

# Zwierciadło duszy z soczewki

Każdy, kto ma wadę wzroku z pewnością niejednokrotnie zastanawiał się nad możliwością rezygnacji z okularów... zwłaszcza w okresie jesiennym i zimowym, kiedy szkła często bywają zaparowane lub zroszone kroplami deszczu.

Niewątpliwie najlepszą, najbardziej opłacalną i najbezpieczniejszą alternatywą dla tradycyjnych okularów są soczewki kontaktowe.

Nie jest to bynajmniej wynalazek ostatnich czasów. Historia soczewek kontaktowych swymi korzeniami sięga XVI w, a za ich pomysłodawcę uważa się Leonarda da Vinci.

W chwili obecnej osoby z wadą wzroku mają dostęp do różnych rodzajów soczewek kontaktowych, umożliwiających korekcję każdej niedoskonałości wzroku, m.in.: krótkowzroczności, dalekowzroczności, astygmatyzmu.

Soczewka kontaktowa unosi się na warstwie płynu łzowego pokrywającego powierzchnię rogówki oka. Dzięki temu, że porusza się przy każdym ruchu gałki ocznej, osoba nosząca soczewkę nie ma ograniczeń pola widzenia, a także nie zauważa zmiany wielkości

obserwowanych przedmiotów.

Pełne pole widzenia, brak zniekształceń obrazu, naturalny wygląd, możliwość noszenia okularów słonecznych to podstawowe zalety używania soczewek kontaktowych.

Poza tym niejednokrotnie nowoczesne soczewki kontaktowe posiadają „wbudowany” filtr chroniący przed szkodliwym promieniowaniem ultrafioletowym (mającym wpływ na powstawanie m.in. zaćmy), a dodatkowo wykonywane są z materiałów biokompatybilnych, czyli nie wywołujących reakcji obronnej (odpowiedzi immunologicznej) organizmu.

W poszczególnych kategoriach występują soczewki o różnym czasie użytkowania – od soczewek ciągłego użytkowania do 30 dni i nocy, poprzez soczewki jednodniowe, aż do konwencjonalnych soczewek stosowanych w trybie rocznym.

Dobór właściwszych dla każdego Pacjenta soczewek kontaktowych zależy przede wszystkim od indywidualnych preferencji, wady wzroku i budowy oka. Dlatego też przy pierwszym wyborze soczewek kontaktowych

niezbędna jest porada i pomoc lekarza okulisty.

Przy doborze najwłaściwszych soczewek kontaktowych każdy Pacjent może liczyć na kompetentną pomoc lekarzy okulistów z Centrum Medycznego Puławska.

Przypominamy, że od marca na terenie naszego Centrum do nabycia – w atrakcyjnych cenach – soczewki kontaktowe renomowanej firmy CIBA VISION.

Wszystkich zainteresowanych serdecznie zapraszamy!



## Nowa generacja soczewek kontaktowych

Wypróbuj O<sub>2</sub>OPTIX™ w pakiecie promocyjnym zawierającym parę O<sub>2</sub>OPTIX™, aplikację soczewek i starter SOLO-care® AQUA w sugerowanej cenie 50 zł.

Teraz możesz otrzymać wyjątkowy rabat przy zakupie soczewek O<sub>2</sub>OPTIX™!



Oddychające soczewki kontaktowe dla zdrowia Twoich oczu!

\*w porównaniu z tradycyjnymi soczewkami hydrożelowymi

www.o2optix.pl  
soczewki.kontaktowe@cibavision.com

Bezpłatny poradnik medyczny

marzec 2005

# Twój lekarz

Centrum Medyczne Puławska

## Serduszko bije w rytmie...

Dolegliwości układu krążenia, określane mianem „współczesnej epidemii”, czy „chorób cywilizacyjnych” są głównym zagrożeniem zdrowia Polaków i należą do najczęstszych chorób naszych czasów. Szacuje się, że w 2000 roku w Polsce stanowiły przyczynę 48% wszystkich zgonów. Prawie co piąty zgon z tego powodu dotyczył ludzi poniżej 65 roku życia...

Do najczęstszych chorób układu krążenia należą: miażdżyca, choroba wieńcowa, zawał serca, nadciśnienie tętnicze, zaburzenia rytmu serca, niewydolność serca, zylaki kończyn dolnych.

Jedną z najważniejszych chorób układu krążenia jest nadciśnienie tętnicze, będące niezwykle podstępą chorobą. Właściwie nie daje żadnych dolegliwości (rzadko bóle czy zawroty głowy, wyjątkowo zaburzenia widzenia), ale powikłania nadciśnienia pod postacią choroby wieńcowej (łącznie z zawałem mięśnia sercowego), udaru mózgu czy niewydolności serca są bardzo poważne i często kończą się zgonem.

Inną bardzo powszechną chorobą układu krążenia jest choroba wieńcowa. Jest objawem miażdżycy zawa-

żającej tętnice wieńcowe, które doprowadzają krew do mięśnia sercowego. Do serca doprowadzana jest wówczas mniejsza ilość krwi (i tlenu), pojawia się ból przy wysiłku i duszność, komórki zaczynają gorzej funkcjonować. Przy całkowitym odcięciu krwi pojawia się zawał.

Choroba wieńcowa może przebiegać pod postacią nawracających bólów w okolicy mostka. Pacjent ma wówczas uczucie „gniecenia” i duszności, ból promieniuje w okolice żuchwy, ramion (najczęściej lewego). Najbardziej niepokojące są dławicowe bóle zamostkowe, które pojawiają się nie tylko przy wysiłku, ale także w czasie spoczynku, np. snu. Tego typu objawy wymagają niezwłocznej konsultacji lekarskiej. Świadczą bowiem o niestabilnej chorobie wieńcowej.

**ASPIRIN<sup>®</sup> PROTECT**

**Zmniejsza ryzyko zawału serca nawet do 50%\***

**Ratuj swoje serce. Codziennie.**

**ASPIRIN<sup>®</sup> PROTECT 100**  
Lek przeciwnazkrępowy  
30 tabletek powlekanych

**Bayer HealthCare**

\* Przy regularnym stosowaniu niskich dawek kwasu acetylosalicylowego (75 - 100 mg) zgodnie z zaleceniami Polskiego Towarzystwa Kardiologicznego.

Wskazania: hamowanie agregacji płytek krwi w niestabilnej chorobie wieńcowej, w zapobieganiu powtórnej zawałowi serca, po zabiegach chirurgicznych lub interwencyjnych na naczyniach, w zapobieganiu występowaniu napadów przejściowego niedokrwienia (TIA) i niedokrwianych udarów mózgu, w zapobieganiu zakrzepicy naczyń wieńcowych u pacjentów z wieloma czynnikami ryzyka, w zapobieganiu zakrzepcy żylny i zatorowi płuc. Podmiot odpowiedzialny: Bayer HealthCare AG, Leverkusen, Niemcy; Bayer Sp. z o.o., Al. Jerozolimskie 159, 02-368 Warszawa, tel.: (22) 572 38 33, fax: (22) 572 38 50, www.bayer.com.pl

PRZED UŻYCIEM ZAPOZNAJ SIĘ Z ULOTKĄ, KTÓRA ZAWIERA WSKAZANIA, PRZECIWSKAZANIA, DANE DOTYCZĄCE DZIAŁAŃ NIEPOŻĄDANYCH I DAWKOWANIE, ORAZ INFORMACJE DOTYCZĄCE STOSOWANIA PRODUKTU LECZNICZEGO, BĄDŹ SKONSULTUJ SIĘ Z LEKARZEM LUB FARMACEUTĄ.

**Centrum Medyczne Puławska**

**Dzieci to nasza specjalność**

- okulista dziecięcy
- opieka abonamentowa
- pediatria 5 dni w tygodniu
- wizyty domowe
- kąpiel zabaw
- dermatolog dziecięcy

Znakomici lekarze pediatrii z renomowanych warszawskich ośrodków medycznych dostępni w Centrum Medycznym Puławska już od dziś

Centrum Medyczne Puławska Sp. z o.o.  
05-500 Piaseczno  
ul. Puławska 33  
tel. 715 31 21 fax 715 30 70

**zadzwoń: 715 31 21 – szczegółowe informacje [www.cmpulawska.com.pl](http://www.cmpulawska.com.pl)**

W zapobieganiu zakrzepicy naczyń wieńcowych u osób z czynnikami ryzyka, jak również we wtórnej profilaktyce chorób układu krążenia, (np. po przebytych zawałach serca lub niedokrwinnym udarze mózgu) zaleca się m. in. przyjmowanie leków zawierających w swym składzie kwas acetylosalicylowy (Aspiryna, Acard, Polopiryna S). Hamuje on bowiem proces zlepiania płytek krwi, dzięki czemu nie dochodzi do powstawania zakrzepów. Dodatkowo zapobiega pogłębianiu się zmian w naczyniach krwionośnych i zmniejsza ryzyko wystąpienia chorób układu krążenia.

Choroba wieńcowa i zawał serca dotyczą przede wszystkim ludzi obarczonych czynnikami ryzyka miażdżycy, takimi jak: palenie papierosów, cukrzyca, otyłość, wysoki poziom cholesterolu, obciążenia genetyczne (zawał serca czy udar mózgu w rodzinie)

Należy podkreślić, że nie powinno się bagatelizować nawet najmniejszych niepokojących objawów. Zawał serca i choroba wieńcowa są bowiem najczęstszymi przyczynami zgonów w Polsce.

Z dr Markiem Zarembą – wybitnym internistą, nefrologiem z Centrum Medycznego Puławska i Kliniki Chorób Wewnętrznych i Nefrologii MSWiA w Warszawie, o dolegliwościach związanych z nadciśnieniem tętniczym, rozmawia Tomira Chmielewska-Ignatowicz

– Nadciśnienie tętnicze zwykło się określać mianem „choroby dobro-

bytu”. Kiedy mówimy właściwie o nadciśnieniu?

W obecnych czasach nadciśnienie tętnicze pozostaje poważnym schorzeniem społecznym. Szacuje się, że około 29% procent Polaków wykazuje podwyższone wartości ciśnienia tętniczego, przy czym 1/3 nie ma nawet świadomości bycia chorym. Zasadniczo za próg prawidłowego ciśnienia tętniczego uznaje się wartość 129/84, przy czym ciśnienie poniżej 120/80 to wartość optymalna. Najnowsze wytyczne WHO/ISH podkreślają rosnący stopień ryzyka rozwoju powikłań nadciśnienia. W praktyce oznacza to, że nie tylko wartość ciśnienia Pacjenta ma ogromne znaczenie, ale także kompleksowa ocena stanu jego zdrowia, jak również stopnia ryzyka chorobowego.

– Jakie są objawy nadciśnienia tętniczego i dlaczego jest ono niebezpieczne?

Generalnie objawy nadciśnienia tętniczego są mało specyficzne. Na początku choroby mogą występować okresowe (zwłaszcza poranne) bóle głowy, bezsenność, labilność emocjonalna, trudności z koncentracją. Łatwo zauważyć, że tego typu symptomy stwierdzić można także u ludzi zupełnie zdrowych. Późniejsze objawy spowodowane są już zwykłym powikłaniem nadciśnienia. Są więc rezultatem uszkodzenia określonych narządów wewnętrznych (np. nerek,

ciąg dalszy na str. 2

