

AKTUALITY

ŘEŠENÍ ADHD U DOSPĚLÝCH ZVÝŠÍ SPOKOJENOST A PRÁCESCHOPNOST



O ADHD se velmi často mluví jako o poruše, která sužuje čím dál tím více dětí. Na každou školní třídu připadá alespoň jedno. Mnohem méně si ovšem uvědomujeme, že ADHD si sebou odnášíme i do dospělosti, i když projevy se mění. Právě ADHD však může být důvodem, proč nenaplňujeme svůj osobní, studijní, pracovní i sociální potenciál tak, jak bychom třeba chtěli.

Povědomí o ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) u dospělých je dosud velmi malé, a proto si většina lidí ani neuvědomuje, že jí má a nevyhledává odbornou pomoc.

Mezi klasické příznaky patří nepozornost, hyperaktivita a někdy i impulzivita. Lidé trpící nepozorností selhávají zejména v monotónních činnostech náročných na přesnost a systematickosti. Klíčovým



problémem je neschopnost se soustředit na delší a duševně náročné činnosti. Myšlenky takového člověka běží příliš rychle a brzy se rozutečou na všechny strany. Proto má problémy se sledováním delší konverzace a s dokončením započatých úkolů. Odkládá plnění úkolů na poslední chvíli (tzv. prokrastinace), zapomíná a nedodrжуje termíny, nedokáže si organizovat práci a má kolem sebe stále chaos. Často zapomíná na dohodnuté schůzky anebo ztrácí věci (klíče, mobilní telefon).

Lidé s hyperaktivitou jsou v neustálém napětí, působí, jako kdyby byli neustále v pohybu, hodně mluví, skáčou lidem do řeči anebo alespoň mívají pocit vnitřního neklidu. Lidé s impulzivitou jednají rychleji, než myslí. Jsou netrpěliví, dělají náhlá rozhodnutí, která by při zralém uvažování ani neudělali. Snadno se dostanou do konfliktu, kterých později litují. Příště však stejné chyby opakují.

Máte pocit, že i vy trpíte ADHD? Odborníci na naší poliklinice mají po ruce přesná diagnostická kritéria a moderní terapeutické postupy, s jejichž pomocí ADHD rozpoznají a léčí.

**K našim lékařům se můžete objednat na tel.: 222 075 120
nebo e-mailem na adrese poliklinika@narodni.cz**

PŘEDSTAVUJEME

OPTIK – OPTOMETRISTA BENO BLACHUT NOVĚ V NAŠÍ POLIKLINICE

Od 1. dubna 2016 bude mít Poliklinika na Národní ve svém portfoliu i služby optika – optometristy. Beno Blachut má 41 let praxe v oboru oční optik, z toho se 36 let zabývá aplikací kontaktních čoček a 20 let pevných kontaktních čoček.

Kromě běžných vyšetření, stanovení dioptrií, nabídky všech druhů brýlových obrub s příslušeného servisu je Beno Optik především specializovaným pracovištěm pro aplikaci pevných kontaktních čoček firmy HECHT. Zabývá se korekcí keratokonu, vysokého astigmatismu a dalšími vadami, které vyžadují speciální čočky a úpravy. Ve spolupráci s Všeobecnou fakultní nemocnicí na Karlově náměstí (rohovková ambulance) se vyznačuje vysoce individuálním přístupem. Na všechny druhy vyšetření je nutné se telefonicky objednat, a to alespoň týden předem. Těšíme se na Vás!



PREVENCE

NA OČKOVÁNÍ PROTI KLÍŠŤOVÉ ENCEFALITIDĚ JE NEJVYŠŠÍ ČAS

Domovem klíštěte je tráva a keře zhruba do jednoho metru výšky. Vyskytuje se stejně v městských parcích jako na loukách a v lesích, především v listnatých nebo smíšených. Vzhledem k vysokému výskytu infikovaných klíšťat je na území ČR tou nejvhodnější ochranou proti klíšťové encefalitidě pro děti i dospělé očkování. Vakcíny jsou vázané předpisem lékaře a aplikuje je lékař naší polikliniky.



Pokud jste s očkováním nezačali v zimě, je nejvyšší čas na tzv. zrychlené schéma. První dvě dávky budou aplikovány v rozmezí 14 dnů, třetí pak pět až dvanáct měsíců po druhé dávce. První přeočkování vás pak čeká za 3 roky, další po 3 nebo 5 letech v závislosti na vaší kondici a věku.

ZÁKLADNÍ OČKOVACÍ SCHÉMA – PRO CHLADNÉ MĚSÍCE



ZÁKLADNÍ (ZKRÁCENÉ) OČKOVACÍ SCHÉMA – PRO TEPLÉ MĚSÍCE



Zpravodaj vychází měsíčně.

Poliklinika na Národní, Národní 9, 110 00 Praha 1

Přijít můžete i bez objednání.