



Országos enyhítések, marad a szigor Budapestén

Most kell figyeln igazán

A kormány múlt heti ülésén változtatott a március 28. óta érvényben lévő veszélyhelyzeti korlátozásokon. A lapzártánkorig ismert információk szerint az idősök és a koronavírussal leginkább fertőzött területeken élők eddigi védelmét fenntartják, ennek megfelelően Budapestén és környékén május 3. után is megmaradnak a korábbi kijárási korlátozások. A 65 évnél idősebbek továbbra is a védett időszámban vásárolhatnak.

Vidéken új, enyhébb intézkedések lépnek életbe. A boltok időkorlátozás nélkül nyitva tarthatnak, az éttermek, kávézók megnyithatják a teraszaikat, kerthelyiségeiket, látogathatók a szabadtéri strandok. A korlátozási szabályokat kéthetente fogják felülvizsgálni, de szükség esetén korábban is változtatnak rajtuk.

Az április 27-étől érvényes fővárosi szabályok – a kötelező maszk vagy az arc más módon való eltakarása a tömegközlekedési eszközökön, üzletekben,

taxikban – most már az egész országra kiterjednek, csakúgy, mint az az elvárás, hogy tartsunk egymástól másfél méteres távolságot.

Az enyhítések, illetve a tetőzés emlegetése azonban nem szabad, hogy hamis biztonságérzetet adjanak. A lazább korlátok magukban hordozzák a lehetőséget, hogy új lökést adjanak a vírus terjedésének. A járváynak nincs vége, és ugyan nem robbanás-szerűen, de folyamatosan nő a megbetegedések, valamint az elhunytak száma. Azt is látnunk kell, hogy Magyarország az európai sereghajtók között van az elvégzett tesztek számában, ezért a járvány kiterjedtségéről sincsenek igazán megbízható adatok (a tesztelesekről részletesebben a 6. oldalon olvashatnak). Mindezekre tekintettel az általános üzenet nem változhat: ha lehet, mindenki maradjon otthon, tartsa be a szabályokat, viseljen maszkot. Továbbra is vigyázzunk egymásra!



10

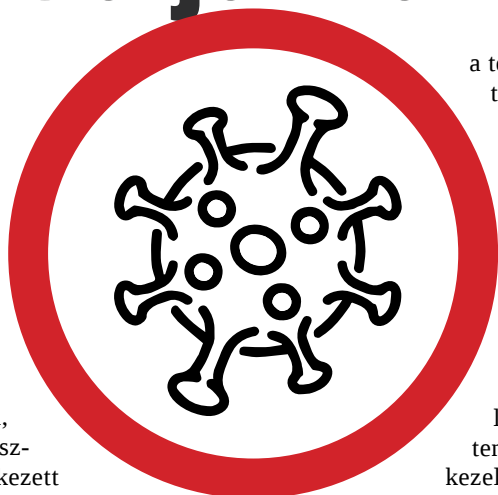
Maszkban a piacon

Az önkormányzat mindenkinek biztosítja a tesztet, akit hazaküldtek

Beindult a járvány a Szent Imrében?

A HVG és a Magyar Hang értesülései alapján a Szent Imre Kórház közel száz fekvőbetegénél mutatták ki a koronavírus-fertőzést, és negyven dolgozó tesztje is pozitív lett.

Sajtóinformációk szerint a Szent Imre Kórházban még márciusban, a krónikus belgyógyászaton lett rossz szul két páciens, ám mire megérkezett



a tesztek pozitív eredménye, mindketten meghaltak. Ezt követően vettek mintát az osztály más betegeitől is, közülük tizenhétből mutatták ki a koronavírust.

A vesebetegek kezelését végző nephrológiai osztályon április második hetében robbant be a járvány, a fertőzöttek száma már akkor tíz felett volt. A koronavírus felütötte a fejét továbbá az anyagcsereosztályon, a kardiológián, a neurológián és a sebészen. A gasztroenterológiai osztályon kezeltek több mint 40 százalékánál mu-

tattak fertőzést a tesztek. A Szent Imre Kórház 670 ágygal rendelkezik, ehhez viszonyítva a koronavírus házon belüli elterjedtsége 15 százalékos. Pozitív lett a tesztje legalább negyven alkalmazottnak is – orvosoknak, ápolóknak és egy gyógytornásznak.

Különösen aggasztó mindez annak fényében, hogy több Szent Imrében dolgozó orvos is arról nyilatkozott, hogy az újbudai kórház országos szinten is kifejezetten szigorú óvintézkedéseket vezetett be, jóval túlteljesítve az Operatív Törzs által támasztott követelményeket. Felhívták a figyelmet azonban arra is, hogy valószínűleg a Szent Imre Kórházban végzik a legtöbb tesztet az országban, és a magas esetszám ezzel is összefüggésben lehet.

Folytatás a 2. oldalon

Otthonápolási támogatás

50 ezer forint egyszeri juttatás a hazaküldött betegeknek



2

Kötelező maszkok, új biciklisávok

Huszonöt kilométerrel bővül a fővárosi kerékpárhálózat



4

Sohasem az áldozat a hibás

A családtagok összezártsága kiélezheti a konfliktushelyzeteket



5

Az oltások története

Az orvostudomány legnagyobb eredményei között szerepelnek a védőoltások



15

Beindult a járvány a Szent Imrében | Nyáron is lesz óvodai és bölcsődei ügyelet | Maszkokat kapnak az érettségizők

Ápolási támogatás a hazaküldött betegeknek



A TIGRA Informatikai Kft. 5 millió forint értékben adományozott FFP2-es szintű maszkokat egészségügyi intézményeknek. A maszkok egy részét a Szent Imre Kórház kapta, másik részét pedig az önkormányzati fenntartású Szent Kristóf Szakrendelő

Folytatás az 1. oldalról
Megkérdeztük a hírről *dr. László Imre* polgármestert – korábban tíz évig ő volt a Szent Imre igazgatója –, aki lapunknak elmondta: „Megteremtettük a lehetőségét annak, hogy minden olyan újbudai lakost ingyenesen teszteljünk a koronavírusról, akit az utóbbi hetekben teszt nélkül hazaküldtek a Szent

Sok olyan beteget küldtek haza a kórházakból, akinek a gyógykezelése még nem zárult le

Imréről. Nem mehetünk el szó nélkül a mellett sem, hogy lassan vitathatatlan tény: az egészségügyi dolgozók bármilyen emberfeletti munkát is végeznek, a kormány nem látja el őket megfelelő mennyiségű és minőségű felszereléssel. Ha ez így folytatódik, nem lehet megakadályozni sem a lakosság, sem az érték küzdő orvosok és nővérek további megbetegedéseit.”

Ötvenezer forintos ápolási támogatás

Kormányzati döntés alapján országosan mintegy 36 ezer kórházi ágyat kellett felszabadítani a közelmúltban. Ez számos olyan beteget érintett, akinek a gyógykezelése még nem zárult le, feltételezhetően a páciensek egy része további otthoni ápolásra szorul azok közül is, akiket a Szent Imre Kórházból küldtek haza. Sokan lehetnek Újbudán is, akiknek napi 24 órában kellene ellátniuk beteg hozzátartozójukat. Pelenkázniuk, fürdetniük, tornáztatniuk, gyógyszerezniük kell őket, és lehetne még sorolni, mennyi feladat van egy ápolott beteggel. A családoknak ez az új helyzet nagy megterhelést jelenthet, több tekintetben is. Ezért Újbuda vezetése úgy döntött, hogy egyszeri 50 ezer forintos ápolási támogatást kapnak azok a családok, amelyek a kórházból hazaküldött családtagjukat gondozzák.

A támogatást szociális helyzetűről függetlenül folyósítja az önkormányzat azoknak, akik erre igényt tartanak. Az igényléseket Újbuda központi információs telefonszáman várják: +36/1/372-4566.

Ingyen tesztelik a kórházból hazaküldött betegeket

A kerület ugyancsak a fenti számon várja azoknak a betegeknek és az őket ápoló családoknak a hívását, akiket a közelmúltban hazaküldtek a kórházból, hogy jelentkezzenek ingyenes COVID-19 tesztelésre.

Tekintettel arra, hogy számos érintett a Szent Imre Kórház koronavírus-tesztelés nélkül küldött haza. Újbuda Önkormányzata a saját költségén biztosítja szűrőüket. Ha fekvő betegről van szó, a Szent Kristóf Szakrendelő munkatársai házhoz mennek a vizsgálat elvégzésére. Az időpontot az információs vonalon lehet egyeztetni.

Óvodai és bölcsődei ügyelet nyáron is

Április 27-én Újbuda Önkormányzata bejelentette: az eddigiektől eltérően lehető-



Közel száz fekvőbetegnél mutathatták ki a fertőzést a Szent Imre Kórházban

vé teszi, hogy a veszélyhelyzet elmúltával a nyári időszakban – a szülői igények felmérése és megismerése mellett – valamint újbudai óvoda és bölcsőde szükség szerint nyitva tartson, és a családok munkába állását segítve gyermekeket fogadjon. Egy nappal később a kormány ezt az ügye-

lővágására. Emellett önzetlen civil és vállalati támogatókból sincs hiány. A kerület – a VICUS XI. Közalapítványon keresztül – az elmúlt hetekben több mint 28 millió forintot, egészen pontosan 28 708 600 forint adományt kapott vállalkozóktól, illetve magánszemélyektől, amelyet teljes egészében a védekezés költségeinek fedezésére fordítanak.

Maszkok az érettségizőknek

Idén a járványügyi veszélyhelyzetre tekintettel, jogszabályban meghatározott kivételekkel, csak írásbeli érettségít tartanak Magyarországon. A vizsgákat május 4. és június 17. között – ezen belül az írásbeliket május 4–21. között – a középiskolák és a kormányhivatalok az előírt egészségvédelmi óvintézkedések betartásával szervezik meg. Amely tantárgyakból a leg-többen érettségiznek, azok vizsgái rendhagyó módon 9 órákor kezdődnek. Újbuda



A Szülők Háza Alapítvány 30 tablettel adományozott Bakai-Nagy Zita alpolgármester közreműködésével a rászorulóknak

leti rendszert április 30-i kezdéssel kötelezővé tette. A pontos nyitvatartásról önkormányzatunk és az intézmények honlapján tájékoztatják majd a szülőket.

Önkormányzata hétfőn, kedden és szerdán reggel 9 óra előtt maszkokat oszt három helyszínen az érettségiző diákoknak.

Anyák napi meglepetés

A különleges helyzet nemcsak a krízis-kezelésről szól, hanem kedves, kreatív megoldásokról is: a Gazdagréti Községi Ház a Facebook-oldalán tett közzé egy felhívást, a csatlakozók arra a kérésre válaszolhattak, ki hogyan hálálná meg édesanyjának/nagymamájának a gondoskodást. Az intézmény vállalta, hogy ezeket az üzeneteket személyesen juttatják el a címzettekhez anyák napján, egy ünnepi díszbe öltöztetett autóval – úgy tervezték, hogy az érintettek ablaka előtt olvassák fel a személyes üzeneteket, és virágot is visznek.

– Az elmúlt években nem volt anyák napi program a GKH-ban, hiszen ez a családok legbensőségesebb ünnepének egyike, most viszont sokaknak nincs módja a személyes köszöntésre – mondta el lapunknak a GKH vezetője, *Tóthné Vonsik Vivien*. – Emiatt éreztük úgy, hogy segítenünk kell egy ilyen kezdeményezéssel. Szeretnénk, ha a közösségünk ebben a nehéz időszakban összetartóan megmaradna, ezért már dolgozunk a megszokottól eltérő gyereknap programon is – tette hozzá.

Újbuda

Nem most van a politikai vádaskodások ideje

A veszélyhelyzetben rendkívüli lépéseket kellett tennie az önkormányzatnak, a kerületi Fidesz-KDNP-képviselőcsoport nem élt a lehetőséggel, hogy közreműködjön ebben.

Hoffmann Tamás volt fideszes polgármester nem mond igazat, amikor Facebook-bejegyzésében azt állítja, hogy a kerületi Fidesz-KDNP-képviselőcsoport sem hozzászólási, sem kérdésesi lehetőséget nem kapott Újbuda Önkormányzatának költségvetési rendelete elkerülhetetlen módosítása kapcsán.

Nem mond igazat, ugyanis április 14-én küldtük el a tervezetet, az előterjesztés indoklását, a részletes számokat. Felajánlva, hogy esetleges kérdéseikre választ kaphatnak. Itt jegyzem meg, hogy a módosítás a pénzügyi gondos előkészítő munkáját követően két körben is tárgyalásra, esetenként korrigálásra került, majd mint említettem, megkapta Hoffmann Tamás is, mielőtt elfogadásra és általam jóváhagyásra került volna.

Azt is külön kiemelte a tájékoztató levél, hogy a közel 3 milliárd forintos vészhelyzeti céltartalék képzése a szükséges megtakarítások, a koronavírus-helyzet és a kormány intézkedései miatt vált elkerülhetetlenné. Mint Hoffmann Tamás fideszes képviselő előtt is ismert, a Fidesz-KDNP-kormány intézkedései sok száz millió forinttól fosztják meg az önkormányzatot, miközben kiadásaink nőnek. Hiszen támogatni kell azokat is, akiket kitétek a kórházakból, akik elvesztették a munkájukat, akiknek jelentősen csökkent a jövedelmük. Kétségtelenül hasznos lett volna, ha a Fidesz-KDNP-frakció segít abban, hogy megerősítse a Fidesz-KDNP-kormányt, miért nem szabad pénzt elvenni az önkormányzatoktól akkor, amikor különösen nagy szükség van a segítségre, az emberek támogatására. Kérdéseikre szívesen válaszoltunk volna, ahogy örömmel fogadtuk volna érdemi javaslatokat is – amelyek nem érkeztek meg. Nem kellemes feladat egy-egy területtel pénzt elvonni vagy átcsoportosítani, ám miután a kormány döntése miatt nem számolhatunk



Számunkra a legfontosabb a munkahelyek, a közszolgálati dolgozók foglalkoztatásának a megőrzése

a gépjárműadóval, ahogy a parkolási pénzekről is eselünk, és az adóbevételek is csökkennek – sajnos nem volt más választás, mint több ponton hozzányúlni a már elfogadott költségvetéshez.

Számunkra a legfontosabb a költségvetés egyensúlyának megteremtése mellett a munkahelyek, a közszolgálati dolgozók foglalkoztatásának a megőrzése. Elsőbbséget adunk a működés zavartalanságának, ezen belül is a járvány elleni védekezésnek. De a meg nem kezdett feladatokból soknak a megkezdését el kell halasztanunk.

Vádaskodó levelet utólag írni egyszerűbb, mint eldönteni, hogy ha a Fidesz-KDNP-kormány pénzt vesz el az ön-

kormányzattól, akkor az önkormányzatnak kin és min kell spórolnia. A döntés után a nyilvánosság előtt reklamálni, előtte viszont nem részt venni a határozat meghozatalában nem sportszerű, és nem is segít.

A vírus okozta vészhelyzet és a kormány egyes intézkedései nehéz helyzetbe hozták az önkormányzatot. A mi dolgunk továbbra is az, hogy minden tőlünk telhetőt megtegyünk a kerület lakosaiért. A felesleges politikai vádaskodások helyett a közös munka hasznosabb lenne. De ha már segíteni nem tud valaki, legalább ne ártsón.

László Imre
polgármester

Jelentkezés és információk:
+36 1 372 4566

Felhívjuk azoknak a betegeknek és az őket ápoló családoknak a figyelmét, akiket a közelmúltban hazaküldtek a kórházból, hogy jelentkezzenek ingyenes COVID-19 tesztelésre! Újbuda Önkormányzata a saját költségén biztosítja az érintettek szűrését. Amennyiben fekvő betegről van szó, a Szent Kristóf Szakrendelő munkatársai házhoz mennek a vizsgálat elvégzésére.



Kötelező maszkok, új biciklisávok

A Nagykörút is egysávosra szűkült a autósoknak



Budapest közgazdasági területén április 27. óta a tömegközlekedés járatai és megállói mellett a taxikban is kötelező az arc eltakarása maszkkal vagy más eszközzel. A Fővárosi Közlekedési Központ (BKK) és a Budapesti Közút a fővárosban több helyen ideiglenes sávokkal növelte a kerékpárút-hálózatot. Első lépésként a Bartók Béla úton, a Móricz Zsigmond körtér és a Tétényi út közötti szakaszon alakítottak ki kerékpársávot még április elején, utána pedig a Tétényi úton következett a Bartók Béla út és az Etele út közti rész. A pesti oldalon először az Üllői úton

Kerékpársávot alakítottak ki a Bartók Béla úton és a Tétényi úton is

A Fővárosi Önkormányzat reagált a járvány miatt megváltozott közlekedési viszonyokra is: a Budapesti Közlekedési Központ (BKK) és a Budapesti Közút a fővárosban több helyen ideiglenes sávokkal növelte a kerékpárút-hálózatot. Első lépésként a Bartók Béla úton, a Móricz Zsigmond körtér és a Tétényi út közötti szakaszon alakítottak ki kerékpársávot még április elején, utána pedig a Tétényi úton következett a Bartók Béla út és az Etele út közti rész. A pesti oldalon először az Üllői úton



Új biciklisáv az Üllői úton

készült el az ideiglenes kerékpársáv a Kálvin tér és a Könyves Kálmán körút között. Következő lépésként a Nagykörút józsefvárosi, erzsébetvárosi és terézvárosi szakaszán kezdtek létrehozni az ideiglenes biciklisávot. A körút mindkét útpályáján irányhelyes kerékpársávot, a fontosabb kereszteződések előtt nyitott kerékpársávot festenek fel. Utóbbi lényege, hogy folyamatos haladásra csak a biciklis használhatja, gépjármű csupán jobbra kanyarodáshoz történő besorolás vagy más manőverezés céljából hajthat rá, ám mindig a kerékpárosnak van elsőbbsége. Az ideiglenes nagykörúti kerékpársáv kialakításával az Üllői út és a Váci út közötti szakaszon a gépjárművek számára irányonként egy-egy sávra szűkül a közúti kapacitás. Ez a jelentősen visszaesett gépjárműforgalom miatt a várakozások szerint nem okoz majd érdemi fennakadást a Nagykörút közlekedésében – közölte a BKK –, de a forgalom alakulását folyamatosan figyelik a szakemberek, és szükség esetén beavatkoznak. A biztonságosabb biciklizést lehetővé tévő állapot várhatóan szeptemberig marad fenn – tudatta a közlekedési vállalat, amely korábban azt jelezte, hogy ha a tapasztalatok kedvezők lesznek, akkor a kialakított sávok egy része akár véglegessé válhat. A teljes budapesti kerékpárforgalmi hálózatra hossza 325 kilométer, ez most mintegy 25 kilométerrel bővül a főváros tájékoztatása szerint.

Újbuda

Hulladékgyűjtési tudnivalók

Nehezebb lehet a zsákok beszerzése

A koronavírus-járvány miatt megváltozott a kommunális hulladékgyűjtő, illetve zöldhulladékgyűjtő-zsákok értékesítése – közölte az FKF Nonprofit Zrt. Egyes korábban megszokott értékesítő pontok átmenetileg zárva vannak, beleértve a társaság ügyfélszolgálatait és bizonyos partnereit. Az FKF továbbra is folyamatosan ellátja ilyen zsákokkal a viszonteladókat, ám ennek ellenére egyes üzletekben átmeneti készlethiány alakulhat ki – figyelmeztetett a társaság. Az aktuális értékesítői helyek listája megtalálható az FKF weboldalán (www.fkf.hu)

Az FKF néhány, a mostani helyzetben különösen fontos szabály betartására is felhívta a figyelmet:

- A tartályokat, zöldhulladékgyűjtő- és többelhulladékös zsákokat legkésőbb az ürtés napján reggel 5 óráig helyezzk ki, elérhető helyre. (A szabálytalanul parkoló autók miatt az FKF munkatársai sokszor nem tudják megközelíteni az edényeket.)
- A potenciálisan fertőző hulladékot (például szájaszék, gumikesztyű, papír zsebkendő, ételmaradék) zárt csomagolásban, akár használt zacskóban helyezzk meg a gyűjtőtartályokba.
- Tegyük meg mindent annak érdekében, hogy a tartályok ne boruljanak ki, illetéktelenek ne férjenek hozzájuk.
- A huzamosabb otthonlét során is törekedjünk a keletkező hulladék, különösen a csomagolóanyagok mennyiségének csökkentésére.
- Használjuk újra a zacskókat, műanyag dobozokat! Ha lehet, vásárláskor lebomló vagy újrahasznosítható csomagolást válasszunk.
- Fokozottan ügyeljünk a szelektív hulladékgyűjtők használatára: a kék fedelű tartályba kizárólag papírt, a sárga fedelűbe csak csomagolási műanyagokat, kilapított flakonokat, illetve fém italdobozokat dobjunk.
- A kommunális gyűjtőtartályokba csupán annyi hulladékot tegyük, hogy a tetejét le lehessen csukni.
- A kiürítések után lehetőleg mossuk ki, fertőtlenítsük a tartályokat.
- A közterületeken található szelektív gyűjtőszigetek tartályai és más utcai hulladékgyűjtő edények mellé a fokozott fertőzésveszély miatt se tegyünk semmit, például háztartási hulladékot, lomot. (Ezt általában is jogszabály tiltja.)

A járványhelyzet magánéletünkben is új kihívások elé állít mindannyiunkat. Kerületi vagy ide kötődő művészeket és újbudai képviselőket kérdeztünk, miért tartják fontosnak, hogy otthon maradjon mindenki, mit javasolnak ennek kihasználására, illetve hogy ők maguk milyen új szokásokat vettek fel ebben az időszakban.

BALÁZS ANDREA SZÍNLMVÉSZ

Több mint egy hónapja kizárólag akkor mozdulok ki a házból, ha az tényleg elkerülhetetlen. En azon szerencsések közé tartozom, akik otthonról is tudnak dolgozni; kapok megkezdést online televíziós felvételre, verseket, illetve meséket olvasok fel, a Talent Stúdió tanáraként a digitális oktatásban is részt veszek. Szabadidőmben pedig önkénteskedem: én szakkezelő iskolában varrónőként végeztem. Ezt a szakmát soha nem gyakoroltam, de most elkezdtem maszkokat gyártani. Több százat készítettem már kórházaknak, rendelőknek, idősotthonoknak. Újra felfedeztem a fűzés örömeit, és a családommal is sokkal mélyebb beszélgetéseket folytatunk, mint korábban. Hiszem, hogy meg tudjuk találni a pozitív élményeket, ez erőt adhat ahhoz, hogy átvészeljük ezt az időszakot.

NYITRAI LÁSZLÓ ZENESZERZŐ, KARINTHY SZÍNHÁZ

Sokat dolgozom az otthonomtól távol, és szerettem volna tavasszal Itthon lenni. Nem pont így terveztem, de most így adódott. Persze amint javasolták, hogy mindenki maradjon otthon, azonnali börtönné kezdtem érezni. Aztán végiggondoltam: a mostani helyzet rámutatott arra, mennyire törékeny a biztonságunk, örülni kell, ha van hova visszavonulnunk. Emberek milliói veszítik el egyik napról másikra a megélhetésüket, a lakhatóságukat, a barátaikat, az életüket. Ha már otthon vagyunk, örüljünk neki, minden más választás pusztítóbb. En megpróbállok olyan dolgokat csinálni, amelyekre egyébként kevesebb időm marad. Például nyelvet tanulok, és rákattantam egy John Adams nevű zeneszerző műveire. Páfrányokat nevelek, most van idő többet tanulni rólok. Lehetne tornáznai is, csak lusta vagyok. De legalább van idő aludni. Úgy döntöttem tehát, hába ordítják a madárkák, hogy tavasz van, én inkább amennyit lehet, otthon maradok. Önök is tegyenek így.

Sohasem az áldozat a hibás

A családtagok összezártsága kiélezheti a konfliktushelyzeteket

Bántalmazott bárki lehet, kortól, nemtől függetlenül, fiatal vagy idősebb, nő vagy férfi. Jelenleg a kényszerű összezártság még inkább kiélezheti a családon belüli konfliktusokat. A családon belüli erőszak áldozatait helyzetének javítására Újbuda Önkormányzata figyelemfelhívó kampányba kezdett. Az Újbudai Humán Szolgáltató Központ pszichológusát, Mezei Ágneszt arról kérdeztük, hogy a járvány miatti speciális körülmények között hogyan tudnak segíteni a bántalmazottaknak a szakemberek.

– Több kutatás is igazolja, hogy minél tovább vannak összezárva a családtagok, annál kiéleztebb a belső konfliktushelyzet – mondta a pszichológus. – Ahol korábban is volt bántalmazás, ott most még rosszabb lehet a bezártság miatt. Ráadásul éppen az ilyen családok és áldozatok azok, amelyek/akik nagyon nehezen kérnek segítséget. Ezért is fontos, hogy minél több fórumon hirdessük, hogy van kihez fordulniuk – tette hozzá.

» Mi az oka annak, hogy nehezen szánják rá magukat az áldozatok, hogy segítséget kérjenek?



Ahol korábban is volt bántalmazás, ott most még rosszabb lehet a bezártság miatt

Az áldozattá váló személyek azt érezhetik, ügysem érten meg őket senki, büntudatuk is lehet, amiért kialakult ez a szituáció. És van egy társadalmi oldala is ennek. Még mindig meglehetősen áldozathibáztató társadalomban élünk, sokszor ez is visszatarthatja a bajban lévőket. Nagyon fontos, hogy mindenkihez eljusson az üzenet: mi nem hibáztatunk, hanem segítünk. Nem az áldozat tehet arról, hogy ilyen helyzetbe került, legyen akár felnőtt, akár gyerek. A cél mindig az, hogy a bántalmazó kerüljön ki a családból. A mostani járványhelyzet alap-

ból nehezíti azt is, hogy egy külső személy vegye észre a bántalmazást, hiszen nincs iskola, a munkahelyeken nem találkozunk nap mint nap egymással, nem vagyunk közvetlen kapcsolatban a szomszédainkkal.

» A gyermekek többszörösen veszélyeztetett helyzetben vannak, hiszen ha akarnak sem biztos, hogy megvannak az eszközeik arra, hogy segítséget kérjenek. Nekik mit tudnak nyújtani?

A gyerekeknél még inkább igaz az, ami a felnőtteknél, hogy sokkal inkább ma-

gukat hibáztatják, mintsem hogy segítséget kérnének. Őket is arra biztatjuk, hogy nyugodtan megkereshetnek bennünket. Vannak kifejezetten nekik szóló lelkisegélyvonalak, például a Kék-Vonal, amit éjjel-nappal hívhatnak ingyenesen és anonim módon. A Kék-Vonalon cselelni is tudnak, ami azért nagyon fontos, mert az összezártságban lehet, hogy egy telefonhívás kezdeményezése is problémát okozhat.

» Újbuda Önkormányzata plakátkampányt indított a családon belüli erőszak áldozatainak érdekében, amellyel arra hívja fel a figyelmet, hogy van segítség, senki nincs egyedül. Milyen eredményekkel járhat egy ilyen kampány?

Maguk az áldozatok szembesülhetnek azzal, hogy miben élnek. Aki tartósan bántalmazó közegben van, egy idő után már természetesnek éli meg. Ezek a felhívások segítenek abban, hogy felismerjék a helyzetüket, illetve abban, hogy elhiggyék, nem kell egyedül szembenéznük ezzel a hatalmas problémával. És nagyon lényeges az is, hogy a kampány révén mindenki láthatja, melyek a családon belüli erőszak árulkodó jelei, így a szomszédság vagy a közvetlen környezet is szembesülhet ezzel, és közreműködhet az esetleges családon belüli bántalmazás feltárásában. Talán a figyelemfelkeltő kampány nyomán a környeztet is érzékenyebb lesz a segítségnyújtásra.

T. E.

Itthon maradunk

PELLER KÁROLY SZÍNLMVÉSZ

Azért alapvető, hogy mindenki otthon maradjon, mert így remélhetőleg hamarabb találdozhatunk szereteteinkkel. Addig is megnézek egy csonó filmet és sorozatot, előlvasom azokat a könyveket, amelyek ott várnak az éjjeli szekrényemben. A ház körül és a házban el tudom végezni azokat a dolgokat, amelyekre eddig azt mondtam, erre most nincs időm. Például a szekrényemből végre kikerültek azok a ruhák, amelyeket már évek óta nem hordtam. Sokkal többet beszélek telefonon a szeretteimmel, minden nap pontban 15 órakor pedig a Karinty Színházban játszotk Tanár úr kérem! színészcsapatával videocsatlóknk. Mindenkinél ajánlom, hogy jelöljék ki minden napra valami feladatot. Nem kell egy nap alatt megcsinálni mindent. Beszéljünk sokat a szeretteinkkel, ők is örülni fognak neki.



DAÁM ALEXANDRA ÖNKORMÁNYZATI KÉPVISELŐ

A fegyelmezett otthonlét és a megélhetési bizonytalanság különösen nagy terhet róhat most vállainkra. Új élethelyzetünk mégis rejthet lehetőségeket magában. Lelassult az életvitelünk és a minket feltöltő tevékenységekre fordíthatunk időt. Számomra mindez a szeretteimmel való hosszas telefonbeszélgetéseket, az önkénteskedéssel töltött órákat, vagy épp az otthoni növényeim gondozását jelenti. Mindezt az elkövetkező hetekhez minden újbudainak sok sikert kívánok, önkormányzati képviselőként pedig továbbra is azon fogok dolgozni, hogy segítő kezét nyújtsak az itt lakóknak.



BALÁZS ANDREA SZÍNLMVÉSZ

Több mint egy hónapja kizárólag akkor mozdulok ki a házból, ha az tényleg elkerülhetetlen. En azon szerencsések közé tartozom, akik otthonról is tudnak dolgozni; kapok megkezdést online televíziós felvételre, verseket, illetve meséket olvasok fel, a Talent Stúdió tanáraként a digitális oktatásban is részt veszek. Szabadidőmben pedig önkénteskedem: én szakkezelő iskolában varrónőként végeztem. Ezt a szakmát soha nem gyakoroltam, de most elkezdtem maszkokat gyártani. Több százat készítettem már kórházaknak, rendelőknek, idősotthonoknak. Újra felfedeztem a fűzés örömeit, és a családommal is sokkal mélyebb beszélgetéseket folytatunk, mint korábban. Hiszem, hogy meg tudjuk találni a pozitív élményeket, ez erőt adhat ahhoz, hogy átvészeljük ezt az időszakot.



NYITRAI LÁSZLÓ ZENESZERZŐ, KARINTHY SZÍNHÁZ

Sokat dolgozom az otthonomtól távol, és szerettem volna tavasszal Itthon lenni. Nem pont így terveztem, de most így adódott. Persze amint javasolták, hogy mindenki maradjon otthon, azonnali börtönné kezdtem érezni. Aztán végiggondoltam: a mostani helyzet rámutatott arra, mennyire törékeny a biztonságunk, örülni kell, ha van hova visszavonulnunk. Emberek milliói veszítik el egyik napról másikra a megélhetésüket, a lakhatóságukat, a barátaikat, az életüket. Ha már otthon vagyunk, örüljünk neki, minden más választás pusztítóbb. En megpróbállok olyan dolgokat csinálni, amelyekre egyébként kevesebb időm marad. Például nyelvet tanulok, és rákattantam egy John Adams nevű zeneszerző műveire. Páfrányokat nevelek, most van idő többet tanulni rólok. Lehetne tornáznai is, csak lusta vagyok. De legalább van idő aludni. Úgy döntöttem tehát, hába ordítják a madárkák, hogy tavasz van, én inkább amennyit lehet, otthon maradok. Önök is tegyenek így.



Nem!

Nincs egyedül.

BÁNTALMAZÁS? MEGALÁZTATÁS? FENYEGETÉS A NÉGY FAL KÖZÖTT? CSAK EGY POFON?

Ha Ön is átélte és segítségre szorul, vagy családon belüli erőszakos eseményt sejt, lát vagy hall, kérjük, szintén forduljon segítségért a lenti telefonszámok bármelyikén!

+36 30 459 5090

Újbudai Humán Szolgáltató Központ Krízisvonal

NAME Alapítvány **+36 80 505 101**

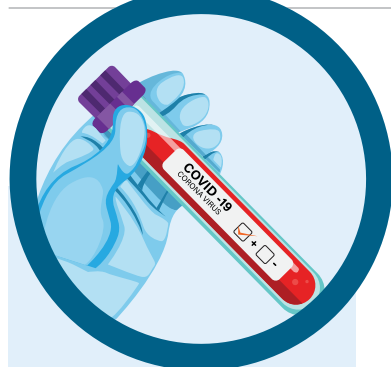
Országos Kríziskezelő és Információs Telefonszolgálat

+36 80 205 520

Gyermekebántalmazás esetén Kék-vonal

116 000





Európai országokban elvégzett tesztek száma

● egymillió főre vetítve

● összes elvégzett teszt száma

379 551

37 223

153 954

31 179

1 846 934

30 547

1 414 477

30 253

247 754

27 509

2 072 669

24 738

234 985

21 943

81 338

14 898

213 372

12 453

166 993

8681

324 527

8575

70 300

7277

463 662

7103

45 208

6506

104 544

2390

Kulcskérdés a tömeges tesztelés

Magyarországon még csak most kezdődik el a széles körű szűrés



Az egyik legvitatottabb kérdés a koronavírus-járvány kapcsán, hogy mennyit és hogyan segíthet a tesztelés a védekezésben. Bár rengetegen hangsúlyozzák, hogy a szűrés alapvető fontosságú, mégis vannak országok, ahol csak csekély mértékben, másutt viszont tömegesen élnek ezzel a lehetőséggel.

Ma már egyértelműen látszik, hogy azok az országok érték el a legnagyobb sikereket a koronavírus elleni védekezésben, amelyek a leghamarabb végeztek el elégséges számú tesztet, mint például Dél-Korea. Sikert könyvelhetnek el a németek is, akik a tömeges megbetegedést és főleg a halálozások megugrását tudták így elkerülni. Ám fontos kiemelni, hogy a teszt önmagában nem állítja meg a járványt, ezt még számos tényező befolyásolhatja – például, hogy a kitorés mely szakaszában kezdik el a vizsgálatokat, logisztikailag megvalósítható-e a nagyszámú tesztelés. Sok függ attól is, hogy van-e elég e célra bevethető egészségügyi szakdolgozó és eszköz, a pozitív esetek mellé társul-e kontaktutatás, illetve miként különítik el a fertőzötteket.

Drága és lassú, vagy olcsó és pontatlan

Az sem mindegy, hogy milyen típusú teszteket használnak; jelenleg kétfajta létezik a koronavírus kimutatására, a biztosabb a PCR típusú, amely magát a vírust keresi a szervezetben, örökítő anyagok után kutatva. A mintavétel egy hosszú vékony pálcikával történik orron és szájon keresztül, a váladékminiat speciálisan beöltöztött személyeknek kell levenniük, megfelelő dobozokba kell tenniük, amelyek nem engedik kiszökni a vírust, a tenyésztést pedig laboratóriumi körülmények

között végzik. Összefoglalva, ez nagyon precíz, alapos, drága és időigényes eljárás. A másik a vérvételen alapuló szerológiai teszt, amely nemcsak az aktív fertőzést mutatja meg, hanem azt is, ha valaki már korábban átesett rajta. Ilyenkor a vérben azokat az antitesteket vizsgálják, amelyeket az immunrendszer bocsáj-

Magyarország a sereghajtók között van a szűrésben

tott ki, hogy elpusztítsa a vírusokat. Ez a teszt jóval egyszerűbben elvégezhető, mint a PCR, ugyanakkor kevésbé megbízható, mert csupán az immunválaszt vizs-



gálja, ám az antitestek kezdetben – sőt, egyes esetekben a betegség teljes lefolyása alatt – nem feltétlenül termelődnek kimutatható mennyiségben. A módszer hatékonyságát továbbbrntja, hogy számos hibás, rossz minőségű, pontatlan antitesttesztet dobtak piacra, amely fals eredményeket ad. A hivatalos kimutatásokba ezért is csak a PCR-tesztek eredményei kerülnek be, amelyeket központilag rendelnek el, és többek között ezért szerepel ilyen alacsony tesztszám a statisztikákban.

Önmagukért beszélő számok

A kormányzati tájékoztatási oldal április végi adatai szerint Magyarországon kevesebb mint 70 ezer tesztet végeztek el. Az európai élmezőnybe, vagyis a lakosságarányosan legtöbbet tesztelők közé nem meglepő módon a kisebb államok tartoznak, hiszen ezekben könnyebb aránylag sok embert elérni. Izlandon például majdnem 130 ezer teszt jut egymillió lakosra. Így sokkal pontosabb képet kaphattak a koronavírus-helyzetről és a fertőzés tényleges halálozási rátájáról. Izland esetében ez 13 százalékos tesztelési arány mellett 0,56 százalék. Ez alapján

kimutatni, hogy ki esett már át a betegségen. Kaliforniában 3300 önkéntest vontak be a kísérletbe, és megdöbbentő eredményre jutottak: a hivatalosan ismert esetszámnál ötszezer-nyolcvanszor többet detektáltak, azaz ennnyivel többen estek át a fertőzésen tünetmentesen vagy enyhe tünetekkel. Hasonló intézkedési tervet jelentett be Szlovénia is, ahol magasabb a halálozási arány, mint a környező országokban.

Keveset és későn

Árkar összességében, akár lakosság-száma vetítve nézzük, egyértelmű, hogy Magyarország nemcsak a régióban, hanem európai viszonylatban is a sereghajtók között van a szűrésben. Miközben a tesztszám és így az esetszám viszonylag alacsony nálunk, a halálozási arány a megerősített esetszámra vetítve kiugróan magas, meghaladja a 10 százalékot. Ilyen arány általában ott figyelhető meg, ahol egy tomboló időszak után már lefutóban van a járvány – Olaszországban, Spanyolországban, Belgiumban –, nálunk azonban még felfelé tart a görbe. Amíg nem léptünk be a tömeges megbetegedések szakaszába, és csupán bizonyos csoportokon belül terjed a járvány, addig nem lehet teljesen tisztán látni.

A nemrég közzétett adatok szerint a hazai koronavírus-fertőzöttek 30 százaléka a kórházakhoz, illetve a szociális ellátórendszerhez kapcsolható. A kórházi járványoktól függetlenül az esetek közel 5 százalékában egészségügyi dolgozó fertőződött meg, míg a megbetegedések csaknem negyede egyéb zárt közösségekhez köthető, például az időszottho-

Foto: Ivan Fedism/AFIP

K. A.

Nem kell maszkot adni a kutyára, de ügyeljünk a higiéniára

Most lett igazán fontos a felelős kutyatartás

A koronavírus terjedésének megelőzése érdekében az ebtartóknak is új tudnivalókat és új szabályokat kell szem előtt tartaniuk.

Minden felelős kutyatartó gazdában megfogalmazódhatott az elmúlt hetekben a kérdés, vajon elkaphatja-e egy kutya a koronavírus, és ha igen, akkor milyen tünetekkel jár nála a fertőzés. Megnyug-



tatásként szolgálhat, hogy az Egészségügyi Világszervezet (WHO) március végi tájékoztatása szerint a jelenlegi ismeretek alapján nincs ok aggodalomra, az ebek nem fertőződhetnek meg.

– A kutyák természetesen elkaphatnak különböző koronavírusokat, ám fontos megemlíteni, hogy ezek semmilyen, ismétlem: semmilyen formában nem kapcsolhatók össze a jelenleg globális krízishelyzetet okozó új generációs, a Covid-19 betegséget okozó koronavírussal – nyilatkozta március elején a CNN amerikai hírszolgálatának dr. Jane Gray, a Hongkongi Állatvédelmi Egyesület (SPCA) főállatorvosa. Azóta is folyamatosan zajlanak kutatások a témával kapcsolatban a világ több országában, de egyelőre mind a WHO, mind az SPCA, mind pedig más szervezetek kártartanak amellett, hogy az ebek nem fertőződhetnek meg az új típusú koronavírussal.

Jogosan vetődik fel a kérdés, hogy ha a kutyák nincsenek is

kitéve a fertőzésveszélynek, vajon milyen szerepet játszanak a vírus terjesztésében. Erre igen nehéz válaszolni. A kutyák önmagukban nem felelősek a járványért – áll a WHO március eleji közleményében –, ám az állatokon megtelepedhetnek különféle vírusok, baktériumok.

Hasonlóan vélekedik a témáról Nagyné Hírbek Edina, a ZöldEb – Kutyás Érdekvédelmi Egyesület elnöke, aki szerint a vírus terjedésében nagy szerepet játszik az állatokkal való személyes kontaktus. A ZöldEb vezetője korábban már nyomatékosan felhívta a kutyatulajdonosok figyelmét a simogatás, az ölegetés és az egyéb érintkezések mellőzésére. Gyakran felmerülő kérdés az is, hogy mit tegyen az, aki megfertőződik a vírussal, és nem tudja hozzátartozóira vagy ismerőseire bízni kedvencét. Ilyenkor a ZöldEb önkéntesei is tudnak segíteni, a karantén idejére vállalkoznak az állatok felügyeletét.

– Az egyesület segélyszolgálatára egyre népszerűbb, sőt, az utóbbi időben új szolgáltatások is születtek – mondta el Nagyné Hírbek Edina. Nagy segítséget jelenthet például az idősebbeknek, hogy a szervezet tagjai vállalják a kutyáik napi sétáltatását, szabályszerűen és lehetőleg óvatosabb módon. K. K.



Az újpesti Állatvédelmi Járőrszolgálat munkatársai néhány napja főpróbat tartottak, és bemutatták, milyen szigorú protokoll szerint járnak el, ha a gazdi kórházi karanténja miatt egyedül maradt állatokra kell vigyázni. A képriportot Baski Sándor készítette.

Az első és legfontosabb lépés a védőfelszerelés felöltése, külön odafigyelve rá, hogy a járványkórházakban használtakhoz hasonló speciális overallok légmentesen záródjanak.



A fertőzésveszély elkerülése érdekében a gazdák tisztítsák gyakran a kutyák mancsait, mivel ott telepedhet meg a legnagyobb eséllyel a vírus. Szintén fontos, hogy az utcán és a kutyafuttatók területén az ebek ne érintkezzenek egymással. Ha lehet, mellőzzék a játékok közös használatát, és mindenképp ügyeljenek a távolságtartásra (elsősorban a zártabb tereken). Egy friss szabályozási javaslat értelmében egy kutyafuttató területén egyszerre legfeljebb öt-hat ember tartózkodhatna.



A helyszínrre érkezve először fertőtlenítk a kutya szőrét és a tappancsait, majd elszállítják a bázisra.

Az állatot a járórszolgálat bázisán alaposan kivizsgálják, illetve Betadine-oldatos fertőtlenítő vízben megfürdetik, majd az egyszer használatos felszerelést elkülönítve kidobják. A mentőautót ki- és belépéskor sterilizálják.

KUTYAFUTTATÓK HÁZIRENDJE

A gazdik tartsák meg a 3 méteres távolságot egymástól!

Egymás kutyáját ne simogassák!

A futtató területén egyszerre ne tartózkodjon több 5 kutya-gazdi párosnál!

Vigyázzunk egymásra és viseljünk maszkot!

Újbudán hatékony a védekezés | Alkalmatlan maszkok a házi orvosoknak? | Dorogi doktor koronavírus tapasztalatai

Újbuda orvosai: virtuális vizit

A szakma által elfogadott hatékony vakcina még nincs, a koronavírus-járvánnyal szembeni küzdelemben messze még a győzelem. Ezért is fontos a védekezés, az egymásra figyelés. Négy szakembert kérdeztünk járványügyi veszélyekről, feladatokról és lehetséges megoldásokról. Abban mindannyian egyetértenek, hogy rengeteg múlik az egyéni felelősségvállaláson, és nagyon sokat köszönhetünk az önkormányzatok segítségnyújtásának.

Az emberek fegyelmezettségének köszönhető az eredmények

Falus Ferenc tüdőgyógyászt, korábbi országos tisztifőorvost arról kérdeztük, lát-e arra esélyt, hogy belátható időn belül lesz olyan vakcina, amely egyrészt megvédi a vírustól, másrészt nem veszélyezteti túlzottan azok egészségét, akik megkapják az oltást. A szakember szerint a vakcina előállításának csak az első és legegyszerűbb szakasza lesz az oltóanyag megtalálása. Sokkal komplikáltabb és idő-

FALUS FERENC: A legjobb forgatókönyv szerint is leghamarabb talán jövő nyáron lesz megfelelő vakcina

igényesebb meggyőződni arról, hogy az veszélytelen is, és nincsenek súlyosabb hatásai, mint magának a vírusnak. Olyan védőoltás kell, amely akkor sem okoz komolyabb mellékhatásokat egyetlenegyszer sem, ha egymillió ember kapja meg. – Az én véleményem szerint a legjobb forgatókönyv alapján is leghamarabb körülbelül jövő nyáron lesz ilyen vakcina – mondta a szakember. – Oltóanyag lehet hamarabb, a kipróbálások elkezdődhetnek, ám hogy tömegesen hozzá lehessen férni, az nem várható egy éven belül. Egyelőre arról sincs fogalmunk, hogy ezt a bizonyos oltóanyagot, amely tényleg hatásos és kockázatmentes, milyen technológiával lehet majd előállítani – tette hozzá.

– Jelenleg kétféle kísérlet zajlik – számolt be a tüdőgyógyász. Az egyikben azokat a gyógyszerket vizsgálják át, amelyek már engedélyezettek, a gyártásuk megengedett és hozzáférhető. A másik módszer, hogy olyan vegyületeket keresnek, amelyek a vírus tudóban való kötődését gátolják. Arra a kérdésre, nem áll-e fenn annak a veszélye, hogy a nagy sietség miatt olyan vakcina kerül forgalomba, ami többet árt, mint használ, a szakember válasza az, hogy ennek a kockázatnak ki vagyunk téve. – Ez nem újdonság, hiszen számos olyan gyógyszerrel tudunk, amelyet évek vagy évtizedek múltán kellett kivonni a forgalomból, mert kiderült, hogy túl nagyok a mellékhatásai. Minden új hatóanyag esetében fennáll ez a kockázat – hangsúlyozta az egykori tisztifőorvos.

Falus doktor szerint a magyarországi megbetegedések száma azt tükrözi, hogy nagyon hatékony az emberek fegyelmezettsége: távolságot tartanak, maszkot hordanak, otthon maradnak. Ennek köszönhető, hogy a korlátozó intézkedéseket enyhíteni lehet. Ezt azonban csak nagyon lassan és fokozatosan szabad megtenni, folyamatosan figyelni kell a megbetegedések számának alakulását, és ehhez viszonyítva kell meghozni a mindenkorli intézkedéseket.

Egy járványt nem a csúcsponton kell megfogni, hanem csírájában

Komáromi Zoltán házi orvos nem derülátó a védekezést illetően. Szerinte ahhoz, hogy hathatós lehessen a vírus elleni harc, három fő feltételnek kell teljesülnie. Az első, hogy a házi orvosok biztonsággal felismerjék a betegséget. – Úgy gondolom, ebben a kérdésben az orvosok maximálisan felkészültek, a szak tudással nincs probléma – hangsúlyozta Komáromi doktor. – A másik fontos



KOMÁROMI ZOLTÁN: Járványügyi vészhelyzet van, ahol a kormány feladata lenne ellátni a házi orvosokat védőfelszerelésekkel

kérdés viszont, hogy mennyire vagyunk alkalmasak a munkára felszerelés, infrastruktúra terén. Itt már nagyobb bajok vannak. Járványügyi vészhelyzet van, ahol a kormány feladata ellátni a házi orvosokat védőfelszerelésekkel, tesztekkel, a mintavételhez szükséges eszközökkel. Szintén az államnak kellene biztosítani, hogy a vírushelyzettel kapcsolatos információk, vizsgálati anyagok bekerüljenek a laboratóriumokba, és az eredmények visszakérüljenek a házi orvosokhoz. Ebből azonban sajnos semmi sem valósul meg – hívta fel a figyelmet a házi orvos.

– Az állam ezelőtt másfél hónappal fejenként ötven sebész maszkot és három FFP1-es maszkot adott a házi orvosoknak, ezek egyike sem fejt ki semmiféle szű-

rőhatást, használatukkal a doktorok védtelenek. Gyakorlatilag ötvenhárom védekezésre alkalmatlan maszkot kaptunk – mondta Komáromi Zoltán. – Pedig állítólag az állam raktárai már zsúfolva vannak megfelelő maszkokkal, védőruhákkal, pajzsokkal, felszerelésekkel. De mi, házi orvosok ebből semmit sem láttunk, arra való hivatkozással, hogy mi nem találkoztunk betegekkal. Hogy-ne találkoznánk?! Épp az a legnagyobb veszély, hogy valaki úgy is megfertőződhet a vírussal, hogy nem is tud róla, eltelik egy-két hét, semmi tünete nincs, viszont addigra már tizenöt-húsz embert megfertőzött. Mi olyan hasfájós, reumatikus, szívbeteget, cukorbeteg embereket látunk el nap mint nap, akiknek nincsenek járványos tüneteik, ám lehet, hogy ott bujkál bennük a vírus. Ha nem megfelelő védőfelszerelésben vizsgáljuk őket, akkor könnyen elkaphatjuk, és a következő páciensnél esetleg már mi adjuk tovább – fűzte hozzá.

– Egy járványt nem a csúcson kell megfogni, hanem csírájában – emelte ki Komáromi Zoltán. – Az önkormányzatok megpróbálnak segíteni, olykor erejükön felül. Több önkormányzattal is beszéltem az elmúlt napokban, a XI. kerület mellett a VI. és VII. kerülettel is. Mindenki gyakorlatilag az önkormányzati pénzből beszerzett tesztekért várja, hogy legalább a saját dolgozóikat és az idősothonban lakókat rendszeresen tudják szűrni. Nagyon szurkolok, hogy ezek a beszerzések sikeresek legyenek, és nagyon szurkolok azért is, hogy az önkormányzatok erre fordított költségeit az állam, ha most nem is, de később megtérítse – mondta.

A betegek érdekében elővigyázatos volt a fertőzött orvos

Dorogi Gábor XI. kerületi házi orvos egyike azoknak, akiket megfertőzött a koronavírus. Szerencséje volt, viszonylag enyhé tünetekkel vészelte át, és már meggyógyult. Újra rendelt, ám ehhez két hét karanténra és három negatív tesztre volt szükség, valamint szigorú szakmai szabályoknak kellett megfelelni.

Mint mesélte, először akkor kezdett gyanakodni, amikor észrevette, hogy nem érzi az ízeket és az illatokat.

DOROGI GÁBOR: Az egészségügyben, betegekkel dolgozom, természetesen nagyon körültekintőnek kell lennem, ezért azonnal bementem a Szent László Kórházba

– Pár nappal a tünetek jelentkezése előtt olvastam egy szakmai cikket arról, hogy egyes esetekben az ízelet, illetve a szaglás elvesztése a legelső tünet. Rá két vagy három napra a vacsoránál feltűnt, hogy nem érzem az ízeket, és ez másnap reggel sem változott. Két-három óra múlva hőemelkedésem is lett. Mivel az egészségügyben, betegekkel dolgozom, természetesen nagyon körültekintőnek kell lennem, ezért azonnal bementem a Szent László Kórházba. Be is igazolódtam a gyanúm, pozitív lett a teszt – mondta.

Dorogi doktornak nem voltak nagyon súlyos tünetei, de azért jött a többi is: izomfájdalom, gyengeség, hőemelkedés. Pár nap után szinte teljesen tünetmentes lett, aztán kezdődött minden előlről. – Már örültem, hogy meggyógyultam, ennyi volt a betegség, amikor újra kezdődött. Izomfájdalom, egy kis hőemelkedés, levertség. És ez ismétlődött többször is. Legalább kétszer-háromszor hittem azt, hogy már vége, amikor újra jelentkeztek. De mire lejárt a kéthetes karantén, a tünetek elmúltak, és többé nem is jöttek vissza – mesélte a házi orvos.

Az otthoni karantén Dorogi doktor egész családjára vonatkozott, annál is inkább, mivel felesége – akinek másfél hónappal korábban volt gerincműtétje – szintén megfertőződött. Tizennyolc esztendő gyermekek azonban nem kapta el a vírust, noha egy fedél alatt él velük. Ő a jelek szerint azon kevesek közé tartozik, akik immunisak a koronavírusra.

Arra még a szakemberek sem tudják a választ, miként lehetséges, hogy a lakosság 15–20 százaléka nem érzékeny erre a vírusról. – Néhány hete mindenki engem sajnált, mert megfertőződtem, most meg mindenki engem irigyl – mondta derűsen Dorogi doktor. – Egy két lábon járó vakcina vagyok, tele antitesttel, legalábbis az orvostudomány mai állása szerint. Bár sokan megkérdőjelezzik, hogy aki már egyszer kigyógyult a betegségből, az újra nem kapja el. Amit viszont biztosan tudni lehet, hogy vannak általános tünetek. A három nagyon súlyos: a magas láz, a nehézlégzés és a száraz köhögés – foglalja össze a gyógyult házi orvos. – Ezek már mindenki előtt ismertek, ám vannak olyanok is, amelyek kevésbé gyakoriak, de fontos odafigyelni rájuk. Például az izomfájdalom, a felsőlégúti hurutos tünetek és az íz-, illetve szagérzékelés romlása. A kezelésben a paracetamol készítményeket ajánlják a szakemberek általános láz- és fájdalomcsillapító, gyulladáscsökkentő hatásuk miatt, illetve egyes szakmai cikkek antibiotikum-kúrát is javasolnak, megelőzendő a tüdőgyulladást, a szövdményeket. Vitámt érdemes fogyasztani, de mértékkel, mert bizonyos szakmai nézetek szerint például a túl sok C-vitamin akár kedvezhet is a vírus kapcsolódásának – tette hozzá Dorogi Gábor.

Még csak most jön a neheze
Lehoczky Péter, a Szent Kristóf Szakrendelő főigazgatója szerint a járvány alakulásában még csak most jön a neheze. Ezért fontos, hogy legyen még energia otthon maradni és figyelni egymásra. – Viseljünk maszkot, védjük embertársainkat – hangsúlyozta a főigazgató.

– Elvileg kizárólag sürgősségi ellátást vehetünk a szakrendelőben, de ez a határ nem éles. Mi mindenkit arra biztatunk, ha a már meglévő betegsége rosszabbodik, telefonáljon a házi orvosnak, vagy ide, hozzánk. Ha baj van, segítünk – hangsúlyozta Lehoczky Péter. A korábbi körülbelül 3500 helyett most mintegy 400 beteg fordul meg naponta a szakrendelőben. De várható, hogy ez a szám nőni fog, hiszen, ahogy a főigazgató fogalmaz, nem csak a koronavírus van a világon. – A betegeket gyógyítani kell. És továbbra is komoly gondot okoz a védőfelszerelés hiánya – mutatott rá Lehoczky doktor. – Úgy gondolom, a kormány feladata lett volna gondoskodni a felszerelésekről, annál is inkább, mert bizonyos eszközök beszerzése állami közeli megállapodásokhoz kötött, tehát mi az állam segítségével nem is tudunk hozzájutni ezekhez. *Szijártó Péter* külügyi és külügyminiszter elmondta, hogy

felszerelték a kórházakat. Nekünk azonban itt, a szakrendelőben, valamint házi orvosainknak a kerületben, nem jutott a védőfelszerelésekből. Magunknak kellett beszerezni önkormányzati segítséggel. Jelenleg 25 millió forintot tudunk erre fordítani, de további 40 milliót engedélyezett az önkormányzat. Így a kerület támogatásával időben fel tudunk készülni már a járvány előtt is, és most is kellőképp fel vagyunk készülve – hangsúlyozta a szakember. – Felvettük a kapcsolatot a szociális há-

LEHOCZKY PÉTER: Megtörtént a tesztelés is az idősothonban. Mondanom sem kell, hogy ezeket a tesztek is mi magunk szereztük be, állami segítség nélkül

lózattal, az idősek otthonával, megkérdeztük őket, mire van szükség. A szociális intézményekben dolgozó munkatársainkat is el tudtuk látni most már olyan speciális maszkkal, az FFP2-vel, amelyik megvédi őket a vírussal szemben. Higiénés főorvosunk az idősek otthonában a szociális gondozói részen tartott továbbképzést, mire kell figyelni, hogy az idősek embereket védjék, és közben az ápolók se fertőződjenek meg. Megtörtént a tesztelés is az idősothonban. Mondanom sem kell, hogy ezeket a tesztek is mi magunk szereztük be, állami segítség nélkül.

– Önkormányzati segítséggel tehát mindenkit le tudtak tesztelni, a dolgozókat és a bentlakók egyaránt – emelte ki a főigazgató, aki szerint még legalább hónap nehéz időszak áll előttünk a járványban. Azt javasolja, továbbra is maradjon energiánk arra, hogy védjük egymást és magunkat, mindenki hordjon maszkot, gumikesztyűt, és csak akkor mozduljon ki otthonról, ha nagyon muszáj.

Újbuda

A MASZKHORDÁSRÓL

Komáromi Zoltán:

„Ez egy járvány, cseppfertőzéssel terjed, ha a lehető legkevesebb időt töltöm közösségben, vásárlással, ha használom a kézfertőtlenítőt, ha maszkot viselek más emberek jelenlétében, akkor jelenem a többi embert.”

Falus Ferenc:

„Az, hogy Karácsony Gergely, Budapest főpolgármestere elrendelte a kötelező maszkhasználatot, az egyik legfontosabb intézkedése volt az országnak. A főpolgármester ebben az ügyben példamutatóan járt el. A fertőzést és a tömeges megbetegedést úgy lehet gátolni, hogy akik nem tudják magukról, hogy fertőzöttek, azok ne fertőzhessenek meg másokat.”

Lehoczky Péter:

„Még most jön a neheze, úgyhogy kell még energia a türelemre és odafigyelésre. Mindenki hordjon maszkot és gumikesztyűt!”



Piac a járvány idején

A vásárlási időszakokat kifogásolták a legtöbben

A Bikás parki piacon is érződik a koronavírus-járvány hatása: a területet az előírásoknak megfelelően körbekerítették szalaggal, a bejáratoknál biztonsági emberek igyekeznek betartatni a rendet.

A többi piachoz, illetve étel- és italboltokhoz hasonlóan reggel kilenc órától délig ide is csak a leginkább veszélyeztetett korosztály képviselői, azaz a 65 év fölöttiek léphetnek be. A korábban érkező fiatalabbak kilenc óra körül gyorsan befejezik a vásárlást, az idősek pedig nagy tömegben várnak a bejutásra. Elég kényelmetlen mindenkinek ez a helyzet, de legtöbben türelemmel kezelik. Megkérdeztük a piacra járókat és az árusokat, hogyan élik meg ezt a nehéz időszakot, mennyiben változott meg az életük a járvány kitörése óta, mire figyelnek oda különösen, illetve hogyan látják az önkormányzat, valamint a kormányzat intézkedéseit.

Csaba (38)

Tizenhat éve járok rendszeresen erre a piacra. Rossz így sietve vásárolni. Főleg zöldszéget, szárazárut és tojást szoktam venni, meg grillcsirkét, de azt most nem tudok, mert még nem sült meg, nekünk viszont már át kell adni a helyet az időseknek. A vásá-

zerencsére nem túl sokat. Kormányzati szinten sok a kapkodás, a nem kellően átgondolt, ad hoc intézkedések nem segítenek az emberek helyzetén.

Tamás (59)

Én úgy látom, hogy a járvány kitörése óta kevesebbet lehet vásárolni, mert annyira árus. Igaz, a kereslet is csökkent, mert jóval kevesebben vagyunk mi, vevők is. Ez amiatt is lehet, hogy az idősebbek csak külön időszokban jöhetnek, de szerintem aki ideszokott, az most is eljön, mert ez egy jó piac. Jók az árak, érdemes ide kijárni. Én örülök annak, hogy a kormányzati előírásoknak igyekeznek itt is megfelelni. Múlt héten ingyen maszkot is osztottak a vásárlóknak. Jónak tartom, hogy vannak, akik vigyáznak itt a rendre, nem zavaró a biztonságiak jelenléte. Csőpet sem érzem túlzónak ezeket a rendelkezéseket, ez szükséges ahhoz, hogy ne terjedjen tömegesen el a vírus. A magánéletemben az okoz nehézséget, hogy a munkahelyem már csak négy órában foglalkoztat, anyagilag ez megterheli a családot, de szerencsére a többiek még normál munkaidőben dolgozhatnak. Ami nagyon rossz, hogy a gyerekeinkkel, akik már nem velünk élnek, nem találkozhattunk, de az internet segítségével látjuk őket is. Próbáljuk valahogy túlélni ezt a nyomorult időszakot.



„Sokan panaszkodnak amiatt, hogy ideálisabb lenne, ha az idősek jöhetnének előbb, hattól kilencig

életmiserben nincs hiány. Mindent én veszek meg, a feleségemet nem engedem ki az utcára, őt jobban féltém, mint magamat. Remek maszkot kaptam a cégetől, egyébként szerencsére januárban felkészültem az influenzajárvány időszakára, és jól bevásároltam kézfertőtlenítőtől. Ha hazamegyek, a ruháimat azonnal kimosom, és megmosom a kezem. A tojásonál meg akartam tartani az előírt távolságot, de egy bácsika bevágott elem, és még fel is volt háborodva, amikor szóvá tettem. Én nyugdíjas fodrász vagyok, egyéni vállalkozó, de egy hónapja már nem dolgozom. A vendégek érdeklődnek, mikor nyitok ki, de én úgy döntöttem, megvárom a májust, noha a fodrászüzleteknek megengedik, hogy nyitva legyenek. Szerintem ez egy hibás döntés, mert mi közvetlen kapcsolatba kerülünk a vendégeink arcával, nagyon ki vagyunk téve a fertőzésveszélynek. Én gyűrok arra, hogy a karjaimat megnövessem, de nem megy. Hajvágás, hajmosás közben nem lehet másfél méteres távolságot tartani. Főleg azt viselem nehezen, hogy nem lehet tudni, mikor lesz ennek vége. Heti egyszer járok boltba és ide, a piacra, a fennmaradó időben igyekszem otthon maradni, hogy minél jobban vigyázzak magamra.

Ilona (36)

Hústermékeket árulunk itt, a piacon, sajnos jelentősen csökkent a forgalom, amióta kitört a járvány. Új szolgáltatást kellett indítanunk, hogy pótoljuk a kieső

naszkodnak amiatt, hogy ideálisabb lenne, ha az idősek jöhetnének előbb, hattól kilencig, majd utánuk a fiatalok.

Tibor (66)

Megváltoztatta az életemet ez a járvány, sokkal jobban odafigyelek az egészségre. Én egyedül élek. A segélyvonalon már felhívtak, hogy segítenek nekem a bevásárlásban, de nem vettem igénybe, mert a fiam gondoskodik rólam. Sajnos nem látom még ennek a járványnak a végét, de hiszek abban, hogy ha vigyázunk magunkra és betartjuk a szabályokat, akkor hamarosan leáll a vírus terjedése. Nagyon fontos az alapos kézmosás, erre nagyon odafigyelek azóta magam is.

Valéria (55)

Méhészek vagyunk, mézet árulunk a piacon. Most nyílnak a virágok, vándorolunk kell a méhekkel, nem tudunk otthon maradni. Nagyon odafigyelünk ilyenkor a megfelelő védekezésre, és óvatosan vásároljuk ki a helyszíneket is. A piac szerencsére rendben működik, nem maradnak el a vásárlóink. Édesanyám idős, ő gondozásra szorul, de én is nagymama vagyok már. Sajnálom, hogy a lányomnak most nem tudok közvetlenül segíteni a gyermeknevelésben.

Imre (69)

Minden héten kijövök ide vásárolni. A járvány ideje alatt is megkapok mindent, csak azóta jobban odafigyelek a távolságtartásra. Én együtt élek az unokáimmal, nem tudunk teljesen elkülönülni egymástól. Felajánlották ugyan a segítségüket a bevásárlásban, de nem sok értelmét látom, hiszen egy fedél alatt élünk. Sokat olvasom a híreket, tájékozódok a járvány alakulásáról. Úgy látom, hogy a kormány nem elégséges, nem szükséges intézkedéseket hoz, és azokat nem a megfelelő időben teszi meg. Az önkormányzat intézkedéseit viszont támogatónak tartom, örültem annak, hogy a rászorulókra különös figyelmet fordítottak ebben a nehéz időszakban.

Ilona (72)

Nagyon felháborítónak tartom ezt a számkivetettséget, hogy kilenc óra előtt nem léphetünk be a piacra. Ez egy nyugdíjasellenes intézkedés. Ott állunk a bejárat előtt tömegesen, az sem egészséges.

D. B. S.

Az újbudai sportélet nem adja meg magát



Bár a járvány miatt márciusban bezártak a létesítmények, lezárultak a bajnokságok, félbe maradtak az idények, a sportolók pedig kényszer szabadságra mentek, a sport világában nem állt meg teljesen az élet.

KELEN SC

Andreas van den Aker, a Kelen SC elnöke emberi döntéssel szeretné egyben tartani a náluk sportoló közösséget. Megértve egyes családok romló anyagi helyzetét,

azok a gyerekek sem esnek ki a keretből, akiknek a szülei nem vagy nem teljesen tudják befizetni a tagdíjat ebben az időszakban.

BEAC

A nagy múltú klubon belül közel 40 sportágban 5700 fő sportol rendszeresen. Márciustól az edzők, élsportolók online tréningeket tartanak, a tanfolyamokra bérletet váltóknak videós tartalmakat, edzéstervet készítenek. Az erőnléti edzések mellett karate, aerobik, jóga is szerepel a kínálatban, sőt, Újbuda kiváló sportolója, Csere Gáspár videós

Segítségnyújtó szolgáltatás számítógépekhez, okoseszközökhöz

Regisztrálni akarna valahová, de problémába ütközött? Videohívást szeretne indítani Skype vagy Viber alkalmazással? Fényképet kívánna küldeni? Esetleg az Újbuda 60+ Program Facebook-oldalával vagy csoportjaival kapcsolatban lenne kérdése? Segítünk!

A kialakult helyzetben nagyon sokan csak az internet segítségével tudnak kapcsolatot tartani családjukkal és a külvilággal. Ezért 2020. május 4-étől a már megszokott számítógépes segítségnyújtást elérhetővé tesszük telefonon és e-mailen keresztül. A szolgáltatás egyelőre minden hétfőn 12 és 16 óra, pénteken 8 és 12 óra között vehető igénybe, de nagyobb igény esetén több lehetőséget fogunk nyújtani. Kérdéseiket feltehetik a 06/70/684-7412-es telefonszámon, vagy elküldhetik e-mailben az it.60plusz@ujbuda.hu címre.

Kérjük, hogy kérdésekkel felkészülve hívják a telefonszámot!

ONLINE 60+ PROGRAMAJÁNLÓ

3-1-2 meridiántorna

Minden pénteken 14.30 órától. A részvételhez a Facebookon csatlakozzon a „3-1-2 meridiántorna (Újbuda 60+ Program)” nevű csoporthoz.

Origami

Minden hétfőn 14 órától. A részvételhez a Facebookon csatlakozzon az „Origami (Újbuda 60+ Program)” nevű csoporthoz.

Dietetikai tanácsadás

Fogni szeretne? Vagy a tudatosabb táplálkozás jegyében változtatna eddigi életmódján? Esetleg betegségével kapcsolatban tanácsstalan, mit fogyaszhathat? Kérdéseinek, problémáinak részletes leírásával várja levelét szakemberünk, hogy pontos, mindenre kiterő választ adhasson önnek. **Dr. Barna Lajosné Éva** táplálkozási szakember továbbra is várja kérdéseiket a 60plusz@ujbuda.hu e-mail címen.

Hahota jóga

Domján Ferenc, „kacagáskarnagy” hétfői napokon 8 órától tart online hahota jóga foglalkozásokat a Zoom alkalmazáson keresztül. A foglalkozásokra a domjanferenc@gmail.com e-mail címen tudnak jelentkezni, és erről az e-mail címről kapják majd a meghívót is a csatlakozáshoz. Naprakész információkért kérjük, kövessse a Facebookon az Újbuda 60+ Program oldalt!

Do-in (japán jóga)

Május 6-ától minden szerdán 12.30 órától. A részvételhez a Facebookon csatlakozzon a „Do-in – japán jóga (Újbuda 60+ Program)” nevű csoporthoz.

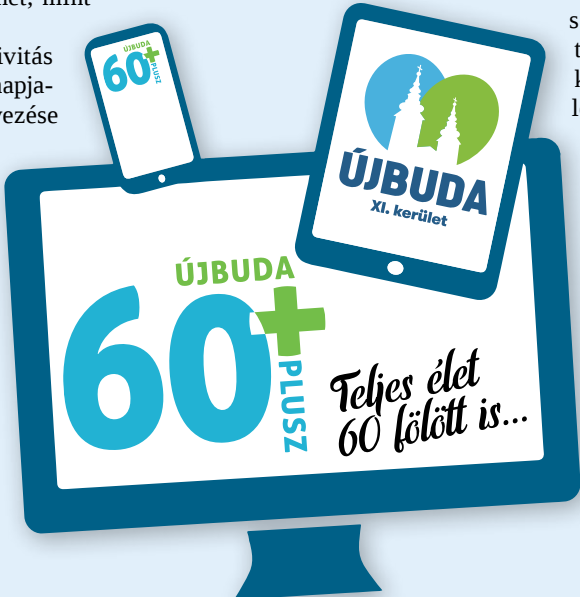


lási szokásaimon nem változtatott a járvány, a magánéletünk azonban sokkal nehezebb lett. Két kisgyerekekkel vagyunk otthon bezárva, nem könnyű. Védekezni maszkokkal, gumikesztyűvel szoktunk, nem megyünk be soha cipővel a lakásba. Ha ki kell menni valamiért, utána azonnal alaposan kezet mosunk, amikor hazaérünk. Kézfertőtlenítő mindig van nálunk, és igyekszünk megfelelő távolságot tartani másoktól. Nagyon örülök annak, hogy az önkormányzat átgondoltan cselekszik, igyekeznek annyit szorítani, amennyit kell, de

Miklós (68)

Imádom ezt a piacot, én a II. kerületből járok ide évek óta. Az én életem nem nagyon változott, a karantént tudom betartani, mert eljárok dolgozni. Lakásfelújítás közepén vagyok, minden nap szaladgálnom kell különböző árucikkért. A járvány eléggé megnehezítette a beszerzéseket, de szerencsére a piac működik,

bevételeinket, most már hához is szállítunk. Úgy tapasztalom, nemcsak mi tartjuk be szigorúan az előírásokat, hanem a vevők is maszkban, kesztyűben érkeznek, ám nem vagyok teljesen meggyőződve arról, hogy így biztonságban vagyunk, talán csak mérsékelhetjük a megbetegedéskockázatát. Az intézkedések jók, szükség szerintük, bár sokan pa-



Friss, tavaszi rizottó



A zöld spárga rostokban, vitaminokban és ásványi anyagokban rendkívül gazdag, ezért érdemes kihasználni azt az 1-2 tavaszi hónapot, míg kapható, és minél többféle ételt elkészíteni belőle. Fontos, hogy vásárláskor figyeljük arra, hogy élénkzöld színe legyen, a fejek ne konyuljanak le és a csomagba szalogva ne érezzünk dohos szagot, mert csak így lehetünk benne biztosak, hogy friss a zöldség. Pucolni nem szükséges, csupán bő vízben átmosni, majd a fás részt letörni. A spárga pontosan ott fog eltörni, ahol a fás rész kezdődik. *Parcsetich Ernő*, a VakVarjú étterem séfje kedvenc spárgarizottó receptjét hoz-



ta el, melyet pirított rákfarkakkal és gombákkal koronáz.

Hozzávalók:

- 25 dkg fagyaszott garnéla
- 15 dkg csiperkegomba
- 30 dkg zöld spárga
- 50 dkg rizottórizs

- 15 dkg vaj
- 10 dkg újhagyma
- alaplé
- parmezán

Elkészítés:

Odateszünk forni egy kisebb lábasban vizet egy kevés zó-

labikarbónával. A spárgát alaposan átmoszuk, a fás részét letörjük, fejét 5-6 cm-re vágjuk. Szólabikarbónás vízben a fejeket leforrázzuk pár másodperc alatt, majd hideg vízbe szedjük. A szárát sós vízben megfőzzük, leturmixeljük. Az újhagy-

kevés fokhagymás vajon körbe pirítjuk.

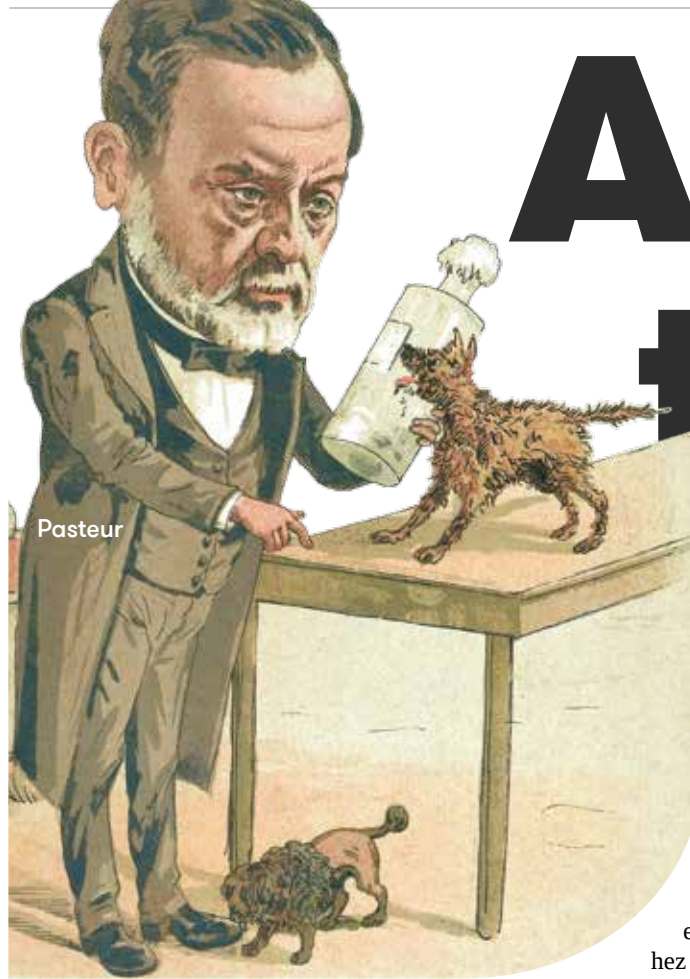
Tálaláskor a rizottót egy mélytányérba szedjük, ráhalmozunk pár szelet gombát, néhány rákot és végül a spárgák fejét. Parmezánforgáccsal díszítjük.

Jó étvágyat kívánunk!

mát tisztítjuk, összevágjuk, forró serpenyőben megfuttatjuk a vaj felén, aztán hozzáadjuk a megmosott rizst.

Pár perc elteltével felöntjük egy kevés hús- vagy zöldségalaplével, ha kell sóval, borssal ízesítjük, és fogkeményre főzzük. Hozzáadjuk a rizottóhoz a forrázott spárgát és a krémet, utána a maradék vajat, majd krémesre keverjük vigyázva, hogy a rizsszemeket össze ne törjük.

A gombákat tisztítjuk, egy kevés vajon pirosra pirítjuk és enyhén borsozzuk, miközben a kiolvasztott rákokat szintén egy



Az orvostudomány legnagyobb eredményei között szerepelnek a védőoltások, amelyek segítségével végzetes járványok tűntek el a Föld színéről, mondhatni nyomtalanul, így milliók menekültek meg az idő előtti haláltól. Szinte borítékolható, hogy a koronavírus elleni vakcina kidolgozói – ha lesz ilyen – Nobel-díjat fognak kapni, hiszen az is rengeteg emberéletet menthet meg. De vajon kik és hogyan fedezték fel az oltást mint védekező eszközt? Egyáltalán, mit tartalmaznak a vakcinák?

Bár az évezredek során számos olyan történelmi feljegyzés, visszaemlékezés maradt ránk, amely pusztító járványokról, tömeges megbetegedésekről szólt, az első oltástörténeti szempontból releváns leírásra a 9. századig kellett várni. Ekkor jegyezte fel a feketehimlővel és a kanyaróval kapcsolatos megfigyeléseit egy ar-Razi nevű arab orvos, aki klinikailag is dokumentálta, hogy bizonyos betegséget nem lehet többször elkapni. Ezt a jelenséget nevezték el később immunitásnak – eredetileg katonai szakkifejezés volt, a szolgálat alóli felmentést jelentette.

Triviális megoldás

Ar-Razi felfedezése elgondolkodtató következtetéshez vezetett. Rájöttek ugyanis, hogy kétféle embertípus van: aki el tudja kapni a kórt, azaz fogékony a fertőzésre, és aki immunis rá. A gyógyítók fantáziáját egyre inkább az mozgatta, hogy milyen módszerrel lehetne kiváltani az immunitást az első csoportnál, illetve hogyan lehetne megelőzni a spontán megfertőződést. A probléma triviális megoldását hamar megtalálták: mesterséges eszközökkel kell a betegséget

BCG A KORONAVÍRUS ELLEN?

Japánban, ahol hamar megjelent az új koronavírus, azért sem lett magas a halálozási arány, mert 1947 óta oltják az újszülötteket a tuberkulózis elleni BCG-vakcinával – állítja egy amerikai tanulmány. Az ellenpélda Irán, ahol a 36 évnél idősebbeket még nem oltották, és sokan meghaltak a járványban. A hipotézis szerint a BCG éberebbé teszi az immunrendszert – így az jobban reagál egy új vírusra –, ahol évtizedek óta oltanak vele, ott a többség védettebb lehet. Magyarországon 1954 óta kötelező a BCG.

előidézni. Az igazi fejtörést inkább az okozta, miképp fertőzhetünk meg valakit anélkül, hogy kitennénk a kór teljes kockázatának.

Az első megelőzések

A vakcináció mint preventív módszer több évszázados múltra vezethető vissza, igaz, a 18. századig csupán a keleti orvoslásban alkalmazták. Nyugatra egy angol diploma-

Az oltások története

Az Oxford Egyetem Jenner Intézetének kutatói azt állítják, a koronavírus elleni oltóanyaguk első néhány millió adagja már szeptemberben elérhető lehet. Egy kísérletben hat makákót oltottak be a vakcinával, az emberrel leginkább rokon állatokat ezután nagy mennyiségű koronavírusnak tették ki. A vírus a laborban minden más majmot megfertőzött, a hat beoltott makákó viszont 28 nappal később is egészséges volt – írta a The New York Times. Május végére 6000 ember bevonásával tesztelhetik a vakcinát.

telte, az eredmény azonban mindig ugyanaz maradt: az átélt tehenhimlő immunitást adott a feketehimlő ellen. Mai szóhasználatlalt azt mondhatjuk, hogy Jenner élő, gyengített vakcinát alkalmazott, ahol a gyengítést az adta, hogy az oltóvírus nem az a himlőfajta volt, amelyik ellen védelmet kívánt adni, hanem egy olyan rokona, amelyik nem emberhez volt adaptálódva. A módszer neve jenneri attenuálás, a ma is kötelező védőoltásaink közül egyedül a BCG épül hasonlóra. (Jenner egyébként az oltóanyag elnevezésével örököltette meg a szarvasmarhák orvostörténeti szerepét: a valamilyen formában számos nyelvből szereplő vakcina kifejezés alapja a tehén latin neve, azaz a vacca.)

Pasteur és a veszettség

Jenner működése után közel száz esztendő telt el úgy, hogy nem volt újabb felfedezés a vakcinák területén. Ekkor lépett a képbe a francia kémikus-mikrobiológus Louis Pasteur, egy másik attenuálási módszer feltalálója. Pasteur elsősorban az állati megbetegedéseket vizsgálta, kutatási témái között szerepelt többek között a veszettség is. Ennek a vírusa nem okoz tömeges megfertőződést, hiszen közvetlenül állatról emberre terjed, ám a megbetegedés szinte minden esetben halálos. Kutatásának első lépéseként beteg állat szöveteit fecskendezte egészségesek agyába, amíg azok meg nem betegedtek, majd addig tökéletesítette a módszert, míg a vírus életben maradt az új állatokban is. Második lépésként olyan kísérletbe fogott, ahol arra volt kíváncsi, befolyásolható-e a vírus tulajdonsága azáltal, hogy különböző állatokba oltja át. Közel 80 nyulat oltott át, majd az utolsó áldozat gerincvelőjét kiszárítva létrehozott egy olyan kísérleti vakcinát, amely működőképesnek bizonyult. A pasteuri attenuálás ma is fontos szerepet játszik a védőoltások előállításában, lényege, hogy a kórokozó – szemben a jenneri attenuálással – ugyanaz, mint amelyik a konkrét betegséget okozza. Ez esetben a gyengítés úgy megy végbe, hogy a kórokozót egy számára szokatlan környezethez, a veszettség esetében nyúlhoz adaptálják.

A védőoltások fajtái

Az eddig megismert, élő ágenszt tartalmazó oltóanyagokra általánosságban igaz, hogy jó immunitást adnak, hátrányuk viszont, hogy immunhiányos személyek – néhány kivételtől eltekintve – nem kaphatnak ilyen oltást, hiszen előfordulhat, hogy az ő immunrendszerük még a gyengített kórokozóval sem tud megbirkózni.

Ahhoz azonban, hogy immunválaszt váltsunk ki, nem feltétlen kell élő kórokozó, sok esetben egy elölt kórokozóval való találkozás is képes lehet védelmet létrehozni. Az ilyen oltásokat nevezzük inaktívált vakcináknak, amelyeket fizikailag, például hőhatással, vagy kémiaiilag, például fenollal is elő lehet állítani. A módszer előnye, hogy bár megbetegíteni már nem tudják az alanyt, immunválaszt mégis tud produkálni a szervezete. Az inaktívált módszer továbbfejlesztett változatában a kórokozónak már csak egy részét tartalmazza a vakcina, amely azonban még mindig képes kiváltani az immunitást.

Ugyan a ma használatos kötelező védőoltások vakcináit mind az előbb bemutatott klasszikus módszerekkel állítják elő, jelenleg is sok érdekes és izgalmas kutatás folyik újabb oltóanyagok kifejlesztésére, és a koronavírus elleni vakcina létrehozására is számos kutatócsoport állt össze, hogy kifejlesszék a megfelelő ellenanyagot.

K. A.

új lakóink

Szeretettel várjuk szerkesztőségünkbe a kerületi babákról készült fényképeket. A fotókat elektronikus formában a media11@ujbuda.hu e-mail címre kérjük. A tárgyban jelezzék: Újbuda új lakói.

Helló Újbuda! Mi vagyunk a Pásti fiúk, *Pásti Benedek és Pásti Csongor*. 2020. február 24-én 10:26 és 10:28 perckor születünk ábécésorrendben. Mindketten 2800 grammal és 53 cm-rel. Várjuk a tavaszt, hogy sokat tudjunk sétálni a Bikás parkban és a Feneketlen-tónál. (Pásti Benedek a jobb, Pásti Csongor pedig a bal oldali baba a képen.)



Süki Stella vagyok, február 7-én jöttem a világra 3770 grammal és 54 centiméterrel. Négy nap múlva már haza is mehettam, ahol várt a bátyus, a szüleim nagyon boldogok és büszkék rám! Jól viselkedem, nagyon nyugodt baba vagyok. Ha megerősödöm, és jön a jó idő, nyagokat fogunk sétálni.

HA BÚTORT KERES!

LEGÜJABB AJÁNLATUNK:
www.rs.hu/akcio

keresztrejtvény

Petőfi Sándor: Mi kék az ég! című költeményéből idézünk 2 sort.

Vízszintes: 1. az idézet első sora (F, L, K, G, A). 13. Angol név rövid változata. 14. Beadja a derekát. 15. Vár a Mecsekben. 16. Bőr és neon vegyjele. 17. ... Pelin, bolgár író (tkp. Dimitar Ivanov Sztojanov). 18. Főlbukik. 20. Magányos szerzetes. 22. A sumér és az akkád írás eleme. 24. Lőr é egyenmű betűi. 25. Görög eredetű női név. 27. Idea. 29. ... Ministries, egy felekezeti keresztény missziós szervezet. 31. Némán előtör! 33. Erkölcs. 35. Feltéve. 36. Cselekvést végigvihet. 39. Zenés-táncos mulatság. 40. Klasszikus prepozíció. 42. Egyes élőlényekre érkező hatás kiváltotta viselkedési reakció, vagy bérautó vezetője. 43. Egyenletes felületű. 44. Nemzeti Kulturális Alap, röv. 45. A karibi manátusz másik neve. 47. Latin és. 48. Humorista, zenész, a Holló Színház vezetője (Miklós). 50. Bécsben van! 51. Fügőgőzár. 53. Sürolásra, falfestésre használt anyag. 55. Szülő becézve. 57. Kén és vanádium vegyjele. 59. Halottat búcsúztat. 61. Tülevél alakú kristályokat fejlesztő kalcium-szilikát (OKENIT). 64. Szőnyegfajta. 66. Európai vulkán. 68. Részben valahol! 69. Szegény, németül. 70. Fém pénz készített. 72. Vértanú győri püspök (Vilmos).

Függőleges: 1. Délnyugat-lengyelországi város a felső-sziléziai ipari körzet központjában (ZABRZE). 2. Gylkolna. 3. Polcra levesz. 4. Római 510. 5. Kis svéd tó Vänern és Vättern tavak között (ÖRLEN). 6. Alpári páros betűi. 7. Kolozsvári író, műfordító (Tibor). 8. Liechtensteini autójel. 9. Vadat leterít. 10. Épületszint. 11. Fekete István vadkacsája. 12. Háromtagú zenei együttes. 17. Attila névváltozata. 19. Régész öröme. 21. Régi iskolatípus. 23. Fábri Zoltán filmje 1956-ból. 26. ...-barlang, őskori festményeiről híres lelőhely. 28. Becézett férfinév. 30. Enyhe lejtő. 32. USA-tagállam. 34. Véssett ékkő. 35. **Az idézet**

második sora (O, C, T, Ö). 37. Tag betűi keverve. 38. Napszak. 41. Zsírő. 43. Londoni kigyó! 45. ... lazuli, lazúrő. 46. Ilona becézve. 49. Egybeszerelt töltény. 52. Ülő- és fekvőbútor. 54. Az Árva folyó szlovák neve. 56. Növényevő hal. 58. Költemény. 60. Teher, tájszóval. 62. Előadóművész, kabarészerző, humorista (József). 63. Alaktalan. 65. Kevert rim! 67. Kettőzve: színlel. 71. A zenei alaphangsor 3. és 4. hangja. 72. Arrafele!

1	2	3	4		5	6	7	8	9	10	11	12	↘
13					14					15			
16				17					18	19			
20			21				22	23				24	
		25				26		27		28			
29	30				31	32			33			34	
35			36		37			38		39			
40		41			42					43			
44			45						46			47	
48			49			50			51	52			
		53			54			55	56				
57	58		59				60		61			62	63
64		65				66	67				68		
69					70	71				72			
↙													

Beküldendő: a vízsz. 1. és a függ. 35. Beküldési határidő: a megjelenést követő hét keddjé. Cím: 1113 Budapest, Zsomboylai u. 5. vagy a media11@ujbuda.hu e-mail címre. A 8. SZÁM REJTVÉNYÉNEK MEGFEJTÉSE: Olyan házát, hol összejön néha kis pénzből is a nagy foci. Nyertes: Róza Katalin, 1111 Bp., Vak Bottyán u. Nyeremény: könyvjutalom, mely a szerkesztőségben (Zsomboylai u. 5.) vehető át.

KÖTELEZŐ MASZK A PIACON



A TÖMEGKÖZLEKEDÉSEN ÉS A TAXIKBAN



Április 27-e, hétfőtől Budapest valamennyi tömegközlekedési eszközén, a taxikban, a piacokon és minden üzletben kötelező a szájmászk, illetve kendő vagy az arc elé tekert sál viselése, korosztálytól függetlenül.

AZ ÜZLETEKBEN

ÚJBUDAI INFORMÁCIÓS VONAL:

+36 1 372 4566

ujbuda.hu/koronavirus | koronavirus@ujbuda.hu