



AMARG

Associació Malalts Renals de Girona

BUTLLETÍ INFORMATIU - Núm. 13

JULIOL-2001

NO camininis sol

***Reunió amb la inspectora de Sanitat
Relació trasplantaments gener-juny 2001
Dia 26 de maig, dia del donant
Es posa en marxa a Girona el servei:
«Sanitat Respon»
Consells de Sanitat***



DIRECCIÓ I COORDINACIÓ:

Lluís Nadal i Poch
Antoni Ubeda i Ruiz
M. Mercè Cabezas i Fernández
Ariadna Pertegàs i Miret

REDACCIÓ:

Carrer Barcelona, 23, entresòl 2a
Tel. 972 20 51 77
17001 GIRONA

DIPÒSIT LEGAL:

GI-215/1981

COMPOSICIÓ I DISSENY:

CB & SC

IMPRESSIÓ:

Impremta Moderna

TIRADA:

500 exemplars

Editorial

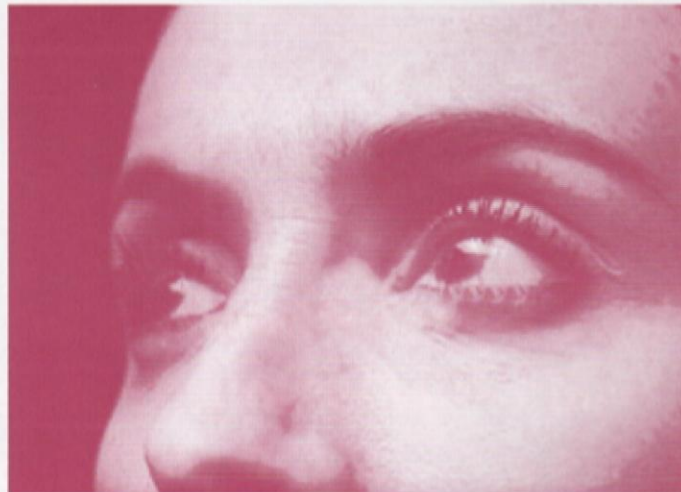
Albert Rodríguez

*Aquest any ens has deixa't,
però el teu record segueix constant i permanent en
tots nosaltres.*

*Ens vares ensenyar a lluitar per la vida,
ens vares ensenyar a no perdre mai l'esperança,
la teva família ens va donar una lliçó d'humanitat i
d'amor.*

Una lliçó d'estimació...

*La incomprensió regna en aquest trist desenllaç,
però ningú ens farà oblidar que, afortunadament,
un dia et vàrem conèixer.*



Notícies

Reunió amb la inspectora de Sanitat de Girona

Membres de l'Associació ens vàrem reunir un altre cop amb la inspectora de Sanitat, la doctora Tarradellas, per tal de solucionar el problema que estan ocasionant les despeses dels transports a Barcelona, per realitzar les anàlisis corresponents.

En aquesta reunió, ens van comunicar que a l'hora de determinar si el trasplantat ha de ser traslladat a Barcelona amb taxi o amb ambulància o si pel contrari, el pacient es pot desplaçar amb transport públic o privat, és el metge que porta el pacient, això trastoca el que fins ara ens havien dit, que qui determinava en què s'havia de traslladar era el metge de capçalera de cadascú.

Doncs, deixem clar que el metge, que sol·liciti la prova que se li hagi de fer a cada pacient, serà qui haurà de valorar i justificar en quin mitjà haurà de ser traslladat, per tal de fer-se la corresponent prova exigida.

En la reunió vàrem reclamar el projecte que estàvem estudiant de crear un Centre a Girona per fer les anàlisis aquí, sense haver-se de desplaçar a Barcelona i ens varen comunicar que estaven

esperant les autoritzacions corresponents per tal de posar-lo en funcionament.

Us recordem que tot aquell que no es pugui traslladar amb transport públic o privat, a causa de factors d'impossibilitat física, se li atorgarà un taxi per tal que sigui traslladat sense cap càrrega ni despesa.

Us fem constar que aquesta problemàtica no afecta només a Girona, sinó que és un problema que es dona a l'àmbit de tot Catalunya.

Mantindrem una altra reunió properament per tal d'acabar de solventar aquest problema.

Us recordem que per qualsevol problema que tingui no dubti en posar-se en contacte amb l'Associació, venint personalment al despatx, situat a la carretera de Barcelona 23, entl. 2a o bé trucant al número de telèfon 972 20 51 77, de 9.30 a 12.30 de dilluns a divendres. Disposem d'un servei de contestador automàtic en el cas que no hi fóssim.

Estem a la vostra disposició per tal d'intentar solventar qualsevol problema que se li pugui presentar.

Gràcies.



ELOY.

**TEIXITS
SELECTES**

c/ Bacià, 1
Telèfon 972 20 32 26
17002 GIRONA

PERRUQUERIA



Styl

ANNA NADAL • C/ Torres Jonama, 16
Tel. 972 30 31 69
17200 PALAFRUGELL (Girona)



HOTEL

FLORIDA

Av. de la Palma, 21
☎ Hotel: 972 34 03 40 - 972 34 09 53
☎ Part.: 972 34 12 27
Apartado de correos 29

17320 TOSSA DE MAR
(Costa Brava)
SPAIN

Societat

Dia 26 de maig, dia del donant

El dia 26 de maig d'enguany, vàrem celebrar el dia del donant a la ciutat de Girona.

Vàrem posar, com cada any, dues taules, per tal de donar tota la informació que estava al nostre abast, per conscienciar la gent de la importància que representa la donació d'òrgans. Varen ser molts els que aquell dissabte van decidir ser donants dels seus òrgans, per això, l'associació de malalts renals de Girona els vol agrair la seva generositat i la seva gran humanitat.

Voldríem agrair a l'Ajuntament de Girona per haver-nos donat totes les facilitats per dur a

terme el dia del donant i a tots els mitjans de comunicació per ajudar-nos a promulgar l'acte del dia del donant.

I, molt especialment, voldríem agrair a tots aquells membres de l'associació que ens varen prestar la seva ajuda per fer realitat el nostre objectiu, especialment voldríem nomenar el Sr. Antonio Úbeda i la seva esposa, a la Sra. Mercè Cabezas, Rosa Miret, M. José Alcolea, Sr. Nadal, Sr. Ramón Nogue, Sr. Joan Abella...

Gràcies per la vostra col·laboració.

GRÀCIES



De vacances

L'Associació Malalts Renals de Girona romandrà tancada per vacances tot el mes d'agost. Per a qualsevol consulta que vulgueu fer, disposem d'un contestador automàtic, i podeu trucar al 972 20 51 77 o ens podeu deixar l'encàrrec al Servei d'Hemodiàlisi de la Clínica Girona, tan aviat com puguem us atendrem. Perdoneu les molèsties i gràcies.

ubeda



**Mobiliaris, equipaments,
útils i maquinària
per a oficina i indústria**

Carrer Barcelona, 8
Tels. 972 20 36 15 - 972 20 37 12 - Fax 972 20 65 87
17001 GIRONA



Trasplantaments

TRASPLANTATS GENER-JUNY 2001

Nom del trasplantat	Hosp. Diàlisi	Data traspl.	Hosp. traspl.
CASTILLO CEJUDO, Remei	H. Figueres	febrer	H. Can Ruti
MAGESTER SASTRE, David	H. Figueres	juny	F. Puigvert
MORENO ESCANDELL, Paquita	H. Palamós	juny	F. Puigvert
COLL VALENTÍ, Pere	C. Girona	febrer	H. Can Ruti
GALISTEO MARÍN, José	C. Girona	febrer	F. Puigvert
TRAFACH CARRERES, Josep	C. Girona	març	F. Puigvert

Nota: Els trasplantaments fets a pacients de l'Hospital Josep Trueta, sortiran a la propera edició.
Disculpeu les molèsties.

Restaurant CAN POU

Pau Casals, 15
Tels. 972 85 00 14 - 972 85 05 76

17411 VIDRERES
(Girona)



Pastisseria Artesana

CAN XAPA

Carrer Montserrat, 1
☎ 972 49 02 74

BORDILS (Girona)





Comentaris

El 21 de juny del 2001 es va posar en marxa el servei "Sanitat Respon" a Girona, Tarragona i Lleida

Segons el Servei d'Emergències Mèdiques i per Intra-ACN, el 25% de les trucades rebudes en aquest Servei corresponen a les comarques de Girona.

Aquest projecte va ser creat pel Departament de Sanitat i Seguretat Social per a integrar l'ús de noves tecnologies en la cura de la salut de la població. Aquest servei té previst arribar al cent per cent de la població en tres anys. Els seus objectius són incrementar el nivell d'accés a la informació i als serveis al ciutadà, augmentar la informació sobre els temes de preocupació per la població, iniciar un procés de gestió de la demanda i millorar la imatge de la sanitat pública davant del ciutadà.

Com funciona el servei de Sanitat Respon? Doncs està format per un equip de teleoperadors i un altre format per un diplomad en infermeria i un metge que responen i solventen la problemàtica en funció de la seva dificultat. Segons Maurici Grivé, gerent del Servei d'Emergències Mèdiques, un 25% de les trucades realitzades en total, s'han resolt a través del teleoperador i el 75% restant s'han derivat a algun professional de la salut.

Des del 21 de juny, aquest servei funciona a Girona, Tarragona i Lleida, però es preveu que entri en funcionament a la resta de Catalunya cap a l'octubre d'aquest any.

El transport sanitari a Girona i província

Les empreses que s'encarreguen del transport sanitari a Catalunya han realitzat 93.062 serveis, des de l'estiu del 2000 fins a l'abril del 2001.

Dels 93.062 transports realitzats, 16.577 van ser urgents i 76.485 varen ser transports programats, segons INTRA-ACN.

En conjunt, les queixes rebudes han representat el 0,08% dels serveis del transport sanitari: el 0,15% s'han donat en el servei de transport urgent i el 0,06% del transport programat.

A les comarques de la Garrotxa, el Ripollès, el Pla de l'Estany, l'Alt Empordà i el Baix Empordà, el servei del transport sanitari el realitza el Consorci Transport Sanitari Regió de Girona, mentre que a la Selva interior el segueixen prestant les empreses que operaven a la zona amb anterioritat i a les poblacions de la Selva marítima el servei el realitza l'empresa Transport Sanitari de Catalunya.



Tallers Mecànics

SOMAC, S.A.

Joan Bruguera, 10-20 - Tel. 972 20 34 50 - Fax 972 20 23 36 - 17003 GIRONA
Ctra. Estació s/n - Tel. 972 33 05 49 - 17300 BLANES - GIRONA

Sanitat

■ Dietètica en el malalt renal

La dieta és fonamental en la nostra cura

Verdures, hortalisses i llegums, han d'estar en remull i doble cocció. En remull tot un dia sencer. A la nit es recull aquella aigua nova i al matí següent es repeteix la mateixa operació. Així eliminem gairebé el 40% del sodi i potassi.

Doble cocció, partint de l'aigua freda de les hortalisses i llegums es porta a terme l'ebullició, es retira aquella aigua una vegada bullida i es col·loca aigua freda o calenta en funció del que digui el dietista.

És a dir, els pacients de diàlisi han d'acostumar-se a tenir les verdures, hortalisses i llegums en continu remull. Així, lògicament, es perden vitamines, però els pacients en diàlisi tenen una teràpia farmacològica i uns complementos vitamínics que compensen la pèrdua de vitamines.

■ Dialitzats

Augmentar el consum de pa, pastes i arròs, així com els sucres simples. Això porta a controvèrsia, perquè hi ha pacients que tenen hipertriglicèmia.

Si no és diabètic, ha de prendre sucre de taula, fructosa.

Evitar productes integrals, cereals d'esmorzar, soja i panís d'aperitiu, xocolata, cacau i xocolata amb llet. Tampoc torrades comercials (que les tallin o torrin a casa).

CARNIQUES: abans de la diàlisi restringir proteïnes, durant la diàlisi bastants proteïnes per compensar la pèrdua en músculs i vísceres.

TRASPLANTATS: molt important, sobretot els primers sis mesos després de la intervenció, ja que la medicació elimina proteïnes, consumir peixos, carns magres (retirar greixos, pell, vísceres...)

DIALITZATS: retirar el marisc, embotits i conserves, res de sopa de sobre i "avecrem", ja que tenen un alt contingut en fòsfor i potassi.

TRASPLANTATS: obligatori, una vegada a la setmana, llegums en remull i doble cocció, combinar amb aliments de baix potassi, reduir el consum de greixos d'origen animal.

DIALITZATS: si no és obès, l'oli d'oliva o de gira-sol ha de ser imprescindible en la seva dieta, en quantitats molt importants. Evitar margarines comercials, maioneses comercials o sals comercials.

■ Trasplantats

Verdures, hortalisses i llegums, les han de prendre a diari, això sí, procurant no augmentar el seu valor calòric, amanint-les amb oli o fent sofregits, etc...

Procurar prendre-les bullides o al vapor i restringir el consum de greixos, que generalment augmenten el poder gastronòmic dels nostres aliments.

FRUITES: Grup molt conflictiu amb els dialitzats, se solen consumir, però en quantitats especificades en una dieta. El dietista dirà la quantitat, generalment 100 a 200 g al dia. S'aconsella fruites en almívar, si no són diabètics, ja que tenen menys potassi.

VERDURES: No desestimar verdures congelades, menys potassi, alt contingut en fibres, sals minerals i aigua.

FRUITES FRESQUES: vitamines i minerals, per trasplantats es desaconsella raïm, figues, plàtan i fruites en almívar, ja que tenen sucre de ràpida absorció. Per dialitzats: coco, dàtils, fruits secs en general són molt perillosos. Restringir al màxim aquest grup d'aliments.

El pacient de diàlisi, si no està obès, ha d'engreixar-se, ha d'evitar arribar a la malnutrició, que moltes vegades impedeix una intervenció quirúrgica per al trasplantament, ja que els pacients estan dèbils i desnutrits.

TRASPLANTATS: evitar els sucres i begudes com coca-cola, fanta, etc., i augmentar el consum de fibra com el pa i cereals integrals. També ha d'evitar pastissos i begudes ensucrades.

■ Líquids en diàlisi

Líquids en el cos:

1. Beguda.
2. Aliments sòdics amb aigua.
3. L'aigua produïda per l'oxidació del cos.

Es consideren eliminats per suor i activitat física normal.

Controlar els lactis i vigilar amb el formatge.

Es recomana un got de llet sencera.

■ Gent sense complicacions

PREVENIR LA HIPERTENSIÓ

Pa, arròs, pastes, patates i vi.

A diari: llet, formatge, iogurt i oli.

Alguna vegada: pollastre, carn.

Poques vegades: rebosteria.



AMARG

BUTLLETA INSCRIPCIÓ ASSOCIAT

SOCI MALALT SOCI COL·LABORADOR
(indicar el que interessi)

Voldria ésser soci de l'Associació Malalts Renals Girona-AMARG

Nom i cognoms.....

Adreça.....

Població..... Tel.....

Autoritzo el pagament de la meua quota voluntària al banc o caixa

Compte núm.

(Cal posar tots els dígits)

Signatura

**"SI NO HAY DONANTES
NO HAY TRASPLANTES"
"HAZTE DONANTE Y AYUDARÁS
A SALVAR VIDAS"**



**ELS TEUS RONYONS
PODEN SALVAR-NE DUES. DONA'LS ARA
PER QUAN JA NO ELS NECESSITIS**



AMARG Ctra. Barcelona, 23 · Enfil. 2a
Tel. 972 20 51 77 · GIRONA

**Gràcies
per la teua
ajuda**



AMARG

BUTLLETA INSCRIPCIÓ DE DONANT

Desitjo ésser donant de ronyó i trameto aquest cupó per tal que l'Associació Malalts Renals Girona-AMARG, faci els tràmits pertinents a tal efecte.



Nom i cognoms.....

Adreça.....

Població..... Tel.....

Signatura

Impressió Multímedia

2007