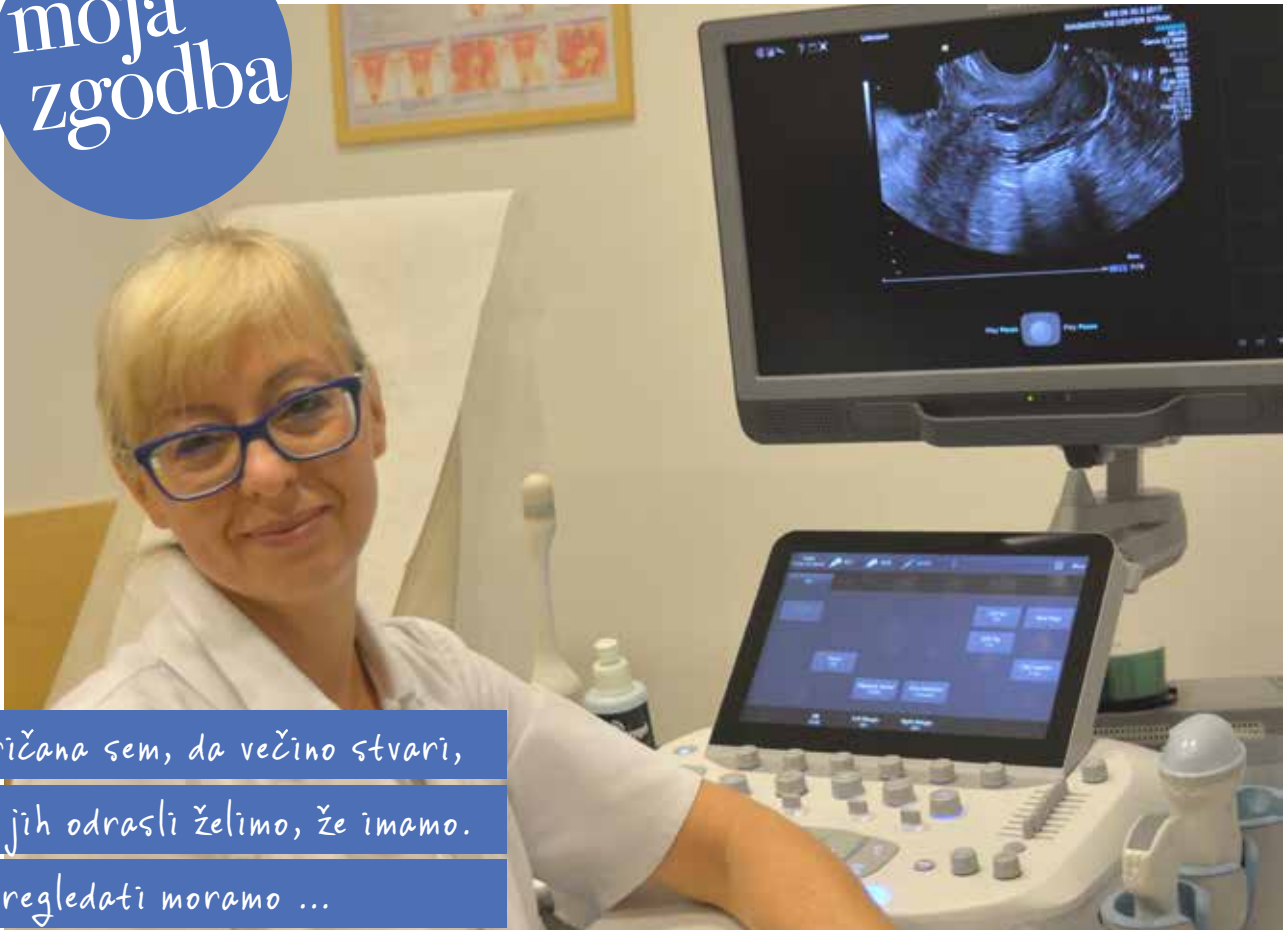


Vsaka od nas

je dragocena in svojstvena

moja
zgodba



Prepričana sem, da večino stvari,
ki si jih odrasli želimo, že imamo.
Le spregledati moramo ...

Prim. Darija Strah, dr. med., specialistka ginekologije in porodništva

»»» DIAGNOSTIČNI CENTER STRAH «««

Zenske smo, delno zaradi pritiskov družbe, delno zaradi nas samih, nenehno obremenjene z lepoto. A vsi kozmetični izdelki, ličila in estetski popravki skupaj nam ne koristijo, če naša lepota ne izvira iz notranjosti, torej zdravega telesa. Lahko rečemo tudi, da je jedro ženskega zdravja zdrava maternica. Za svoje zdravje smo odgovorni sami, pomembno je, da opazujemo spreminjanje telesa, da mu

prisluhnemo in prav čas opazimo morebitne spremembe. Pomembno je, da poiščemo pomoč strokovnjakov in jim pri najintimnejših težavah povsem zaupamo.

Predstavljamo vam Darijo Strah, ki je združila zaupanje, prijaznost, visoko strokovnost in znanje do svojih pacientov v Diagnostičnem centru Strah. Pacientke iz vse Slovenije, tudi znanе Slovenke, pritegne s poštenim,

strokovnim in dostopno-empatičnim odnosom. Živi po zdravih načelih in je pacientkam najboljši vzgled.

Kaj vas je vodilo na pot ginekologije?

»V ginekologijo sem se usmerila že v času študija na Medicinski fakulteti Ljubljana. Vendar me je v času specializacije pravzaprav očaral ultrazvok in njegove zmožnosti ugotoviti diagnozo bolezenskih stanj. Pogledati,

kaj je v notranjosti posameznice, zakaj jo boli, kako odkrijemo nepravilnosti maternice in kdaj so ciste na jajčnikih nevarne.

Ko se mi je ponudila možnost specializacije na Ginekološki kliniki v Ljubljani in vmes tudi na King's College Hospital School, eni najboljših učnih bolnišnic v Angliji, sem se zapisala tej lepi vеди.«

Povejte kaj o svojem centru, kaj vas loči od ostalih diagnostičnih centrov oziroma ginekoloških ambulant?

»Diagnostični center Strah je nastal kot dolgoletna želja delati drugače kot v javnem sistemu. Predvsem me je težilo to, da imam za pacientke premalo časa, da moram pregledati več žensk dnevno, ki jim lahko posvetim le nekaj minut po normi zavarovalnice. V medicini je najpomembnejše, da imaš strokovno znanje, empatijo do človeka ter čas. Slednji me loči od ostalih. Naziv diagnostični center pa je nastal zaradi dejstva, ker sem že od vsega začetka vložila ogromno lastnih sredstev v vrhunsko tehnologijo, predvsem ultrazvok, kolposkop, CTG, ter vsega ostalega, potrebnega za kvalitetno delo. Na področju ginekologije nove tehnologije omogočajo oceno nepravilnosti rodil, vzrokov neplodnosti in še in še. Menopavza, kontracepcija, spolna medicina, hormonska neravnovesja, testiranje s prosto plodovo DNA ob nuhalni svetlini za Downov sindrom so stvari, s katerimi se dnevno ukvarjam. Z enakim veseljem, kot na začetku svoje poti. Trenutno se poglobljeno posvečam ultrazvočnim preiskavam prsi, saj je moč zaznati že tumorje, velike le nekaj milimetrov. Tega mamografija ne omogoča.«

Ali po vaših izkušnjah ženske dovolj pozornosti posvečajo zdravju in kaj lahko posameznica naredi, da se

izogne številnim ginekološkim težavam?

»Lepa ženska je zdrava ženska. Ampak zakaj, predvsem mlajše generacije, preveč gradijo na zunanjem videzu in se premalo zavedajo svojega telesa v smislu, da je bistveno zdravo telo?

Zavedajo se, da telesna vadba močno pripomore k zdravju, zato redno vadijo. Obenem pa pozabljajo, ali pa se niti ne zavedajo, da se običajno ob prvih ali po nekaj letnih spolnih odnosih, vsaka druga okuži s HPV virusi – humanimi papiloma virusi. Lahko se pojavijo genitalne bradavice, takrat so okužene z nerakavimi sevi. Huje in bolj resno je, da se večina okuži tudi s sevi, ki lahko kasneje povzročijo raka. To se lahko pokaže s krvavitvami med spolnimi odnosi in tega ne jemljejo resno. Ginekologija je veda, v kateri se splača graditi na preventivi. Le en odvzem brisa Pap in manualni pregled maternice vsako tretje leto nam pripada iz obveznega zdravstvenega zavarovanja. Niti ultrazvočne preiskave ne, naredi se lahko le, če zatipaš nekaj sumljivega. Ampak kvalitetnega in dobrega ginekološkega pregleda brez ultrazvoka maternice in obeh jajčnikov po mojem mnenju ne more biti. Zato priporočam reden celoten pregled enkrat letno, po 40. letu tudi ultrazvočne preiskave prsi.«

Želja po materinstvu je v naravi večine žensk, kaj pa, ko ženska tega »klica« ne začuti? In kako pomagajte ženskam, ki ne morejo zanositi?

»Verjetno se še najde kdo, ki žensko, ki nima otrok, a je uspešna v svojem poklicu – »karieristko« – po krivici obsoja. Po navadi gre za mlade, zelo pridne in vestne ženske, ki pa so velikokrat tudi prikupne, zanimive. Zato se predvsem v svojem lastnem okolju srečajo z ljudmi, ki jim v nekem

delu svojega življenja zavidajo. Seveda doživljati nekaj takega ni prijetno in velikokrat vidim, da se to dogaja predvsem na nivoju ženska ženski in ne med spoloma. S tem se ne splača obremenjevati preko meje, saj vsaka ženska izbere svojo življenjsko pot in to je treba spoštovati. Včasih pa se seveda zgodi, da je želja po materinstvu velika, pa po naravni poti ne gre. Danes je značilno dolgo izobraževanje, iskanje »pravega« partnerja in hitro se zgodi, da ženska prestopi mejno starost (po 37. letu), ko je zanositev lahka. Zato se v svetu že nekaj časa mlade intelektualke še v času študija odločijo za zamrznitev svojih mladih jajčnih celic, ki jih pridobi ginekolog v sredini njenega naravnega hormonskega cikla. Vstavitve zarodka (s spermijem oplojenega po postopku zunajtelesne oploditve) je, kljub temu da je ženska stara preko 40 let, večinoma uspešna.«

Vaših uspehov in dosežkov je ogromno, na kaj ste osebno vi najbolj ponosni?

»Po 20 letih dela v ginekologiji imam občutek, da vem veliko, a še vedno se zavedam, da nikoli dovolj. Zato je moto mojega življenja nenehno pridobivanje novega znanja, učenje,





PROFIL

Ime:

Primarij Darija Strah, dr. med.

Hobiji:

Delo in šport se pretakata iz belega v modro in iz modrega v belo. Modre misli, modro nebo, modrina obzorja, modre globine. Bela karma, beli sneg, bela obleka, bela svetloba. Smučanje in potapljanje. Tek. Poezija in gledališče.

Življenjsko vodilo:

Če gledamo na svet ozko, kako je lahko ozek. Če ga pogledamo zlobno, kako je lahko zloben ...

Če pogledamo nanj široko, prizanesljivo in vztrajno, koliko čudovitih ljudi najdemo na njem.

Osebni navdih:

Življenje ti vedno ponudi drugo priložnost. Samo videti jo je treba.

»Če menite, da je pustolovščina nevarna, poskusite rutinsko; to je smrtonosno.« P. Coelho



POSLOVNI NASVET

Spoštljiv odnos do človeka, ki potrebuje zdravniško pomoč ter vedno novo in novo znanje, ki ga moraš imeti, da zmoreš pomagati, ostaneta v zavesti ljudi. In ti se vračajo, ko so v stiski.

Diagnostični center Strah

prijazna ginekološka ambulanta
Primarij Darija Strah, dr. med.
Slamnikarska 3a, 1230 Domžale
M: 0038651 636 000
T: 00386 590 636 000
www.strah.si

pisanje, predavanje. Ko sem končala specializacijo, sem začela kot ena izmed prvih treh zdravnikov v Sloveniji veliki projekt nove metode odkrivanja Downovega sindroma v prvem trimesečju nosečnosti. V prvih letih sem rodila svoja otroka, Leo in Vita, v letu 2007 so me zaradi strokovnega dela izbrali za kandidatko za Evropejko leta v projektu, kako posameznice kvalitetno prispevajo v družbi za določen napredek, ki se odrazi v posamezni državi kot boljši življenjski, zdravstveni ali izobraževalni razvoj. To je bila zelo lepa izkušnja, predstaviti svoje delo v Evropskem parlamentu. Nato sem leta 2009 stopila na samostojno pot in ustanovila Diagnostični center Strah, še dobro leto, pa bomo slavili prvo desetletje. Zaradi vsega dela na področju ginekologije pa mi je Ministrica za zdravje predlani podelila naziv primarij. Na to sem, poleg svojih dveh otrok, najbolj ponosna.«

Kaj bi kot uspešna poslovna ženska in mati svetovali vsem ženskam, ki gradijo kariero?

»Vsaka od nas je svojstvena in dragocena. Najbolj dragocena. Vsaka ima svoja hotenja, želje, potrebe – tako po napredovanju in doseganju ciljev, kot tudi svojstvenem načinu življenja. Zato je težko reči, kakšen bi bil univerzalen nasvet. Morda pa le tole: ženska, ki nikoli ni postala mati, ne more vedeti, kako bo materinstvo vplivalo nanjo. Ob izbiri pravega partnerja, ki ve, da je starševstvo skupna naloga, uspešnem poslovnem življenju in splošnem zadovoljstvu s sabo, je lahko vse veliko lažje, kot smo si predstavljali prej. Takrat je vedno tudi čas za otroka, obenem pa ostane čas za kvalitetno partnersko zvezo, svežo prehrano in redno telesno vadbo. Organiziranje časa in življenja se takrat šele začne. Življenje se ne



ustavi. In po letih opazovanja tudi iz svojega življenja vem: vedno pride še druga priložnost. Vedno. Tako v poklicnem kot zasebnem življenju.«

Bližajo se prazniki. Kakšne so vaše želje?

»Za praznike je morda velikokrat bolj razmišljati tudi drugače. Božični prazniki so družinski. Tudi če še nimaš svoje družine, še vedno obstaja tvoja primarna družina, širše sorodstvo ali dobri prijatelji. Poiskati si moraš svoje korenine, velikokrat je to priložnost, da nekoga od svojih vidiš samo takrat v letu. Pravijo, da je na božični dan osamljen in žalosten vsak drugi človek. Pomagajmo si torej, da se bomo nečesa ali nekoga veselili. Mladim družinam želim, da se ženske zavejo, da sreča ni v čudovito pospravljeni hiši in bogato obloženi mizi, če morajo narediti večino stvari same, potem pa so utrujene do te mere, da ne čutijo ne sebe, ne svojih ljubih. Pustimo tokrat praznikom, da tečejo sami, da nas presenetijo tako dogodki kot ljudje. Nekaj, kar nismo načrtovali. Novo leto pa je lahko bodisi čudovito, ali pa le dan, ko se predajamo večnim zaobljubam, kako bolje bo v novem letu. Čedalje bolj sem prepričana, da večino stvari, ki si jih odrasli običajno želimo, že imamo. Samo spregledati moramo ...«

Vesna Lorger