

Iz ordinacije Dr. Vesne Zečević Novost u medicini

Exubera – insulin za inhalaciju



Dr. Vesna Zečević
5930 N. Broadway,
Chicago, IL 60660

Krajem januara ove godine, FDA je odobrila upotrebu nove vrste insulina. U pitanju je prvi inhalacioni insulin od uvođenja insulina u medicinu kao leka još pre više od 80 godina. Zvuči zaista neverovatno. Exubera je puder, koji se nalazi u posebnim pakovanjima (jedna doza-jedno pakovanje), a

inhalira se pomoću sistema koji je veličine futrole za naočare i koji se rasklapa pri upotrebi. Preparat je testiran na 2500 pacijenata i pokazao je da mu je dejstvo slično injekcionom regularnom insulinu (Insulin R) koji ima kratko dejstvo, a ispitivan je kod pacijenata sa dijabetesom tipa 1 i 2.

Neželjeni efekti su bili dosta blagi i najčešće su obuhvatali: nizak šećer (kao i kod svih insulina), kašalj, bol u grlu, ponekad teškoće sa disanjem, kao i suva usta. Inhalacioni insulin se uzima 10 minuta pre jela i deluje nešto brže od regularnog insulina, slično Lispro insulinu (insulin sa brzim dejstvom).

Kod pacijenata sa dijabetesom tip 1 (insulin-zavisni dijabetes), Exubera se koristi zajedno sa insulinima sa dugim dejstvom. U pacijenata sa dijabetesom tip 2 (insulin-nezavisni dijabetes) može se koristiti sam, u kombinaciji sa tabletama ili pak insulinima sa dugim dejstvom, u zavisnosti od potrebe.

Pušači, kao i pacijenti koji su prestali da puše u zadnjih šest meseci ne bi smeli da koriste inhalacioni insulin, jer je veliki rizik od pada šećera u krvi. Ukoliko je osoba prestala davno da puši, pa ponovo počela, terapija ovim lekom se mora prekinuti.

Insulin za inhalaciju se ne preporučuje pacijentima sa hroničnim oboljenjima pluća (astma, emfizem, hronični bronhitis), a kontraindikovana je u pacijenata sa slabo kontrolisanom ili nestabilnom bolešću pluća, zbog velikih varijacija u plućnoj funkciji, što može da utiče na apsorpciju

inhalacionog insulina, i samim tim dovede do velikih oscilacija u nivou šećera u krvi, uključujući i nizak nivo šećera, koji može da bude kritičan.

Ovaj preparat je testiran i odobren samo za odrasle. Ispitivanja na deci i adolescentima su prekinuta u ranoj fazi, zbog mogućnosti uticaja na disanje. Planira se nastavak ove studije nakon konsultacije sa FDA.

Još da dodam da farmaceutska industrija najavljuje mogućnost novih preparata insulina u obliku tableta i flastera, ali za sada je i dalje sve na nivou istraživanja. Exubera će biti na tržištu polovinom 2006-te godine.

Trenutno nisam naišla ni ne jednu studiju i komentar ovog preparata u medicinskim žurnalima, jer je vest objavljena tek pre par nedelja, pa zato dajem svoj lični komentar: vest je u jednu ruku revolucionarna, ogroman korak za medicinu, dok me u drugu ruku brinu dve stavke: 1. Koliko je inhalacioni insulin potencijalni alergen, odnosno da li može da izazove alergijsku reakciju disajnog sistema, koji je inače veoma sklon takvim reakcijama (mada proizvođači, bar u preliminarnom objavljivanju podataka, nisu naveli nikakvu zabrinutost i eventualne reakcije) i 2. koliko će doziranje insulina inhalacijom biti adekvatno, s' obzirom da zavisi od pacijenta i tehnike inhalacije.

Odgovore i više informacija ćemo znati nakon što se ovaj preparat bude pojavio na tržištu i bude koristio izvesno vreme.

I na kraju da potsetim dijabetičare na "abecedu" dijabetesa, odnosno osnovne stavke u kontroli ove bolesti. Kao i kod abecede, i ovde se počinje sa ABCD. A za Aspirin svakog dana, B za Blood pressure control, odnosno kontrolu krvnog pritiska koji treba da bude manji od 130/80 i C za Cholesterol, kontrolu holesterola (LDL se preporučuje da bude manji od 100, odnosno oko 80 mg/dl, a trigliceridi manji od 150). Uz ova slova ide i D za Dijabetes, odnosno kontrolu šećera, pa bi šećer pre jela trebao da bude između 80 i 110 mg/dL.

Pazite na ishranu, krećite se i vežbajte, a o novom insulinu imaćemo više informacija verovatno za godinu dana, kada će se znati kako se pokazao na tržištu.

Vaš lekar - Vesna Zečević

DECA I DEČIJA PSIHA

Marija Četnik dolazi u SAD kao deo razmene srednjoškolarica. Završila je posdiplomske studije na Lajola univerzitetu u Čikagu, na odeljenju školske psihologije. Osam godina radi kao školski psiholog sa decom uzrasta 6 do 12 godina.

Pitanje:

Kako razviti interesovanje za školu kod dece uzrasta 6-10 godina?

Razvitak interesovanja za školu kod dece ima veliku ulogu u procesu učenja. Što su deca zainteresovanija i otvorenija prema polasku u školu, tim bolje uče, a samim tim im treba manje napora da usmere pažnju na materijal koji treba da savladaju. Nastavnicu mogu da razviju interesovanje za određeni predmet, ako ga dobro i interesantno predaju. Međutim, deca su često prinuđena da uče i one predmete i teme, za koje imaju malo ili nikakvo interesovanje. Manjak interesovanja i malodušnost za školu, je bitno na vreme prepoznati, i naći način da se dete ohrabri i pomogne, pre nego što ono pogrešno zaključi da ne može da postigne uspeh ili čak skroz izgubi interesovanje za školski rad. Roditelji tu mogu da odigraju veliku ulogu. Jedan način je, da se detetu na kreativan način povežu ideje i pojmovi koji su interesantni za njega, sa onim koji ih manje zanimaju. Takođe porodične posete muzejima, dečijim pozorištima, ili obrazovanim

ustanovama pri crkvenim ustanovama su lep način da se provede slobodne vreme, a u isto vreme detetu otvore novi horizonti. Takođe je jako bitno, da se roditelji pred svojom decom, uvek lepo izražavaju o nastavnici i često iznose pozitivno mišljenje o školi, kao i o opštoj važnosti obrazovanja. Čak i kada se najbolje ne razumete sa učiteljem ili učiteljicom, bolje je vaš negativan stav zadržati za sebe, nego te emocije preneti na dete i time mu dalje komplikovati situaciju. Deca uče ljubav prema školi i obrazovanju ne samo od svojih nastavnika, već i od svojih najbližih. Ona u suštini pamte ono što odgovara njihovim sklonostima, potrebama, i što vide da njihova porodica smatra za vrednim. Pozitivan emocionalan odnos prema školi je osnov daljeg razvitka i uspeha.

ZA PITANJA RODITELJA: 773.935.7157



Marija Četnik, School Psychologist
Winnetka Public Schools

recepti, saveti ...



DINSTANA TELETINA

Potrebno je:

- 600g teletine od buta, 300 g šampinjona
- 1 glavica luka, 50 g maslaca, 100ml belog vina
- 1 kašika vegete, 1 kašika peršunovog lista
- 200ml kisele pavlake, 2 kašike brašna

Teletinu iseći na kocke, a luk na sitno. Na maslacu oko 5 minuta dinstati meso pa dodati luk i zajedno sve dinstati oko 15 minuta na laganoj vatri. U to dodati šampinjone iseckane na listiće i vegetu pa nastaviti dalje sa dinstanjem i povremeno dodavati vodu. Kada meso omekša dodati vino, brašno i pavlaku. Poslužiti teletinu sa kuvanim i ocedenim krompirima preliveanim jajima.



TUFAŽIJE

Potrebno je:

- 8 jabuka srednje velicine, 200 g šećera, 80 g oraha
- 1 belance, 1 limun, 1 šlag, 1l vode, 2 vanilin šećera

Oprati i očistiti jabuke, izdubiti u sredini, a kore sačuvati. Jabuke staviti da se kuvaju u provrelu vodu u kojoj je dodato 50 g šećera, vanilin šećer i limunov sok.

Kuvane jabuke izvaditi a u istu vodu staviti preostali šećer i kore od jabuka. Kad sirup prokuva, procediti ga i ostaviti da se ohladi. U posebnom sudu umutiti belance, dodati mlevene orahe i vanilin šećer i napuniti kuvane jabuke, poslagati ih u tepsiju i peći 15 minuta na 180 stepeni. Pečene jabuke izvaditi i preliti toplim sirupom, i ukasiti ih sa šlagom.

ZLATNI SAVETI

* Ako ste u prilici da presolite jelo, naročito kada je u pitanju sos, ukus možete da spasite ako u presoljeno jelo dodate kocku šećera.

* Malo je poznato da je svako meso koje nameraivate da pržite daleko ukusnije i mekse ako ga predhodno neko vreme držite u mleku.

* Pasulj i kupus biće ne samo aromaticniji i ukusniji, već će i manje izazivati nadimanja i gasove kod osetljivih, ako se kuvaju s dva lista lovora.