

## ● De Sănătate

# Mai mult decât un simplu alfabet: cum ne schimbă viața vitaminele fără să știm și ce ne-am face fără ele

Vitaminele au un rol mult mai important la nivelul organismului decât ne putem închipui, spun specialiștii ieșeni consultați de „Ziarul de Sănătate”. Pe rând, fiecare vitamină alăturată unei litere de alfabet ajută la metabolism, vedere, imunitate etc. conservând o stare generală de bine a organismului. Recomandarea medicilor este să nu luăm vitaminele doar sintetizate din diverse comprimate sau suplimente alimentare. Fructele și legumele crude conțin vitaminele în forma în care „le-a gândit natura”, iar absorbția lor în organism va fi mult mai bună decât în cazul comprimatelor. Care este rolul vitaminelor, de ce sunt importante și pentru cine, puteți afla în dosarul de săptămâna aceasta din „Ziarul de Sănătate”.

Paginile 4-5



## din Sumar

● **Vara, „sezonul” meningitelor virale. Medicii ieșeni explică: îmbăierea în ape murdare, cauza îmbolnăvirilor :** Medicii infecționiști ieșeni atrag atenția că sezonul estival este perioada în care se înregistrează cele mai multe cazuri de meningite virale. Legătura dintre numărul de îmbolnăviri și anotimp o constituie în primul rând scăldatul în ape cu un conținut ridicat de bacterii, virusuri și microorganisme.

Pag. 2

● **Iași – 60%, recomandare OMS – maximum 19%. Cezariană vs. naștere naturală – Argumente medicale și explicații ale specialiștilor ieșeni:** Deși peste tot se recomandă nașterea naturală, rata nașterilor prin cezariană în România a depășit 60%. Motivația mamelor care solicită cezariana este de cele mai multe ori dorința de a evita durerile asociate nașterilor naturale.

Pag. 2

● **Iașul, campion național la creșterea de nașteri premature: 220% mai mult într-un singur an. În România, în 2023, 27 de copii s-au născut din mame de 12 ani:** Conform unor date făcute publice de către Asociația Prematurilor din România, în Iași are loc un fenomen absolut îngrijorător: au crescut nașterile premature cu 220%.

Pag. 3

● **300 de copii din Iași visează să aibă cui spune mamă și tată. Ce trebuie să știi dacă vrei să adopți? Cifre și surprinzătoare:** Aproximativ 300 de copii din județul Iași așteaptă să își găsească o familie care să le ofere dragoste și stabilitate. Acești copii provin din diverse medii și au nevoie de un cămin în care să fie îngrijiți și iubiți. Oamenii din sistem fac eforturi considerabile pentru a găsi familii adoptive potrivite, însă procesul de potrivire poate fi complex și de durată.

Pag. 8

## Iași, singurul județ din țară unde conducerea Colegiului Medicilor nu este plătită. Președintele dr. Liviu Oprea: „Am decis de la început să facem voluntariat”

La Iași este o situație unicat la nivel național, în ceea ce privește Colegiul Medicilor din România: niciuna dintre persoanele care ocupă o funcție de conducere, președintele, cei trei vicepreședinți și secretarul general al CMR Iași, nu sunt plătiți. Prof.dr. Liviu Oprea, președintele CMR Iași, a

explicat pentru „Ziarul de Iași” că au luat această decizie în urmă cu mai mulți ani, la începutul mandatelor, hotărându-se că banii pot fi folosiți mult mai bine pentru a finanța o parte dintre proiectele sociale și profesionale pe care colegiul le desfășoară.

Pagina 3



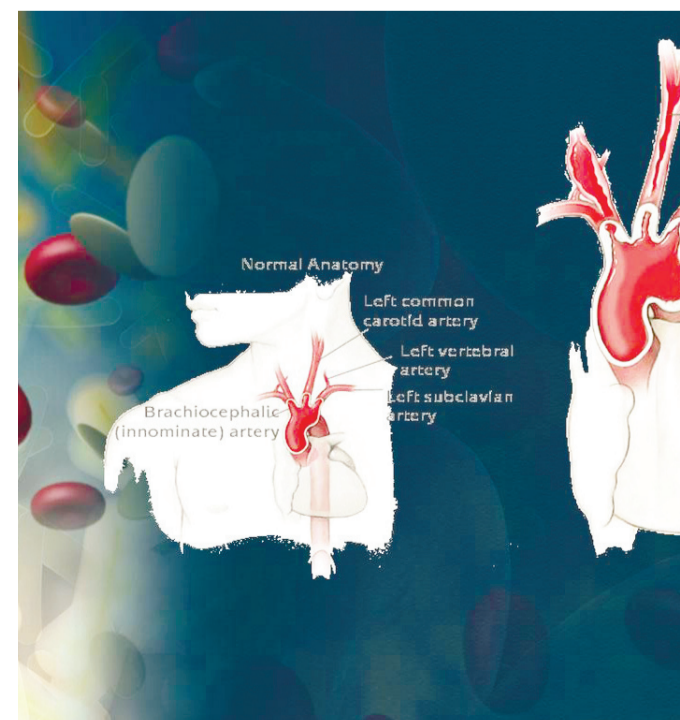
## SFATUL MEDICULUI

### Sindromul de arc aortic, boala fără puls care afectează în special femeile tinere

**Dorina Costache, Iași:** Am o fiică de 16 ani al cărei tată este japonez. De curând, am aflat că în familia partenerului meu au fost două cazuri de arterită Takayasu o boală care înțeleg că se poate transmite, pe cale genetică, la fete. Fiica mea nu are niciun simptom din cele descrise însă sunt îngrijorată pentru viitor. Ce anume trebuie să fac ca să pot preveni, eventual, apariția bolii?

**Prof. Univ. Dr. Radu Florin Popa, Șef Clinică Chirurgie Vasculară:** „Sindromul de arc aortic, cunoscut și sub numele de boala fără puls sau arterita Takayasu, este o boală inflamatorie rară și cronică care afectează aorta și ramificațiile sale. Practic, este o formă particulară de vasculită autoimună sau de inflamație a vaselor de sânge.

Pagina 7



Spitalul de  
Recuperare  
Medicală

## Recuperare medicală post AVC



Luigi Ionescu  
pacient recuperare



0232 920  
arcadiarecuperare.ro













