



# info Zsúró

PTE-ETK HÖK

*havi lapja*

Kiegészültünk

*új tagok a szerkesztőségben*

**PEN**

*2015-ben újra szerveződik*

**Filmklub**

*interjú Szabó Zoltán szakoktatóval*

**Bálint nap**

*nyakunkon a Valentin nap*

**Mesterre fel**

*interjú Járomi Melindával*

**Megtörtént**

*esetek az egészségügyben*



**2015**  
*február*

# MIBEN MÓDOSULT A TÉRÍTÉSI ÉS JUTTATÁSI SZABÁLYZAT?

1

## A KÖVETKEZŐ FÉLÉVRE

csak abban az esetben jelentkezhetsz be, ha a költségtérítési díj/önköltség legalább 50%-át befizetted!

- Az első részletnek az Egyetem számlájára legkésőbb a bejelentkezési időszak megkezdését megelőző első munkanapon be kell érkeznie.
- Késedelmi díjat ettől az időponttól kell fizetni.
- A kurzusfelvétel feltétele a bejelentkezés, ezért amíg a költségtérítés/önköltség első részlete nem kerül befizetésre, a hallgatónak nincs lehetősége kurzust felvenni!

2

## A KÖLTSÉGTÉRÍTÉST/ÖNKÖLTSÉGET banki átutalással, vagy VPOS befizetéssel egyenlítheted ki.

- Amennyiben készpénzátutalási megbízással (sárga csekk) szeretnéd befizetési kötelezettségedet rendezni, akkor ezt az igényedet a Központi Tanulmányi Irodánál (KTI) az [infokti@pte.hu](mailto:infokti@pte.hu) e-mail címen kell jelezned.

3

## KEDVEZMÉNYT, ILLETVE FIZETÉSI HATÁRIDŐ MÓDOSÍTÁST

a vonatkozó kari szabályok alapján továbbra is kérhetsz:

- A kérelemnek a bejelentkezési időszak utolsó napjáig meg kell érkeznie az érintett Karra.
- Ha a kivétel nem készül el tavaszi félév esetén január első felében, őszi félév esetén július végén (később nyersz felvételt, átvételt, átsorolnak), akkor kedvezményre illetve fizetési határidő módosításra vonatkozó kérelmedet a kivételkészítésről való tudomásszerzéstől számított 8 napon belül, de legkésőbb a fizetési határidő napjáig adhatod be.

4

## HA DIÁKHITELES VAGY...

- Amennyiben Diákhitel1-ből rendezed a költségtérítési díj/önköltség összegét, akkor az engedményezési lap beküldését követően tudsz majd bejelentkezni.
- Diákhitel2 igénybevétele esetén, annál a hallgatónál, aki korábban már igénybe vette ezt a finanszírozási formát, a fizetési határidőt módosítjuk annak érdekében, hogy be tudjon jelentkezni.
- Diákhitel2-es fizetési mód első alkalommal történő alkalmazása esetén be kell küldened a KTI részére a diákhitel szerződést. A további félévekben erre már nincs szükség.

5

## AMI MÉG FONTOS...

- A költségtérítés/önköltség díjáról E-mailben és az ETR-en keresztül kapsz értesítést.
- A tavaszi szemeszterre vonatkozó értesítést január elején fogod megkapni
- Az őszi szemeszterre vonatkozót pedig július végén.
- Ne felejtse el ellenőrizni az etrben megadott E-mail címed és ha már ott tartasz, frissítsd az adataidat.

# Új tagok a szerkesztőségben



**Lénárt Eszter** vagyok, első éves mentőtiszt hallgató. Pécsről másfél órára lakom Bogyiszlón, ahol a madár sem jár, így nehéz a most olvasóknak is eldönteni, hogy merre is van pontosan. Hét éve kézilabdázom Tolnán, szeptembertől pedig az ETK kézilabda csapatát erősítem kapusként. Szabadidőmben szívesen olvasok, írok és kézműveskedem. Kedvenc könyveimhez sorolható A szürke ötven árnyalatának mind a három része. Céljaim közé tartozik, hogy sikeresen vegyem a főiskola nehézségeit, és így diplomával a kezemben segíthes-

sek az embereknek. Remélem cikkeim tetszeni fognak az infoZiÓ kedvelőinek.



**Tóth Tibor** vagyok. A szűz hónapjában láttam meg a napvilágot Budán. Akkor még nem tudtam, hogy milyen ellentétek feszülnek a Star Wars és a Star Trek rajongók között. Aztán a Hungaroconon találkoztam David Prowse-al, aki dedikálta nekem egyik Darth Vaderes képét. Azóta hitem megingathatatlan. Hiszek az Erő egyensúlyában. Meg a gyors luxuskocsikban, az eldredge nyakkendőcsomóban, öltönyökben és pókerben, de szerintem ez csak valami beteges dolog lehet. Szabadidőmben, mikor nem cikkeket írok vagy próbálok interjúalanyokat levadászni, a Pécsi Chen Stílusú Tai-Chi Egyesületben lazítom el

## SZERKESZTŐSÉG

VARGA VERONIKA  
*főszerkesztő*

MÁRTON RAJMUND  
*médiareferens*

ELMER DIÁNA  
*szerkesztő*

FÜRI MÁRTA  
*szerkesztő*

HITTER KITTI  
*szerkesztő*

KÜSTEL KORNÉLIA  
*szerkesztő*

## FELELŐS KIADÓ

RAPOSA L. BENCE  
*Hallgatói Önkormányzat elnök*

## KONTAKT

INFOZÍÓ  
A PTE-ETK HÖK LAPJA

7621 Pécs, Szepesy u. 1.  
72 501-500 (27715 mellék)  
[etkhok.pte.hu](mailto:etkhok.pte.hu)  
[infozio@etk.pte.hu](mailto:infozio@etk.pte.hu)

magam. Azok a trekkesek meg csak nem hagyják békén szegény Warsosokat, valahogy ide teleportáltak és most mindenféle cikkek írásával kell megkeresnem a kreditet a következő úrkompra. De nem adom fel. Velem van az Erő.

Punnany Massif, The Carbonfools, Andro, Tankcsapda, Kiscsillag, P.A.S.O... és **idén újra fesztivál!** Mivel még nem hivatalos a dátum, csak abban reménykedek, olyan időpontban lesz, ami nem ütközik a szakdolgozat leadási határidejével és az államvizsga napjával. Szóval főszervezők, légyszi-légyszi!

A programsorozat **főszervezője a PTE EHÖK**, akik a diákság mellett a városlakóknak is szerveznek egy-egy programot a négy nap alatt.

korábbi sajtóanyag



## PEN 2015

**2015. Végre. Pécsi Bőrgyár. Végre! Pécsi Egyetemi Napok. Végre!!!**

Azoknak, akik 2013 után csatlakoztak egyetemünk és karunk kicsiny közösségéhez, szeretném bemutatni PEN-t, a négy napig tartó koncertek, bulik, felvonulások, csapatok és nem alvás Mekkáját. **Íme néhány fellépő a 2013-as fesztiválról a teljesség igénye nélkül:** Ákos, Anna & the Barbies, HS7,

A rendezvényre először a **90-es években** került sor akkor még Janus Pannonius Tudományegyetem berkein belül, majd a **2000-es integrálást** követően kinőtte magát és így igazi multikulti lett. Több-kevesebb sikerrel futott a fesztivál szekere, mígnem **2006-ban keltették új életre** és vittek bele szint a szervezők. A kezdetben csak magyar fellépők közé külföldi hírességek is csatlakoztak.

A tavalyelőtti PEN nem csak a fellépők és bulik miatt volt számunkra, etekások számára



kedves, hanem azért is, mert a **FelPÖNderítők** csapatunk megnyerte a karok közötti versenyt, ezzel megszerezve a fesztivál kulcsát és teljhatalmú királyságát, vagyis a diákrektori címet.



A **csapatkapitány** személyében KOB elnökünket, **Elmer Diánát** tisztelhattuk és üdvözölhattük, aki szó szerint gatyába rántotta a csapatot, melynek tagjai tisztességgel megvédték az ETK betyár becsületét. Kalapunkat emelhattuk és ostorunkat csettinthettük **Kapitány Andrea, Radákovits Richárd, Frank**



**Vivien, Turgyán Renáta, Görgey Anna, Rácz Norbert, Martonosi Noémi, Medgyesi Viola, Kunstár Mihály, Bolla Klaudia, Varga Veronika, Márton Rajmund, Mészáros Nóra és Küstel Kornélia** ügyességére, okosságára, kitartására, problémamegoldására és furfangjára. Még egyszer, így, két év távlatából is nagyon nagy gratuláció nekik!

Ha minden igaz és nem külföldiül csicseregnek a madarak, **idén is lesz ETK-s csapat**, melybe majd személyesen lehet jelentkezni. Hogy kinél-mikor-hol, még a jövő zenéje, de minden médiaplatformon közzé lesz téve a hír. Szóval, aki egy szuper csapat részese akar lenni, kellő erőt és elszántságot érez az egész iránt - hiszen nem csak bulikról van szó, hanem feladatok végrehajtásáról – figyelje a hírfolyamokat és jelentkezzen csapattagnak vagy diákrektor-jelöltnek, nem fogja megbánni.

...írás közben döbbsentem rá, hogy az első PEN, amin részt vettem 2008-ban volt, amit akkor még a **Zsolnay Gyár** területén tartottak meg. Az akkori közönség kedvenc a **La fanfare en pétárd** francia zenekar volt, most már **Halott Pénz lesz a sztár** (persze, ha jönnek). Az évek alatt több emberrel megismerkedtem, Lovasi András helyett Lovasi Lacit mondtam, oda meg vissza lettem a Quimbyért, amiből azóta „kinőttem”, de biztos vagyok benne, egy újabb koncert után ismét visszaesnék. Találkozzunk tavasszal a PEN-en.

Füri Márta

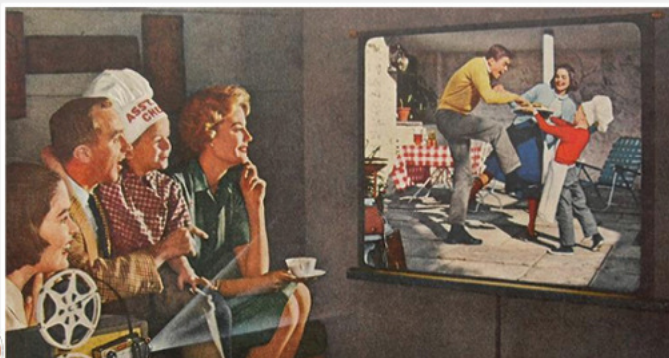


## Filmklub Zoli Tanár Úrral

Lassan már egy éve, hogy a Laterum Kollégiumi Diákbizottság **Szabó Zoltán** kari szakoktatóval együttműködve rendszeresen filmklubot szervez a kollégiumban **nagy sikerrel**. A filmsorozat kapcsán Zoli Tanár Úrtól érdeklődtünk:

### Honnan jött az ötlet?

Az inspiráció még hallgató koromból fakad. A diákéveim alatt számos különféle orientáltsá-



gú lakótársam és barátom volt (filozófus, orvos, közgazdász, bölcsész). **Az éjszakákba nyúló tanulás és hosszú beszélgetések mellett sokszor mulattuk az időt filmnézéssel is.** A „mainstream” hollywoodi produkciók mellett, éppen a társaság színes voltának köszönhetően megismerhettem jó pár nehezebb filmet is. A filmezést köve-

tően mindig jókat beszélgettünk, ugyanis azt tapasztaltam, hogy némely filmnek átlagon felüli gondolatébresztő ereje van. Ezt a lelkületet szerettem volna immáron oktatóként átadni, megosztani a hallgatókkal is.

### Hogyan valósulhatott meg a filmklub projekt?

A megvalósulás egy rögös út volt. Kezdetben a HÖK és a Laterum Kollégiumi Diákbizottság segített sokat. Az előző félévben már az EHÖK és



egy szakkollégiumi pályázat is támogatott minket. Elképesztő mennyi adminisztratív kört kell futni azért, hogy oktatási céllal az ember

filmeket vetíthessen... Szerencsére, köszönhetően a tapasztalatoknak, mára már egyszerűbbé vált a szervezés, de még mindig vannak zökkenők. Az ember azt gondolná, hogy a filmklubon, csak megnézünk egy filmet és már kész is. Ez közel sincs így. Alapos elgondolások,



koncepciók és világos célok kellene ahhoz, hogy egy filmklub jól legyen tematizálva és folyamatában lássa a hallgató, hogy mit is jelenthetnek ezek a filmek. Az, hogy hogyan kapcsolódnak egymáshoz gondolati-, képi- és színészi játékokban alkotások mindig szubjektív. Mégis, ebben a közegben koherenciát kell szintetizálni. Ezt kitalálni és megvalósítani az én feladatom.

### Kik számára érhető el?

A filmklub minden ETK-s hallgató, oktató és munkatárs számára nyitott. Örömmre szolgál,

hogy legutóbbi alkalmunkon a hallgatók népes tábora mellett **Dr. Barcsi Tamás** is képviselte magát, aki – a hallgatók és saját örömömre is – nagyon sokat hozzá tudott tenni a film megtekintését követő beszélgetéshez. Terveim között szerepel, hogy további vendégeket fogadjunk. Céлом ez esetben, hogy olyan perspektívák és gondolatok is előkerüljenek, amelyeket más orientáltságú, művelt emberek képviselnek.

### Milyen filmek közül válogathatnak a hallgatók?

A filmeket számos téma alapján választom ki. Igyekszem olyan egzisztenciális kérdéseket boncolgatni, mint az élet, halál, mi az ember,



hol kezdődik és ér véget az értelem, mit jelent örülni, önfeláldozás, mesterséges értelem... Ennek jegyében olyan filmeket tekintettük meg, mint az 1982-es **Blade Runner**, a 2010-es **Red White & Blue**, az 1997-es **Lost Highway** vagy a 2011-es **Detachment**, hogy csak néhányat említsek. Ha a Kedves Olvasó kedvet kapott, ezeket a filmeket mindenképpen javaslom megtekintésre, akár kisebb csoportban is, ugyanis kiváló vitaindítók, elgondolkodtatják az embert és számos olyan új perspektívát kínálnak, amivel a hétköznapi életben aligha találkozhatunk.

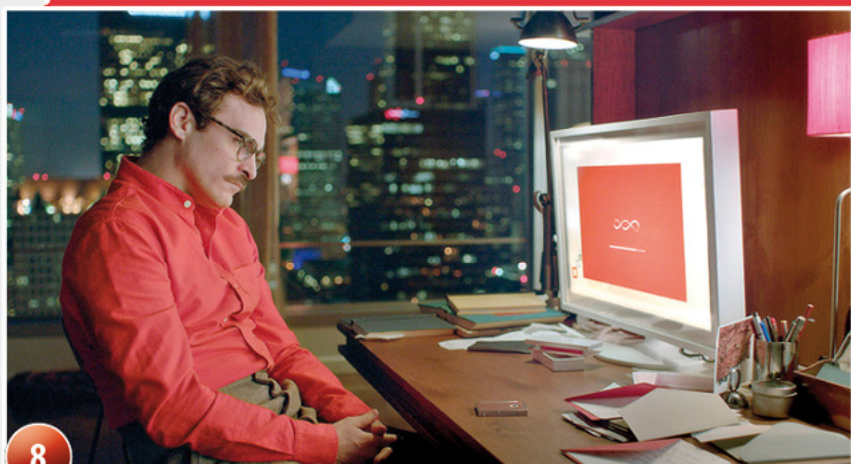


## Megtudhatnánk valamit a következő félévi elképzelésekről?

A következő félév első filmjét már a résztvevőkkel közösen kitaláltuk. Az előző félévi filmklubot a **Ghost In The Shell** (GITS) című remekbeszabott animével, és egy másfél órás beszélgetéssel zártuk. A mesterséges intelligencia és a hozzá kapcsolódó kérdések továbbgondolására a legjobb választásnak a 2013-ban bemutatott Spike Jonze rendezte **Her** című film tűnik. A film témája kapcsolódik a GITS

gondolatiságához, emellett egy igazán egyedi nézőpontból világítja meg a mesterséges értelem témakörét. De – ahogyan korábban is – ebben a félévben is szeretnék lehetőséget biztosítani a hallgatóknak, hogy ők ajánlhassanak filmeket, amelyeket egy demokratikus szavazás kapcsán a többség vagy elfogad, vagy sem.

**Minden új és régi „filmörültet” sok szeretettel várunk a Laterum Kollégiumban!**



Elmer Diána







## Bálint nap

**Ahogy a gyrusokainkon végigfut az akciós potenciál és az elmében materializálódik a gondolat, azon vesszük észre magunkat: mindjárt itt van Valentin nap.** Ne lepődjünk meg, az évnek eme kiemelt napján egyes szolgáltatási cikkek kereslete exponenciálisan megnő. No de miért? Bevezetésként tekintsünk egy kicsit a múltba, egészen pontosan történelmünk egy rövidke szakaszára, az ókorra. Jobb esetben 1-2 évig foglalkoznak vele a középiskolás lurkók a penészszagú, térképekkel teletűzdelt, zöldre mázolt történelem termekben. A korszak végére a Kereszténység a Római Birodalom szerte elismert vallássá lett, székhelyévé pedig az „örök város” (Citta Eterna), Róma vált. Ez alatt az idő alatt szépen lassan alakultak ki mai ünnepeink, melyek közül Szent Bálintét február 14-én tartotta az Egyház, egészen 1969-ig. Ekkor kivették a repertoárból, ugyanis szentünk személye, születési helye és ideje pontosan

nem ismert. Névnapi azonban megmaradt. **Valentinus** nem csak a szerelmesek, hanem a lelki betegek és az epilepsziával élők védőszentje is. Van egy sanda gyanúm, hogy a három állapotot elválasztó határvonal esetenként nem is olyan éles. 1997-től február 14. az epilepsziások világnapja is.



Ennyit a történelemről, hisz tudjuk, a szerelem, mint fogalom igen nehezen fogható meg

puszta kézzel. Amikor a szavainkat is csupán barbár bunkósbotoknak érezzük ahhoz, hogy megfelelően ki tudjuk fejezni magunkat, amikor bár a gondolat megvan, de még az értelmesebb kézisztárban sem találjuk azt, amit keresünk, akkor szépen lassan jutunk el a szerelem érzésétől a lelki betegség állapotáig, mely teljesen független helytől vagy időtől. Mondhatnánk, a szerelemnek külön ünnepet szentelni nem a legjobb megoldás. Bár a gesztus, maga a szimbólum, miszerint még ekkor „is” gondolunk szívünk választottjára igen szép dolog. Vannak, akik ilyenkor vallanak először szerelmet. **Minek? Miben mások az érzéseik ezen a napon, mint máskor?** Ha főnyeremények, akkor az év bármely szakában nyugodtan megtehetik, „megléphetik”. Ezen a napon nem nőnek az esélyek.

**Ha pedig a nagy Ő a főnyeremény, akkor meg mire várnak?** Nehogy megelőzzék őket. Természetesen mindez az ember önképétől függ. A másik végletet a lezárók jelentik: „Holnap új nap virrad, egy új jövő kezdetének felderengő napsugara világítja meg majd életünk partvonalát... Attól még lehetünk barátok! Tessék itt egy bonbon.” Bizony, csokoládéhegyek tűnnek el egyetlen éjszaka alatt, nem egy esetben sós könnyek csobogó patakjainak kíséretében. Egész mezőnyi rózsza kerül átadásra, hogy hetekkel később kiszárítva pihen-

jen könyvek lapjai között, esetleg valahol másutt. Több hadseregnyi plüssállatka talál új gazdira. Ha ateista is az a gyáros, ezen a napon tenyereit összecsapva ad hálát az égieknek. Van, akinek Botticelli Vénusza, másoknak meg Raffaello golyói. **Vannak, akik továbbmennek:** beszéljünk a belföldi szálláshelyek forgalmának növekedéséről. Egészségügyi hallgatók számára ismerős a „spike” kifejezés, nos, ez egy, a statisztikában is létező fogalom. Csak múlt év február hónapjában 40 ezerrel több éjszakát töltöttek el kereskedelmi szálláshelyeken (magyarul szálloda) belföldi vendégek, ezzel 11 %-al növelve a forgalmat az előző év azonos időszakához képest. A „tüske hegye” a grafikonon február 14. Szóval, ha úgy érzik, hogy a bonbon már nem elég, jöhet a csokoládé fondü, a rózszaágy, a tejszínhab, a Superior lakosztály, chianti borral és cantuccinival, ahol igazi és nem a laptopra kivetített kandalló adja meg az alaphangulatot, miközben a 80-as 90-es évek bársonyos hangú előadói szólnak a hangfalakból mély érzelmekről regélve, illetve abba a tévhitbe ringatva magukat és a párokat, hogy szavakkal megfogható állapotról énekelnek. Valóban? Bizonyítsuk!



**Házi feladat:** kivitelezésében a párok előnyben lesznek, de a lényeg itt leírásra kerül. A feladathoz két élő ember szükséges. Míg egyik delikvensünk hanyattfekszik, addig a másik saját fejét és azzal együtt fülét szépen a fekvő mellkasára teszi, majd elkezd hallgatózni. Az egyszerűbb gondolatok után egyszer csak jönni fog a felismerés (főleg vizsgaidőszak után): van itt valami a bordák mögötti térben, ami folyamatosan mozog és nyugalomban 5 l vért pumpál percenként. Nagyon komoly dolog, ha a diák nincs tisztában a szív funkcióival, szerkezetével, akkor meg fog bukni. Ismerjük a biokémiai és mikrobiológiai mechanizmusokat is, de hogy „miért” dobog, arra még nem kaptunk választ. Persze, van akciós potenciál, de miért? Közben meg ott van egy ember, akin hallgatjuk a szív dobogását. Tudjuk, hogy bennünk is van. Az is pumpál. Csak nem veszünk róla tudomást, mert annyira megszoktuk. Ez nem baj. De abban a pillanatban végre tudatosíthatjuk magunkban a tényt, miszerint van valaki, akiben ennyire összetett szerv működik, mégis megengedi, hogy odategyük a fejünk, hallgatózunk és akkor talán szavak nélkül is megértjük a tudomány felett álló, homályos ködből kikristályosodó szintiszta érzést, amit az egyetemes emberi hasonlóság és szeretet jelent. Nem csak Valentin napján.

Tóth Tibor



## Mesterre fel!

Az Egészségtudományi Kar Fiziotherápiás és Sporttudományi Intézete már évekkal ez előtt elindította a gyógytornászok mesterképzési programját. Oktatóink számos akadályt leküzdve készítettek elő a gyógytornász képzés következő lépését. Mindezen törekvésekről **dr. Járomi Melinda**, adjunktus asszony tájékoztat titeket.

**Mit érdemes tudni a Fiziotherápia Msc képzésről és hol tart jelenleg az elfogadtatási kérelem?**

A Fiziotherápia MSC képzés jelenleg a MAB előtt

van. Várjuk a bírálatot. Ez az a jellegű képzés, ami már Budapesten működik, az alapján készítettük el anyagunkat a PTE sajátosságait figyelembe véve. Szakindítási kérelmet adtunk be.

### Vannak további elképzelések az MSc fozozat terén?

A gyógytornászok számára még két MSc képzésben gondolkozunk. Az egyik a Klinikai Sport, Sportfizioterápia. Amely a fizioterápia MSC szakiránya lenne. Nem tudunk róla, hogy Magyarországon más kidolgozta volna. A nemzetközi mintákat áttekintve alakítottuk ki a programot. A Klinikai sport, sportfizioterápia MSc program egy TÁMOP pályázat keretén belül jött létre. Szakmailag készen van, a következő lépés a Kari Tanács, Oktatási Bizottság engedélyek a képzéssel kapcsolatban.

Kidolgozás alatt van még egy MSC program: komplex rehabilitáció. Ebben is érintettek lehetnek a gyógytornászok. Ez a képzés már Debrecenben folyik, szakindítási kérelmen dolgozunk. A Komplex rehabilitáció MSC-hez kapcsolódó szakmai anyag várhatóan január végére lesz kész. Szintén a TÁMOP program keretében került kidolgozásra ez a mesterképzés is.

Az Msc programok kialakításában kollégáimmal a szakmai anyagok kidolgozását végeztük, a tantárgyi programok és vizsgarendszer meghatározását, a tantervi háló elkészítését és

nagyon nagy adminisztrációs segítséget kaptunk, amit ezúton is köszönünk!

Köszönjük adjunktus asszonynak az információkat!

### Még pár fontos részlet azoknak, akik jelentkezni szeretnének MSc képzésre:

- A jelentkezéshez a minden évi felvételi eljárás határidejéhez kell igazodni. ( Idén ez az időpont: 2015. február 15. )
- A jelentkezés feltétele a megfelelő alapképzés elsajátítása és természetesen a diploma megszerzése.
- Minden mesterképzésnek megvan a maga feltétele, a tekintetben, hogy az államvizsga pontjait vagy egy saját felvételt kell teljesíteni.

Erről bővebb információkat a ([www.felvi.hu](http://www.felvi.hu)) oldalon, illetve a kar honlapján taláztok.

[www.etk.pte.hu](http://www.etk.pte.hu)

Küstel Kornélia



Ne ropogtasd az  
ujjaidat, mert re-  
megni fog a  
kezed!

**Szoktatók ti is néha az ujjperceiteket ropogtatni? A csuklót, a nyakat, a térdet, tetszőleges ízületet?** Valljuk csak be nyugodtan, elég sokan vagyunk így vele, annak ellenére, hogy az ilyesmitől az embert a szülei rendszerint igyekeznek leszoktatni, szörnyű következményeket belengetve. Konkrétan azt, hogy a recsegtetés-ropogtatásnak az lesz a vége, hogy tönkremennek az ízületek.



Csakhogy az orvostudomány szerint az ízületi gyulladás (osteoarthritis) kialakulása **semmilyen összefüggésben nem áll** az ujjak ro-

pogtatásával. Azt persze nem állítjuk, hogy ez precedensértékű, és most az összes hasonló, homályos egészségügyi alapokon álló szülői intelemben meg kellene rendülnie a hitének, de jobb ha egészséges szkepticizmussal fordulunk feléjük, például az "edd meg a borsófőzeléket, mert az egészséges" kimondottan gyanús lehet.

**Egy vizsgálat szerint az ujjropogtatás nemhogy nem egészségtelen, hanem épp ellenkezőleg.** A Journal of the American Board of Family Medicine című orvosi szakfolyóiratban megjelent tanulmány szerzői megvizsgálták osteoarthritis pácienst, illetve egy hasonló korú és összetételű, de egészséges kontrollcsoport tagjai között az ízületropogtatás előfordulását.

**Arra jutottak, hogy:**

- 50 éves kor felett a rendszeres ropogtatók 18,1 százalékánál alakult ki a betegség
- A nem ropogtatók között viszont az arány 21,5 százalék volt.

Egy másik kísérletet saját magán végzett el egy

**Donald L. Unger** nevű amerikai orvos (2009-ben, meg is kapta érte a vicces tudomány kutatások díját, az **IgNobelt**).

60. éven keresztül rendszeresen, minden áldott nap ropogtatta az ízületeit a bal kezén, a jobbon azonban soha.

Az ezután elvégzett vizsgálatok azt mutatták, hogy a több mint fél évszázados ropogtatás az égvilágon semmilyen elváltozást nem okoz a kéz ízületeiben - a két kézfeje pontosan ugyanolyan állapotban volt.

Most hogy megnyugodtunk, és a legnagyobb lelki békével ropogtatjuk az ujjperceinket, felmerül a kérdés: **mi adja a fura, recsegő hangot, amikor az ujjainkat hátrafesztjük, és miért ad kellemes érzést az egész ropogtatás?**

Az ízületeinkben a csont, a porc és az ínszalag mellett van egy kapszula a két csont csatlakozásánál, ami úgynevezett szinoviális, vagy ízületi folyadékkal van tele. Ebben a folyadékban különféle gázok is előfordulnak, oxigén, nitrogén, szén-dioxid, nagyjából, mint a levegőben. Amikor az ujjunkat hátra, vagy erősen előre fesztjük (vagy leguggolunk, a nyakunkat tekergetjük, stb.), az történik, hogy az ízületi kapszula megnyúlik, a folyadékban a nyomás lecsökken, az oldott gázok pedig buborékokká állnak össze. Amikor a buborék kipukkad, az hanggal jár, ezt halljuk, amikor recsegnek az ízületeink. A gázoknak nagyjából 20-30 percre

van szükségük, hogy újra feloldódjanak a folyadékban, és képessé váljanak buborékká összeállni (vagyis ennyi ideig nem ropog újra az ízület, akárhogy is kínozza). Az ízületek nyújtása egyébként stimulálja az itt található idegvégződéseket, ezért esik jól, ezért csinálják sok ember oda sem figyelve, akaratlanul is.

Márton Rajmund



## Epilepszia

**Azt tudtad, hogy Caesar és Nagy Sándor epilepsziás volt?**

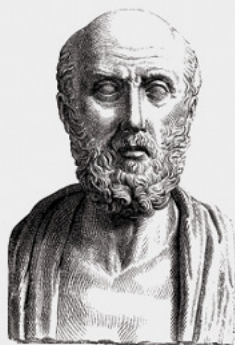
Nem véletlenül került be e havi számunkba az epilepszia, hisz **világnapja február 14.** Már az ókori gyógyítók is ismerték. Latin elnevezése „**morbus sacer**” azaz szent betegség. Az istenek kegyeltjeként kezelték azokat, akik ebben szenvedtek. **Plutarkhosz írásai szerint Julius Caesar hajlamos volt rá,** azonban



ahogy **Nagy Sándor** esetében is, a történelmi források **nem adnak** száz százalékos **bizonyosságot**. Persze voltak helyek, ahol máshogy álltak hozzá a kérdéskörhöz: **Hammurapi** babiloni király kódexe például



leírja, hogy az epilepsziás rohamokban szenvedő rabszolga teljes térítéssel váltható vissza az eladónál. Nagy kedvencünk **Hippokratész** szembement a „trenddel” és kijelentette, hogy



nem az istenek műve, hanem egy, az agyból származó betegség. **Lenin, Lil Wayne, Caligula, Fjodor Dosztojevszkij, Hugo Weaving, Danny Glover, Vincent van Gogh**, csak hogy az ismertebb betegek közül említsünk párat.

Az epilepszia hátterében a **központi idegrendszer megbetegedése** áll. Sok esetben kiváltó oka ismeretlen. Az azonosítható okok között szerepelhet a szülési sérülés, fertőzés



(agyhártyagyulladás vagy agyvelőgyulladás), stroke, alkoholizmus, vagy kábítószer-élvezés, agydaganat és az agy időskori leépülése. Nem elmebetegség! Érdekes módon az epilepsziás emberek kisebb valószínűséggel szenvednek elmebetegségben, mint mások.

**Magyarországon** bizonyítottan **legalább 150 ezer embert érint**, felnőttet és gyermeket egyaránt. Három év alatti gyermekeknél az epilepsziát össze lehet keverni magas láz során jelentkező görcsrohamokkal.

Alapvetően minden beteget gépjárművezetésre alkalmatlannak nyilvánítanak, de létezik egyéni elbírálás. Először is a **gyógyult állapot**: az utolsó rohamtól számított három év gyógyszeres, majd további két gyógyszermentes év tekinthető gyógyult állapotnak. Az átmeneti rohamok esetében egy év várakozási idő, majd eltérésektől mentes EEG vizsgálat után van lehetőség kérvényezni. Ha ez kész nincs megállás, jöhet az 510 lóerős vihar fekete, karbon szálás Aston Martin DB9-es bőrülésekkel, saját, névre szóló plakettel és gumibroncshoz való párnával. Parkolóhely van bőven a Laterum előtt.

Az epilepszia állapotának három fő formája lé-

tezik: **grand mal** (nagyroham), **petit mal** (kisroham) és **halántéklebény-epilepszia**.

Nagyrohamok előtt időnként pár másodperces előjelek figyelhetők meg. Ezek az előjelek, amelyeket összefoglalóan **aurának neve-zünk**, főleg hallucinációk: fülcsengés, villódzó fény látása vagy szag-, hang-, illetve ízhallucinációk. A hirtelen eszméletvesztést a nyak, és a végtagok görcsös megmerevedése, majd a test ritmusos rángása, remegése követi. A roham során a beteg szája habzik, gyakran elharapja a nyelvét és bevizel. A mozgások megszűnte után akár fél óráig is eszméletlen maradhat, majd tudatzavar és álmoság jelentkezhet a betegnél.

Kisroham főleg négyéves kor és a serdülőkor között jelentkezik. Rövid, néhány másodperces tudatzavar, mely után a teljesen visszanyeri tudatát és folytatja tevékenységét anélkül, hogy észlelné a tudatkiesést! Halántéklebény-epilepszia során is jelentkezhet aura, de az ezt követő tünetek kevésbé drámaiak. A beteg nem veszíti el öntudatát és nem vágódik el, de idegenségérzése vagy déja-vu élménye lehet. Tárgyak és személyek távoliaknak vagy valóságosítlanoknak tűnhetnek.

Negyedik forma az ún. **Jackson roham**, melynél a rángás általában az egyik kézen vagy lábon, vagy az arc egyik oldalán kezdődik. A rángás ugyanazon a testfélen fokozatosan terjed ki a többi izomra is.

## Mit tegyünk epilepsziás roham esetén, mint elsősegélynyújtók?

Először is fektessük a beteget az oldalára, párna nélkül. Lazítsuk meg ruházatát a nyaka körül. Gondoskodjunk arról, hogy elég hely legyen a beteg körül, nehogy sérülést okozzon magán. Ne próbáljuk szétfeszíteni a száját, ne próbáljuk megitatni és ne próbáljunk semmit se a fogai közé erőltetni. Ne próbáljuk visszafogni a mozgásait. Ha a mozgások megszűntek és a beteg alszik, ellenőrizzük, hogy tiszták-e a légutai: fogjuk meg az állkapcsát, és nyújtsuk meg a nyakát, ahogy azt elsősegélyből minden egyes ETK-s hallgató tanulta. Hagyjuk a beteget pihenni, ha ő úgy kívánja.

**Roham kialakulásának esélye mindig fennáll. Antiepileptikumok szedésével, ketogén diétával és központi idegrendszeri műtéttel kezelhető. Néha – különösen gyerekeknél – a kezelést néhány év múlva be lehet fejezni, és a rohamok nem térnek vissza.**

Tóth Tibor





# Farsangolás

**Újabb év, újabb jeles napok, így összeszedtem számotokra a farsang legfontosabb momentumait, jellemzőit.**

Az év első nagyobb ünnepi időszaka a farsang, mely **Vízkeresztől (január 6.) Hamvazószerdáig (idén február 18.) tart.** Vallási tartalma a határnapokon kívül nem igazán van, leginkább polgári tartalommal bír. Ez az időszak a karneválok, felvonulások, bálók időszaka, gondoljunk csak Velencére vagy Rióra; a **leghíresebb magyarországi felvonulásra** a mohácsi busójárásra, ami az UNESCO Szellemi örökség része és bejegyzett hungarikum.

Az időszak átvétele már az **Anjou korban elkezdődött** német területekről, ám kezdetben tiltott volt a bujaságot szimbolizáló mulatságai miatt. A hajadonok szép számmal kihasználták a bálók és szórakozások adta előnyöket, emiatt anno rengeteg eljegyzés és esküvő volt a farsangi időszakban.

Farsang utolsó vasárnapját frappánsan **farsangvasárnapnak** nevezi a néphagyomány, de nevezhetjük még csonthagyóvasárnapnak, ötvenedvasárnapnak, sonkahagyóvasárnapnak, hathagyóvasárnapnak, kilencben hagyó harmad vasárnapnak, piroskavasárnapnak (piroska nevű kalács után), vővasárnapnak (ifjú férj a lány családjának kontójára mulatott),

sardóvasárnapnak (sodrózás jelentése a szerencsekívánás) és vajhagyóvasárnapnak (a görög katolikusoknál), kinek mi tetszik. Ezen a napon tartották az asszonyfarsangot, amikor is a nők férfiakhoz hasonlóan élvezhették a mulatozást, ihattak és nótázhattak.

Nekünk, egyetemistáknak is igen szívet melengető a torkos csütörtök, melynek napján bőven lehetett enni, inni és manapság a PR-nak köszönhetően az éttermekben 50% kedvezménnyel lehet fogyasztani. Innen ered a farsangi



mondás is: **"Inkább a has fakaggyon, mintsem az étel megmaraggyon"**. Torkos csü-törtök napja egyébként tévesen van a köztu-datban, mivel nem hamvazószerda utáni napon, hanem előtte egy héttel van a dátuma, de ennyi baj legyen.



Néhány **időjósló néphagyományt** is találha-tunk ekkor: ha a medve kijön a barlangjából és kint marad február 2-án, Gyertyaszentelő Bol-dogasszony ünnepén, jó idő lesz. Február 3-án, Szent Balázs napján szentelt almával, gyertyá-val és Balázs-áldással a torokfájás és torokgyík elleni küzdelemben hittek és hisznek máig a hívők. Ezen kívül Balázs napján a szőlők védel-mét is kérték a gazdák: a szőlő egy-egy sarká-ban megmetszettek egy-egy tőkét, ezzel távol tartva a madarakat és biztosítani a jó termést.



**A cikkecske ötletekor a szerkesztőségi tagok lelkemre kötötték, írjak le egy igazi farsangi fánk receptet, ami nem hizlal. Van egy rossz hírem: ami farsangi, mind hizlal, de annál finomabb. Véleményem**

szerint karácsony után még simán belefér néhány plusz kalória, főleg, ha ez a lényege az egésznek.



### Forgácsfánk 10 adagra

200g liszt, 4db tojássárgája, 30g tejföl, 13g cukor, 10g rum/aroma, só, olaj a sütéshez.

A tojássárgáját a tejföllel, rummal simára ke-verjük, ehhez hozzáadjuk a cukrot, csipetnyi sót, végül a lisztet. Összegyúrjuk, cipót formá-zunk belőle, amit letakarva 15 percet pihenteti-ni kell. Lisztezett deszkán kinyújtjuk a cipót, majd derelyevágóval (vagy késsel) kockákat vágunk ki. A kocka közepére is vágást teszünk, ezen átbújtatjuk a tészta sarkát (ez a lépés el-maradhat, de a vágás legyen meg a tészta kö-zepén). Bő, forró olajban arany barnára sütjük, szalvétára téve felitatjuk a felesleges zsiradé-kot, majd még forrón porcukorral megszórjuk. Magában, vagy baracklekvárral a legfinomabb.



### Szalagos farsangi fánk

kb. 20 db fánkhoz 500 g liszt, 200ml tej, 40g

friss élesztő, 50g porcukor, 60g olvasztott vaj, 5db tojássárgája, olaj a sütéshez.

Az élesztőt a porcukorral langyos tejben felfuttatjuk, majd a liszthez adjuk. Hozzáadjuk a sárgákat, a vajat és jól összegyúrjuk. Ha a massa homogén és könnyed, lefedve, meleg helyen min. 30 percet pihentetjük és kelesztjük. Ha megkelt, lisztezett deszkán ujjnyi vastagra nyújtjuk ki és egy 6 cm átmérőjű szaggatóval vágjuk ki a tésztát. Ha kész, a korongok egyik oldalának közepén vékonyítsuk el a tésztát. Forró, bő olajban süssük ki, figyelve arra, hogy a sütés elején a mini lyukak legyenek benne az olajban. Ha szép piros, fordítsuk meg a másik oldalára. Papírszalvétára kiszedve csepegtesük le, majd porcukorral, sárgabarack lekvárral tálaljuk. Jó étvágyat!

Füri Márta



## TUDDTAD-E?

Izraeli tudósok feltalálták azt a szívószálat, ami pirosan villog, ha drogot tettek az italodba.

Az egyetlen kutya fajta, ami a Bibliában említésre került, az angol agár (greyhound) volt.

A viktoriánus korban speciális bajuszvédő csészét használhattak a bajuszos emberek. A csésze távol tartotta a bajuszt a gőztől, így a bajuszon lévő wax nem olvadt bele a teába.

A cowboyok a pisztoly tárából mindig kihagytak egy töltényt, ez az üres rész szolgált a kibiztosításra, és itt tartották azt a 10 dollárt, ami a temetésüket fedezte.

500 millió évvel ezelőtt egy nap csak 20.6 órából állt.

Több mint 600 ezer ember érzelmeivel játszadozott a Facebooknál dolgozó tudósok, hogy kiderítsék: a pozitív vagy negatív töltésű bejegyzések mekkora hatással vannak a felhasználók hangulatára.

Elmer Diána

**Tegyél TE a legtöbbet a programokért, Dolgozz velünk programszervezőként!**

*Pályázati híradás*

**Ha ötleteid vannak jó programokra,  
Ha szeretsz csapatban dolgozni, irányítani  
Ha kipróbálnád magad a rendezvényszervezésben**

Jelentkezéssel kapcsolatos információkat a:

- HÖK honlapján [etkhok.pte.hu](http://etkhok.pte.hu),
- HÖK Facebook oldalán találatsz.

Jelentkezéshez szükséges dokumentumok:

- motivációs levél,
- önéletrajz,
- Hallgatói jogviszony igazolás és a
- jelentkezési lap szükséges.

**Sikeres pályázást kívánunk!**

# Interjú Medgyesi Orsival



Szinte éppen egy évvel ezelőtt, hogy Magyarország megrendezhette a 2014.-es téli Olimpiai játékok utolsó nagy kontinensversenyét, s akkoriban bizonyára sokan kedvet kaptak ehhez a lebilincselő téli sporthoz, és egy forralt bor társaságában kimerészkedtek a városi koripályákra, aztán ha kijött a jóidő megint "szögre akasztották" a korcsolyákat a következő tél beköszöntéig. Ám az ETK elsőéves gyógytornász hallgatója, Medgyesi Orsi nem csak télen, hanem egész évben keményen küzd a jégen és a nemrég lezajlott európa baj-

nokság után, máris az áprilisi VB-re készül!

## Hogyan kezdődött, mikor kerültél közel a korcsolyázás világához?

Általános iskolában minden pénteken volt korcsolya oktatás és az ottani edző azt tanácsolta hogy menjek el komolyabban korcsolyázni mert tehetségem van hozzá. Ebben az évben volt Magyarországon az Európa bajnokság (2004). Szüleim elvittek a gálára és ott határoztam el hogy én is versenyezni szeretnék. Így 9 évesen el is kezdtem korcsolyázni eleinte heti háromszor később már minden nap volt 2-3 edzésem. Érettségi alatt hagytam abba a műkorcsolyázást, hiszen a sok edzés miatt kevés időm maradt a tanulásra. Ekkor kerültem be a magyar szinkron korcsolya felnőtt válogatottba és itt számos új lehetőség tárult ki előttem, például a 2015-ös Kanadai Világbajnokság.

A szinkronkorcsolya egy új kihívást jelent számomra, mivel már nem csak saját magamra, hanem másik 15 lányra kell odafigyelni hogy egyszerre csináljuk a lépéseket.

## Milyen eredményekkel büszkélkedhetsz eddig, és melyik sikeredre vagy eddig a legbüszkébb?

Számos nemzetközi versenyen vettem részt, mégis az országos bajnokságon elért második helyezésemre vagyok a legbüszkébb, mivel itt kellett minden évben legjobban küzdeni a dobogóért.

## Mesélj kicsit arról kérlek, hogy hogyan zajlik egy versenyre való felkészülés, miből állnak az edzések?

A versenyre való felkészülés már nyáron elkezdődik erősítéssel, lépések gyakorlásával, a csapat összehangolásával és a programok összerakásával. Szeptember körül összeáll a program akkor már csak a fejek, arcok, lépések pontosítása és a kondíció megtartása a cél, amit a heti több órás edzésekkel érünk el.



Mivel a szinkronkorcsolya csapatsport ezért havonta egyszer pszichológus foglalkozik velünk, hogy mindenki a legjobbat tudja kihozni magából a csapat érdekében.



## Mik a jövőbeli tervek, hol méretteted meg magad legközelebb?

A legközelebbi verseny februárba lesz majd, egy országos és egy nemzetközi bajnokság. A legfőbb cél mégis a kanadai világbajnokság, ami Április 5-14 ig tart majd.

## Mit gondolsz, hogy lehetne népszerűbbé tenni a korcsolyázást a fiatalok körében?

Szerintem több médiamegjelenítés és a közönség számára nyitott bemutatók rendezése ahol a fiatalok testközelből látnák a korcsolya szépségeit.

## Marad szabadidőd a sok edzés és felkészülés mellett? Ha igen, mit csinálsz szívesen?

Nem sok szabadidőm van de úgy gondolom, hogy az embernek arra van ideje, amire időt szán. Így szívesen töltöm a szabadidőmet a barátaimmal, emellett szeretek olvasni és zenét hallgatni.

Márton Rajmund



## Megtörtént esetek az egészségügyben...

### Régebben sokat dolgoztam vidéken...

Hívás, hogy 14 éves leánygyermek hasa görcsöl, üvölt fájdalmában. Kimegyünk, nagydarab állat a csaj, kövér, és elég jellegzetes hangokat ad ki.

- Anyuka, mióta hízott meg a leányka?
- Hát, már vagy egy fél éve...
- Gondoltam. Ugye tudja, hogy terhes??
- Ez? Ugyanmá, ne tesszen ilyet mondani, ez még szűz!
- Szűz ez akkor, ha én is az vagyok, pont most szül!
- Szül a \*\*\*, he, aggyá neki gyógyszert!
- Rendben, mindjárt adok, de előbb segítsen és hozzon lepedőt!
- Mi a fenének?
- Már kint a gyerek feje, és bebugyolnám, amíg a mentő ideér!!!

(De az egészsnek a slussz poénja: kiderült, a saját édes bátyja volt "tettes"!)

**Egy haver az urológián volt ápoló.** Ő mesélte, mikor behoztak egy 15 éves srácot, beleszorult anyuka vékony nyakú vázájába. Mivel fiatalkorú, hívták anyukát, gond van, jöjjön, engedély kell. Anyuka jött, hozta a srác barát-nőjét is, berontottak a kezelőbe..., hát nem lettem volna a srác helyében.

### Rutin baromságok:

- Fura a székletem.
- Milyen? Véres, fekete, nyákos?
- Mit tudom én, nem nézegetem!
- De akkor mi a fura?
- Hát hogy nincs.
- Mióta?
- Tudom én? Ki maga, orvos vagy közönségkutató??? (????!)

**Az Erzsébetben nem volt hely, mi kaptuk meg az öngyilkost lélegeztetésre.** Aggódó család:

- Jáááááááááj, de hát a Kálmán nem ojjjan, hogy öngyilkos legyen, csak véletlen vót!!! Kicsit többet vett be!!!
- Asszonyom, 600 db Andaxint vett be! Ennyi még francia drázséből is sok!

Márton Rajmund

## „Már az egyetemistáknál el kell kezdeni a prevenciót”

Szeretnéd tudni, mit kell enned/tenned ahhoz, hogy egészségesebben élj? No azt persze senki nem mondja, hogy könnyű, főleg az egyetemen nem, a vizsgaidőszakokról nem is beszélve. . .

Az **utolsó félévben**, még előtted a remek lehetőség, hogy tegyél valamit magadért. A **Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége E3** programjának keretein belül térítésmentes tanácsadási lehetőséget biztosít, melynek része a testösszetétel mérése is.

Nem meglepő, ha tudod miről is van szó, vagy akár már Te is találkoztál velük személyesen, hiszen számos nagyobb rendezvényen ütötték fel fejüket az évben, ilyen a Pécs City Karnevál vagy a ZSEN. Az idén csatlakozó golyók hamarabb ismerték a testösszetételüket, mint csapattársaikat, mivel oktatóink ide is eljöttek, hogy felmérjék és remek tanácsokkal lássák el a hallgatókat.

**Amit tudni kell**, a tanácsadás 1 órát vesz igénybe, melyhez egy előzetes regisztráció szükséges, amit az alábbi linken tehetsz meg: <http://www.mdosz.hu/naptar/>

Helyszín és időpont egyeztetés után, már csak annyi dolgod van, hogy elmenj és kikérd, meghallgasd a **dietetika tanszék munkatársainak** személyre szabott tanácsait. Bármilyen kérdést feltehetsz, ha mondjuk fogyni vágnál, de nem tudod, hogy is állj neki pontosan, vagy csak kicsit szeretnéd formába hozni magad, továbbá a táplálkozással kapcsolatos betegségekről is gyűjthetsz információkat.

**Szabó Zoltán** dietetikus szakoktatónk mesélt nekünk bővebben a programról, eddigi eredményekről. Három hazai egyetemen zajlik immár két éve a Magyar Dietetikusok Országos Szövetségének térítésmentes, szakmai programja, az Energia-egyensúly Egészségprogram Egyetemistáknak. A program egy **gyors állapotfelmérésből, valamint ingyenes személyes szaktanácsadásból** áll. Az érdeklődők a 2015-ös év tavaszi szemeszterében utoljára még élhetnek a lehetőséggel, hiszen a 3 évre tervezett projekt ezt követően ér csak véget.

Eddig összesen 4326 egyetemista vett részt a projektben, nem meglepő módon inkább a lányok voltak többségben. Érdekes és egyben örömmel teli, hogy a legtöbben nem a csodadiéták, fogyókúrás módszerek miatt keresték fel a dietetikusokat, hanem mert szerettek volna többet megtudni az egészséges táplálkozás alapjairól. Az eddigi adatok tükrében pár érdemi gondolatra reflektálnék. A folyadékfogyasztást illetően jelentős elmaradást tapasztaltunk az ajánlott napi folyadékbevitelnél, a legtöbb egyetemista csak napi 1-2 liter iszik meg. Ezért általánosan ajánlható a folyadékfogyasztás bővítése minden hallgatónak.

Jó hír számunkra, hogy a dohányzás csökkenő tendenciát mutat, a hallgatók 70%-a egyáltalán nem gyújt rá és 18% az, akik alkalmanként élnek ezzel a szokással.

Ebben a korosztályban a szív- és érrendszeri betegségek, a magas vérnyomás és az anyagcsere betegségek előfordulása alacsony, 1-2 %-ot mutat. A programmal célunk, ennek az értéknek a megtartása, segítése. Az egész E3 program a Coca-Cola Alapítványtól nyert pályázati támogatással valósulhatott meg.

Köszönjük szépen Zoltán Tanár Úrnak a felvilágosítást és a lehetőséget. Kívánunk a program dolgozóinak jó munkát és sikeres eredményeket!

# A SPIKE JONZE LOVE STORY

*Hamarosan a filmklub műsorán!*



*Találkozunk februárban.*

*ETK-KOB filmklub Szabó Zoltán vezetésével.*

**her**