem az ember beszél, pontosabban „az ember nem a szájával beszél, hanem a személyiségével”.

Nem tudom, mit hoz a holnap, de én úgy tanultam, hogy az ember a hidakat soha ne építse fel a háta mögött. Továbbra is munkatársra vagyok a VORSZ-nak, és minden jelzést szívesen veszek.

Köszönöm a sok segítséget *Ádám Aurélnak*, a VORSZ elnökének, *dr. Polner Kálmánnak* és *dr. Bősze Mária* váci főorvosasszonynak is, hogy – ahogy mondani szokták – szakmai hozzáértésükkel, emberségükkel segítették gyógyulásomat.

A nővéreknek is mindent köszönök!

Valkó Gyula

# A dialízis hosszabbítja meg életünket, enélkül meghalnánk...

Drasztikus a cím, de a későbbiekben írottak alapján nagyon is igaznak bizonyul.

Hogy az elején kezdjem: Jómagam is a vesebetegséggel érintett társaság tagja vagyok. Azért ragadtam tollat, hogy ezt a betegséget a szélesebb közönség is megismerje, mert sajnos méltatlanul kevés publicitást kap, annak ellenére, hogy elég sok embert érint.

Előre kell bocsátanom, hogy



csak saját nevemben szólók, mert a betegek egymás közötti kommunikációja igen csekély. Mi is ez a betegség? Nos egyszerűen veseelégtelenségnek nevezik, ami a két vese részleges, vagy teljes leállását jelenti. Gyógyíthatatlan.

Dialízis nevű kezeléssel úgy-ahogy szinten próbálják tartani egészségünket magasan képzett orvosok és kezelő csapatok.

Aki még nem látott ilyent, elképzelni sem tudja, mit élünk meg, amíg a sors kegyes hozzánk.

Mi ez? Vegetálás, az élethez ragaszkodás? Hiszen a mondás szerint

a fuldokló az utolsó szalmaszálba is belekapaszkodik, pedig tudja, hogy az nem tartja meg.

Részemről a kezdet: Vastagbél daganat eltávolítása egy komoly hasi műtéttel, ami után mindkét vese művele kezelésre küldenek. Mit gondol a naív? Ez is csak egy kezelés, de aztán egy doktor a családom jelenlétében tájékoztatott lehető leghumánusabban, hogy mit jelent

a hemodialízis.

Heti három alkalommal, négy-négy órás mozdulatlan kezelés, két vastag túvel a vénában és az artériában. A vér keringtetése közben történik a méregtelenítés. Esetemben ez ráadásul párosult a kemoterápiás kezeléssel is.

Szót kell ejtenem a családomról. A pozitív hozzáállást, segítő kezeket, türelmüket kívánám minden beteg-társamnak. Aztán ez az aggodás egy idő után kezdett terhes lenni. Megkértem mindenkit, hogy hagyjanak fel – főleg a sajnálkozással, pátyolgatással –, hiszen elfogadtam helyze-

temet, húzom, amíg lehet.

Nem ismerek olyan felmérést, hogy kinek, miért vált szükségessé a kezelés. Igen heterogén társaság jön össze a kezelése előtt várakozva úgy 20-30 percben. Ez a kór nem válogat. Kisgyerektől az aggastyánig érintett. Nők és férfiak, bőrszínre, politikai, vallási hovatartozásra tekintet nélkül próbáljuk kitolni az elkerülhetlent.

Mindezeket nem panaszként írom, pusztán a köz tudtára akarom adni, hogy vannak ilyen kezeltek is. Nem véletlenül nem nevezem magunkat betegnek. Kezeltek, ápoltak, talán így humánusabb e „halálvárók” megnevezése.

Azt a részt már nem is merem feszegetni, hogy mibe kerülünk mi, mibe kerül az életben tartásunk. Vegyük csak a drága gépeket, az egyszerű használt eszközöket, az elég rosszul fizetett, de munkájukat odaadóan végző személyzetet, a magas szállítási költségeket. Csak köszönet és elismerés mindezekért.

A kis létszámú Vesebeteg Egyesületünk, sőt a Szövetség is komoly anyagi nehézségekkel küzd, és gátolt abban is, hogy több tájékoztatást adjon, tudatosítsa széles tömegekkel: MÉG élünk.

Nagyon sok mondanivalóm maradt még, talán lesz még időm azokat is megírni. Mindenkinek nagyon jó egészséget kívánok!

Tisztelettel:

Snájd

## Búcsúzunk

A B. Braun évzáró rendezvényén még vidáman anekdotázott.

Fájlalta ugyan a lábát, ám azért ki nem hagyta volna, hogy a megtisztelő elismerést ne ő adja át Barna Gyöngyinek, aki az idén a Virga Ágnes díjat kapta. Aztán eltelt néhány nap, s jött a megdöbbentő hír.

Fabók József, a magyar és a nemzetközi egészségügy egyik meghatározó szereplője, életének 80. évében, 2014. december 30-án távozott közülünk.

Az egyik utolsó megjelent beszélgetésben így fogalmazott: „Amíg az Istentől erőt, egészséget kapok, azzal a beteg embertársaimnak szeretnék a hasznára lenni, hisz az egészségemet én is úgy kaptam, és nem tudom, hogy azt mikor kell visszaadnom.”

Ezt a hitvallást tükrözi és igazolja vissza szakmai pályafutása. Fabók József 1934. augusztus 4-én született. Tanulmányai elvégzése után 1960-65-ig az OMKER műszaki szakértője, 1966-68-ig az OMKER osztályvezetője. Az irányításához tartozó terület felelt a hazai egészségügyi ellátórendszer orvos-technológiai eszközökkel történő ellátásáért.

1968-1981 között a Medicor hazai és nemzetközi fővállalkozói főosztályvezetője volt. Magyarországi fővállalkozói tevékenysége során 26 kórház és 15 rendelőintézet orvos-technológiai tervezését és kivitelezését irányította, amelyek közül különösen szívesen emlékezett vissza a dél-pesti, a kecskeméti, a kiskunhalasi és az ajkai létesítmények megvalósítására.

1981-1989 között a Medicor nemzetközi fővállalkozói tevékenységét irányította, amelynek keretén belül 17 nagyszabású nemzetközi projektet vezényelt le. Ezek közül is kiemelkedő projektnek tartotta Nigériában 30 kórház létesítését, Peruban 700 kórházi ágy és 110 vidéki egészségügyi állomás felszerelését és Görögországban 165 kórház orvos-technológiai felszerelését.

1989-1990 között a Rolitron Rt. kereskedelmi igaz-



gatójaként a cég számítástechnikai és orvostechnikai üzletágát irányította, majd ezután 2006-ig a B. Braun Avitum Hungary Zrt. igazgatójaként dolgozott. Felismerve, hogy Magyarországon évente több ezer ember nem jut hozzá az életmentő, életben tartó dialíziskezeléshez, és hogy Magyarországon az 1 millió lakosra jutó kezelt betegek száma kevesebb, mint 20 százaléka volt a fejlettebb országok hasonló mutatójának, megkezdte egy nephrologiai hálózat kiépítését.

A 18 központból álló Avitum Hálózat és az úttörő munkájának köszönhető országos fejlődés eredményeként mára Magyarországon minden rászoruló hozzájut a szükséges kezeléshez.

Az általa létrehozott hazai központok tapasztalatait felhasználva kezdte meg a B. Braun cégcsoport egy nemzetközi művesehálózat kiépítését, amelyben ma 26 országban 21.000 krónikus beteget látnak el. 2006-2014 között a B. Braun Avitum Hungary Zrt. igazgatói főtanácsadójaként állandó résztvevője volt a cég vezetői értekezleteinek, tudásával, tapasztalatával támogatta a cég további fejlődését.

Fabók József nevéhez 8 szabadalmaztatott találmány kapcsolódik, így a világ számos országában forgalmazott új műszaki megoldással készített kézi gyógyszerporlasztó vagy a Fabók-féle olajtüzelésű autokláv.

Szakmai pályafutása hűen tükrözi, hogy élete egybeforrott a beteg emberek gyógyításával, megsegítésével. Munkatársait nagy szeretettel és figyelemmel irányította, a szakmai tudás átadásán túl nagy hangsúlyt fektetett az erkölcsi tanításra, hogy az a szellemiség, amit képviselt, az utódokra is átszálljon.

Fabók József sokáig az asztalán őrzött egy Albert Schweitzer idézetet: „A világból leginkább olyan emberek hiányoznak, akik mások hiányaival törődnek.” Hitvallása volt, hogy a lelki tisztaság, az ember- és munkaszeretet az, ami bizalommal párosítva visz előre.

Emléke örökké a szívünkben él.

# Interaktív városnézés

Eldöntöttük, hogy ebben az évben igyekszünk minél többször kikapcsolódni, közösségekben lenni és ismerkedni más vesebetegekkel, ezért „szeszonyítóként” március 15-re interaktív városnézést terveztünk.

Kicsi, de annál lelkesebb csapatunk a Déri Múzeum előtt találkozott. Az összetétel vegyes volt, mert dializált, transzplantált és ambulancián kezelt tagjainkból egyaránt jelen voltak. Ennek egyrészt azért örültünk, mert személyes tapasztalatcserékre is lehetőség volt, valamint azért is, mert az új tagjaink is részt vettek és beilleszkedhettek kis közösségünkbe. Külön öröm és meglepetés volt, hogy a Dialízis Centrum főnövére is velünk tartott.

A napot a Déri Múzeum megtekintésével kezdtük, majd onnan indítva sétánkat egy interaktív városnézésen vettünk részt. A debreceni Tourinform iroda Kaland-Játék dobozkája volt a segítségünkre ebben. A városnézés során híres írók, költők utáni „nyomozással” rekonstruálni kellett egy történetet. A szálak „kibogozása” során felfedezhettük Debrecen kulturális és történelmi emlékhelyeit. Csapatunk egyik tagja azzal lett megbízva, hogy a fontos épületekről, helyszínekről információkkal lásson el bennünket, egy másik a hozzájuk kötődő feladatok megoldásáról gondoskodott és volt, aki az írók, költők debreceni ténykedéseit próbálta nyomon követni.

A Debreceni Irodalom Házában megtekintettük az Álmodó magyarok – Történetek Debrecen irodalmából című kiállítást, amely a város irodalmi múltját ismertette meg velünk.

A legjelentősebb belvárosi épületek (Nagytemplom, Református Kol-

légium) után, felkerestük azt a helyet, ahol az a városi társulat működött, amiben Petőfi Sándor és Arany János is játszott. Majd meglátogattuk a Szent Anna Székesegyházat, ahol Petőfi fiát keresztelték.

Bár a többség Debrecenben lakik, mégis tudtunk újat tanulni.



Ez a vidám városnézés bővítette ismereteinket, mozogtunk, kikapcsolódtunk általa, és tagjainkat is közelebb hozta egymáshoz.

**Zákány Edit**

Vesebetegek Debreceni és Hajdú-Bihar Megyei Egyesülete

# Miskolc volt az igazi iskolám

Az élet produkál furcsaságokat. Ilyen Pethő főorvos története is. Jóval előbb ismertem őt hallomásból, mint a való életben.

Édesapja ugyanis sok-sok évig a VORSZ elnökségének tagja volt, sőt ő könyvelte a vesebetegek szövetségének pénzügyeit. Ahányszor csak találkoztunk, a családjainkról is szót ejtettünk, így hallottam fia terveiről, egyetemi éveiről, pályaválasztásáról. S most szemtől szemben ülök a fiatal *dr. Pethő Ákossal*, a SOTE I. Belgyógyászatán működő FMC Dialízis Állomásán, ahol az idén februártól ő a főorvos.

– Jól gondolom, hogy édesapja betegsége befolyásolta az Ön pályaválasztását?

– Természetesen, hiszen otthon ez mindennapi téma volt. Nagyon szerettem a biológia és kémia mellett a matematikát és a fizikát, ezért a műegyetemen kezdtem felsőfokú tanulmányaimat a villamosmérnöki karon. Ám egy év múlva jelentkeztem az orvosi egyetemre, s miután rögtön felvettek, módosítottam a pályámat. Valóban befolyásolt édesapám betegsége.

– Milyen emlékei vannak az egyetemi évekről?

– Nagyon jók. Debreceni lévén, ott jártam általános iskolába – zene tagozatra –, majd német tagozatos gimnáziumba, kézenfekvő volt, hogy az egyetemet is ott végezzem. Ismertem a város minden zegét-zugát. Szerettem az egyetemi éveket, igaz,

ugyan sokat kellett tanulni, de nagyon érdeklődő voltam. Én még utoljára a DOTÉN kaptam a diplomámat, ugyanis az én évfolyamom után változott meg az egyetem neve. Aztán jött a nagybetűs Élet! A Kenézy Kórházban kezdtem, a sürgősségi osztályon, majd átmentem a nefrológiára.

– Itt tanulta meg a szakma fortélyait?



– Nem, azt a Miskolci FMC Dialízis Állomásán. Miskolc volt az én igazi iskolám. Sokat köszönhetek *Ladányi Erzsébet* főorvos asszonynak. Aztán visszakerültem szülővárosomba, itt az egyetemi oktatás nehézségeivel kellett megküzdenem.

– Ez is FMC Állomás?

– Igen, a debreceni egyetem nefrológiai központja. Akut, krónikus és CAPD-s betegeket kezeltünk. A legmodernebb technikával. Mintaértékű ott az ellátás. Talán ezért is kértek fel a budapesti egyetemi központ kiépítésére. Sok tapasztalattal jöttem ide,

ámde nehéz szívvel. Ott kellett hagynom Debrecen...

– **Mvonzotta a budapesti klinika ajánlatában?**

– A kihívás. Az, hogy a debrecenihez hasonló központot alakítsak ki. Ez nehéz, de szép feladat. Invazív nefrológia, szívelégtelen betegek CAPD kezelése, de mindehhez a legmodernebb technika járul. Például, rendszeresen fejlesztjük az 5008-as dializáló gépeket, most a folyamatos vérnyomás-mérővel.

– **Hány kezelőhely áll a rendelkezésükre?**

– 25 ágy, ebből 3 a Hepatitis C-s betegeknek. Két és három műszakban folyik a kezelés, de vendégdialízisre is van kapacitásunk. Most például egy német beteget is kezelünk. Elsősorban

Németországból jönnek vendégbetegek, de sok az olasz is.

– **Mivel tölti a szabadidejét?**

– Természetesen zenével, hiszen kis-korom óta zongorázok. Debrecenben egy zenekarban játszottam. Amolyan hobibizénész vagyok.

A sportban a kerékpározás a favorit. Alig várom a jó időt, hogy két keréken kirándulhassak. Úszni is szoktam, ezt a sportot arra az időszakra tartogatom, amikor kevés idő alatt gyorsan szeretnék feltölteni.

D.Cs.



## EGYESÜLT ERŐVEL

Ági néni hívott meg az iskolába, aki a 3. osztály tanítója. A gyerekek türelmetlenül vártak, miután bekonferálta, hogy az ő egykori tanára, aki meglátogatja az órákat, szeretne velük találkozni. Nagy lelkesedéssel fogadtak, nem szűntek meg kérdezősködni Ági néni diákmúltjáról.

Amikor befejeződött a tanítás, egy másik helyszínre igyekeztünk, ahol Ági egy beteg kisdíákjával foglalkozott, Lilikével. Az osztálytársak bátorító szavakat küldtek neki, hogy bízzon magában, és nagyon szeretik. Ki is Lilike, akiről ez a történet szól?

– Hogyan került Lilike szobafogságba, ahonnan több mint 1 évig ki sem mozdulhat? – Erről először Ágit kérdezem, aki, mint már kiderült, az akkori másodikosok, a mostani harmadikosok osztálytanítója.

– Vannak dolgok, amik nem törődnek ki az ember fejéből, így amikor róla beszélek, mindig eszembe jut egy élmény, amit az osztályban közösen éltünk meg. Egy évvel ezelőtt januárban, amikor Lilike egészsége még rendben volt, éppen hörghurutból lábadozott, Kányádi Sándor Csikorgó, a fagykirály történetét olvastuk, amely arról szól, hogy a gyerekeknek és a felnőtteknek egy idő után elege lett a hidegből, elhatározták, véget vetnek a Fagykirály uralmának. „A bölcs öregek összedugták a fejüket és üzentek a villás farkú fecskének, jöjjön el, hozza a napot is magával, így beköszöntessen a tavasz. A kis fecske mindent megtett, de majdnem az életével fizetett jóságáért, a Fagykirály uralma pedig még kegyetlenebb lett. Ezután a pacsirtát kérték meg, legyen segítségükre, bár többen úgy gondolták, mivel a fecskénél is kisebb, nem járhat sikerrel. És láss csodát, ennek a kis-

madárnak az éneke a magasban megrepesztette a jeges égboltot, ami éppen elegendő volt arra, hogy a napsugár besüssön, és idővel távozásra kényszerítse a Fagykirályt.“

Miután feldolgoztuk, megkérdeztem, történt-e már velük olyan dolog, amikor nem az erő oldotta meg a problémát, hanem mint a pacsirta, akit nem tartunk erősnek, nagyok, akiről kevesen gondolnák, hogy segíthet.

A fiúk bizonygatása után, hogy ide mégis erő kell, Rebeka azt mondta: – Ági néni, ez a pacsirta olyan, mint Lili, amilyen kicsi, olyan nagy szíve van! Alig telt el néhány hét, és az egyik nap Lili nem érezte jól magát, levert volt, ezért telefonáltam az édesanyjának, aki hazavitte, majd másnap üzenetet kaptam tőle, hogy gyermeke nem jön iskolába, mert veseelégtelenséggel az intenzív osztályon fekszik. Felfoghatatlan, hihetetlen volt az egész, de sajnos könnyörtelenül igaz. Egy 8 éves kislány mindkét veséje egyik pillanatról a másikra leállt, ezzel életveszélyes állapotba került. Nap, mint nap az egész iskola aggódva várta a híreket.

A beteg vesék eltávolítása után másnaponként dialízisre járt. A vérnyomása sokáig kezelhetetlennek tűnt, és hónapokat töltött már kórházban. A mi kis hősünk minden pillanatban megküzd azóta is betegsége minden kellemetlenségével, fájdalmával. Mindkét szülő felajánlotta egyik veséjét a gyermeknek. A múlt héten volt a nagy

nap, a sikeres transzplantáció során Lilike édesapja egyik veséjét kapta meg. Örömmel mondhatom, hogy lábadoznak, és JÓL VANNAK!

– *Mesélj a kisház létrejöttéről!*

– A tantestületben már többször felvetődött a kérdés, hogyan tudnánk segíteni, lélekben még jobban odaállni Lilike mellé. A Csodalámpa Alapítvány adta az ötletet, ahol az életet veszélyeztető betegségben szenvedő gyerekek kívánságait teljesítik. Az alapítvány meghirdeti a honlapján a kéréseket, és jószándékú emberek rövid idő alatt teljesítik azokat. Kitérítve a világot a beteg gyerekek számára, mosolyt csalnak az arcukra. Úgy döntöttünk, megtudjuk, mi az ő kívánsága, és megtaláljuk azokat az embereket, akikkel „csodalámpás”-ként teljesíthetjük a kérését. Az álma egy kis faházikó volt, ami az ő birodalma lehet. Egy babaház, egy kis lak a kertjükben, ahová elvonulhat és játszhat, ahová barátait meghívhatja, és jó időben még kint is alhat.

Kértünk mindenkit, akit megérintett a 8 éves kislány sorsa, segítsen, vigyünk örömet az életébe figyelmünkkel, szeretetünkkel, adományainkkal, és ha tehetjük, személyes segítségünkkel is.



Ahogy láttam, a házikó készen van, kívülről legalábbis már minden rendben. Tavasszal jöhet a belsőépítészet, a bútorok. Mivel Lilike a kórházból kikerülve még két hónapig nem látogatható, a házavatás minden biztonnyal ezután lesz. Ígérem az Olvasónak, hogy tájékoztatni fogom erről, és Lilike örömeiről is beszámolok a tavaszi számok egyikében.

Beszélgetést kértem az Isaszegi Damjanich János Általános Iskola

igazgatónőjétől, *Koháry Orsolyától*, aki készséggel állt rendelkezésre.

– *Egy szomorú és egy örömteli esemény az, ami idehozott most engem. A szomorú az egy évvel ezelőtt történt, az örömteli pedig most van, miután Lilike sikeres műtéten esett át. Hogyan érte, mi volt az első gondolata annak idején, amikor meghallotta a Lilikével történeteket?*

– A döbbenet volt az első. Naponta találkozunk a legkülönbözőbb betegségekkel, de azzal szembesülni, hogy egy 8 éves kislánynak váratlanul leáll a keringése, az egyszerűen kezelhetetlen. De szerencsére, ezzel együtt azt is megtudtuk, hogy vissza tudták hozni az életbe. Így ez mégiscsak egy szenzációs helyzet. Azt vizsgálni, hogy egy ilyen kicsi lányka milyen betegséggel küzd és az miért akkor és miért

úgy derült ki, nem tisztem vizsgálni. De azt érdemes volt végiggondolni, hogy egy iskola mi mindenre legyen érzékeny. Annyiszor kérdőjelként állítódik egy tantestületben, mire is kell odafigyelnünk. Ilyenkor látszik, hogy mindenre. Valószínűleg az ember százszor, vagy ezerszer túl-, vagy alulreagál helyzeteket. Lehet, hogy a pedagógus nem tartja elég komolynak a helyzetet, adott esetben egy ilyen szituációban csak megállapítja, Lilike kicsit kedvetlenebb ma, persze érthető, betegségből jött vissza, mondanánk, jól van csillagom, kicsit pihenjél, egyél meg egy almát, sok benne a vitamin. A helyzetekre való reagálás naponta kritikus pont a pedagógus, az iskola életében. A növekvő gyermek gyakran jelentkezik mindenféle fájdalommal, amelyeket nem lehet beazonosítani. Egy idő után úgy járhat esetleg, mint a mesebeli kismalac, amikor negyedszer kiáltott farkast. Mégis elgondolkodik a pedagógus: megtehetem-e azt, hogy nem reagálok, nem jól, vagy nem elég érzékenyen reagálok rá. Én például a komoly balesetek 90%-ára, ami házilag nem látható el, hívom a mentőt. Elkísérjük a gyermeket, vele vagyunk – de az döntse el, akinek szakmája, mi a baj.

Mert bizony csapda lehet ezekben az esetekben is. Végig kell gondolni következményeivel együtt a helyzeteket. Örülök, hogy a szülők is jól reagáltak, a gyermek időben került orvoshoz, kórházba, és az orvosok kezei között azonnal megtörténhetett az újraélesztés. Azután, amikor a Lilikével történetekből magunkhoz tértünk, beláttuk azt is, ez bizony egy hosszú folyamat lesz, és ahhoz, hogy a kislány ne veszítsen iskolaéveket, ne maradjon vissza a tanulásban, ehhez a mi segítségünkre van szüksége. Az osztálytanító, *Szódi Ágnes* ezzel engem úgy szembesített, hogy már a megoldást is hozta: vállalja a feladatot. Igazi jótéteménye a je-

lenlegi fenntartó rendszernek, hogy mindezt finanszírozni tudja a Klebelsberg Iskolafenntartó Központ. Tudja, akarja, és lehetősége van, így, bár Lilike több mint egy évet fog hiányozni az iskolából, de amikor bejön, ugyanott tudja folytatni, ahol a többiek vannak. Mert Ági néni, hetente többször, télenyáron ott van Lilike életében és tanítja. Nyilván a begyakorlás mélysége más lesz, mintha ő is napi 8 órában itt lenne az iskolában, de versenyképes marad a többiekkel, együtt tud haladni. Látni Lilike és a szülők hozzáállását, a negyedik osztály végére elérhető lesz észrevétlen felzárkózása a társakhoz. Nagyon jó a család hozzáállása. Foglalkoznak, törődnek vele, nem a betegségtudatot erősítik benne, hanem a küzdeni akarást. Az ember egy ilyen kicsi lány betegsége kapcsán olyan könnyen válhat elkényeztető szülővé, vagy fölöslegesen megengedő szülővé. Ez náluk nem következett be. Ennek a kisgyerekeknek az egészsége mellett ugyanúgy érték maradt a munka, a közösség, az osztály, amihez számos lehetőséggel kapcsolódik. A facebookon diákokat nem jelölök vissza, kivéve Lilikét, hiszen nem mindennapi eseménnyé lett az életünkben. Felépült az a bizonyos faházikó is, amire nagyon vágyott, ami valószínűleg soha nem került volna be az életébe, ha nem betegszik meg. Örülök, hogy sikerült Áginak megszervezni, létrehozni. Egy-két kollégát is bevonva aktivizálódott az egész környék, szülők, vállalkozók adománya, önkéntes munkája révén lett valóságos csodaházikó, ami nagyon jó közösséget összetartó erő lett, lesz a továbbiakban is. Lilike betegsége, állapota meg tudta úgy mozgatni a környezetében élőket, hogy ezzel a céllal, szándékkal egyetértsenek, és munkával, pénzzel, vagy csupán egy jó gondolattal csatlakozzanak. ■

# MEGVÁLTOZOTT A SZOCIÁLIS TÁMOGATÁSOK RENDSZERE

Március 1-jével átalakult a szociális támogatási rendszer; a változtatásokkal több segélyezési forma megszűnt, átalakult, új elnevezést kapott vagy máshonnan igényelhető, mint eddig.

A változtatások után szociális támogatásokat két helyről kérhetnek az érintettek: egyrészt a járásoktól, másrészt a helyi önkormányzatoktól; előbbiektől a jövedelemkompenzáló, míg utóbbiaktól a kiadáskompenzáló támogatások igényelhetők.

A járási – *jövedelemkompenzáló* – támogatásokat közvetlen állami költségvetési forrásból fizetik ki az arra jogosultaknak. Ez azt is jelenti, hogy ezen támogatásoknak a megállapításába az önkormányzatoknak nincs beleszólása, tehát a jövőben egyetlen település sem kötheti speciális feltételekhez azok kifizetését, az már teljes egészében a járási hivatalok hatáskörébe tartozik.

Ebbe, a járási hivatalok által nyújtott támogatási körbe tartozik a foglalkoztatást helyettesítő támogatás (fht), ami a korábbi szociális segélyt váltja fel, és azoknak jár, akik nem tudnak részt venni a közfoglalkoztatásban. A közfoglalkoztatásban dolgozók nem kapnak fht-t, de amint kikerülnek onnan, a támogatást újra folyósítják a számukra.

## Szociális segély helyett

Járási támogatás lesz a jövőben a rendszeres szociális segély helyébe lépő egészségkárosodási és gyermekfelügyeleti támogatás (46 600 forint), az időskorúak járadéka (22 800 - 37 500 forint), az (alap- és emelt összegű, valamint a kiemelt) ápolási díj (29 500, 44 250, 53 100) és az alanyi köz-

gyógyellátás (legfeljebb 12 ezer forint havonta). Az e támogatásokhoz való jogosultságot a járási hatóságok állapítják meg országosan egységes elvek alapján. Az önkormányzatoknak a szociális törvényben ugyanakkor előírták, hogy helyi rendeletükben köteleességük – átmeneti veszélyhelyzet esetére – krízissegély lehetőségét biztosítani rendkívüli települési támogatás elnevezéssel. A települési támogatásokhoz, segélyekhez a legtöbb (mintegy 3 ezer) településen az állam forrást biztosít, így az önkormányzat nem hivatkozhat arra, hogy nincs pénze segélyezésre. A legtöbb helyi adóbevétel beszedő 261 településnek (köztük az összes budapesti kerületnek) azonban saját forrásból kell megoldania a segélyezést, de a kevésbé gazdag önkormányzatoknak is – az adóbevételük nagyságának függvényében – részt kell vállalniuk a segélyezésből.

Az érintettek a települési támogatási formákról a helyi önkormányzati hivatalokban (Budapesten a kerületeknél), míg a járási támogatásokról az ottani ügyfélszolgálaton érdeklődhetnek.

## Új név - települési támogatás

Március 1-jével valamennyi korábbi önkormányzati támogatási és segélyezési forma (lakásfenntartási támogatás, adósságkezelési támogatás, méltányossági ápolási díj, méltányossági közgyógyellátás, helyi segély) megszűnt és egységes elnevezést kapott,

melynek neve települési támogatás. Ennek a – *kiadáskompenzáló célú* – támogatásnak a keretében az önkormányzatok szabadon dönthetnek arról, hogy milyen élethelyzetekre adnak támogatást; ezt február végéig kellett rendeletben rögzíteniük. A minisztérium ehhez a múlt év végén rendeletalkotási segédletet küldött a településeknek.

## Aktív korúak ellátása

Az aktív korúak ellátását a járási hivatal állapítja meg. Az aktív korúak ellátása a hátrányos munkaerő-piaci helyzetű aktív korú személyek és családjuk részére nyújtott ellátás. Az aktív korúak ellátására jogosultak pénzbeli ellátásának két típusa van:

- ◆ a foglalkoztatást helyettesítő támogatás biztosítható a munkavégzésre alkalmas személyek részére, valamint
- ◆ egészségkárosodási és gyermekfelügyeleti támogatás biztosítható a munkavégzésre valamilyen okból nem alkalmas személyek részére.

A járási hivatal az aktív korúak ellátására való jogosultság megállapítását követően dönt arról, hogy a jogosult részére melyik fenti ellátás típusát lehet megállapítani.

**Ha a családban a házastársak mindegyike jogosult lenne az aktív korúak ellátásra, mindkettőjük részére megállapítható az ellátás?**

Az aktív korúak ellátására egy

családban egyidejűleg csak egy személy jogosult, ezért csak az egyik családtag kaphatja meg az ellátást.

Egy családban egyidejűleg két személy abban az esetben jogosult az aktív korúak ellátására, ha az egyik személy a foglalkoztatást helyettesítő támogatás, míg a másik személy az egészségkárosodási és gyermekfelügyeleti támogatás feltételeinek felel meg.

A jegyző aktív korúak ellátására való jogosultságot állapít meg annak a személynek,

- ◆ aki munkaképességét legalább 67%-ban elvesztette, aki legalább 50%-os mértékű egészségkárosodást szenvedett, vagy akinek az egészségi állapota a rehabilitációs hatóság komplex minősítése alapján nem haladja meg az 50%-os mértéket, vagy

- ◆ aki vakok személyi járadékában részesül, vagy

- ◆ aki fogyatékosági támogatásban részesül, vagy

- ◆ akinek esetében a munkanélküli-járadék, álláskeresési járadék, álláskeresési segély, vállalkozói járadék folyósítási időtartama lejárt, (együtt: álláskeresési támogatás) vagy

- ◆ akinek esetében az álláskeresési támogatás folyósítását keresőtevékenység folytatása miatt a folyósítási idő lejártát megelőzően szüntették meg, és a keresőtevékenységet követően álláskeresési támogatásra nem szerez jogosultságot, vagy

- ◆ aki az aktív korúak ellátása iránti kérelem benyújtását megelőző két évben az állami foglalkoztatási szervvel vagy a rehabilitációs hatósággal legalább egy év időtartamig együttműködött, vagy

- ◆ akinek esetében az ápolási díj, a gyermekgondozási segély, a gyermeknevelési támogatás, a rendszeres szociális járadék, a bányász dolgozók egészségkárosodási járadéka, az át-

meneti járadék, a rehabilitációs járadék, a rokkantsági nyugdíj, a baleseti rokkantsági nyugdíj, a megváltozott munkaképességű személyek ellátása, az ideiglenes özvegyi nyugdíj folyósítása megszűnt, illetve az özvegyi nyugdíj folyósítása a gyermek életkorának betöltése miatt szűnt meg, és közvetlenül a kérelem benyújtását megelőzően az állami foglalkoztatási szervvel vagy a rehabilitációs hatósággal legalább három hónapig együttműködött, feltéve, hogy saját maga és családjának megélhetése más módon nem biztosított, és keresőtevékenységet nem folytat.

## A közgyógyellátásról

A szociálisan rászorult személy részére az egészségi állapot megőrzéséhez és helyreállításához kapcsolódó kiadásainak csökkentésére közgyógyellátási igazolvány adható ki.

### Mire jogosít a közgyógyellátás?

A közgyógyellátási igazolvánnyal rendelkező személy térítésmentesen jogosult a társadalombiztosítási támogatásba befogadott, az indikációs és egyéb kiegészítő feltételeknek való megfelelés esetén

- ◆ járóbeteg-ellátás keretében rendelhető gyógyszerekre – ideértve a különleges táplálkozási igényt kielégítő tápszereket is – gyógyszerkerete erejéig,

- ◆ gyógyászati segédeszközökre, ideértve a protetikai és fogszabályozó eszközöket is, valamint azok javítására és kölcsönzésére, továbbá

- ◆ az orvosi rehabilitáció céljából igénybe vehető gyógyászati ellátásokra.

Közgyógyellátásra jogosultságot alanyi és normatív alapon lehet szerezni. 2015. március 1-jét követően benyújtott kérelem alapján a közgyógyellátás méltányosságból történő

megállapítására nincs lehetőség. A 2015. március 1-jét megelőzően megállapított méltányossági közgyógyellátásra való jogosultság a határozatban megállapított időtartamig vagy annak megszűntetéséig áll fenn.

### Ki jogosult alanyi jogon közgyógyellátásra?

A lakóhely szerint illetékes járási hivatal alanyi jogon közgyógyellátásra való jogosultságot állapíthat meg:

- ◆ az átmeneti gondozásban részesülő, és a nevelésbe vett kiskorú;

- ◆ az aktív korúak ellátására jogosult egészségkárosodott személy;

- ◆ a pénzellátásban részesülő hadigondozott és a nemzeti gondozott;

- ◆ a központi szociális segélyben részesülő;

- ◆ a rokkantsági járadékos;

- ◆ aki (vagy aki után szülője vagy eltartója) magasabb összegű családi pótlékban részesül, továbbá az,

- ◆ aki rokkantsági ellátásban részesül és az egészségi állapota a rehabilitációs hatóság komplex minősítése alapján nem haladja meg a 30%-os mértéket,

- ◆ az, aki rokkantsági ellátásban részesül és 2011. december 31-én I. vagy II. csoportú rokkantsági, baleseti rokkantsági nyugdíjra volt jogosult,

- ◆ az, aki öregségi nyugdíjban részesül és 2011. december 31-én I. vagy II. csoportú rokkantsági, baleseti rokkantsági nyugdíjra volt jogosult,

- ◆ az, aki öregségi nyugdíjban részesül, és a nyugdíjra való jogosultságának megállapítását megelőző napon rokkantsági ellátásban részesült I-II. csoportú rokkantságára tekintettel, vagy egészségi állapota nem haladta meg a 30%-os mértéket.

További információk a <http://www.jaras.info.hu> weboldalon találhatóak.

# A fejfájástól a migrénig

## Terjedő népbetegség?

„Migrénem van” – halljuk egyre gyakrabban, főként nőktől, akik fejüket fogva szemmel láthatóan szenvednek, és a migrénes roham hatása alatt szinte képtelenek bármi másra koncentrálni, bármivel foglalkozni.

De valóban ilyen súlyos, szinte kibíratatlan fájdalomról van szó, amivel szemben tehetetlen a migrénes beteg? Az orvosok is egyetértenek abban, hogy a lüktető, legtöbbször a fej egyik oldalát érintő görcsös fejfájás igen kínzó. Éppen ezért intenzív kutatások folynak megfajtására, hi-

szén nem közömbös, hogy a népesség 10 százalékát érintő kór mennyire kezelhető, vagy szelídíthető elviselhetővé.

Először is érdemes megjegyezni dr. Bodnár Eszter belgyógyász nemrégiben egy televíziós beszélgetés során elhangzott figyelmeztetését, mi-

szerint „minden migrén fejfájás, de nem minden fejfájás migrén.”

Vagyis a migrénnek felismerhető jelei, mondhatjuk előjelei is vannak. Bár pontos oka máig ismeretlen, legtöbbször hányinger, végtagok zsibbadása, fényérzékenység, beszédzavar, szagokra történő reagálás, látászavar –

vagyis szaknyelven aurajelenségek – előzik meg, de nem mindenkinél, és olyan esetek is vannak, mikor az előrejelzések után a migrén nem következik be. Ha viszont bekövetkezik, eltarthat három órától akár több napig is, lényegében az agyi erek görcsös összehúzódásáról van szó, egyfajta agyi működési zavarról. Bár nőknél a leggyakoribb, férfiakat, sőt gyermekeket is érint, kiváltó okai sokfélék lehetnek, a tudomány mai állása szerint leginkább hormonális változások, alvászavar, stressz, a helytelen táplálkozás számjára írják, de öröklődési hajlam is szóba kerülhet.

Aki „gyakorló” migrénes, az tudja, hogy az erős rosszuléttól a teljes munkaképtelenségig terjedhet a skála, amit ez a kínzó fejfájás okoz. Komoly veszélyt jelent a közlekedésben, járművezetésben. A migrénes rohamot legtöbbször egy elsötétített szobában, a külvilágtól elzárva élik túl.



Gyakorisága miatt neurológusok, pszichológusok, belgyógyászok is foglalkoznak vele, és a fejfájás ambulanciáik is segítséget nyújtanak.

A migrénre több mint egy évtizede vannak gyógyszerek, amiket szakorvos írhat fel, de ezek a migrén-specifikus gyógyszerek sem minden esetben hatásosak, és nem mellékhatás nélküliek.

Alternatív gyógymódként a természetgyógyászok leginkább a provokáló tényezők elkerülését ajánlják,

segíthet a kávé fogyasztása, hiszen értágító hatása következtében jótékony, de a folyadékbevitel fokozása, illatterápia, relaxáció, bizonyos gyógynövények, mint az eukaliptusz, levendula, rozmarin, borsmenta, citromfű is segít a panaszok mérséklésében.

Egy rendkívül komplex, meglehetősen kiszámíthatatlan, kínzó, és kellemetlen kórról van szó, ami szinte egyénileg külön-

böző gyakorisággal, és intenzitással fordul elő, és bár odafigyeléssel, gyógyszerekkel csökkenthető a hatása, mégis legcélszerűbb szakorvoshoz fordulni, ha előfordulása rendszeres, ugyanis bizonyos esetekben az agyi erek valamilyen hibája is kiválthatja.

Egyébként az egészséges életmód, a testi-lelki harmónia az, ami leginkább csökkentheti, vagy megszüntetheti a migrénes betegek panaszait.

L. Gy.

## Migrének - a fájdalomrohamok keletkezése

A migrénnel járó fejfájások pontos okai még tisztázatlanok. Két elmélet létezik:

### Neurovaskuláris elmélet

- az ötödik agyideg (nervus trigeminus) mechanikus, elektromos vagy vegyi izgatása gyulladáskeltő anyagok felszabadulásához vezet
- az artériás véredények tágulása és az érfal átteresztőképességének megnövekedése - vérplazma-kilépés
- az agyszövet megduzzadása fájdalomimpulzusokat vált ki

1 Az agytörzset aktiválja egy kiváltó ok.

2 A trigeminus idegen keresztül impulzusok érik az agyhártyát.

3 Gyulladáskeltő anyagok lépnek ki a vérből és fájdalmat keltenek.

### Vaskuláris elmélet

- a véredények a hibás szabályozás miatt elszűkülnek az agyban
- az illető agyi régió vérellátása romlik - az idegsejtek funkciója csökken
- túlzott ellenreakció - a véredények kitágulnak
- a véredénytágulás migrén jellegű fájdalmat okoz

### Szimpptomák

1. többnyire csak az egyik oldalon jelentkező, pulzáló, lüktető fejfájás

2. testi panaszok: étvágytalanság, hányinger, hányás, fény-, zaj- és szagérzékenység, átmeneti idegkimerültség egészen bénulásig, látás- és egyensúlyzavarok

### Kiváltó okok:

táplálékok, élvezeti cikkek: vörösbor, sajt, csokoládé, citrusfélék és cigaretta

hormonális változások: havi vérzés, tablettaszedés

időjárás: légnyomásváltozás, időváltozás, fén

feszültség, stressz

az alvás- és ébrenléritmus megváltozása

### egyéb izgató okok:

- vibráló fény
- zaj
- erős szagok
- klimatizált vagy füstös helyiségek

## Egy „gyógyult” migrénes történetéből

alán jók valamire az én tapasztalataim is, megpróbálok rövidre fogni.

Édesapám (belgyógyász) is migrénes volt, valószínűleg tőle örököltem a hajlamot, ami már tini koromban jelentkezett. Így jó kezekben voltam, minden elvileg hasznos gyógyszer és módszer közelében – ám mindez nem sokat használt. Csak-csak szaporodtak az alkalmak és az időtartam is egyre nőtt.

E lőre sosem tudtam „elkapni”, mert nagy cselesen szinte mindig éjjel lepott meg. Reggel pedig már teljesen felesleges volt gyógyszerelni, mert az vagy kijött, vagy elűcsörgött a gyomromban, amíg szebb idők nem jöttek. Ott tartottam, hogy mozdulatlanul fekszem, amíg el nem kezdek a rettenetes fejfájáson kívül valamilyen normális életfunkciót érezni: ha éhes lettem, vagy ki kellett (volna) mennem, tudható volt, hogy hamarosan vége! Örült szerencsémre a munkahelyemen ez nem okozott gondot.

Apukám vigasz gyanánt azt találta mondani: ne izgulj, 50 fölött javul majd! Hát, mérsékelt lelkesített a kilátás.

Egyszer aztán egy hosszú külföldi út előtt végső kétségbeesésben orvosi akupunktúra-kúrához folyamodtam: odakint nem engedhettem volna meg magamnak a minimum félnapos kieséseket a munkából. És láss csodát! Működött – akkor azt hittem.

Nagy boldogan el is mentem, de csakhamar kiderült, a szervezetem azért ilyen könnyen nem hagyja magát: új tünet ütötte fel a fejét – megmagyarázhatatlan, gyakran ájulással végződő légszomj (mint utóbb diagnosztizálták, ún. hiperventilláció) –, megnehezítve sokak életét rajtam kívül. Vizsgáltak kórházban is – semmi, hiszen az ilyesmit nem tudja parancsra produkálni az ember.

Végül itthon került pont a sztori végére még vagy két év terápia után. De az már NEM a migrénre vonatkozott. A rejtélyes ellenség még mindig álarcot visel. - kova -

# Híd az életbe

Iskolaszanatórium, vagy kórházi pedagógus – sokan értetlenül kapják fel a fejüket a szó hallatán, mert nem igazán tudják, mit is jelent valójában. Iskola a kórházban, pedagógus a betegágy mellett?



Pedig működő valóságról van szó, ami nem is újdonság, hiszen a Fővárosi Iskolaszanatóriumot lassan már 80 évvel ezelőtt hozták létre, mert szükségét látták a tartósan gyógykezelésre szoruló, tüdőbeteg gyermekek számára ezt a fajta rendhagyó tanítási formát.

Az igény, és szükség továbbra is meghatározója ennek a hivatásnak, mivel modern korunkban is sok a tartósan gyógykezelt, hosszú terápiás időszakot igénylő kór, a daganatos betegségektől a szerv transzplantációig, és egyéb, korábban esetleg nem ismert, vagy ma még nem gyógyítható bajj.

Réfi Oszkó Ildikó egyike azoknak a pedagógusoknak, akik ezt a nehéz, embertpróbáló helyszínt választották hivatásuk gyakorlására.

– Valójában új szereplőnek számítok ezen a területen – mondja –, hiszen csak szeptember óta dolgozom a Heim Pál Gyermekkorházban tanárként, harminckét esztendő hagyományos iskolai múltat váltottam fel ezzel az elhatározással, és hadd tegyem hozzá rögtön, nagyon szeretem ezt a csodálatos munkát.

– Pedig, gondolom, nem könnyű a kórházi pedagógus dolga. Hiszen alapvetően szokatlan helyzetben, beteg gyerekekkel dolgoznak, különleges helyszínen, teljesen más körülmények között, mint, ami egy iskolában megszokott. Kórházban fekvő iskolásokat kell tanítani, az aktuális tananyagból, alkalmazkodva mindenkor állapottukhoz, beilleszkedve a kórházi gyógyító

csapat munkájába, elfogadtatni magukat a gyerekekkel, a szülőkkel, az orvosokkal, nővérekkel, meglehetősen komplex feladatnak tűnik.

– Az is. És éppen különlegességében, nehézségében van szépsége, abban a pluszban, amit a pedagógusnak ebben a munkakörben adni kell önmagából, a saját személyiségéből.

Minden gyerek más, megtalálni hozzájuk a kulcsot, elnyerni a bizalmukat bizony nem könnyű. Itt minden a gyerek gyógyulásáról szól, és a családról, ők állnak a központban, az ő segítségük a legfőbb cél.

Gondoljuk csak el, egy gyerek kiszakad bizonytalan időre a családi, baráti, iskolai környezetből, fájdalmakkal, betegséggel küszködik, remény, és reménytelenség csapdájában vergődik, óriási traumát él át.

A bizonytalanságban, kétségek között élő, szorongó gyerek számára egy darabka külvilág, egy cseppnyi élet, remény a kórházi pedagógus jelenléte, aki empátiával közelít hozzá, megismeri, néven szólítja, megbeszéli vele a foglalkozások rendjét, egyéniségéhez, és pillanatnyi állapotához igazodva próbálja átadni neki az ahhoz szükséges tudást, hogy ne maradjon el társaitól, ne kelljen adott esetben évet veszítenie, sikeresen visszatérhessen gyógyulás után az iskolai közösségbe. Ez az iskolaszanatóriumi pedagógus felelőssége is, hiszen ugyanolyan diplomával rendelkezik, mint a többi pedagógus, osztályozhat, vizsgáztathat, bizonyítványt adhat, miközben önbizalmat csempészik a beteg diákja

mindennapjaiba.

– Minden kórházi pedagógus rendelkezik pedagógusi végzettséggel, de nem minden pedagógus alkalmas kórházpedagógusnak, ezt bátran állíthatjuk?

– Valóban így van. Nem véletlen, hogy a fővárosban mindössze 25-en vagyunk. A Fővárosi Iskolaszanatórium Általános Iskola pedagógusai évente átlagosan ezer, ezerkétszáz beteg gyermeket tanítunk, jelen vagyunk, minden gyermekklinikán és gyermek-kórházban, az egészségügyi személyzet, a család egyre inkább felismeri munkánk lényegét, és jelentőségét. A kórházi lét szomorúságát, félelmeit mindenképpen színesítik, és oldják a tanítási órák, melyek egyfajta figyelemelterelést jelentenek a fájdalomról, a hosszas kezelésekről, és persze segítenek visszailleszkeszteni az anyaiskolába.

A kórházi pedagógus barátként közelít minden gyerekhez, a maga speciális eszközeivel hidat ver a kórház, és külvilág között, a kötelező feladatokon túl lelki segítséget nyújtva a nehéz pillanatokban.

A kórházi pedagógus is sok nehéz pillanatot él át. Természetesen nem maradhat közömbös a szenvedés, olykor a veszteségek láttán, de az ő könnyei titokban folynak, kifelé reményt sugároz, a visszatérés, a folytatás lehetőségeit kínálja, a gyógyító team segítő részeként.

Ez ilyen szakma – alapvetően szolgál.

(leopold)

# Vese Világnap Nyíregyházán

Szervezetünknel, a Vesebetegek Szabolcs-Szatmár-Bereg megyei Egyesületénél már hagyomány, hogy minden évben megemlékezünk a Vese Világnapjáról.

Idén 2015. március 11-én tartottuk a programunkat. A helyszín a hagyományoknak megfelelően a Korzó Bevásárló és Szórakoztató Központ volt, ezen belül a 2.Step Tánciskola termében tartottuk a rendezvényt.

Elsőnek *Kutasi Irén*, az egyesület képviselőjében, majd *Kenyeres Anita*, a Korzó Center Managere köszöntötte a megjelenteket. A rendezvényt *dr. Szegedi János* igazgató-főorvos nyitotta meg. Ezután, *dr. Valikovics Ferenc* főorvos, majd *dr. Szegedi János* főorvos előadását hallgathatták meg az érdeklődők.

Majd személyes tanácsadásra is volt lehetőség. A Cukorbeteg Nyíregyházi Egyesülete vércukorszintet, *Oláhné Asztalos Mária*, a B.Braun Avitum Hungary Zrt. Nyíregyházi Dialízis Centrumának vezető ápolója vérnyomást mért a résztvevőknek. A programot *Lakatos István* ápoló videófelvétellel és fotók készítésével örökítette meg.

Egyesületünk saját tájékoztató anyagaival (DVD, CD, Roll-up, szórólapok), illetve a Magyar Nephrologiai Társaság erre a napra készített anyagaival szolgált az érdeklődők részére.

A Vesebetegek Szabolcs-Szatmár-Bereg Megyei Egyesülete köszönetet mond mindazoknak, akik önkéntes munkájukkal, adományaikkal hozzájárultak a találkozó megismertetéséhez és sikeréhez.

Kutasi Irén



# Nem tűntem el

A XIX. század legvégén egy árva fiú, Richter Gedeon befejezte a tanulmányait a gyöngyösi Ferences gimnáziumban és elindult a fővárosba, hogy nevét hamarosan az egész világ megismerje.

Gyógyszerésznak tanult, majd diplomájával a kezében megvásárolta Budapesten az Üllői úti Sas patikát, ahol egy preparatív és egy vegyészeti kísérleti laboratóriumot létesített. Felismerve a belső elválasztású mirigyek kivonatainak gyógyászati jelentőségét, állati szervekből organoterápiás gyógyszerek előállításába és forgalmazásába kezdett. Első készítményét, a mellékvesekéreg-hormon kivonatát, az adrenalin tartalmozó Tonogen suprarenalét mindmáig használják a gyógyászatban. Sikerei hatására 1907-ben Kőbányán megalapította a nevét viselő gyárat, az első magyar gyógyszergyárak egyikét, amelyet évtizedeken keresztül irányított. A vállalat már a kezdeti időszakban megalapozta hírnevét, és hamarosan az élvonalbeli nemzetközi szállítók között tartották számon. A fő profilját képező állati eredetű organoterápiás termékek mellett növénykémiai és szintetikus készítményeket is forgalomba hozott. A korai termékpalettából kiemelkedik a tízes évek elején kifejlesztett Adigan szívgyógyszer, továbbá a Hyperol fertőtlenítőszer és a Kalmopyrin lázcsillapító, utóbbiak még ma is létező és közkedvelt készítmények. A gyár kutatási színvonalát jelzi, hogy 1914-ben már 24 szabadalom volt a vállalat birtokában. Tájékozódni, értékelni, alkotni – ez volt Richter Gedeon hitvallása.

Nemcsak sikeres kutató, hanem kiváló menedzser, vállalatvezető is volt. Cégét 1923-ban családi részvény-

társasággá alakította, és szerteágazó nemzetközi kapcsolatait felhasználva hatékony exporttervet dolgozott ki. A harmincas évek végéig hetven országra kiterjedő képviseleti hálózatot hozott létre, és tíz külföldi leányvállalatot alapított. Közülük a bukaresti, londoni, sao paolo-i, mexikói, milánói, zágrábi és varsói gyárakban jelentős gyógyszeralapanyag-gyártás is folyt. A vállalat ebben az időszakban 12 aranyérmet szerzett termékeivel a nemzetközi kiállításokon.

Érdemei elismeréseként Richter Gedeon 1929-ben magyar királyi kormányfőtanácsosi címet kapott. A harmincas évekre a Richter Rt. az egyik legjelentősebb magyar külkereskedelmi vállalattá fejlődött. A cég stabil helyzetét még a nagy gazdasági világválság sem tudta megrendíteni, elbocsátásokra nem került sor. Az alkalmazottak még évtizedek múlva is számon tartották, hogy Kőbányán a háború előtt a Richter volt a legjobban fizető és a legjobb összetételű gyár.

Közeli munkatársai szerint Richter Gedeon csendes, szerény, meditáló, szorgalmas, szeretetre méltó és kiegyensúlyozott egyéniség volt. Sikeres pályafutását végül a zsidótörvények megaláztatásai, majd a második világháború eseményei törték derékba.

Zsidó származásának pusztán ténye miatt 1942-ben meg kellett válnia vezérigazgatói tisztségétől, és évekig tartó szélmalomharcra kényszerült,

hogy alapító tulajdonos létére legalább tanácsadóként dolgozhasson a saját vállalatánál. A német megszállás után, 1944 nyarán svájci útlevéllel elhagyhatta volna az országot, de nem élt a lehetőséggel, mert nem akart megvál-



ni hazájától és kötelességének tartotta, hogy a nehéz időkben is kitarson vállalata mellett, amely életművét, és családja mellett élete értelmét jelentette.

A Richter házaspár egy ideig rokonoknál húzta meg magát, majd 1944. december elején a hatósági rendelettel kijelölt gettóba, a semleges svéd követség diplomáciai oltalma alatt álló házba költözött. 1944. december 30-án a ház lakóit egy nyilas osztag igazoltatás ürügyével az Andrássy út 60. sz. alatti párházba – a mai Terror Házába – hurcolta, majd másnap a hajnali órákban fegyveres kísérettel útnak

indította a Duna irányába. A 72 éves Richter Gedeont a mai Széchenyi rakparton, a Zoltán utca torkolatánál a Dunába lőtték.

Holtteste nem került elő, jelképes sírja a svájci Lugano városkában, csa-

lehetünk. Történelmi dokumentumjátékfilm készült abból az alkalomból, hogy bemutatásának napján épp 70 éve Richter Gedeon gyógyszergyáros eltűnt a pesti alsó rakparton.

A film címe: Nem tűntem el, s furcsa módon nevezhetnénk egyórás reklámfilmnek, amit a Richter Gedeon Nyrt. rendelt meg.

De mégsem erről van szó. Igaz, a gyógyszergyár felépüléséről szól a film, és a szakértők méltatják a cég úttörő szerepét, meg a kalmopirin fontosságát, ám a moziban mégiscsak arról van szó, hogy Richter Gedeon milyen hatalmas egyéniség volt. Ezt Seress Zoltán mondja, miközben egy nagy emlékkönyvben rendezgeti a fotókat és iratokat, amikből egyébként igencsak kevés van, hiszen a második világháborúban nagyrészt minden megsemmisült. Ezért nem is tudtak valódi dokumentumfilmet készíteni. De a neves gyógyszergyár méltón akart megemlékezni alapítójáról, s megrendelte ezt a dokumentumjátékfilmet, ami azt jelenti, hogy a filmben van egy narrátor, Seress Zoltán, aki mesél Richter Gedeon életéről; vannak szakértők, akik fekete háttér előtt beszélnek a cég híres termékeiről, s magáról a gyógyszerésről, és van a színészekkel eljátszott rész, korhű díszletekkel, jelmezekkel. Mindezt „összerendezte” Spáh Dávid.

A főszereplő Rudolf Péter, ő alakítja az idős Richtert 45 és 72 éves kora

között. Ez a gyakorlatban azt jelentette, hogy a forgatás alatt reggel négykor kelt, és egy külön stáb készítette el a sminkjét, hogy 9-kor a kamera előtt tudjon állni. A fiatal Richter-párost Kovács Lehel és Trokán Nóra alakítja, az idős Richternek Szirtes Ági a felesége. Egri Márta, Radnai Márk, Rajkai Zoltán, Kádas József, Anger Zsolt, Szurdi Miklós, Pető Zsófia és még rengeteg nagy színész vett részt a forgatásban.

A sajtóbemutatón Bogsch Erik, a Richter Gedeon Nyrt. vezérigazgatója e szavakkal bocsátotta útjára a portréfilmet:

– Richter Gedeon újító ember volt, aki hitt a munka, a folyamatos kutatás, fejlesztés és innováció erejében, a tisztességes versenyben, a munkatársak megbecsülésében és mindenekelőtt a magyar szellem erejében.

Ez a hozzáállás, Richter szellemi öröksége a mai napig meghatározza az általa alapított és ugyanott működő Társaság életét. Különösen fontos ez az egyedülálló szellemi örökség, amelynek birtokában vagyunk, amelyből a mai napig érdemes meríteni. Iránymutatásul időről időre felidéznünk a jó példát, hogy ne felejtsünk el megemlékezni a múlt követendő értékeiről. Richter Gedeon, a kiváló gyógyszerész, gyáralapító, üzletember és újító méltán válhatott a film alanyává. Személyisége, tehetsége, embersége és egyedülálló, mai napig ható szellemi öröksége olyan példa, amelyre büszkék lehetünk. ■

# A füzet

**Létezik egy füzet. A füzet eredete nem ismert. Sokan még abban sem tudnak megegyezni, hogy a füzet valójában létezik-e. Többen azt állítják, ez pusztán illúzió. Szerintük a füzetet azért találták ki, hogy valamiféle identitástudatot, illetve eredetmesét nyújtsanak azoknak, akik – gyengeségük, vagy ideges kíváncsiságuk miatt – életük azonosítását és megoldását keresik.**

Vannak, akik hisznek a füzet léteiben és tudni, érezni vélik hatását és funkcionálását. Azt hangoztatják, hogy a füzetet születésünkkel egy időben kapjuk, illetve többen állítják, eleve magunkkal hozzuk. A füzet – mondják – a szellemi létezők szerves és elválaszthatatlan lényege, szubsztanciája, a füzet örök. Azt állítják, a füzetet a létezők alkotója készíti, és adja oda mindazoknak, akiket létezésbe hív.

Azonban ezek sem tudják eldönteni, hogy a füzet üres, vagy eleve van-e benne jelentéstartalommal bíró szó, esetleg szavak vagy szöveg vagy kép, amit a létezőnek ki kell olvasnia belőle. Ha üres, és születésünkkel együtt kapjuk, akkor megszületésünktől halálunkig töltjük, írjuk, rajzoljuk. Ha azonban tartalma eleve adott, akkor – mivel nem mi töltöttük ki – az embernek ehhez kell igazodnia, hisz a szöveg abban a másik világban íródott bele, ami – mondják – az abszolút létezés birodalma.

Sehogy sem tud tehát a két tábor megegyezni abban, hogy a füzet léte-

zik-e. Akik hisznek létezésében, azoknak is további komoly problémáik vannak a füzet eredetéről és tartalmáról is. Akik azt állítják nem létezik, azoknak különleges problémáik akadnak az életben, hisz nem tudják magukat beazonosítani, definiálni, megérteni. Ők táptalaj nélkül élnek, és állítják, az életnek különösebb indíttatása, értelme, jelentése és célja nincs.

Akét tábor tehát – egyelőre – elmentéses nézeteket vall, mindkét tábor a maga igazát próbálja bizonyítani, egyelőre sikertelenül. Vannak, akik azt állítják, ennek eldöntése azért nem lehetséges, mert nincs rá objektív mód, vagy mert e világot épp a létezők – ki tudja miért – úgy szerkesztették meg, hogy ne legyen benne eredetükre vonatkozóan semmilyen utalás.

A kik hisznek a füzet létezésében, és abban, hogy a füzet jelentést tartalmaz, nos ők sem tudják egész pontosan, hogy a füzet inkább szöveget, vagy inkább képet rejt, esetleg párhuzamosan mindkettőt. A füzet kutatói szerint olvasni és látni is lehet a füzet tartalmát, mert a füzet tartalma mindkét módon megfejthető. A füzetéről azt beszélnek, hogy a benne foglaltak formálják, alakítják a létezőt, a füzet tartalma változtatja a létezőt azzá, ami a füzetben található. Ezért fontos kérdés – hangoztatják – hogy a füzet rendelkezik-e eredeti tartalommal, vagy pedig üres.

A füzet különleges tulajdonsága, hogy bár állítólag szöveg, vagy képanyag található benne, mégis lapjai te-  
leírhatók és teleragaszthatók más szövegekkel vagy képekkel. Vagyis a

füzetben eredetileg található írott vagy képanyag – felülírható. Hogy teljes tör-  
lésük lehetséges-e, azt nem tudják –  
gyaníthatóan nem – de, hogy a füzet  
teleírható, abban biztosak.

zÉk azt is állítják, hogy a füzet  
kifejezetten személyes jellegű és csak  
adott létező birtoka lehet, mégis a fü-  
zet eredeti, autentikus tartalma – amik  
megfejtésére a létezőnek vállalkozni  
kell – minden füzetben egyforma.

Voltak, akik megpróbálkoztak vele,  
hogy a füzetet átírják és olyan szöve-  
geket írjanak bele, ami adott céljaik-  
nak megfelel. Sikerült is nekik, mert a  
füzet nem gátolja ezt. Nyitott és transz-  
parens, és csak annak tárja fel valódi,  
eredeti titkát, aki magát képes befo-  
gadóvá tenni rá.

Ma túlon túl sok létező ír, rajzol,  
fest, exponál a füzetbe oly sok min-  
dent, ami miatt komoly zűrzavar ala-  
kult ki. Mindenki a maga szövegét és  
képeit tölti be a füzetbe, sokan válo-  
gatás nélkül teszik ezt. Többen, sokan,  
nagyon is tudatosan töltik e füzetet,  
ám – egyesek szerint – a füzet illetén  
töltése töltelék anyag csupán, mert az  
eredetileg benne lévő tartalom már  
eleve megvan, eleve adott, így hiteles  
és igaz is.

V annak, akik azt gondolták, a füzet  
tartalma akár adott, akár életünkben  
íródott, rajzolódott, rögzített is, mégis  
teljes egészében kitörölhető. Vannak  
körök, akik hatalmuk eszközével akar-  
ták ezen törlési eljárást gyakorolni, de  
kudarcot vallottak. Erre a kudarcra hi-  
vatkoznak mindazok, akik abban his-  
znek, hogy a füzetben eredetileg is  
létezik valamiféle szöveg-, vagy képa-

nyag. A füzet és a benne lévő auten-  
tikus tartalom – mondják – már eleve  
adott, s mivel nem mi töltöttük ki, az  
ember ehhez kell igazodjon, hisz a  
szöveg abban a másik világban íródott  
bele, ami – mondják – az abszolút  
létezés birodalma.

Léteznek nagyon kevesen, akik bi-  
zonyítani tudják, hogy a füzet léte és a  
benne lévő tartalom eleve adott. Bi-  
zonyítási eljárásuk a következő. Az  
időbe zárt létezés léte arra ad okot,  
hogy e létezés létét abszolútnak tekint-  
sük. Tehát a létező léte bizonyíték e lé-  
tezés abszolútságára. A létezés ta-  
gadhatatlan, léte egyidejűleg és on-  
tológiailag függőségi relációban van a  
létező létének abszolút voltától. A füzet

– mondják ezek – erről az abszolútság-  
ról és a létezés illetén eredetéről ta-  
nuskodik.

A létezők olyannyira elvarázsolják  
magukat a létezés időbe zárt mivoltá-  
ban, hogy elfelejtették és nem tud-  
ják, hogy a füzet egyáltalán létezik-e.  
Nem tudják már, vagy nem akarják  
tudni, a személyre szabott, de tartalmi-  
lag azonos füzetek éppen azért készül-  
tek és készülnek mindig is, hogy kiutat  
és megoldást nyújtsanak a létezők va-  
lódi eredetének és létezésben betöltött  
feladatuk megtalálásához.

A füzetet igen sokan nem tudják ki-  
betűzni. Nagy koncentrációt és hosz-  
szabb időt igényel. De nem lehetetlen  
és – mondják – a létező élet-feladata  
ez igazán. Ha a létező megismeri a

füzet igazi és eredeti tartalmát, feltárul  
annak titkos, de mégis titoktalan for-  
mulája és igazi célja. Aki a füzetet elol-  
vassa, rátalál a füzet által kimondott  
szavak értelmére. Furcsa – de állítják,  
így van – a füzet különleges tulajdon-  
sága, hogy annak megismerhetősége  
attól függ, mennyire fogadja magába  
a létező annak jelentését, valamint ez-  
zel egyidejűleg a létezőt – általa –  
mennyire engedi formálni magát an-  
nak hiteles és tényleges tartalma sze-  
rint. Vagyis, hogy mennyire hűséges  
hozzá.

Többen, sokan kérdezik: létezik a  
füzet? Mi van a füzetben? Mi a célja és  
tartalmának jelentése? Keresse e kér-  
désekre a választ mindenki maga. ■



2014. november 26-án, 68 évesen elhunyt

**Székely György,**

**a Magyar Szervátültetettek Szövetségének elnöke.  
A Vesebetegek Egyesületeinek Országos Szövetsége  
mély megrendüléssel értesült haláláról.**

Székely György 37 éve kapott új vesét, új életet.

Nem sokkal az életmentő transzplantáció után megalakította a Magyar Szervátültetettek Szövetségét, majd a Magyar Transzplantáltak Kulturális és Sportegyesületét, s létrehozta az első hazai csapatot, akik részt vettek a Szervátültetettek Világjátékán Szingapúrban.

A siker hatására két évvel később, 1991-ben pedig már a WTGF aktív tagjaként Magyarország adott otthont ennek a rangos eseménynek.

Székely György egész életében azon fáradozott, hogy segítse beteg társai életét, a transzplantációs listára kerülést, a megfelelő gyógyszerellátást, a tartalmasabb életet.

**Sohasem felejtjük el.**

ANTISZTHENÉSZ GÖRÖG FILOZÓ- FUS GONDOLATA A SZÁMOZOTT SO- ROKBAN OLVAS- HATÓ	DTÜLI MÉGYE MÁTRAI DOMB	CSÓNA- KOS ANYA- DISZNÓ	ELÓTAG: KÖZÉP- HÁZI- ÁLLAT	LÉTEZIK LOVAS BÉR- KOCSI	NAGYON OLCSÓ RITKÁN NÓTT	FÜVES TERÜLET ... GROS; NAGYBAN	HAMISÍ- TOTT
1							
2							
				EHHEZ HASONLÓ KÖLTŐI NAPSZAK			ÜVEG- DARAB! TITKON KIFIGYEL
DÜLE- DEZŐ OLASZ FÉRFINEV			LETAPOS GÖRÖG BETŰ			HIMNUSZ RÉSZE! NÉMET VÁROS	
			IRODÁBA RENDEL SZIGNÁL			SPORT- TRÓFEA RITMIKUS	
ÉLŐSDI NÖVÉNY A TÁRGY RAGJA	HAJÓORR RÉSZE! KERTI NÖVÉNY	MELEG FEHÉR- NEMŰ VÁLYÚ			MEZEI ÁLLAT KÖLTŐ (PÁL)		
	IGYEK- SZIK RÉTES- FAJTA			ÁTALL NEUTRON JELE			
VITÉZ KATONA KATONAI, RÖVIDEN		FOSZTÓ- KÉPZŐ VISZON- TAGSÁG			MAGOKAT VÁLOGAT		
PÁL, BECÉZVE BECSU- KAT					ÁLMOSS ANYJA ÜGY LEGYEN!		NEWTON JELE DÍSZ- CSERJE
					FÉLÉVES! GYÓGY- KENŐCS		TOVÁBBÁ ÜGY, DOLOG
MÉLYBE TASZÍTÓ LAJOS, BECÉZVE			VÍZZEL ÁTÍTAT			FOGADÁ- SÁRA KIZÁRÓ- LAG	
	FIGYEL- MEZTET NAPI KVÓTA		HAZA CIPŐK ANYAGA	FACSE- METE SUGÁR JELE	NÓGRÁDI KÖZSÉG		
RÉGI ELŐDÜNK KÓFAL BELSEJE!	IDEGEN NŐI NÉV HEVESI KÖZSÉG					BAL- KEZES PEST M-I KÖZSÉG	
	LETT, RÉ- GIESEN BORÍTÓ- KOSAR			PIPER- KÓC A FORD TÍPUSA			
FELDI- SZÍTETT SZÁJ- KENŐCS			TRÉFÁS FEJ ÉNEKES- MADÁR			LANT BELSEJE! ADOGA- TÁS	
			CSATOR- NA KÖNYVET FORGAT				KELET, RÖVIDEN HITET VÁLT
ERŐS SZÁNDÉK NŐI NÉV, BECÉZVE		SZOLM. HANG SPORT- SZER M.		KESERŰ- FŰ VERI, AZ ESŐ			
		MI AZ HOGY! OROSZ SÜLYM.		NÓGATNI KEZD! VICCES RÉSZLET!		CZUCZOR ÁLNEVE ANGOL FILM C.	
ELŐ- FORDUL FÖVEG SZÉLEI!		CSIBU- KOZIK FECSKÉ- FAROK!				KÖRŰT, RÖVIDEN PUSKÁT HASZNÁL	AZ ALJA KÖZEPE!
	SZOBA- NÖVÉNY FRANCIA AUTÓJEL						
VESD ÖSSZE, RÖVIDEN				EGYFÉLE NÖVÉNYI HAJTÁS			



# A hétralvó kismalac



Murci, a kismalac nem bírt reggel felkelni. Ébresztőórája hiába csengetett hangosan hétkor, hiába csörömpölt, csicsereggett, Murci mégsem hallotta.

Nyolc óraker beröppent a tanyaudvarról Nagytarajos, a kakas, felszállt az ágy fejére, és fél órán keresztül kukorékolt. De olyan hangosan, ahogyan a torkán kifért. Murci, a kismalac mégsem ébredt fel.

– Hadd próbáljam meg én is – mondta Bölcsike, a bagoly, és kilenctől fél tízig egyfolytában hűgött, ahogy a torkán kifért. Akkor hazarepült, hogy kúrálja rekedtségét, amit a sok hűgással szerzett, s hogy estig aludjon.

– Hát Murcit tényleg nem lehet felkelteni? – tanakodott a baromfiudvar népe.

Tíz óraker megjelent Bodri, a pulikutya, s akkorát ugatott, hogy harsány hangjával egy egész birkanyáját össze tudott volna terelni.

Ámde Murci tovább húzta a lóbórt.

Éért aztán tizenegy óraker Füles, az öreg, szürke szamar dugta be a fejét a hálószoba ablakán. Fűlsiketítően iázott Murci fűlébe. Ám ő meg sem moccant. Végűl a többiek arra kérték, hagyja már abba!

Ekkor Barí Borí, a szép fehér báránka vette át a stafétabotot, és kedves hangon

elkezdett bégetni.

– Hátha a jó szó segít! – magyarázta a többieknek. De nem segített.

Ella, a kecskemama is megjelent gidáival, s akkora mekegést csaptak, hogy a szomszéd baromfiudvarba is elhallatszott. A sikertelenség láttán Cirmi, a foltos macska is rákezdett egy nótára. Miákolása az eget is megzengette, csak Murci folytatta az alvást rezzenéstelenűl.

– Hogy alhat Murci ekkora lármban? Hát már sosem fog felébredni? – szaladtak Juliska nénihez, a gazdasszonyhoz.

– No, majd én teszek róla! – válaszolta nagyot nevetve, s ránézett az órájára, aztán kevert egyet a lábokban rotyogó ebéden. – Várjatok még egy kicsit.

Pontban tizenkét óraker, amikor delet harangoztak a főtéri templomban, azt mondta a gazdasszony:

– Én tudom, mitől ébred fel Murci! Kinyitotta a szoba ajtaját és bekialtott az édesdeden alvó kismalacnak:

– Kész az ebéd! Tálalva!

Murci abban a szempillantásban felébredt, és kirohant a szobából. Egy szempillantás alatt az asztalnál űlt, s kanálát rázva várta gazdasszonykáját.

Ugye, most már te is fel tudnád kelteni a hétralvó kismalacot?



Előző számunk megfejtése: „Az igazság nem tesz annyi jót a világgal, amennyi bajt okoz a látszata”.

Nyertes megfejtők: Radványi Gézőné, Miskolc. Gratulálunk!

Jelenlegi rejtűnyűnk megfejtését 2012. július 15-ig várjuk a VORSZ irodában.



# Az alma és a fája

Kicsit korábban érkeztem a megbeszéltnél a Katona József Színház büféjébe. Ketten ültek az asztalnál, egy fiatalember – háttal nekem – számítógépezett, s egy hölgy a sarokban telefonált. Aztán felém fordult a fiatalember, s kérte, legyek türelemmel, *Jordán Adél* mindjárt itt lesz. Ekkor ismertem fel *Keresztes Tamást*, Adél társát. Ám alig hangzott el a bejelentés, befutott egy kisfiú, mögötte Adél. Így együtt volt a család, ami azért érdekes, mert éppen Adél gyermekkoráról, a 90-es évek elején élő színész-szülők gyermekéről szeretnék vele beszélgetni.

– **1980. szeptember 14-én született. A Szűz jegyében. Mennyire viseli a jegy jellegzetességeit?**

– **H** Szűz jegyű valaki, azonnal a rendmánia jut eszünkbe. Ez rám so-  
káig nem volt jellemző, de furcsamód,  
a gyerek rendre kényszerített. Andor  
révén sok mindent megtanultam, pél-  
dául a főzést. A Szűz másik jellemzője  
a precizitás, no, ez nálunk családi ha-  
gyomány. A szakma megkívánja, hogy  
pontosak legyünk a szövegmondás-  
ban, a próbakezdésben, a szereptanu-  
lásban. Szóval, nem mindenben va-  
gyok klasszikus Szűz, de többnyire  
hordozom a horoszkópom adta tulaj-  
donságokat.

– **Két színész – Lázár Kati és Jordán Tamás – között felnőni nem lehetett könnyű...**

– Nekem az volt. Számomra termé-  
szetes volt, hogy sokat vagyok a színház-  
ban, és ott csendben kell lenni, amikor  
folyik az előadás. Ezt már Andor is  
tudja, hamar megtanulta a szabályokat,  
nagyon illedelmesen vi-

selkedik. Ültem a takarásban vagy a  
nézőtéren, és néztem a próbát, hall-  
gattam az instrukciókat. Láttam, ho-  
gyan mennek vissza többször is  
ugyanahhoz a jelenethez, míg el nem  
jutnak a legjobb megoldáshoz. Aztán  
ültem a színészbüfében, és hallgat-  
tam, miről beszélnek. Nekem ez volt a  
normális gyerekkor, mint ahogy az is,  
hogy étteremben vagy a színházbü-  
fében ebédeltünk. Emlékszem, a va-  
dasmarha volt a kedvencem.

– **Akkoriban Kaposváron éltek, ahol olyan fergeteges színházi élet folyt, hogy az ország minden tájáról zarándokoltak oda az emberek. Ezt egy gyerek megérezte?**

– Hogyne. Az állandó készülődés, a  
próbák, a légkör elárulták, hogy itt va-  
lami fontos készül. No és az előadások  
utáni tapsorkán. A siker engem hamar  
megérintett...

– **Talán ezért is választotta ezt a**

**pályát. Az alma nem esett messze a fájától. Mit szóltak a szülei, amikor bejelentette, hogy színész szeretne lenni?**

– Nem lepődtek meg, mert egy évvel  
korábban voltam Zalaszentgróton, ab-  
ban a híres táborban, aminek *Ascher Tamás*  
az egyik mestere, és rengeteg  
színész ott kezdte hajdanán. Ott és  
akkor eldönt, hogy ezt fogom csinálni.  
De nem volt ám valami nagy hordereje  
ennek a döntésnek. Természetes volt.  
Apám különben is mindegyik  
gyerekét úgy nevelte, hogy arra figyel,  
mi teszi őket boldoggá. Nem tőle kap-  
tam a pofonokat, hanem anyámtól,  
akivel viszont zsigerileg vagyunk  
összenőve, azóta is. Senki nem ért  
meg annyira, mint ő – és szerintem ez  
kölcsonös. Elmentem hát a felvételre.  
Furcsállottam, hogy voltak a felvéte-  
lizetők között, olyanok, akik kimen-  
tek, amikor én kerültem sorra.



Lázár Kati kislányával

Valószínűleg nem akarták megbántani a szüleimet és engem, ha netán nem tetszik a produkcióm. De nekem tényleg nem jelentett problémát a szüleim „árnyéka”, ugyanis sosem éreztem, hogy nyomasztana. Nyilván mindháromunknak része van abban, hogy szabadnak neveltek és ehhez a belső szabadsághoz ragaszkodom.

– **Kicsit előreszaladtunk. Menjünk vissza Kaposvárra, ott kezdte az általános iskolát.**

– Zenei általánosba jártam, kórusban énekeltem. Nagyon szerettem Anni nénit, aki az énektanárom volt. Akkoriban sokat zongoráztam. De az iskolában nem voltak barátaim, mert nehezen tudtam alkalmazkodni, nem találtam meg a hangot az osztálytársaimmal. Én egészen más világban éltem. Ám mégis volt barátnőm, *Tyeplik Renáta*, aki szintén sokat volt a színházban, az édesapja ugyanis ott dolgozott. Vele rengeteget játszottunk, gyűjtögettük és cserélgettük a Donald kacsás rágó matricáit, rajzolgattunk, mesét olvastunk. Egészen 1990-ig Kaposváron laktunk, aztán feljöttünk Pestre. Ez az időszak számomra arról emlékeztet, hogy a színházba menet együtt olvastuk a szüleimmel a *Dörmögő Dömötört*. Jó kis fejtörők voltak benne, keresztretjvények és tanulságos történetek.

– **Gimnázium, egyetem, no és az első munkahely, az egri Gárdonyi Géza Színház. Hogyan fogadták?**

– A régi osztályból többen lettünk az egri társulat tagjai, így örömmel indultam a pályán. Rögtön megkaptam a *My Fair Lady* főszerepét. Aztán Irinát Csehov Három nővérében. Abban tanultam meg például sírni. És jól éreztem magam az Éjjeli menedékhely Natasájában is, no meg azért is, mert Egerben jól bánnak a színésszel. Anyyira jól, hogy az igazgató elengedett Amerikába. El is mentem. De már



előtte – mivel *Szandtner Anna* osztálytársam elment a Katonából – beugrottam az *Ivanovba*. Lettek volna más feladataim is ott, de én inkább elmen-



tem Amerikába, világot látni.

– **Majd jött 2006-tól a Katona József Színház, a filmek, és 2010 novemberében megszületett Andorka. Nagyon megváltoztatta az életét a gyermek?**

– Nagyon. De pozitív irányba. Például megtanultam főzni, rendet tartok a lakásban. Sokat tudok Andorral lenni, mert a szereposztásnál figyelnek arra, hogy legyen elég szabadidőm.

– **Most miben játszik?**

– **S**inte minden este játszom, ma este *Egressy Zoltán* Portugáljában. De már alig várom a március végét, mert akkor Andorral kettesben elutazunk Tel Avivba. Ott lakik egy barátnőm, őt fogjuk meglátogatni.

– **És a férje, Keresztes Tamás? Ő itthon marad?**

– **I**gen, mert neki még van egy-két feladata. Egyebek között a *Két Korea* újraegyesítésében, a *Kurázi mama* és gyermekeiben és a *Faustban*.

– **Akkor már csak jó egészséget és jó utat kívánok.**

Dunay Csilla



**A veseelégtelenség NEM gyógyítható.**

**Nem is javul.**

A betegek – csecsemőtől az aggastyánig – folyamatosan művесе kezelésre szorulnak, hetente három napjuk a dialízissel telik; az életben maradásért.

**Segítség adóid 1%-ával,  
hogyan javíthatunk életminőségükön!**



**VESEBETEGEK EGYESÜLETEINEK ORSZÁGOS SZÖVETSÉGE**

Adószám: 19000668-1-41

Számlaszám: 11703006-20044473