

Iz ordinacije Dr. Vesne Zečević

ASPIRIN DA ILI NE



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

Aspirin (acetilsaličilna kiselina) je lek poznat u javnosti i često korišćen u slobodnoj prodaji. U zemljama bivše Jugoslavije bio je poznat pod različitim zaštićenim imenima kao: Andol, Ambol, Acetisal, Aspirin, Aspirin pH 8, dok je u Americi najpopularniji kao Bayer Aspirin, zatim Aspirin, Ecotrin, Coated Aspirin. U pitanju je lek koji je zbog svojih antiinflamatornih (antizapaljenjskih), antiagregacionih (sprečavanje agregacije/slepljivanja krvnih pločica-trombocita) i analgetičkih (protiv bolova) svojstava našao široku upotrebu.

Kako Aspirin deluje? Blokadom određenih procesa u metabolizmu arahidonske kiseline on sprečava oslobađanje medijatora zapaljenja, zatim supstanci koje prenose osećaj bola, a delovanjem na nivou krvnih pločica sprečava njihovo "lepljenje" i formaciju tromba, odnosno krvnih ugrušaka. Ova dejstva su našla široku promenu u medicini, pri čemu je kod nekih indikacija Aspirin potisnut mnogo boljim lekovima, a kod drugih i dalje ostao vodeći na listi.

Sprečavanje krvnih ugrušaka je primarni razlog za davanje Aspirina pacijentima. Krvni sudovi mogu imati na svojoj unutrašnjoj površini takozvane aterome, odnosno naslage holesterola, koje sužavaju krvni sud i samim tim smanjuju protok krvi. Na te naslage mogu da počnu da se "lepe" trombociti (krvne pločice), i taj proces dovodi do stvaranja krvnog ugruška u krvnom sudu, što sprečava dalji protok krvi. Prekid krvotoka dovodi do oštećenja/odumiranja tkiva organa u kome se nalazi taj krvni sud (arterija) i ukoliko je taj krvni sud u srcu, onda tako nastane infarkt srca, a ukoliko je u mozgu, nastane šlog. Ovaj proces se može desiti u bilo kom delu tela (donji ekstermiteti, bubrezi...), ali su mozak i srce najčešći zbog toga što sadrže male krvne sudove čije i najmanje oštećenje može da dovede do oštećenja koja su klinički vrlo upečatljiva, jer su u pitanju vitalni organi.

Iz navedenog razloga se Aspirin propisuje pacijentima koji imaju sledeće dijagnoze:

- anginu pectoris,

- prethodni infarkt srca,
- dokumentovano oboljenje krvnih sudova srca i bez prethodnog infarkta,

- oboljenje perifernih krvnih sudova,

- šlog ili TIA (tranzitorni ishemički napad – stanje koje je moglo da pređe u šlog, ali se cirkulacija u krvnom sudu mozga, ipak ponovo uspostavila i nije došlo do šloga),

- dijabetes (iz preventivnih razloga, jer je velika učestalost infarkta, šlogova i oboljenja krvnih sudova kod dijabetičara),

- u pacijenata sa faktorima rizika za kardiovaskularna oboljenja (visok krvni pritisak, visok holesterol, gojaznost, pušenje, porodična istorija, muškarci preko 45 i žene preko 55 godina, dijabetes) kao oblik prevencije i

- zapaljenje površinskih vena.

Po pitanju doza Aspirina koje se preporučuju, u globalu se za slučajeve koji imaju potvrđenu patologiju krvnih sudova i prethodne šlogove i infarkte daje puna doza od 325 mg, a ako se daje kao preventiva, onda se uglavnom daje manja doza od 81 mg, posebno kod starijih ljudi i ljudi koji imaju osetljiv želudac. Studije nisu našle koja je doza "najbolja" za puno dejstvo Aspirina, pa se u praksi primenjuju gore navedene preporuke, jer i doza od 81 mg ima dobro dejstvo na nivou krvnih sudova. U pacijenata kojima samo Aspirin nije dovoljan za sprečavanje infarkta i šloga, dodaju se i drugi lekovi (Plavix, Ticlid, Coumadin), što je tema koja prevazilazi ovaj članak.

Bol i temperatura su najčešći razlozi za uzimanje ovog leka u slobodnoj prodaji. Po tom pitanju ima mnogo boljih lekova za ove indikacije. Tylenol je lek sa manje komplikacija i neželjenih dejstava od Aspirina, a Motrin u većim dozama bolji po pitanju bolova. Aspirin je pak stariji i popularniji, pa se iz tog razloga često i koristi. Važno je reći da se deci i omladini do 18 godina ne daje Aspirin, koji može da bude potencijalno opasan lek za ovaj uzrast! Svi smo mi pili Andol i Acetisal, kad god nam je u detinjstvu temperatura malo skočila, ali ako se to tada radilo i nije se znalo od strane naših roditelja, tu praksu ne treba i dalje primenjivati, jer nekada Aspirin može kod dece da dovede do takozvanog Rejevog sindroma, kada dolazi do oštećenja jetre. Tačno je da se u prodaju nalazi i Children's Aspirin, ali ga nemojte kupovati za decu za smanjivanje temperature i bolova.. On tehnički ne bi trebao ni da postoji za ovaj uzrast za ove indikacije. Koristite Tylenol i Motrin, koji sami ili u kombinaciji vrlo dobro deluju.

Neželjena dejstva:

- Najčešće je u pitanju iritacija

digestivnog trakta, pa se javljaju mučnina i bol u želucu. Aspirin može i da izazove krvarenje iz želuca, posebno kod ljudi sa osetljivim želucom, prethodnim zapaljenjem i čirom na želucu i dvanaestopalačnom crevu, kao i kod starijih osoba. Posebno je opasno uzimati Aspirin u kombinaciji sa njemu sličnim lekovima (Ibuprofen-Motrin/Advil, Naproxen-Aleve, Prednisone...), kada se povećava mogućnost ovih neželjenih dejstava.. Uvek postoji i mogućnost alergije na lek, kao i na svaki drugi, a kod nekih astmatičara može da dovede do pogoršanja astme. Kod bubrežnih bolesnika dovodi do pogoršanja bubrežne funkcije, pa se u takvim situacijama, ako je Aspirin neophodan u terapiji kod bubrežnih bolesnika, uvek procenjuje rizik i koristi od Aspirina pre odluke o propisivanju leka. Treba reći da dugotrajno korišćenje Aspirina u velikim količinama može da dovede do oštećenja bubrega. Radi se o svakodnevnom, dugogodišnjem uzimanju ovog leka u velikim količinama, kada se u roku od 20-tak godina uzima svakodnevno, pa se tako nagomila doza od po deset i više kilograma u ovom vremenskom razdoblju, i uglavnom su u pitanju osobe koje su ga uzimale protiv bolova, češće kod osoba ženskog pola.

Na kraju treba reći da je Aspirin važan i dobar lek u lečenju oboljenja krvnih sudova, ali kao i ostali medikamenti, nije idealan, niti neškodljiv, pa ga uvek treba uzimati uz savet lekara. On nije zamena za sprečavanje nastajanja ateroma (masnih naslaga/oštećenja krvnih sudova), pa zato treba voditi računa o faktorima rizika za nastajanje kardiovaskularnih bolesti: regulisanje visokog krvnog pritiska, holesterola i dijabetesa, prestanak pušenja, redovno vežbanje i ishrana, koja treba da sadrži malo masti.

Vaš lekar - Vesna Zečević

DECA I DEČIJA PSIHA

Saveti školskog psihologa Marije Četnik



Marija Četnik, School Psychologist
Winnetka Public Schools

Kako dolazi do razvoja govora kod dece, i kako se interveniš u slučaju problema?

- Ako slučajno brinete o razvitku ili ne dovojno jasnom izgovoru vašeg deteta, nemojte dugo čekati da se situacija samo od sebe nekako popravi.

Previše je veliki rizik da do toga ne dođe, a da kod vašeg deteta ostanu trajne posledice. Što ranija intervencija kod logopeda imaće najveće rezultate. Za savet, ili uput na terapiju možete se obrati prvo vašem pedijatru. Takođe, po jednom od američkih zakona koji regulišu školstvo, možete pozvati prvu školu u vašem komšiluku i od njih zahtevati da se vaše dete pregleda kod logopeda koji radi sa predškolskim uzrastom (Mandatory Early Child Find Law).

Poremećaji u govori su mnogobrojni, a mogu se grubo svrstati u dve grupe: 1) defekte i 2) greške. Neki od govornih defekata su:

1. Šuškanje – koje se sastoji od zamenjivanja pojedinih glasova, (na primer, t za z ili s). Uzroci mogu biti razni, na primer, deformacija zuba ili usana, a može biti zbog težnje deteta da se umiljava odraslima. Skoro po poravilu ova mana nestaje sa početkom školovanja.

2. Mucanje - je govor sa zastojima. Prilikom mucanja dolazi do grčenja mišića lica, mišića u grlu, i u dijafragmi. Mucanje je često, i skoro sva deca u nekom periodu mucaju. Uzroke obično treba tražiti u psihičkoj napetosti, a ponekad to čine zbog osećanja manje vrednosti.

3. Nejasan govor – uzroci su obično neuro-muskulturni, ili slaba razvijenost mišića jezika ili nedovoljna pokretljivost vilice, usana, ili jezika. Ovde je rana intervencija od izuzetne važnosti.

Na razvoj govora u ranom detinjstvu utiču mnogi faktori, a neki od najbitnijih su: inteligencija, fizičko zdravlje, pol, odnosi u porodici, obrazovanje, i bilingvalizam.

Da bi vašoj deci obogatili rečnik i govornu strukturu, čitajte im što češće, čak ako možete, svako veče pred spavanje i pričavajte im naše prelepe bajke. Potom čitanja postavite vašem detetu pitanja o tome šta su čula, da bi proverili njihovo shvatanje, a i čuli njihove maštovite odgovore.

recepti, saveti ...

BAJADERA

- 300 gr. šećera sa časom vode kuvati oko 6 minuta kao za slatko.

- U to dodati 125 gr. putera, 200 gr. čokolade i 200 gr. mlevenog keksa.

II deo:

- 300 gr. šećera skuvati sa časom vode kao za slatko.

- Dodati 125 gr. putera, 250 gr. oraha mlevenih i 200 gr. keksa mlevenog.

- Ide prvo braon deo, pa preko njega žuti deo, pa sve to preliti sa glazurom od čokolade.

- Kada se ohladi i stegne seći na male štanglice.

