

## MOORFIELDS EYE HOSPITALU

vijest seže u početak 19. stoljeća. Prema broju kliničkih istraživanja trenutno je vodeća svjetska oftalmološka ustanova, a to se temelji i na uskoj suradnji s Institute of Ophthalmology i University College of London (UCL). The Centre for World University Rankings ocijenilo je UCL, koji je partner Moorfieldsa, najboljim svjetskim centrom za učenje oftalmologije, gdje je po prvi put pobijedilo Harvard University i John Hopkins University, pojašnjava pulski doktor s londonskom adresom.

Moorfields Eye Hospital je otvorena 1804. godine iz nužne potrebe, budući da je tada porasla incidencija trahoma (infektivne bolesti prednjeg segmenta oka) među populacijom vojnika koji su se vratili iz "Napoleonovih ratova". Bolnicu je otvorio engleski kirurg John Cunningham Saunders, a kraljica Viktorija ubrzo joj dodjeljuje kraljevsku povelju. Već je tada bolnica bila na drugoj lokaciji od one prvotne, Lower Moorfields (danas je to područje koje je blizu Liverpool stationa u Londonu).

## Više nije SF

- Radi navike ljudi, u to vrijeme, bolnica je zadržala ime Moorfields, iako se danas nalazi na sasvim drugoj lokaciji. I u to vrijeme, kao i danas, suradnja među stručnjacima je bila neizostavna i nužna za bilo kakav razvoj. Primjerice, 1851. godine Albrecht Von Graefe iz Berlina, Franz Cornelius Donders iz Utrechta te William Bowman iz Londona uspostavili su suradnju iz koje su se izrodili temelji moderne oftalmologije, govori dr. Lukić. Oftalmologija 21. stoljeća nezaustavljivo napreduje, a bolnica Moorfields kroz svoja istraživanja jedna je od svjetskih predvodnica u razvoju struke. U današnje vrijeme genetska terapija, terapija matičnim stanicama, implantati retine, robotsko ubrizgavanje injekcije u oko, umjetna inteligencija u postavljanju dijagnoze nisu više mašta autora SF-a.

- Moram naglasiti da ima još puno posla da se te metode usavrše i počnu primjenjivati u kliničkoj praksi. Činjenica je da su one stvarnost i danas znamo kojim putem trebamo ići da spomenute metode kroz budućnost budu prisutne u standardnoj praksi, najavljuje dr. Lukić.

Pulski doktor pojašnjava da Moorfields Eye Hospital strateški djeluje u nekoliko smjerova. Najznačajniji i najopsežniji je onaj u obliku javne bolnice (NHS Trust u UK-u), gdje se godišnje napravi više od pola milijuna pregleda.

- Zatim, postoji specijalni dio za istraživanje (Clinical Research Facility), Richard Desmond Childrens' Eye Centre (najveća dječja oftalmološka ustanova u svijetu), Moorfields Private (za liječenje privatnih pacijenata) te Moorfields Pharmaceuticals (odjel za pripravak oftalmoloških preparata). Uz to, Moorfields ima svoje privatne bolnice u Dubaiu i Abu Dhabiu (Ujedinje-

## Djetinjstvo u Puli

Marko Lukić rođen je 20. veljače 1984. godine u Zagrebu. Svoje djetinjstvo te osnovnoškolsko i gimnazijsko obrazovanje proveo je u Puli. Medicinski fakultet Sveučilišta u Zagrebu upisuje 2003. te ga završava u roku, u srpnju 2009. godine s odličnim uspjehom. Staž odraduje u PB Sveti Ivan te dozvolu za samostalni rad stječe u rujnu 2010. godine. Odmah zatim započinje specijalizaciju iz oftalmologije u Specijalnoj Bolnici za oftalmologiju Svjetlost te završava specijalizaciju u predviđenom roku 2014. godine. U svibnju naredne godine polaže europski ispit iz oftalmologije i stječe titulu Fellow of European Board of Ophthalmology.

U siječnju 2016. godine započinje subspecijalizaciju (fellowship) iz područja stražnjeg segmenta oka koju završava u predviđenom roku od godine dana. U siječnju 2017. započinje drugu subspecijalizaciju iz područja kliničkih istraživanja stražnjeg segmenta oka te u ožujku iste godine započinje istovremeno raditi na poziciji konzultanta za područje retine u Moorfields Eye Hospital. Član je eminentnih društava kao što su American Society of Retina Specialist (ASRS), EURETINA, ARVO te je član Hrvatskog oftalmološkog društva, u kojem obavlja funkciju tajnika Sekcije za Uveju te je unutar Sekcije za retinu odgovoran za međunarodnu suradnju. Posebno zanimanje ima za degenerativne i vaskularne bolesti retine te nove dijagnostičke metode stražnjeg segmenta.

## Najmlađi subspecijalist retine u Hrvatskoj

Pred blagdane je uvijek najljepše vratiti se kući pa je tako i dr. Lukić skoknuo "doma" iskoristivši priliku da u resorno Ministarstvo preda dokumentaciju za priznavanje subspecijalizacije. Time će postati najmlađi subspecijalist retine u Hrvatskoj.

## Razvoj umjetne inteligencije

Dr. Marko Lukić trenutno u londonskoj Moorfields Eye Hospital, osim funkcije konzultanta, radi i na nekolicini istraživačkih projekata. Kao jednim od najzanimljivijih ističe projekt Moorfieldsa i Googlea u razvoju umjetne inteligencije za prepoznavanje patoloških stanja ljudske makule.

ni Arapski Emirati). U cijelom sustavu bolnice u području Londona radi oko 2.500 ljudi, što medicinskog, što nemedicinskog osoblja. Jedna od definitivno zanimljivih činjenica je da bolnica, kao dio javno-zdravstvenog servisa, pruža usluge iz oftalmologije drugim bolnicama u kojima oftalmologija nije razvijena. Ukupno, Moorfields radi na 30-ak različitih lokacija u Londonu, a ovih je dana otvorio novi odjel za glaukomske i privatne pacijente, navodi dr. Lukić

Pojašnjavajući radno vrijeme u prestižnoj bolnici, navodi da rad s pacijentima traje minimalno osam sati (od 9 do 17 sati) te je raspodijeljen u jutarnji i poslijepodnevni dio. Specijalizanti i subspecijalizanti (fellows) imaju dvije smjene u tjednu slobodno za učenje.

- Tjedan je organiziran ovisno o poslu kojim se bavite. Osobno dva dana u tjednu radim na istraživanjima, a tri dana u klinici. Klinički posao je uglavnom organiziran da više specijalizanata i/ili subspecijalizanata rade s konzultantom u klinici, gdje je konzultant onaj koji daje konačno mišljenje, organizira rad klinike i podučava mlade kolege. Svaki liječnik ima pristup centralnom sustavu i programu gdje može dobiti informaciju o povijesti bolesti i prijašnjim procedurama, a postoji, isto tako, i centralni sustav pristupu dijagnostič-

kim uređajima, radiološkim snimkama, laboratoriju, protokolima, obrascima. Praktički sa svojeg radnog stola mogu pronaći snimak retine pacijenta koji je bio pregledan ranije na nekoj drugoj lokaciji, govori pulski doktor.

## Dobrodošle ideje

Vječito je pitanje kako one, koji su zbog svoje izvrsnosti otišli u inozemstvo, vratiti jednog dana nazad u Hrvatsku da unaprijede sustav u kojem djeluju kako bi i domaćem stanovništvu pripala najbolja moguća usluga.

- Ono što me osobno najviše ugodno iznenadilo jest da u Londonu sustav potiče izvrsnost, svaka ideja je dobrodošla, različitost mišljenja je nešto što je normalno, rekao bih i poželjno. Viša pozicija u sustavu ne znači da ste nužno u pravu, a ponekad i mišljenje najpoznatijih seniora je suprotno. Zdrava kompetencija je prisutna, a potpora kolega je bila prisutna od prvog dana rada u Moorfieldsu. Nedvojbeno, iskustvo, znanje i socijalni kontakti stvoreni u zadnje dvije godine su od neprocjenjive vrijednosti. To je nešto što vam nitko nikada ne može oduzeti. Vjerujem da ću se jednog dana vratiti u Hrvatsku te da će moje iskustvo rada u inozemstvu, a isto tako i mojih kolega iz drugih specijalizacija, biti od značaja domaćem zdravstvenom sustavu, zaključuje dr. Lukić.



Tjelovježba

Piše body instruktorka Morena Poglajen Carić

## Spremni i blistavi za blagdane

Savjeti kako ostati gladan, bez alkohola, dima i kolača jednostavno ne prolaze. Ako se istima nismo oduprijeli 360 dana u godini na izmaku, pomalo je nestvarno to željeti sada kada je sve oko nas puno šarenila, šuškvavih omota, delicija i, konačno, domaćih specijaliteta

Već sedam godina zajedno dočekujemo Božić i Novu godinu. Savjeti kako ostati gladan, bez alkohola, dima i kolača jednostavno ne prolaze. Ako se istima nismo oduprijeli 360 dana u godini na izmaku, pomalo je nestvarno to željeti sada kada je sve oko nas puno šarenila, šuškvavih omota, delicija i, konačno, domaćih specijaliteta, a ne onih iz obližnje pekare. Zato ću vam reći da uživajte u kuhanim brobcima, domaćim kolačima i finim napitcima jer onaj magični 1. 1. ionako će brzo doći, a jedinica je

osjetite vrućinu i živahnost u tom zaboravljenom dijelu vašeg tijela.

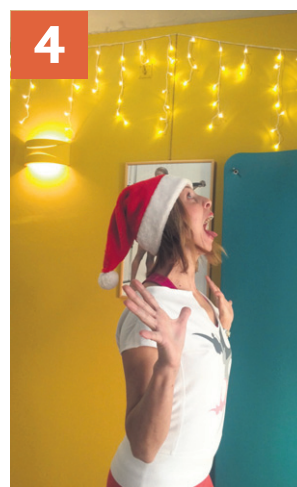
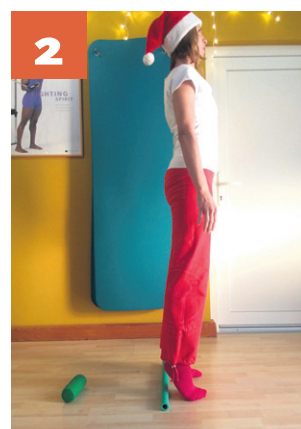
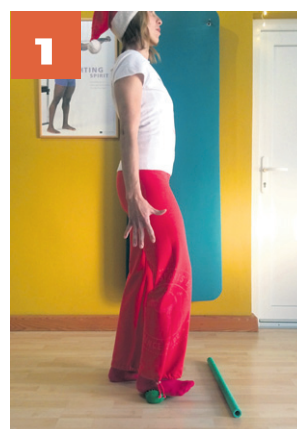
Slika 2. Za bolji rad vaše limfe, jer će biti dodatno opterećena novim ili starijim izazovima, stavite pvc tubu ispod peta i na udisaj se podižite snažno na poluprste i osjetite aktivaciju listova. Na izdisaj dinamično spustite pete o tubu i tako ponavljajte dok ne osjetite peckanje u listovima i prolazak tog osjećaja, barem dvije minute.

Slika 3. Pravilno držanje i disanje neizostavan su dio pripreme za izlazak. Ukoliko se loše držite ni-



osjetite kako treba izgledati pravilna postura. Isto ponovite i bez oslonca uz zid, ispred ogledala bočno.

Slika 4. i 5. Prije završnog šminkanja predlažem da završite s vježbom energizacije lica (možda u samoci da ne ispadnete čudni, poput mene na slici). Stavnite u širinu kukova. Čvrsto stisnite stopalima pod i uspravite se. Udisajem gurajte ruke od sebe šireći dlanove, otvarajte čeljust što



znak novog početka pa će i zdrave odluke sigurno biti dio njege.

Danas se bavimo samo ljepotom i kako da zabliztamo dok jedemo te slatke zalagajčice.

Slika 1. Za bezbrižan korak na plesnom podiju u visokim potpeticama svakako trebate dobru masažu stopala. Uz one neizostavne valjčice ili pvc vodoinstalacijsku tubu. Sat prije izlaska dobro izmasirajte oba stopala od prstiju do pete, ne plašite se malo jačeg pritiska i pravilno dišite. Onoliko dugo dok ne

jedna odjevna kombinacija neće zabliztati na vama, a loše disanje postat će još lošije nakon nekoliko minuta hopsanja ili susreta s fatalnom osobom. Zato se naslonite uz zid s nogama za jednu dužinu stopala od zida, stražnjica, leđa, ramena i glava su čvrsto naslonjeni uz zid. Svoje ruke položite oko struka i udisajem osjetite da vam se dlanovi šire prema vani (desno-lijevo), a izdisajem se ponovo skupljaju. Dok se opuštate od stresa pravilnim disanjem izdužujte svoje tijelo prema gore

više možete, isplazite jezik, bradu podižite prema gore da osjetite peglanje prednje strane vrata, oči snažno raširite i pogled usmjerite prema gore. Izdisajem skupite šake i ruke prema sebi, stisnite usta, cijelo lice, oči i čelo. Ponavljajte dok učinak ne bude zadovoljavajući, a onda se dotjerajte, budite sretni, zadovoljni i zahvalni jer imamo život, mogućnosti, želje, snage, veselja i svoje tijelo koje nam sve to pruža. Čuvajte se, volite se, mazite se i uživajte u svakom trenutku. Sretni blagdani!