

# РЕВИТА

РЕ  МЕДИКА  
прва приватна општа болница

БРОЈ 27 • ЈУЛИ 2019 • БЕСПЛАТЕН ПРИМЕРОК

*нова*  
**МАКЕДОНИЈА**



**Д-Р АФРОДИТА СТОМНАРОСКА-ЈОВАНОСКИ**  
Скрининзи во бременоста

**ПРОФ. Д-Р СТЕФАНКА ГРУЈОВСКА**  
Целијакија - да се открие навреме  
за да се заштити организмот

**ДОЦ. Д-Р ВЕСНА ПЕТРЕСКА-ДУКОВСКА**  
Серозен отис кај деца - намален слух,  
дијагностика и третман



# HiPP

## Baby SANFT

Најголема грижа за чувствителната кожа.

### Нежна заштита од сонце за нашите најмили.

- ✓ без наночестички
- ✓ без додадени мириси
- ✓ без емулгатори



hipp.mk



**Нашата крајна цел:**  
Производи кои кожата најдобро ќе ги толерира.

HiPP производите за заштита од сонце, даваат сигурна заштита на чувствителната кожа и се посебно прилагодени на потребите на детската кожа. Тоа е поради фактот што HiPP Babysanft производите не содржат ништо што би можело да наштети на чувствителната кожа. Производите за заштита од сонце содржат драгоцено масло од бадем и се внимателно произведени, како и сите останати производи на HiPP.

За ова гарантирам со моето име. *Stefan Hipp*

f HiPP.mk

hippmacedonia

### Содржина

- 8 Кога жената се соочува со ПЦОС - полицистичен оваријален синдром
- 10 Минимално инвазивни техники за спуштање на гениталните органи кај жената
- 12 Во „Ре-Медика“ знаете дека сте во сигурни раце
- 13 Повторно мајка
- 14 МАЦС - техника за селекција на здрави сперматозоиди и поголем успех при инвитро- оплодување
- 18 Скриената опасност на УВ-зраците
- 21 Внимавајте со сонцето и со солариумите
- 24 Релаксиран летен одмор со деца
- 32 Ултразвучна дијагностика на каротидна стеноза и оклузија
- 34 Урофлоуметрија - тест за проверка на функцијата на уринарниот тракт
- 36 Здебелувањето зазема епидемски размери
- 44 Нови методи и третмани со ласерот кој се користи и во светските центри



### За почеток...

Летото е период во кој особено тежнееме да уживаме. Мечтаеме да сме на планина, покрај море или езеро. Но ова се месеците во годината кога посебно треба да внимаваме на нас и на нашите најмили, со оглед на ризиците што жешкиот период ги носи со себе.



Наташа Бошковска-Златкова

Грижата за здравјето постојано ни е приоритет, но во лето е важно да се заштитиме од штетните влијанија, особено од скриените опасности на УВ-зраците. Токму тоа е повод во овој број на „Ревита“, насоки и совети да ни дадат оние кои се најкомпетентни и најдобри во својата работа, за да ова ни биде период во годината кога целосно ќе уживаме и ќе имаме безбеден и релаксиран одмор со децата.

Во овој број се осврнавме и на здравјето на бремената жена, на плодот, на новороденчињата и на децата кои се нашето непроценливо богатство.

Овој пат ќе читате и за најновите, современи и успешни методи за асистирани репродукција кај оние двојки кои неколебливо и јуначки се борат за пород. Постојаното воведување нови методи на работа, во согласност со најновите светски технолошки достигнувања, се нешто што е приоритет во секојдневното функционирање на „Ре-Медика“.

Зборуваме за менаџирањето на жената со семејството, мајчинството и кариерата. Секако, не забораваме и на машкото здравје. Не ја заобиколиме и забавата, онаа придружена со врвно вино.

Да продолжиме да плетеме успешни приказни зачинети со убава мисла и полни со неизмерна љубов!

### импресум

**Уредници:** Наташа Бошковска-Златкова и Антонија Поповска  
**Стручни соработници:** Проф. д-р Андреја Арсовски, Проф. д-р Глигор Димитров, Проф. д-р Ѓорѓи Оровчанец, Проф. д-р Ацо Димов, Доц. д-р Зоран Петановски, Прим. д-р Марина Поп-Лазарова, Прим. д-р Иванка Стефановска, Д-р Звонко Крстевски  
**Дизајн:** Дејан Јовески  
**Насловна фотографија:** Горан Анастасовски  
**Фотографија:** Горан Анастасовски,

### РЕВИТА

Маја Ј. Илиева, Игор Бансколиев, Дарко Андоновски  
**Лектор:** Светлана Арсовска  
**Печат и дистрибуција:** тел. + 389(0) 2 5511740  
**Маркетинг:** тел. + 389(0) 2 5511727  
**Редакција:** тел. + 389 (02) 5511711; факс. + 389(0) 2 3060651  
**Издавач:** „РЕПРО ПРИНТ“ доо Скопје  
**Директор:** Ратко С. Лазаревски  
**Печати:** Печатница Серафимовски - Скопје  
„Ревита“ излегува на секои три месеци



Прва приватна општа болница Ре-Медика

16-та Македонска бригада бр.18

1000 Скопје, Р. Македонија

Тел: 2 603 100, 2 603 110,

Факс: 2 603 103

info@remedika.com.mk

www.remedika.com.mk

ДОЦ. Д-Р АЛЕКСАНДАР МИТЕВСКИ, ОПШТ И АБДОМИНАЛЕН ХИРУРГ

# Здебелувањето зазема епидемиски размери во светот

Дебелината е резултат на нарушен баланс на енергијата и зголемување на резервите на масти во телото. Во светот таа зазема епидемиски размери, а во Македонија иако нема конкретни податоци, сè повеќе пациенти имаат проблеми со прекумерна телесна тежина. За тоа како се дефинира здебелувањето, кои се причините и како се решава зборуваме со доц. д-р Александар Митевски, општ и абдоминален хирург во првата приватна општа болница „Ре-Медика“.

## Што претставува здебелувањето?

Прекумерната телесна тежина или здебелување е состојба која се дефинира како хронична метаболна болест и е ре-

зултат на нарушен баланс на енергијата и зголемување на резервите на масти во телото. Се манифестира како зголемување на масното ткиво во телото, особено на интраабдоминалната маст, кои се мерливи со БМИ - индекс на телесна маса (BMI-body mass index) и со обемот на ниво на половината.

## Кои се причините?

Нема само една причина за здебелување, туку механизмот секогаш е комплексен. Зборуваме за биолошки причини кои ги опфаќаат хормоните и регулаторните фактори во дигестивниот тракт, со што сè повеќе осознаваме за начинот на регулација и нарушувањата кои се резултат на промените во ре-

гулацијата на гладот, ситоста и складирање на мастите. Тоа се, пред сè, комплексни механизми кои не се едноставни за контрола, поврзани се со некои веќе познати хормони како инсулинот, а нивната интеракција понатаму може да доведе до нарушување на нивото на гликемијата и здебелување или, пак, до соодветна распределба и регулација. Понатаму, бихејвиоралните причини (причини поврзани со однесувањето), или наједноставно навиките, имаат удел во здебелувањето. Начинот на внесување на храната, времето на хранење и количеството се можеби едни од најбитните, бидејќи е потребно да се внесат повеќе калории отколку што трошиме за да организмот по-





чне да ги складира во форма на масти. Исто така, навиките за физичка активност и вежбање спаѓаат во оваа група на бихевиорални причини. Понатаму, социјалните и економските фактори имаат удел во појавата на здебелување и поголема телесна тежина.

#### Колку е често здебелувањето?

Здебелувањето сè повеќе зазема епидемиски размери во светот и се смета за 5-ти по ред ризик-фактор за смртност во светот. Според Светската здравствена организација (ВНО), во 2015 година во Европа здебелувањето било застапено со 21,5 отсто кај машката популација и 24,5 отсто кај женската. Поголем проблем е здебелувањето кај детската популација, кое е во пораст, и истата година за деца под 5-годишна возраст процентот е 12,4 отсто. Во Македонија немаме точни податоци, но е очигледно дека сè повеќе пациенти имаат проблеми со прекумерната телесна тежина. Не ретко пациенти се жалат на проблеми и болести кои всушност произлегуваат од прекумерната тежина, односно од здебелувањето.

#### Како се манифестира и одредува?

Прекумерната телесна тежина е мерлива со т.н. БМИ – индекс на телесна маса (BMI-body mass index), кој се пресметува од телесната тежина поделена со висината на квадрат. Според вредностите на индексот може да се одреди во која група спаѓаат пациентите.

Категорија	БМИ (кг/м <sup>2</sup> )
Пониска телесна тежина	<18.5
Нормална телесна тежина	15.5 – 24.9
Поголема телесна тежина	25 – 29.9
Здебелување класа 1	30 – 34.9
Здебелување класа 2	35 – 39.0
Здебелување класа 3	>40

Се користи и обемот на стомакот во ниво на појасот т.е. половината за да се одредат стомачните масти или т.н. висцерално-централно здебелување коешто е поврзано директно со повисок ризик од кардиоваскуларни болести, метаболни болести и прерана смрт. Кај мажи треба да е <94см, а за жени < 80см. Постојат и други методи за мерење на степенот на здебелување и процентот на масти, но се покомплексни и затоа немаат приме-

на во секојдневната практика. Најголем дел од пациентите имаат нарушување на квалитетот на живот и зголемен морбидитет. Здебелувањето се смета за влез на врата за метаболните болести како дислипидемија, дијабетес (особено тип 2), замастен црн дроб, хипертензија, кардиоваскуларни болести, остеоартритис и почеста појава на карцином. Најчесто пациентите ќе се пожалат на здравствените проблеми и нивната манифестација што, всушност, произлегуваат од самото здебелување, не наоѓајќи сами директна поврзаност на прекумерната телесна тежина и одредената болест или состојба. Понекогаш пациентите ќе се јават на лекар само заради зголемената тежина и неможноста за регулирање или намалување на тежината како единствен проблем.

#### Како да се постапи и кои се можностите за лекување на здебелувањето и на придружните болести?

Познавањето на надворешните фактори кои влијаат на здебелувањето како внесување висококалорична храна, зголемени порции храна, намалување

на секојдневната физичка активност и претежно седечкиот начин на живот ни овозможуваат да се насочиме кон спречување и правилен третман на здебелувањето. Намалувањето на телесната тежина и одржување на намалената телесна тежина се приоритет кај третманот на здебелувањето. Истовремено, целта е да се направи регулирање и третман на придружните метаболни болести и коморбидитети. Современите сфаќања за патогенезата на здебелувањето направија хируршкиот третман да се смета за метаболен третман кој не само што механички би го ограничувал внесувањето на храна, туку би предизвикал и нормализирање на хуморална оска, на дигестивниот тракт-мозок и на преостанатите хормони, што би довело до регулација и на метаболните промени.

Прва цел при лекувањето, без разлика на методот што ќе се примени, е да се направи, пред сè, промена на начинот на живот. Методот што ќе се избере зависи од групата во која спаѓа пациентот. За да кажеме дека методата има ус-

пех, потребно е да има намалување на телесната тежина за повеќе од 5 проценти во првите три месеци, но сепак третманот треба да е индивидуализиран, со реални очекувања и резултати на подолг период.

Третман само со промена на животниот стил, намалено внесување на калории, зголемување на физичката активност обично е доволен кај луѓе кои спаѓаат во групата со поголема телесна тежина (БМИ 25-29.9). Кај нив поголем акцент се става на одржување на моменталната тежина и на малото постепено намалување на тежината отколку на брзо намалување на тежината.

Кај групата здебелување класа 1 (БМИ 30-34.9), покрај промената на животниот стил може да се додаде и користење на медикаменти, лекови кои до одреден степен помагаат во регулација на телесната тежина. Кај овие пациенти е очекувано во првите 3-6 месеци да има намалување на телесната тежина од 5 до 10 проценти. Сепак, и кај овие пациенти приоритет се дава на промена на животните навики кои ќе доведат до намалу-

вање на телесната тежина, а медикаментите би се употребувале за одржување. Дел од медикаментите се употребуваат и за третман на придружните метаболни нарушувања како дијабетес и дислипидемија.

Кај дел од пациентите во класата 1 со дијабетес тип 2 и кај кои има проблеми со регулацијата на гликемијата има индикација за хируршки третман каде што оперативниот зафат се изведува примарно за регулирање на метаболните проблеми.

Хируршкиот третман е најефективен третман во однос на намалување на телесната тежина и контрола на истата. Групата на здебелување класа 2, со метаболни нарушувања и коморбидитети и групата на здебелување класа 3 се групите кај кои се оди на оперативен третман. Кај овие пациенти има индикација да се изведе некоја од баријатриските, метаболни оперативни зафати. Кај оваа група на пациенти е потребно да се постигне поголемо намалување на телесната тежина, од 15 до 40 проценти, за да има здравствени бенефиции.