

CENA ZDRAVJA

Urša Marn

Koliko stanejo zdravstvene storitve, če jih plačamo neposredno iz svojega žepa

Samoplačništvo v Sloveniji obstaja že od leta 1992, ko se je v zdravstveni sistem uvedla možnost zasebnega dela zdravnikov. Danes ga sprejemamo kot nekaj samoumevnega, čeprav ruši naš socialno naravnani zdravstveni sistem. Tuje raziskave namreč kažejo, da porast zasebnih storitev v zdravstvu draži zdravstveni sistem. Zanimivo je, da v tujini plačevanja zdravstvenih storitev neposredno iz žepa ne poznajo, pač pa zasebne bolnišnice sodelujejo z zasebnimi zavarovalnicami. Vprašanje je seveda, zakaj se bolniki v Sloveniji kljub obveznemu in dodatnemu zavarovanju odločajo za samoplačništvo. Odgovor je preprost: zaradi predolgih čakalnih vrst v javnem zdravstvu. To pa ne pomeni, da smo neposredno iz žepa pripravljene plačati kar vse zdravstvene storitve.

Večina se za samoplačništvo odloči, ko gre za zobozdravnika, ambulantni pregled, rentgen ali laboratorijske preiskave, zelo malo pa je takšnih, ki so iz svojega žepa pripravljene plačati več tisoč evrov za operativni poseg. Vzrok za to je pre nizka kupna moč, deloma pa tudi mentaliteta, ugotavlja doc. dr. JANEZ BAJEC, kirurg in predsednik strokovnega sveta zasebnega Kirurškega sanatorija Rožna dolina. Sanatorij je bil zasnovan kot izključno samoplačniška bolnišnica, a se to ni obneslo. Podjetje je po nekaj letih zašlo v finančne težave, iz katerih ga je rešila šele dokapitalizacija. NLB je svoj delež prodala, tako da ima podjetje od leta 2005 nove lastnike: polovico deleža je kupil podjetnik IGOR LAH, polovico pa zdravniki sami. K rešitvi sanatorija je pripomoglo tudi to, da je postal del javne zdravstvene mreže, saj ga je ministrstvo za zdravje pred nekaj leti vključilo v program skrajšanja čakalnih vrst. Od takrat sanatorij bolnikom omogoča tudi koncesijsko zdravljenje na področjih žilne kirurgije (operacije krčnih žil), abdominalne kirurgije s proktologijo (operacije kile in žolčnih kamnov), oftal-

mologije (operacije sive mrežnice), kirurgije roke in ultrazvočne diagnostike (pregled trebušne votline).

Trg v zdravstvu ne deluje po splošno veljavnih tržnih zakonitostih, saj ne prinaša najnižjih cen. Prav nasprotno. Zaradi potrebe bolnikov po čim hitrejšem dostopu do zdravstvenih storitev in zaradi pomanjkanja zdravnikov cene iz leta v leto naraščajo. V Sloveniji podatkov o gibanju cen samoplačniških storitev ne zbira nihče, prav tako cen nihče ne omejuje. Na trgu se oblikujejo prosto, to pomeni, da zdravniki cene določajo sami, brez zunanjega nadzora. Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije lahko delno nadzoruje le doplačila pri zdravnikih, vključenih v javno zdravstveno mrežo. Pravilnik o zdravniški tarifi določa zgolj najnižje priporočene cene, ki so izračunane na podlagi minimalnega potrebnega časa za posamezno opravilo in uporabo ustrezno kakovostnega materiala. »Cenik pa ne more določati najvišjih priporočenih cen storitvam na prostem trgu, saj bi tako neupravičeno posegal v tržna razmerja,« pravi predsednica zdravniške zbornice GORDANA KALAN ŽIVČEC. Ker se cene na trgu oblikujejo prosto, je za enako storitev pri različnih zasebnikih in v različnih ustanovah treba plačati zelo različne račune.

ZA ZOBNO PROTEZO DO 1200 EVROV

Samoplačništvo se je najbolj razmahnilo pri zobozdravnikih, kar ni naključje, saj je v Sloveniji že več kot polovica zobozdravnikov koncesionarjev ali čistih zasebnikov. Cene zobozdravstvenih storitev zadnja leta letijo v nebo. Pri zasebniku je za stomatološki pregled treba odšteti 20 evrov, če pregled vključuje tudi intraoralno kamero, pa 30 evrov. Za rentgen je treba odšteti približno 20 evrov, za anestezijo 8 do 20 evrov, pri čemer je treba dodati, da nekateri zasebni zobozdravniki anestezije ne zaračunavajo. Enostavna ekstrakcija zoba stane 40 do 70

evrov. Pri zapletenem puljenju se cena zviša na 100 evrov, puljenje modrostnega zoba pa pri dražjih zasebnikih stane kar 200 evrov. Primerjava cenikov nekaterih ljubljanskih zasebnikov pokaže, da so med njimi precejšnje razlike. Tako boste pri zobozdravniku z 'zmernimi' cenami za kovinsko-porcelansko prevleko odšteli 270 do 290 evrov, za porcelansko prevleko brez kovine pa 350 evrov. Pri zobozdravniku z višjimi cenami boste za isti storitvi odšteli 420 in 500 evrov. Zalivka stane od 20 evrov (začasna) pa tja do 120 evrov. Kompozitni zatiček velja 100 do 250 evrov, delna proteza 500 do 600 evrov, totalna proteza (brezzoba čeljust) 590 do 1000 evrov, tako imenovana visil proteza s kovinsko bazo pa 1200 evrov. Poleg tega boste pri dražjem zasebniku za zob na vsadku odšteli 750 evrov, za apikotomijo ali odstranitev koreninskega vrška (gre za kirurški poseg, pri katerem se z namenom ohranitve prizadetega zoba odstrani del njegove korenine skupaj z okolnim vnetim tkivom) pa 200 evrov. Čiščenje zobnega kamna stane 40 do 50 evrov, celotna higienska oskrba, ki vključuje tudi peskanje in poliranje zob, pa 80 do 100 evrov. Za beljenje zob doma, za katero pacient po odtisu dobi izdelano belilno folijo in belilo v tubicah, je treba odšteti tja do 500 evrov. Za zdravljenje večkoreninskega zoba, ki vključuje čiščenje kanalov, zdravlilo in polnitev kanalov, pa je treba odšteti 100 do 330 evrov. Pri zdravniški zbornici pojasnjujejo, da je cenik nadstandardnih in samoplačniških zobozdravstvenih storitev na vpogled v vsaki ambulanti, poleg tega ima pacient pravico do informativnega izračuna oziroma do predračuna, iz katerega je razviden strošek posega in proizvodov.

Z LASERJEM NAD DIOPTRIJO

Čedalje dražje so tudi samoplačniške storitve pri okulistih. Cenik ene od zasebnih okulističnih ambulant v Ljubljani, ki je specializirana za

lasersko kirurgijo, razkriva, da je samo za posvet brez izvida treba odšteti 30 evrov. Specialistični ambulantni pregled stane 75 evrov, kontrolni pregled 50 evrov, kontrola očesnega tlaka 30 evrov, pregled vidnega polja 50 evrov, uvajanje leč 50 evrov, pregled pred lasersko odstranitvijo dioptrije pa 100 evrov. Operacija bradavice ali ciste stane 130 evrov, operacija notranjega jemenca 210 evrov, operacija upogiba roba veke navznoter ali navzven 300 evrov, operacija sive mrežnice enega očesa 1100 evrov, laserska operacija dioptrije enega očesa pa 1300 evrov. Med dražjimi posegi je vstavitve dodatne umetne znotrajčesne leče pri očesu, ki ima ohranjeno naravno očesno lečo, saj je zanj treba odšteti 1600 do 2000 evrov. Metoda se uporablja pri ljudeh, ki imajo zelo visoko dioptrijo, pri čemer vstavljena leča poleg dioptrije lahko korigira tudi astigmatizem ali cilindre. Med dražjimi posegi je tudi vstavitve umetne znotrajčesne leče pri ljudeh s starostno spremenjeno naravno očesno lečo ali s sivo mrežnico. Cena posega je 1600 evrov, če leča poleg dioptrije korigira tudi astigmatizem in starostno daljnovidnost, pa 1900 evrov. Ena novejših metod je crosslinking ali zdravljenje keratokonusa z metodo križnega povezovanja vlaken v roženici. Roženični keratokonus je degenerativno nevnetno obolenje, ki se najpogosteje pojavi v starosti od 20. do 40. leta. V populaciji se pojavi pri enem na 2000 ljudi. Vzrok za nastanek bolezni še ni povsem znan, domneva pa se, da gre za gensko pogojeno obolenje. Opazili so, da se pogosteje pojavi pri ljudeh, ki so se pogosto (več let) drgnili po očeh zaradi alergijskih

1. Bolniki se za samoplačništvo odločajo predvsem zaradi predolgih čakalnih vrst v javnem zdravstvu. Na sliki poseg na nosu, ki so ga opravili v Plastični kirurgiji Fabjan.



CENIK NEKATERIH SAMOPLAČNIŠKIH STORITEV PRI ZASEBNIKIH

| Poseg | Cena (€) | | | | |
|---|----------|---|-----------|--|----------|
| Zobozdravstvo | | Laserska operacija dioptrije | 1300 | Permanentna odstranitev poraščenosti | 150-500 |
| Stomatološki pregled | 20-30 | Vstavitve umetne znotrajočne leče | 1600-2000 | Lipoliza | 400-1000 |
| Rentgen | 20 | Crosslinking | 1000 | Specialistični pregledi in diagnostične preiskave | |
| Zalivka | 20-120 | Estetska kirurgija | | Kardiološki pregled z EKG | 90 |
| Ekstrakcija zoba | 40-200 | Face lifting | 3400-5200 | Ultrazvok srca | 85-95 |
| Kovinsko-porcelanska prevleka | 270-420 | Korekcija nosu | 2100-3700 | Ultrazvok trebuha | 55-65 |
| Porcelanska prevleka brez kovine | 350-500 | Korekcija štrlečih ušes | 650-1700 | Ultrazvok dojke | 65 |
| Delna proteza | 500-600 | Korekcija vek | 960-2720 | Ultrazvok mehkih tkiv | 55-65 |
| Totalna proteza | 590-1000 | Dvig obrvi | 2100-2700 | Ultrazvok testisov | 45 |
| Totalna proteza s kovinsko bazo | 1200 | Povečanje prsi s prsnimi vsadki | 2900-3500 | Ultrazvok dojk s punkcijo in citološko preiskavo | 80 |
| Čiščenje zobnega kamna | 40-50 | Zmanjšanje prsi | 2300-4000 | 24-urno merjenje krvnega tlaka | 65-67 |
| Beljenje zob po loku | 200 | Korekcija povešenih prsi | 2300-3500 | 24-urno snemanje EKG | 85-105 |
| Preparati za beljenje zob doma | 500 | Izsesavanje odvečne maščobe | 390-3800 | Obremenitveni test na kolesu | 85 |
| Zdravljenje večkoreninskega zoba | 100-330 | Vbrizgavanje lastnega maščobnega tkiva | 700-1300 | Barvni doppler vratnih in perifernih arterij | 120 |
| Okulistika | | Korekcija sramnih ustnic | 600 | Magnetna resonanca glave | 350 |
| Specialistični ambulantni pregled | 75 | Korekcija prsi pri moških | 850-2200 | Računalniška tomografija srca | 700 |
| Kontrolni pregled | 50 | Kirurška odstranitev znamenja s histologijo | 100-200 | Gastroskopiya | 90 |
| Kontrola očesnega tlaka | 30 | Ambulantni estetski posegi | | Kolonoskopija | 180 |
| Pregled vidnega polja | 50 | Vbrizganje hialuronske kisline | 250-373 | Mamografija dojk | 20-60 |
| Uvajanje leč | 50 | Vbrizganje botulin toksina | 250-420 | Onkološki pregled pri dermatologu | 65 |
| Pregled pred lasersko operacijo dioptrije | 100 | Laserska dermatokirurgija | | Alergološko testiranje | 35 |
| Operacija bradavice ali ciste | 130 | Laserska odstranitev bradavic | 25-85 | Ginekološki pregled z ultrazvokom vagine | 85 |
| Operacija notranjega ječmena | 210 | Korekcija brazgotin po aknah | 65-300 | Bris na klamidijo | 80 |
| Operacija sive mreže | 960-1100 | Fotopomlajevanje | 170 | Nuhalna svetlina | 70 |
| | | | | Prvi psihiatrični pregled | 70-100 |
| | | | | Kontrolni psihiatrični pregled | 50-60 |

* Cenik je zgolj informativen. Možni so odmiki navzgor ali navzdol.

boleznih. Operacija poteka ambulantno v lokalni anesteziji s kapljicami, traja približno 45 minut, stane pa 1000 evrov.

38

ZA ESTETSKE OPERACIJE TUDI PO VEČ TISOČ EVROV

Zadnja leta so čedalje bolj priljubljeni estetski posegi, od povečanja prsi, liftinga obraza, liposukcije, korekcije nosu ali štrlečih ušes do trajne odstranitve poraščenosti z laserjem. Če bi se želeli v celoti »popraviti« po zadnjih modnih smernicah, bi za to odšteli precej več kot 10.000 evrov. Večji zasebni centri, ki se ukvarjajo z estetsko kirurgijo, na primer Plastična kirurgija Fabjan, ki jo vodi kirurg MARIJAN FABJAN, Center za estetiko, ki sodi pod zasebni Kirurški sanatorij Rožna dolina in kjer operira plastični kirurg mag. FRANC PLANINŠEK, ali BCB klinika, ki jo vodi kirurginja BARBARA ČOKL, imajo cenike objavljene kar na spletnih straneh. Za potrebe tega članka smo uporabili najnižjo in najvišjo ceno za posamezen poseg, ki smo jo zasledili v cenikih. Pri tem je treba upoštevati dvoje: da so cene za posamezne posege odvisne tudi od tega, ali so narejeni v lokalni ali splošni anesteziji, predvsem pa, da so vse cene, ki jih navajamo v članku, zgolj informativne in da so možni tudi odmiki.

Veliko lepotnih kirurških posegov je mogoče narediti kar ambulantno ali v 24-urnem hospitalu. Posegi trajajo od ure do štirih ur. Pri manjših posegih se pacient v službo vrne po nekaj dneh, pri večjih pa po dveh ali treh tednih. Če seveda ni zapletov. Zavedati se je namreč treba, da vsak kirurški poseg pomeni tveganje. Res pa je, če operira izkušen kirurg, tveganje majhno, zapleti pa redki in navadno popravljivi.

Med dražjimi estetskimi posegi je napenjanje kože na obrazu in vratu ali face lifting, ki stane od 3400 pa tja do 5200 evrov. Na obrazu ločimo tri vrste liftinga: dvig čela in obrvi z endoskopsko tehniko, dvig srednjega dela obraza z endoskopsko tehniko ter lifting lic in vratu. Pri tem kirurg napne kožo in podkožno tkivo

na licih ter na vratu. Rez gre spredaj tik pred ušesom in za ušesom, odvisno od stopnje povešenosti. Včasih je potreben še dodaten rez pod brado, če gre za bolj izrazito povešeno vratno mišico.

Korekcija nosnega pretina in nosu stane 2100 do 3700 evrov, korekcija štrlečih ušes 650 do 1700 evrov, dvig obrvi 2100 do 2700 evrov, korekcija očesnih vek pa 960 do 2720 evrov. Cena je odvisna tudi od tega, ali si daste operirati le spodnjo, le zgornjo ali obe veki. Pomlajevanje obraza ali ustnic z vbrzgovanjem lastnega maščobnega tkiva stane 700 do 1300 evrov, povečanje prsi s prsnimi vsadki 2900 do 3500 evrov, zmanjšanje prsi 2300 do 4000 evrov, korekcija povešenih prsi 2300 do 3500 evrov, korekcija sramnih ustnic okoli 600 evrov, liposukcija ali odstranjevanje odvečne maščobe pa 390 do 3800 evrov, pri čemer je cena odvisna tudi od tega, s katerega dela telesa se maščoba odstranjuje - najcenejši je podbradek, med dražjimi pa so prsni predel, trebuh, zadnjica, stegna in boki. Liposukcija seveda ni metoda hujšanja. Poseg je primeren samo za tiste, ki se na nekaterih mestih ne morejo znebiti odvečne maščobe z drugimi načini, kot so dieta, hujšanje, masaže ali fizična aktivnost.

Eden pogostejših posegov v plastični kirurgiji je abdominoplastika, pri kateri se odstrani odvečna koža ter prevelik in povešen trebuh, stane pa 2500 do 3800 evrov. Na voljo je tudi odstranjevanje podkožnega maščevja v prsni regiji pri moških, ki stane 850 do 1600 evrov (ena stran) oziroma do 2200 evrov (obe strani). Med ambulantnimi estetskimi posegi je priljubljeno povečanje ustnic s hialuronsko kislino, za katerega boste odšteli 250 do 373 evrov. Odmerek botulin toksina pa vas bo stal 250 do 420 evrov.

Z LASERJEM NAD CELULIT

Posebno poglavje je laserska dermatokirurgija. Prvi pregled pri zdravniku specialistu stane vsaj 50 evrov. Laserska odstranitev bradavic velja 25 do 85 evrov, lasersko fotopomla-

jevanje do 170 evrov, laserska korekcija brazgotin po aknah pa 65 do 300 evrov, odvisno od tega, ali se korekcija opravi samo po licih ali po celotnem obrazu. Z laserjem je mogoče odstraniti tudi kapilare, kar na obrazu stane 50 do 300 evrov, na nogah pa 150 do 250 evrov. Poleg tega je mogoče odstraniti pigmentna znamenja na koži, kar stane 50 do 150 evrov. Ena od možnosti je laserska trajna odstranitev poraščenosti, za katero je treba odšteti 150 in 500 evrov, pri čemer je najdražja trajna odstranitev poraščenosti na nogah, hrbtu, trebuhu ali prsnem košu. Priljubljena je tudi laserska lipoliza, ki je namenjena odstranjevanju odvečne maščobe oziroma celulita. Deluje na osnovi selektivne interakcije laserskega žarka z maščobnimi celicami. Posledica tega delovanja je razgradnja membrane maščobnih celic in postopno odstranjevanje njihove vsebine. To odstranjevanje poteka po naravni poti, brez aspiracije, ki se uporablja pri standardnih metodah liposukcije. In cena? Od 400 pa tja do dobrih 1000 evrov.

ZA PREGLED CELOTNEGA TELESA TUDI VEČ KOT 2500 EVROV

Večji zasebni izvajalci zdravstvenih storitev, kot so Kirurški sanatorij Rožna dolina, medicinski center Septum ali medicinski center Barsos, so opremljeni z najsodobnejšimi diagnostičnimi napravami in zagotavljajo zdravstveno oskrbo na tako rekoč vseh področjih interne medicine. Primerjava cenikov razkriva, da vas bo prvi pregled stal 20 do 100 evrov, pri čemer med dražje sodi kardiološki pregled skupaj z EKG. Za prvi psihiatrični pregled boste odšteli 70 do 100 evrov, za kontrolni psihiatrični pregled pa 50 do 60 evrov. Cene diagnostičnih preiskav z ultrazvokom znašajo 35 do 95 evrov. Za mamografijo dojke boste odšteli 20 do 60 evrov, za ultrazvok dojke s punkcijo in citološko preiskavo pa približno 80 evrov.

V Kirurškem sanatoriju Rožna dolina poleg diagnostičnih preiskav ponujajo tudi storitve v kirurgiji. Cene ope-

racij so odvisne od vrste dejavnikov, tudi od tega, ali so opravljene v lokalni ali splošni anesteziji. Za poseg v splošni anesteziji je treba odšteti več, saj mora biti pri operaciji prisotna celotna anesteziološka ekipa, bolnik pa je hospitaliziran. Obstajajo tudi posegi, kot je operacija sive mreže, ki jih izvajajo v lokalni anesteziji in dnevnem hospitalu. Prav zaradi teh razlik sanatorij na svoji spletni strani namestoma ne objavlja cen za vse posege, ki jih ponuja, poleg tega pa ima objavljeno obvestilo, da pacient po posegu prejme račun, ki se od predračuna lahko razlikuje do 15 odstotkov. No, nekaj cen na spletni strani vendarle imajo.

Tako odstranitev žolčnika z endoskopsko metodo stane 1665 evrov, operacija kile 1045 do 1888 evrov (v ceno niso vračunani nadstandardni materialni stroški), operacija sive mreže 960 evrov, operacija krčnih žil (klasični in laserski poseg) 1170 do 2090 evrov, osnovna operacija hemeroidov 1045 evrov, operacija roke pa 105 do 670 evrov. Za dan bivanja v enoposteljni sobi vam zaračunajo 189,28 evra, za dan bivanja v dvoposteljni sobi pa 148,14 evra (če ste v sobi sami) oziroma 199,80 (če je z vami spremljevalec). Cena namestitve je prve tri dni stoodstotna, četrta in peti dan 90-odstotna, vse naslednje dni pa znaša 80 odstotkov osnovne cene po ceniku.

V medicinskem centru Barsos, ki je bil ustanovljen leta 1993 z zasebnim kapitalom, specialistične preglede in diagnostične preiskave izvaja več kot 40 zdravnikov z različnih medicinskih področij. Številni med njimi so vrhunski specialisti, zaposleni v UKC Ljubljana. Cene posameznih pregledov in preiskav segajo do 180 evrov. Tako pridobitev drugega mnenja stane 90 evrov, obremenitveno testiranje 85 evrov, onkološki pregled pri dermatologu 65 evrov, alergološko testiranje 35 evrov, ginekološki pregled z ultrazvokom vagine 85 evrov, bris za ugotovitev klamidije 80 evrov, morfologija plodu 120 evrov, proktološki pregled pa na primer 70 evrov. Če pri pregledu odkrijejo patologijo, so v Barsosu usposobljeni za doda-



Terme Topolšica

RAZVAJANJE V OBJEMU ZDRAVILNIH VRELCEV

tel: 03/ 896 31 00 in 06

e-mail: info@t-topolsica.si, www.terme-topolsica.si

cena polpenziona po osebi že od **34 EUR**

- neomejeno kopanje v vseh bazenih
- otroci do 6. leta brezplačno bivanje
- 10% popusta za upokoјence
- ugodni smučarski paketi na Golteh
- zaradi velikega zanimanja še vedno: BIOTERAPIJA po metodi Zdenka Domančiča

Dobrodošli v Topolšico, kjer je vsak letni čas nekaj posebnega!

tno in hitro diagnostično obravnavo, ki vključuje 24-urno merjenje krvnega tlaka (67 evrov), 24-urno snemanje EKG (105 evrov), ultrazvočno preiskavo srca (85 evrov), CDS-preiskavo ožilja, kot je barvni doppler vratnih in perifernih arterij (120 evrov), ter endoskopske preiskave prebavil, kot sta gastroskopija (90 evrov) in kolonoskopija (180 evrov). Najobsežnejši je program Manager za poslovneže. Vključuje temeljite preglede vseh organskih sistemov, ki jih v Barsosu opravi šest specialistov v enem samem popoldnevu.

Z diagnostiko se ukvarjajo tudi v medicinskem centru Septum. Pacientom med drugim ponujajo pakete preventivnih pregledov. Najcenejši stane 200 evrov, vključuje pa kardiološki pregled z anamnezo, antropometrične meritve (višina, teža, obseg pasu ...), EKG z obrazložitvijo, program SCORE, s katerim pri starejših od 40 let ugotavljajo tveganje za srčno-žilni dogodek v prihodnjih desetih letih, laboratorijsko diagnostiko krvi in urina, pregled vida in spirometrijo (gre za preiskavo, pri kateri se izmeri volumen in hitrost izdihanega zraka, njen glavni namen pa je zgodnje odkrivanje bolezenskega dogajanja v dihalnih poteh). Najobsežnejši in zato tudi najdražji je paket Moje telo plus F, saj stane kar 1550 evrov, poleg vsega že naštetega pa vključuje še ultrazvok srca, obremenitveni test na kolesu, psihološko testiranje, dermatološki pregled, pregled pri specialistu za bolezni ščitnice, ultrazvok ščitnice, vratnega ožilja, trebuha, dojk, testisov ali rodil, ginekološki pregled, gastroskopijo, kolonoskopijo, merjenje kostne gostote in tumorske označevalce. Če vam vse to ne zadošča, vam za doplačilo ponudijo še virusne markerje za hepatitis B in C (30 evrov), magnetno resonanco glave (350 evrov), računalniško tomografijo srca (700 evrov) in magnetnoresonančno angiografijo vsega telesa (cena še ni znana). Za celovit pregled tako lahko odštete tudi več kot 2500 evrov. ☉



Operacija v ljubljanskem Kliničnem centru

CENIK KLINIČNEGA CENTRA

Univerzitetni klinični center v Ljubljani samplačniških cen za operacije praviloma ne objavlja vnaprej, ker izračun naredijo za vsakega pacienta posebej. Cena posameznega posega je odvisna od več dejavnikov, na primer od kakovosti vgrajenega materiala, številnosti ekipe, ki pri operaciji sodeluje, pa tudi od starosti bolnika. No, nekaj cen je vendarle znanih. Najdražja operacija kolka ali kolena bi na Ortopedski kliniki stala 18.000 evrov, če bi pacient imel tumor, pa bi stroški zdravljenja znašali približno 30.000 evrov. Najcenejša operacija na kolenu je artroskopska operacija meniskusa, ki stane 3000 evrov. Seveda pa to ne pomeni, da samplačniki do operacije kolka ne morejo priti za manj denarja. V nekaterih slovenskih bolnišnicah za operacijo kolka skupaj s stroški hospitalizacije zaračunajo približno 8000 evrov.

Na Kliničnem oddelku za plastično kirurgijo, ki spada pod ljubljansko Kirurško kliniko, samplačnikom ponujajo široko paleto posegov. Cene operativnih posegov se začnejo pri slabih 600 evrih in segajo tja do 5530 evrov. Tako na primer lifting obraza stane 4390 evrov, lifting obraza skupaj s korekcijo spodnje in zgornje veke 5300 evrov, obsežnejša liposukcija pa 2680 evrov. Za vsak dodaten dan hospitalizacije zaračunajo 110 evrov. Za vbrizganje lastnega maščobnega tkiva računajo 670 evrov, za vbrizganje hialuronske kisline pa na primer 160 evrov.

V UKC samplačnikom zagotavljajo tudi najrazličnejše specialistične preglede in diagnostične preiskave. Oglejmo si nekaj cen. Pregled na Ginekološki kliniki stane 42 do 48 evrov, kontrolni pregled pa 30 do 34 evrov, odvisno od zdravnikovega naziva. Merjenje nuhalne svetline z zgodnjo morfologijo stane 60 evrov, ultrazvočna preiskava z morfologijo v 2. in 3. trimesečju nosečnosti 85 evrov, vaginalni ultrazvok in ultrazvok do 12. tedna nosečnosti 35 evrov, 4D-ultrazvočna preiskava s posnetkom v digitalni obliki 100 evrov, inseminacija, ki vključuje laboratorijski in ginekološki del, pa 156 evrov. Precej visoke so cene na Nevrološki kliniki, saj vam bodo za drugo mnenje zaračunali 65 do 385 evrov, odvisno od zdravnikovega naziva in referenc.

Zanimivo je, da so v UKC cene nekaterih pregledov in preiskav višje od cen pri zasebnikih. Tako vam bodo v kardioloških ambulantah na Polikliniki za pregled pri specialistu zaračunali 100 evrov, za mnenje specialista za invalidsko komisijo 120 evrov, obremenitveno testiranje pa vas bo stalo 95 evrov. Na Kliničnem oddelku za hipertenzijo velja pregled pri specialistu skupaj z EKG 85 evrov, ultrazvok vratnih žil 80 evrov, ultrazvok srca 100 evrov, obremenitveno testiranje 95 evrov, 24-urni EKG in 24-urno merjenje krvnega tlaka pa po 70 evrov. In še zanimivost: na Kliničnem oddelku za gastroenterologijo vstavev balona za hujšanje stane 2183 evrov. ☉



Kar 64 % moških z motnjami erekcije ima tudi visok krvni tlak, povečanje maščob v krvi in sladkorno bolezen.¹

- Ereksijska motnja je eden glavnih simptomov pomanjkanja testosterona.²
- Ereksijsko motnjo in pomanjkanje testosterona je potrebno diagnosticirati in zdraviti.
- Za strokovno pomoč se obrnite na endokrinologa ali urologa.

Literatura: 1. Rosen RC in sod. Curr Med Res Opin 2004; 20:607-17. 2. Buwat J in sod. World J Urol 2006; 24: 657-67.



Bayer HealthCare
Bayer Schering Pharma

Več informacij najdete na:



www.erekcija.si



www.testosteron.si

Znova moški.

SLAINTE MHATH!*

* Na zdravje po škotsko.

Nikolaj Pečenko

Preveč česarkoli je slabo, le preveč dobrega viskija je komaj dovolj (Mark Twain)

Max Modic je v prejšnji Mladinini prilogi Živeti pisal o škotskih viskijih, opisal nekaj najbolj znanih enosladičnikov z otoka Islay in svoj prispevek sklenil z mislijo, da se za prepričanega ljubitelja viskijev pot užitkov in tovarištva na Islayu ne konča, ampak pravzaprav šele dobro začne. Pa jo nadaljujmo.

Moje prvo resnejše seznanjanje s škotskimi viskiji se je začelo, tako kot verjetno pri večini, z enim od »klasičnih« *single maltov*, enosladičnih viskijev. Zdi se mi, da je bil Laphroaig. Ali morda Lagavulin? Eden od teh bolj znanih pač, sicer pa niti ni pomembno. Pomembno je, da mi je bil všeč, in ko sem kmalu zatem na Škotskem v izvirnem okolju poskusil še nekaj drugih viskijev ter si od znotraj ogledal destilarno v Obanu, je bila vez skovana. Najbolj znane enosladičnike, ki jih dandanes dobimo tudi v bolj založenih domačih trgovinah, sem kmalu obvladal in treba je bilo narediti korak naprej.

STAR, STAREJŠI, NAJSTAREJŠI

Za začetek sem ugotovil, da Laphroaig ni en sam, ampak jih je cel kup. Namreč, tisti osnovni, ki ga navadno poznajo ljubitelji, ki se v skrivnosti viskijev še niso prav poglobili, in ki ga lahko kupimo marsikje, je »navaden« 10 let staran enosladičnik. Vendar obstajajo tudi 15, 17, 18, 25, 27, 30 in 40 let stari, poleg tega pa še nerazredčeni, h kateremu se bomo vrnili v nadaljevanju. Enako velja za tako rekoč vse enosladične viskije. Lagavulin na primer je v najbolj priljubljeni različici staran 21 let, pijemo ga lahko tudi 12 in 21 let starega, nerazredčenega, dvojno staranega in še kakšnega. Mimogrede, viski se stara in pridobiva kakovost samo v sodih - če vam steklenica 12-letnega viskija pet let stoji v omari, v njej viski ne bo postal 17-leten.

Razlike med različno starimi viskiji iste destilarne so včasih le neznatne, pri nekaterih pa tudi zelo opazne. Starejši viskiji so seveda praviloma dražji - ne pa tudi nujno boljši, še posebno, ker je okus pač stvar vsakega posameznega pivca - in nekateri najstarejši in redki so lahko

astronomsko dragi. A drugače od konjakov so škotski enosladičniki cenovno vseeno precej dostopnejši; to je konec koncev logično, če vemo, da je konjak destilirano vino, viski pa v bistvu destilirano pivo. Moj najljubši viski, 18-letni Highland Park, na primer stane dobrih 50 evrov, sicer pa se cene enosladičnikov začnejo nekje pri 25 evrih. Za vrhunske 25-letne viskije je treba odšteti 100 do 200 evrov, starejši pa so lahko še precej dražji in 40-letne težko dobite za manj kot 500 evrov.

Poleg različno starih viskijev marsikaterega lahko kupimo tudi v posebnih oziroma priložnostnih polniltvah. Če ostanemo kar pri Highland Parku, je takšna na primer predlanska polnitev Rebus 20, s katero so počastili 20-letnico izida prve zgodbe o inšpektorju Rebusu priljubljene škotskega pisatelja Iana Rankina. Pisatelj, tudi sam ljubitelj viskijev, je izbral enega od sodov, v katerih se je viski staral 20 let, in iz njega so nato viski pretočili v posebej oblikovane steklenice.

Izbira takšnih polnitev je velika in bolj ali manj nepregledna. Če imate dovolj denarja, se lahko zapeljete v to ali ono škotsko destilarno, po svojem okusu izberete sod (ali tudi več sodov) poljubno staranega viskija in ga daste polniti v steklenice s svojo nalepko. Tako razmeroma poceni pridete do vsaj na videz ekskluzivnega viskija, kar pogosto počnejo različna društva ljubiteljev viskija in večja podjetja, ki takšen viski potem uporabljajo za poslovna darila. Pri nakupu takšnih neodvisnih polnitev, kot jim tudi pravijo, velja biti previden. Pojavljajo se namreč brezvestni trgovci, ki katerega od povprečnih in razmeroma poceni enosladičnikov natočijo v lepo oblikovane steklenice, opremijo s težko izgovorljivim in imenitno zvonečim škotskim imenom ter ne dovolj poučnim kupcem prodajo nekajkrat dražje, kot bi si sicer glede na kakovost zaslužili.

HIGHLAND PARK

Ker sem ga že omenil, se spodobi, da viski, ki mi je izmed vseh najbolj všeč in ki tudi sicer velja za enega

najboljših, nekoliko podrobneje predstavim. Highland Park delajo v najsevernejši škotski destilarni na otoku Orkney. Leta 1984 ga je ocenjevalna skupina škotskega časnika *The Scotsman* ocenila s 100 odstotkov, kar menda ne prej ne kasneje ni uspelo nobenemu drugemu viskiju. Zelo všeč je bil tudi znamenitemu, žal že pokojnemu poznavalcu viskija in piva, Michaelu Jacksonu, ki ga je v leta 1989 izdanem priročniku o viskijih opisal kot »*the greatest all-rounder in the world of whisky*«, torej najboljši vsestranski viski. Še korak dlje je šla ameriška revija *American Spirit Journal*, v kateri je ameriški poznavalec Paul Pacult leta 2005 18-letno različico Highland Parka razglasil za nič manj kot najboljšo žgano pijačo na svetu sploh, torej ne samo med viskiji. Jim Murray, avtor uspešnice *Whisky Bible*, pa je o njem dejal: »... če zabavate mlado damo, ki ne mara viskija, in ji natočite Highland Park, jo boste spreobrnil.«

In ko smo že ravno pri mladih damah, ki ne marajo viskija, omenimo, da se škotski viskiji med seboj zelo razlikujejo. Če vam tisti, ki ste ga poskusili prvega, ni všeč, še ne pomeni, da vam morda ne bo zelo všeč kakšen drug. Nekateri, sam jim pravim viskiji za prave moške, imajo zelo izrazit »prežgan« okus po šotnem dimu in marsikomu niso všeč. Najbolj znani takšni viskiji so Lagavulin, Laphroaig in Ardbeg. Nekateri pa imajo veliko bolj zaokrožen, prefinjen, sicer še vedno zelo izrazit, a precej bolj splošno sprejemljiv okus in glede tega spominjajo na konjak. Highland Park sodi mednje, podobni pa so tudi Scapa, prav tako z Orkneyja, in recimo The Balvenie.

IZ SODA V SOD

Naslednji korak v spoznavanju viskijev naredimo, ko spoznamo viskije, starane v dveh sodih. Za začetek povejmo nekaj o samem staranju. Škotskega viskija ne smejo starati v novih hrastovih sodih, ker imajo ti premočan »okus« in bi pijačo pokvarili. Zaradi tega jih starajo v rabljenih hrastovih sodih, zlobneži pa ob tem pripomnijo, da je tisto o pre-

močnem vplivu novega soda le izgovor, da lahko Škoti kupujejo cenejše rabljene sode. Najpogosteje ga starajo v dvestolitrskih sodčkih, v katerih je prej svoje odležal ameriški viski bourbon. Ta se namreč mora starati v novih sodih, zaradi česar je ponudba rabljenih sodov velika, cene pa zmerne.

Nekatere enosladičnike starajo v sodih za šeri. Tudi tu je bila sprva posredi ekonomija. Šeri so iz Španije uvažali v hrastovih sodih, s katerimi potem, ko so jih izpraznili, niso imeli več kaj početi, vračanje praznih sodov pa je bilo predrago. Ker se je izkazalo, da se v njih viski zelo lepo postara in dobi ob tem še posebno lepo barvo ter zaokroženo aromo, so postali precej priljubljeni. V zadnjem času so se razmere sicer obrnile, kajti šeri uvažajo v kovinskih cisternah, zato se dogaja, da sedaj škotske destilarne kupijo nove hrastove sode in jih dajo v najem Špancem, ti v njih naredijo šeri in nato rabljene sode vrnejo.

Odkar so postali enosladičniki v svetu zelo priljubljena pijača, so začele nekatere destilarne, da bi popestrile ponudbo, prodajati viski, staran v dveh sodih. Najprej ga starajo v klasičnem sodu, v katerem je bil prej bourbon, nato pa ga pretočijo v drug sod, v katerem je bil prej šeri, portovec, madeira, rum, konjak ali burgundec in v katerem viski dobi končni okus. Nekateri pravoverni ljubitelji viskija sicer na takšno eksperimentiranje gledajo s prezirom, a 12-letni The Balvenie Double Wood, ki je od znotraj najprej videl sod za bourbon in nato še šerijevega, je eden boljših viskijev, kar sem jih doslej poskusil.

NARAVNOST IZ SODA

Ko sem spoznal razlike med različno staranimi viskiji, poskusil tudi nekaj takšnih, ki so jih starali v dveh sodih, in prevzetno mislil, da o viskijih že kar veliko vem, sem lepega dne naletel na nekaj zame povsem novega - viski z oznako *casht strenght* in s precej večjim odstotkom alkohola. Hmm, kaj pa je zdaj to? Bil sem presenečen, ko sem izvedel, da je večina viskijev razredčena z



Nikolaj Pečenko med svojimi viskiji

vodo. Viski ima namreč po destilaciji 65 do 75 odstotkov alkohola in ga navadno z vodo nekoliko razredčijo že takoj na začetku, pred staranjem v sodih. Med staranjem se zaradi izhlapevanja alkoholna stopnja nekoliko zniža, a je še vedno več kot 60-odstotna, zaradi česar premočan okus po alkoholu preglaši bolj pretanjene arome. Pred ustekleničenjem viski zato z vodo razredčijo do 40 ali malo več odstotkov.

Ko se je povečalo zanimanje za škotske viskije, so destilarne začele širiti ponudbo in vanjo vključile tudi nerazredčene viskije, ki imajo od nekako 55 do 65 odstotkov alkohola, odvisno od vrste in starosti. Nerazredčene enosladne včasih stekleničijo tudi iz posameznega sode, ne tako kot sicer, ko pred stekleničenjem zmešajo viski iz več sodov iste serije. Takšnim viskijem pravijo *single cask* in na nalepki je marsikdaj tudi serijska številka sode. Če smo dovolj natančni, namreč niti dva sode nista povsem enaka, in ker k okusu viskija pomemben delež prispeva prav sod, se lahko viski iste znamke in »letnika«, a staran v različnih sodih, med seboj v nekaterih podrobnostih tudi razlikuje. Večino viskijev pred polnitvijo v steklenice še hladno filtrirajo, s čimer odstranijo nekatere nečistoče, ki so se nabrale med staranjem, in

s tem med drugim preprečijo, da viski, v katerega damo kocko ledu (česar pravi ljubitelj sicer nikoli ne naredi), postane moten. Hladna filtracija, ki je ime dobila zaradi tega, ker viski pred filtriranjem močno ohladijo, po mnenju marsikaterega poznavalca »odfiltrira« tudi nekaj okusa, zaradi česar so med njimi zelo cenjeni nefiltrirani viskiji. Prepoznamo jih po napisu *non chill-filtered* na nalepki. Takšen je na primer standardni desetletni Ardbeg. Najvišjo stopnjo izvirnosti pa pomenijo viskiji, pri katerih so uporabili vse tri pravkar omenjene posebnosti in so torej ustekleničeni neposredno iz enega samega sode, brez redčenja in hladnega filtriranja.

VISKI Z VODO

Z nekega potovanja sem se tako vrnil s svojim prvim nerazredčenim enosladnikom. Za redčenje imenitnega 57,2-odstotnega nefiltriranega Glenmorangieja se mi je trda ljubljanska vodovodna voda z kdo bi vedel kakšnimi kemikalijami zdela precej neprimerna. Ker tudi tista iz plastenk, kolikor vem, ni nič boljša, sem razmišljal, s čim bi razredčil naravnost iz sode ustekleničeni viski, da bi ga ne pokvaril. Voda naj bi bila mehka in po možnosti čim bolj podobna tisti, ki teče po škotskem višavju ali se pretaka po

šotnih močvirjih. In sem se spomnil na ljubljanske akvariste, ki hodijo po mehko vodo pod Rožnik. Na širšinski strani je nekaj urejenih izvirov in pri enem od njih sem napolnil steklenico »vode za viski«. Ali je v resnici kaj boljša od vodovodne, vsaj kar se okusa viskija tiče, se sicer ne bi upal trditi, ampak občutek je vsekakor dober.

Opremljen s pravo vodo sem se znašel pred naslednjim vprašanjem. Namreč, koliko pravzaprav moramo razredčiti viski. Nekateri poznavalci priporočajo kar pošteno redčenje, dva dela vode in en del viskija, kar se mi je sicer zdelo malce prehudo in po nekaj poskušnjah sem pristal pri različici dva dela viskija in en del vode, nekatere viskije z višjo stopnjo alkohola pa razredčim tudi malo bolj.

Prednost nerazredčenih viskijev je prav v tem, da jih lahko razredčimo po svojem okusu, kar je koristno zlasti, če so vam vseh malo močnejše pijače in se vam zdi, da je 40 odstotkov alkohola mogoče nekoliko premalo. Pred leti so namreč v mnogih destilarnah viski redčili do 43 ali celo 45 odstotkov, dandanes pa praviloma redčijo do standardnih 40 odstotkov, ker so očitno ugotovili, da to večini pivcev najbolj ustreza. Sicer pa je to povsem stvar okusa in marsikateri poznavalec z malce vode razredči tudi »na-

vaden« 40-odstotni viski, saj tako pride okus bolj do izraza. Nerazredčeni viskiji so sicer nekaj dražji od navadnih, a se lahko tolažimo, da zato v eni steklenici dobimo za recimo dva litra viskija.

VRHUNSKI MEŠANCI

Doslej sem se posvečal le enosladnikom, a bi mešanim viskijem storil krivico, če jih ne bi omenil. Med njimi namreč najdemo marsikatero vrhunsko pijačo. Konec koncev so nekateri mešani viskiji tudi vrhunsko dragi. Za začetek je koristno vedeti, da so dražji mešani viskiji narejeni z mešanjem enosladnikov (označujejo jih z *vatted malt* ali *pure malts*), pri cenejših (*blended whisky*) pa poleg enosladnikov v mešanico dajo tudi cenejše viskije, pri katerih za izdelavo poleg ječmenovega sladu uporabljajo še koruzo ali pšenico.

Mešane viskije so začeli izdelovati zato, da bi z mešanjem različnih vrst »zmehčali« in zaokrožili za angleški okus premočan okus enosladnikov. Imajo tudi to prednost, da lahko mojster mešalec naredi viski z natančno določenim okusom in pri tem ni odvisen od vedno nekoliko nepredvidljivega staranja v sodih. Pri izdelavi posameznega mešanega viskija uporabljajo tudi po več deset različno staranih viskijev, med katerimi so nekateri takšni, ki

NAJLJUBŠI VISKI

Poznavalca z vprašanjem o najboljšem viskiju praviloma spravite v zadrego, saj se težko odloči za enega samega. A sem vseeno poskusil in izvedel, da je pisatelju **Andreju E. Skubicu**, ki je svoje poznavanje viskijev med drugim pilil med študijem na Škotskem, najbolj všeč Port Ellen z otoka Islay, eden tistih, ki jih ne delajo več, saj so destilarno leta 1983 zaprli.



LUKA NOVAK

Znanemu ekonomistu, prof. **Janezu Šušteršiču**, pa se nikakor ni uspelo odločiti za enega samega in je nazadnje pristal pri 16-letnem Lagavulinu in 14-letnem Clynelishu, mimogrede pa priporočil še ogled najmanjše škotske destilarne Edradour, kjer lahko brezplačno poskusite viski, ki ga na teden naredijo le ducat sodčkov in ga boste zato drugje najverjetneje zaman iskali.



jih uporabljajo samo za mešanje in jih sicer ne moremo kupiti, nekateri pa so takšni, ki jih prodajajo tudi samostojno.

Najbolj znana mešana viskija sta Johnny Walker in Ballantine's. Oba izdelujejo v več različicah. Johnnyja Walkerji se ločijo po barvi nalepke

- osnovni »model« je rdeč (Red Label), izdelujejo pa še črnega (tega je imel najraje Winston Churchill), zelenega (v njem so priljubljeni enosladni viskiji Talisker, Caol Ila, Cragganmore in še ducat drugih), zlatega in modrega. Zadnji je od vseh najdražji, pri mešanju tega viskija pa naj bi uporabljali tudi do 60 let stare enosladne. Poleg tega obstajajo še različne posebne polnitve, med katerimi je najdražja Blue Label 200th Anniversary, nerazredčena različica modrega Johnnyja Walkerja, ki stane kar okoli 3000 evrov.

Tudi Ballantine's ni od muh, še posebno če poskusimo katero od dražjih različic. Poleg osnovne prodajajo še 12-, 17-, 21- in 30-letne, kar pri mešanih viskijih pomeni, da je toliko star najmlajši viski v mešanici. Omenimo še Chivas Regal, ki ga imajo zaradi spretnega oglaševanja mnogi za najmenitnejši škotski viski. Mešajo ga v najstarejši še delujoči škotski destilarni Strathisla, ustanovljeni pred 220 leti, poleg osnovne 12-letne različice, ki jo lahko kupimo skoraj povsod, pa izdelujejo še 18- in 25-letno različico.

VISKIJI, KI JIH NE DELAJO VEČ

Za konec tokratnega spoznavanja škotskih viskijev sem prihranil prav posebno kategorijo - viskije, ki jih ne delajo več. Na Škotskem namreč od časa do časa neha delovati kate-

ra od destilarn, za njo pa ostanejo bolj ali manj polne kleti sodov, v katerih se viski še ni do konca postaral. Letos destilirani viski bo namreč za stekleničenje zrel v najboljšem primeru čez tri leta (škotski viski mora biti po pravilih staran najmanj tri leta, da se mu sploh sme reči škotski viski), večinoma pa šele čez recimo 10 ali 12 let. Večino viskija iz zaprtih destilarn sicer porabijo za mešane viskije, nekatere boljše znamke pa še naprej stekleničijo, dokler pač traja zaloga (in ta lahko traja še veliko let po zaprtju). V svoji zbirki imam na primer viski St. Magdalene, ki so ga destilirali leta 1979, naravnost iz soda v steklenico pa natočili po 19-letnem staranju leta 1998, 15 let po tem, ko so destilarno zaprli in predelali v stanovanjski blok. Omeniti velja, da cene marsikaterega od teh viskijev niso pretirane, deloma tudi zato, ker so znani le med pravimi poznavalci in jih prav veliko niti ne prodajo. Resnici na ljubo je treba priznati, da razen nekaterih izjem ne sodijo med najboljše - ker pač najboljših destilarn v glavnem ne zapirajo - in jih pijemo predvsem kot zanimivost, za popestritev siceršnjega repertoarja. In prav pestrost, ki nam jo je, upam, uspelo vsaj nekoliko predstaviti, je tisto, kar dela škotske viskije tako zanimive in jih dviga nad vse druge žgane pijače. ☺

Ajdova kaša
1 kg

Pirin polnozrnat kruh
250 g

Polnozrnat toast
140 g

Sadni müsli
375 g

Sojini špageti
500 g

Naredite nekaj dobrega zase

 **Mercator**

“Vedno fit in v vrhunski formi.”

Izdelki linije Zdravo življenje.

Poiščite okusne izdelke linije Zdravo življenje, ki ustrezajo vsaj enemu od kriterijev zdrave prehrane: • vsebujejo veliko prehranskih vlaknin • imajo nizko vsebnost maščob, zlasti nasičenih maščobnih kislin in holesterola • nizko vsebnost sladkorja ali soli • nižjo energetsko vrednost. Njihov izbor potrjuje Zavod za zdravstveno varstvo Kranj. Več na www.mercator.si


zdravo življenje

BARVITI IN POZITIVNI

Vanja Pirc, foto Miha Fras

Atelje Pozitive zagotavlja prostor za preboj mladim, še neuveljavljenim oblikovalcem

Uhani z motivom Miki Miške ali Plutona, tekstilni bedži v obliki lisice, zapeljiva pokrivala za oči, ki lajšajo spanje, obeski, zapestnice, plastična krmilnica za ptice, ki jo sestavite sami, mehak roza zajec za stiskanje, pisani pasovi in prav takšne copate, zelena denarnica iz blaga z velikim roza cvetom, bombažna vrečka z napisom »Nisem plastična, ampak bombažstična«, veriga iz pisanih lučk v obliki rožic, novoletna jelka iz blaga pa krila, majice, puloverji, kape, šali ... Vse to je le

delček tistega, na čemer si lahko napasete oči v nabito polnem 15 kvadratnih metrov velikem ateljeju društva mladih oblikovalcev Pozitive, ki domuje na Ulici Zrinjskega na robu ljubljanskega središča. A izdelki niso samo na ogled. Ročna dela, ki so praviloma unikati, lahko tudi kupite in s tem omogočite preboj kateremu od mladih, še neuveljavljenih slovenskih oblikovalcev. Društvo sta leta 2002 ustanovili NADJA BEDJANIČ in EVA HASSL. Odločili sta se, da bosta pripravili sku-

pen projekt, pri katerem ju ne bo nihče omejeval. Ker je Nadja študirala oblikovanje tekstilij in oblačil, pozneje pa je delala tudi kot kostumografka in stilistka, sta iz njenih izkušenj vedeli, da imajo mladi modni oblikovalci, ki želijo pokazati kaj drugega kot korporacije, ki z množično proizvodnjo narekujejo oblačilni vsakdanjik, velike težave pri preboju na trg. »Če nisi d. o. o. ali s. p., te nobena trgovina ne vzame. Včasih so bile sicer kakšne prodajne modne revije na Metelkovi, a so bile

namenjene precej ozkemu krogu ljudi. Zato sva se odločili, da vzpostaviva prostor, kjer bi mladi oblikovalci lahko predstavili in tudi prodajali svoja dela,« pravi Nadja. Tako je nastalo

1. Levo majica Eve Hassl, desno majica Jana Petriča
2. Pisani copati tandema Zelolepo
3. Pokrivala za oči Mojce Mihelčič
4. Denarnice in broške Ane Hribar ali Fensišmensi





Nisem
plastična
sem
bombazna

društvo mladih oblikovalcev Pozitive. Najeli sta majhen prostor in ga z minimalnimi sredstvi in ob pomoči prijateljev iz skladišča, v katerem so po stenah rasle gobe, preoblikovali v atelje. Preoblekli sta ga v žive barve in vanj postavili nekaj kosov pohištva, med drugim tudi staro pisalno mizo, stojalo za obleke, sestavljeno iz vodovodnih cevi, in babičin hladilnik, ki ga zdaj uporabljata kot omaro.

Potem sta šli v akcijo. Obvestili sta znanca, na fakultetah sta izobesili letake, šli sta tudi k profesorjem, a sta kmalu nekoliko razočarani ugotovili, da so se na njun poziv odzvali le modni oblikovalci iz njune generacije, ne pa tudi mlajši. »Prišli so sicer študentje likovne pedagogike in FDV, torej tisti, ki formalno niso bili oblikovalci. Tistih, ki jim je bil ta atelje prvotno namenjen, pa ni bilo. In še vedno je tako,« pravi Eva. Eden od razlogov za mlačen odziv je morda ta, da se mladi, ki študirajo modno oblikovanje, danes raje odločajo za poklic stilista, saj si tako z manjšim vložkom prej ustvarijo ime in tudi zaslužijo več. »Saj razumem, da ne-

NEKATERI ČLANI DRUŠTVA SO DANES PREPOZNAVNI TUDI V ŠIRŠI JAVNOSTI. MED NJIMI SO OBLIKOVALKA PLETENIN ALEKSANDRA ILIČ, TANDEM ZELOLEPO, URŠA CIGLER, KI JE NAJBOLJ PREPOZNAVNA PO COPATAH IZ BARVASTEGA FILCA, IN URŠKA SMOLEJ, KI USTVARJA POD BLAGOVNO ZNAMKO DUDAKUNDA.

kateri nimajo niti volje, da bi poskusili oblikovati lastno kolekcijo oblačil. Ne le zato, ker se tekstilne tovarne zapirajo, ampak tudi zato, ker ti, če sam ne poskrbiš za vse in moraš plačati vsaj še šiviljo, na koncu ne ostane skoraj nič,« ugotavlja Nadja.

Kljub začetnemu razočaranju je atelje zaživel. Društvo ima zdaj okoli 60 članov, med bolj aktivnimi pa jih je približno deset. Izstopajo recimo živahna oblačila, torbice, denarnice, igrače in drugi tekstilni izdelki modne oblikovalke in kostumografinje NINE HOLC. Velik napredek je pokazala tudi ANA HRIBAR alias Fensišmensi, med drugim avtorica brošk iz blaga z motivi lisice, mačke in ptice: »Ko je hodila mimo, je vedno prinesla pokazat kakšen nov kos in vsakič je bilo lepše in boljše izdelano. Je zelo vztraj-

na, čeprav se profesionalno ukvarja s povsem drugim področjem. Nekateri člani društva so zadnja leta postali prepoznavni tudi v širši javnosti. Ena izmed njih je ALEKSANDRA ILIČ, ki jo poznamo po pleteninah. Med že uveljavljenimi imeni, ki so še vedno zvesta tudi Pozitivu, je tandem Zelolepo, URŠA CIGLER, ki je najbolj prepoznavna po copatah iz barvastega filca, in URŠKA SMOLEJ, ki je začela z uhani in pozneje tudi z oblačili, danes pa ustvarja pod blagovno znamko DudaKunda. Pozitivu se je pridružila še oblikovalka nakita z diplomom Royal College of Art v Londonu OLGA KOŠIČA. »Olgino delo nama je zelo všeč, zato sva si želeli, da bi lahko pokazali kaj njenega. Predlagala je, da bi naredila broške iz pleksi stekla, ki je poceni material, zato so ti izdelki v na-

sprotju z nakitom iz dražjih materialov tudi cenovno dostopnejši,« pravi ustanoviteljici Pozitiva. Tudi sicer želim, da bi Pozitiv ponujal predvsem ali pa tudi izdelke po dostopnih cenah. A držita se načela, da oblikovalci sami postavijo ceno svojim izdelkom in da te cene nikoli ne zbijata.

Prav tako nobenega oblikovalca, ki je želel razstavljati v ateljeju, doslej nista kategorično zavrnila. Res pa je, da včasih komu, denimo tistim, ki delajo nakit, svetujeta, naj se še malo poukvarjajo z dizajnom. In mnoge spodbuda še bolj motivira. »Poskušava jih napeljati k temu, da bi začeli razmišljati malce drugače. Ko pridejo nazaj in prinesejo kakšno res dobro rešitev, smo potem vsi zadovoljni, ker smo naredili korak naprej,« pravi Nadja. ☉

TANTUM® VERDE
(benzidamin)

Dodatne informacije dobite pri imetniku dovoljenja za promet

ESE

CSC Pharma, d.o.o.
Jana Husa 1a
Ljubljana
www.csc-pharma.si

Lajša lokalizirano bolečino in oteklino pri vnetju v ustih in žrelu!

BLAŽI ZNAKE VNETHA
zmanjšuje oteklino

HITRO UMIRI BOLEČINO
zmanjšuje težave pri požiranju

TANTUM VERDE

- učinkovit, enostaven in varen za uporabo
- brez sladkorja, primeren tudi za diabetike
- primeren za otroke, starejše od 6 let
- se izdaja brez recepta v lekarnah

**Pred uporabo natančno preberite navodilo!
O tveganju in neželenih učinkih se posvetujte
z zdravnikom ali farmacevtom.**



Poraba: 5,6 – 9,4 l/100 km; CO₂: 149 – 224 g/km.

Primer izračuna za financiranje Euribor + 0 % (Ford Mondeo, maloprodajna cena znaša 19.845 €); finančni leasing s 35 % pologom (vrednost pologa je 6.945,75 €), 60 mesečnih obrokov po 226,56 €, stroški odobritve 297,68 €. Izračun te morebitnih stroškov iz naslova interkalarnih obresti ter stroškov, ki bi nastali z morebitnim neizpolnjevanjem pogodbe. EOM se lahko spremeni, če se spremeni višina kredita oziroma obroka, trajanje kredita, obrestni indeks ter roki plačila.

Vaš ugled potrebuje sopotnika.



* Zavarovanje vključuje: obvezno zavarovanje, polni kasko (1 % odbitne franšize), tatvino in AXA asistenco.



Trije modeli Ford izražajo vašo samozavest. **Mondeo, S-MAX** in **Kuga** izstopajo po inovativnosti, kinetičnem dizajnu, varnosti in stopnji zanesljivosti. Z inovativnimi rešitvami in interaktivno vozno dinamiko, napredno tehnologijo, prefinjenostjo, varnostjo ter vrhunskimi materiali bodo več kot dostojen partner vašemu ugledu. Vsi trije so lahko izdatno opremljeni z bluetooth paketom, Sony avdio sistemom, prilagodljivimi žarometi ... ponujamo pa vam še **obvezno in kasko zavarovanje vozila za 1 sam cent*** ter **financiranje Euribor + 0 %**.

FordS-MAX
FordMondeo
FordKuga

Feel the difference



FITNES Z RAZGLEDOM

Urša Marn foto Miran Kambič

V Dolenjskih Toplicah so decembra lani odprli hotel Balnea

Po starodavni legendi naj bi bil blagodejne učinke termalne vode v Dolenjskih Toplicah prvi spoznal mežnarjev pes. Nekega dne se je poškodoval in se skrilo pred lastnikom. Ta ga je pozneje našel ob luži - poškodbo si je zdravil v vodi, ki je imela temperaturo človeškega telesa. Blagodejni učinki termalne vode s temperaturo 36 stopinj Celzija so bili razlog za gradnjo zdravilišča, ki je danes eno najstarejših in najuspešnejših v državi. Prva pisna omemba Dolenjskih Toplic je iz leta 1228. Hotel Vital je bil zgrajen leta 1776, hotel Kristal leta 1899. Pred šestimi leti so zgradili še sprostivni center Balnea, ki se razprostira na 9200 kvadratnih metrih, najnovejša pridobitev pa je hotel Balnea. Po naročilu podjetja Terme Krka sta ga projektirala arhitekta ALENKA DEŠMAN in DUŠAN KONČAR v sodelovanju z LIDIJO DRAGIŠIČ.

Novi hotel s štirimi zvezdicami v 62 sobah in suitah sprejme 116 gostov. Večina sob ima balkon s sedežno garnituro, suite pa imajo tudi ločen

spalni in dnevni prostor. Dnevni prostor je opremljen s kaminom, v spalnici pa je masažna kad z razgledom na okoliško zeleno gričevje. V hotelu je kavarna s kaminom in klavirjem, družabni prostor, štiri dvorane za seminarje, otroška igralnica, v najvišjem nadstropju pa dvorana za fitnes z razgledom. Posebnost je panoramski hodnik, ki hotel povezuje s sprostivnim centrom Balnea, kjer so gostom na voljo bazeni, savne in različne vrste masaž, na primer masaža s čokolado, z medom ali grozdem, pridelanim v ekološkem vinogradu. Med novjšimi programi za krepitev zdravja in dobrega počutja sta programa za boljši spanec in odvajanje od kajenja, ki temeljita na priznani starodavni zdravilski metodi refleksoterapiji. Veliko pozornosti namenjajo tudi zdravi prehrani. Gostje čedalje pogosteje povprašujejo po varovalni in nižjekalorični hrani ter takšni, ki je pridelana čim bolj naravno in, če se le da, v bližnji okolici. Hrana v termah je zato lokalnega izvora.

Ker k do okolja prijaznemu turizmu sodi varčevanje z energijo, so uvedli ekološki sistem ogrevanja hotelov in sprostivnega centra s toplotnimi črpalkami, vse odplake iz term pa so vezali na biološke čistilne naprave.

Arhitektka sta hotel projektirala v sozvočju z naravo, pa tudi z občutkom do prej postavljenih objektov v zgodovinskem jedru zdraviliškega naselja. Novi hotel skupaj s 110 let stari hotelom Kristal sestavlja funkcionalno celoto. Povezana sta v treh etažah s transparentnim mostom, v pritličju pa je med hoteloma javni prehod, ki je del peš osi od kongresnega centra prek trga in drevoreda v parku do sprostivnega centra. Hodnik, ki hotel povezuje s sprostivnim centrom, je zaradi dolžine in lokacije v parku v celoti zasteklen in postavljen na stebre, tako da se s transparentnostjo, odsevi v steklu, neprekinjeno zelenico pod njim in zeleno streho čim bolj zliva z okoljem. Nova restavracija je v ločenem pritličnem objektu, naslonje-

nem na hotel Kristal. Fasada je strukturirana z ložami hotelskih sob in fasadno oblogo iz cementnih plošč v sivozelenih tonih z vmesnimi horizontalnimi macesnovimi letvami in večjimi lesenimi površinami v smeri parka. Južna fasada proti trgu je členjena tako, da v pritličju ustvarja večji napušč nad glavnim vhodom. V hotelskem parku stojijo umetniška dela kiparja PRIMOŽA PUGLJA, za popestritev notranjosti hotela so uporabljena dela slikarjev ZORE STANČIČ, DUŠANA KIRBIŠA in

- 1. Fasada hotela je strukturirana z ložami hotelskih sob in fasadno oblogo iz cementnih plošč v sivozelenih tonih z vmesnimi horizontalnimi macesnovimi letvami in večjimi lesenimi površinami v smeri parka.**
- 2. Hotel Balnea ima 116 ležišč v 62 sobah in suitah. Suite imajo dnevni prostor opremljen s kaminom, v spalnici pa masažno kad z razgledom na okoliško gričevje.**



Zlato razvajanje v hotelu

Livada Prestige*****

HOTEL Livada

PRESTIGE

SAVA HOTELS & RESORTS

VELIKONOČNE POČITNICE (10.4. do 13.4.) 3 noči - 316 €

VIKEND PAKET (5.4. do 24.5.) v Prestige room - 222 €

GOLD MASAŽA (50 MIN) - 98 €

- Vrhunska namestitvev
- Izvrstna kulinarika
- Termalna doživetja
- Wellness turizem
- Golf



EN OTROK DO 12. LET IN DRUGI OTROK DO 6. LET STAROSTI V SOBI Z DVEMA ODRASLIMA BREZPLAČNO (VELJA ZA VELIKONOČNE POČITNICE)

Terme 3000 Moravske toplice, 02 512 22 00, www.hotel-livada.si







TODORČETA ATANASOVA ter fotografa BORUTA PETERLINA, za dekoracijo in rože pa je poskrbel MARJAN LOVŠIN. Hotel je v lasti Term Krka, enega večjih slovenskih turističnih podjetij, ki združuje terme v Dolenjskih in Šmarjeških Toplicah, obmorski center Talaso Strunjan, Hotele Otočec z igriščem za golf in Hotel Krka v Novem mestu. Podjetje je za vse novejša naložbe v turistično infrastrukturo pridobilo evropska sredstva. Tako je sredstva EU pridobilo že leta 2006 za gradnjo hotela in sprostivnega centra Vitarium v Termah Šmarješke Toplice. Lani je iz Evropskega sklada za regionalni razvoj za gradnjo hotela Balnea pridobilo 3,27 milijona evrov, kar je znašalo 25 odstotkov vrednosti celotne naložbe. Junija letos pa bodo Terme Krka končale še gradnjo dodatnih devetih polj na igrišču za golf na Otočcu, za kar so iz Evropskega sklada za regionalni razvoj pridobile skoraj pol milijona evrov oziroma četrtno vrednosti celotne naložbe. ☉



3. V sprostivnem centru Balnea so gostom na voljo bazeni, savne in različne vrste masaž, na primer masaža z grozdem, pridelanim v ekološkem vinogradu.

4. Z uporabo naravnih materialov in s skladnimi barvami sta se arhitekta Alenka Dešman in Dušan Končar skušala čim bolj približati naravi.

ZDRAVILIŠČA KOT MEGATREND

Naravna zdravilišča so paradni konj slovenskega turizma, saj ustvarijo kar četrtno turističnih prihodkov države. Čeprav v zdraviliščih še vedno prevladujejo domači gostje, hitro narašča tudi delež tujih. Letos je med tujci največ Italijanov, Avstrijcev in Hrvatov. Ker bo zaradi stresnega načina življenja v prihodnosti zdravje ljudi čedalje slabše, se bo povpraševanje po zdraviliških storitvah še povečevalo. Strokovnjaki napovedujejo, da bodo naravna zdravilišča v prihodnjih dvajsetih letih eden ključnih megatrendov na evropskem in svetovnem turističnem trgu.

Kateremu bo uspelo?

KATERI ZAJČEK JE TAKO MODER, DA BO NAŠEL PRAVO POT DO ZAJČICE?

A RUMEN B ORANŽEN C RDEČ D MODER E ZELEN

DODATNE INFORMACIJE NAJDETE NA WWW.ZA-NAJU.SI

UROLOŠKA AMBULANTA 041 97 60 00

Ena modra. Dvojni užitek.

NIČ VEČ NI TAKO, KOT JE BILO

Max Modic

Menda niti erekcije niso več tisto, kar so nekoč bile. Bomo ukrepali ali obtičali v recesiji?

Pričujoče besedilo v nadaljevanju prinaša rekapitulacijo dejstev, ki za moškega tako v spolnem kot simbolnem pomenu niso ravno spodbudna in se po svoje priročno rima-jo na epidemijo recesijskih virusov, ki vztrajno pronicajo v vse pore življenja. In, kot bi rekel ALDOUS HUXLEY, avtor *Krasnega novega sveta*, dejstva ne nehajo obstajati, če jih ignoriramo. Naj zato začnem optimistično, z meni sila ljubo definicijo, ki jo je PAUL JOANNIDES, eden hudomušnejših psihoanalitikov, dejavnih na področju popularne seksologije, zapisal v spolnem priročniku z naslovom *Dajmo se dol*. Takole pravi: »Penis je edina igrača iz otroštva, ki jo moški lahko obdrži in s katero se potem igra vse življenje. To je in bo edina igrača, ki povzroča ugodne občutke, če jo cuka, ki nadalje nenehno spreminja velikost in obliko in se odziva na dražljaje vseh čutil. Pa poskusite to kupiti v trgovini. Kadar gre v življenju vse narobe, je edina stvar, na katero se moški lahko zanese, da ostaja vir ugodnega počutja, njegov penis, razen če so mu stvari že ušle povsem iz rok in mora seči po čem močnejšem, recimo po tekili ali pobožni molitvi.«

Definicija odpira poglavje, name-njeno bralkam, ki želijo razumeti, zakaj moški tako resno jemljejo svoje orodje, ali bolje, svojo igračo. Joannides namreč ugotavlja, da ženske za razliko od moških niso navajene od ranega otroštva povezovati spolnega vznemirjenja z določenimi telesnimi spremembami. Čeprav tudi njihova spolovila nabreknejo, navzven v glavnem ne kažejo opažnejših signalov, saj se večina spre-

memb zgodi znotraj in jih je lažje prikriti. Poleg tega pa se ženskam v zahodnem patriarhalnem družbenem okolju, tradicionalno prežetem s cerkveno moralnimi dogmami in socialnimi stereotipi, od mladih nog vbija v glavo, da se pridne punčke ne menijo za signale lastnega telesa. No, zmeraj več je tudi signalov, ki dajejo slutiti, da se garancijsko obdobje moške najljubše igrače počasi izteka in ga bo treba prej ko slej podaljšati, kar pa ne bo čisto zastoj.

Tudi slovit DR. ALEX COMFORT (1920 - 2000), anarhistični pacifist in gerontolog, avtor nepogrešljivega priročnika *Spolne radosti*, v vseh ponatisih navaja, da je penis tako estetski kot funkcionalen predmet in kot tak skozi vso zgodovino človeštva poraja tesnobo in vraže, pogosto pa je tudi središče vseh mogočih magijskih obredov. V penisu in njegovi simboliki sta pogosto locirana moško samospoštovanje in čut identitete, podobno kot je bila Samsonova moč skrita v njegovih lasih. Zato ne preseneča, da ima spolni ud večji simbolični pomen od kateregakoli drugega človeškega organa. Kot znak dominancje in zato, ker se dobesedno ravna po svoji volji, ki jo dostikrat vsiljuje tudi svojemu lastniku. Ravno zaradi te predominantne vloge organa dr. Comfort trdi, da stopnjo idealnega ljubezenskega razmerja partnerja dosežeta takrat, ko penis, čeravno izrazito njegov, postane last obeh, ko ljubimca odkrijeta in izkusita, da ga lahko obravnavata tako, kot bi tretjega udeleženca. Kot znamenje veselja, norosti, blaznenja in zama-



knjenosti, da, tako, kot so v antičnih časih častili falus, ud v erekciji, in ga ob slovesnostih nekaterih božanstev nosili v sprevedu kot znamenje plodnosti narave in kot vir naslade ljudi vseh spolov.

Comfortove Spolne radosti, ki so prvič izšle leta 1972, so poleg raziskav pionirja moderne seksologije ALFREDA CHARLESA KINSEYA (1894 - 1956) predstavljale biblijo tako imenovane seksualne revolucije, ki je konec šestdesetih let minulega stoletja iz falusa dokončno naredila mit, fetiš in talisman obenem. Skratka, organ, za katerega naj bi bili moški stvarniku iskreno hvaležni, saj gre v osnovi za mogočni instrument, ki odklepa vrata do raja na zemlji in predstavlja kvintesenco tistega, kar nam menda ženske po Freudu že od Evinih časov na vse kriplje zavidajo. Feministične reakcije so bile kajpada burne in so se nagibale v smer, da lahko ženske moškimi zavidajo penis samo zato, ker lahko njegovi imetniki v kriznih situacijah praktično kjerkoli brez težav izpraznijo mehur, vse ostalo pa ni omembe vredno. Kontra je sledila iz ženskega dela ekipe, ki si ni pustila omejevati pravice do spolnega užitka in nikoli ni gojila pretiranih simpatij do feminističnih krožkov, prav tako pa se ni kaj prida obremenjevala z moškimi seksističnimi teorijami. Čemu le? Emancipiranim ženskam je bilo jasno, da bodo moški do konca življenja imeli enega samega tiča, one pa toliko, kolikor jih bodo hotele.

Glede spolnosti je bila že antika silno napredna, pestra in demokratična, strah pred domnevno pogan-



Falofilija, antično malikovanje nabreklih spolnih udov, se ohranja tudi danes, resda v drugačni žanrski obliki. Penis je pač edina igrača iz otroštva, ki jo moški lahko obdrži in s katero se potem igra vse življenje. Pod pogojem, da igrača funkcionira in je kos naboru zahtevanih del in nalog.

skim falusom se je v srca vernikov naselil šele s prihodom krščanstva. Falus je bil namreč v antičnih časih znamenje blagostanja. V Pompejih je bilo moč na družinskih hišah videti kamnit relief ponosno zravnane penisa, ki ga je obkrožal napis »*hic habitat felicitas*« ali po naši »tu prebiva sreča«. Malikovanje nabreklih spolnih udov ali falofilija, kot so temu rekli stari Grki in Rimljani, se je - večinoma po zaslugi moških fantazij - ohranilo vse do danes, resda v drugačni žanrski obliki: kot zabavna industrija za odrasle.

TEŽAVE V RAJU

»Da, Bog je sestavil telo in skromnemu namenil več časti, da v telesu ne bi bilo razprtije, marveč bi telesni deli enako skrbeli drug za drugega. Če en del trpi, trpijo z njim vsi deli, če je en del v časti, se z njim veselijo vsi,« beremo v Svetem pismu, v prvem pismu Korinčanom. Naj omenim, da so bili 'telesni deli' v starem prevodu še 'udje', kar je novim prevajalcem očitno preveč eksplicitno potegnilo na točno določen ud. Kakorkoli že, bistveno je, da že v Bibliji najdemo potrditev tistega, kar poudarja sodobna seksologija: da zaradi težav enega uda lahko trpi celo

telo in vsi, ki so z njim v neposrednem stiku. Če gre pri tem za ud z impresivno dodano vrednostjo na simbolični ravni, je razlog za paniko toliko večji.

Zgodovina človeštva od pradavnine dalje je zgodovina poskusov in naporov, kako moškemu omogočiti, da bo vedno in povsod pripravljen izpolniti svojo častno dolžnost, ko ga na odgovornost pokličejo narava ali okoliščine, v katerih ne sme odpovedati. In hej, erekcija je tudi dejansko eden najzahtevnejših in skrbno koordiniranih telesnih procesov, ki zahteva brezpogojno sodelovanje zdravih možganov, brezhrebno napetih živčnih vlaken, gladko pretočnega ožilja in maziva v obliki ustreznih hormonov. Proces erekcije sproži bodisi pogled bodisi dotik, informacija pa se v kemični obliki po živčni infrastrukturi bliskovito prenese do ustreznih področij v velikih možganih in od tam nazaj do softvera v penisu. Program aktivira njegovo gladko mišičevje, žile se razširijo in omogočijo naval krvi v spužvasto tkivo, kar povzroči znatno podaljšanje in otrdelost penisa, ko se ves razpoložljiv prostor napolni s krvjo pod visokim tlakom. Če v procesu iz tega ali one-

ga razloga karkoli zataji, nastopi erektilna disfunkcija, ki je lahko začasna ali bognečaj trajna. Slednje se označuje tudi z izrazom nesrečnega zvena impotenca.

Bržčas prvi zapis o tej sila nadležni zadevi izvira še iz antičnih časov, ko se je Hipokrat, antični zdravnik, utemeljitelj grškega zdravilstva in načel o moralnem liku zdravnika, v enem od svojih del z znanstvenega stališča posvetil možnim razlogom za impotenco pri premožnih Skitih, indoevropskem nomadskem ljudstvu, ki se je med 7. in 3. stoletjem pred našim štetjem potepalo po južni Rusiji. Delitev na bogate in revne je bila očitna že na prvi pogled, saj so prvi razdalje v karavani premagovali na konjih, drugi pa sebe in svoje imetje tvorili peš. Dokaj pogost pojav impotence pri bogatem sloju je Hipokrat pripisal dvema dejavnikoma, klimatskemu, torej mrazu in vlagi, ter fizičnemu, se pravi dolgotrajnim in za moške reproduktivne organe napornim ježam. Hipokrat navaja tudi dejstvo, da so bile težave s potenco med revnejšimi Skiti, ki so hodili peš, zanemarljive ali pa jih sploh ni bilo. Povedano drugače, že Hipokrat je po svoje slutil povezavo med erektilnimi disfunkcijami in civili-

zacijskimi boleznimi ter razmišljal o ceni, ki jo bomo moški nekoč plačevali za svojo zaležanost, nevroze in strese industrializiranega tempa življenja. In na tej točki se statistično nelagodje šele začneja.

Semensko tekočino, ki jo moški izbrizga, v približno petih odstotkih sestavljajo spermiji. Če bi ejakulat postavili pod mikroskop, bi videli, da običajno vsebuje nekje med 200 in 400 milijoni 0,005 milimetro dolgih semenčic, ki se gibljejo s hitrostjo 1,5 milimetra na sekundo. Z ejakulacijo je dokaj tesno povezan tudi obstoj človeške vrste. Spolne žleze odraslega moškega namreč v ta namen proizvedejo približno 1000 semenčic na sekundo, kar znese kakih 30 milijard na leto. Tako je bilo še do nedavnega. In glede na najnoveše znanstvene raziskave nikoli več ne bo tako, kot je bilo. Britanska medicinska literatura je leta 1992 objavila alarmanten podatek, da se je v zadnjih petdesetih letih število spermijev v semenski tekočini ameriških in evropskih moških zmanjšalo za 42 odstotkov, kar je pet let kasneje potrdil tudi kalifornijski oddelek ministrstva za zdravje. Istočasno se je število primerov raka na modih v Veliki Britaniji in ostalih in-

dustrijsko razvitih državah med letoma 1979 in 1991 povečalo za 55 odstotkov. Rezultati so na dlan: k zmanjšanju koncentracije semenčic in porastu rakavih obolenj največ prispeva kemično onesnaženje okolja z insekticidi, pesticidi ter substancami, ki jih uporablja kozmetična industrija. Hormonsko ravnovesje se podira tudi po zaslugi mesno predelovalne industrije, saj dve tretjini ameriških živinorejcev govedu še zmeraj streže s hormonsko obogateno krmo. In če se bo trend kemičnega onesnaževanja okolja nadaljeval v takem tempu, opozarjajo znanstveniki, bo čez petdeset let edina možnost za nadaljevanje človeške vrste postalo prav tisto, kar smo Slovenci z referendumsko odločitvijo odkrekli samskim ženskam: oploditev z biomedicinsko pomočjo. Tudi zdravstveno stanje v raju pod Triglavom ni ravno zavidljivo. Prav nasprotno, stanje je naravnost katastrofalno. Kar polovica moških, starejših od 50 let, ima namreč težave s šibko erekcijo, pri tem pa skoraj deset odstotkov moških sploh nima erekcije.

ZA ŠILCE HORMONOV

Po strokovnih podatkih iz leta 2005 težave z erekcijo v zahodnem svetu tako ali drugače prizadenejo že več kot 152 milijonov moških po štiridesetem letu starosti. Da je stvar pridobila razsežnosti svojevrstne epidemije, pričajo znanstvene projekcije, ki domnevajo, da se bo to število do leta 2025 najmanj podvojilo in doseglo neverjetnih 322 milijonov erekcijsko motenih moških. Moški zaradi erektilne disfunkcije niso prikrajšani zgolj na področju spolnosti, ampak s časom zelo hitro izgubijo tudi samozavest.

Vzroki za erektilno disfunkcijo so najpogosteje organski. Mednje se uvrščajo predvsem bolezni žil, manj pogosto živcev, redko pa je vzrok tudi nepravilno sproščanje hormonov. Dejavniki tveganja so koronarne in periferne žilne bolezni, sladkorna bolezen, zvišan krvni tlak, povečane vrednosti maščob v krvi, kajenje, čezmerno uživanje alkoholnih pijač in nekatera zdravila. Skratka vse, kar je Slovencu pisano

na kožo. In vse tisto, kar poleg stresa in depresije znižuje raven testosterona, dominantnega moškega hormona v organizmu. Raziskave kažejo, da že pol litra vina občutno zniža nivo testosterona, obilen, masten obrok pa ga dobesedno preplovi. Okej, zakaj sploh potrebujemo ta hormon, ki ga v pridevniški obliki največ uporabljajo zadržte feministke, ko želijo poudariti najslabše moške lastnosti? Testosteron se začne pri zarodku izločati že takoj po šestem tednu nosečnosti, pod njegovim vplivom pa pride do oblikovanja do takrat še nedefiniranih moških spolnih organov. Drugo intenzivno izločanje testosterona nastopi v času pubertete, kar pri dečkih vpliva na definiranje sekundarnih spolnih znakov, od poraščenosti do globine glasu. Z eno besedo, testosteron je nekakšen vzvod spolnega dozorevanja, ki vpliva na izločanje vseh hormonov. Mimogrede, znanstvena preučevanja povezanosti testosteroanske ravni z določenim načinom življenja, ki so jih izpeljali pri 4500 prostovoljcih na univerzitetnem centru ameriške zvezne države Georgie, so pokazala, da so nekatera najbolj zakoreninjena prepričanja o tem hormonu daleč od resnice. Če je še do nedavnega veljalo, da je izrazito agresivno vedenje posledica viškov testosterona, so novejša raziskave pokazale, da je nasilnejšem, posiljevalcem in sociopatom skupno izrazito pomanjkanje testosterona. Raziskave so pokazale še, da je testosteron nujno potreben za ohranjanje mišične mase in moči, za kognitivne funkcije in mentalne aktivnosti nasploh, za uravnavanje razpoloženja in dobrega počutja ter za primerno vzdrževanje spolne funkcije, vključno z libidom. Pomemben je za srčnožilno in imunološko zdravje, igra pa tudi pomembno vlogo pri nadzorovanju krvnega sladkorja.

Zdravniki vztrajno opozarjajo, da statistične številke o moških, ki jih pestijo težave z erekcijo, predstavljajo samo vrh ledene gore, saj je erektilna disfunkcija še vedno tabu tema, o kateri moški ne želijo spregovoriti niti s svojim zdravnikom. Slednji očitno zaman poudarjajo, da lahko obisk zdravnika ob prvih

EREKCIJE NA RECEPT

Max Modic

Zdravljenje erektilnih disfunkcij s takorekoč trenutnim učinkom se je ob sodelovanju farmacevtske in psihiatrične stroke začelo v zgodnjih devetdesetih letih prejšnjega stoletja, ko je ameriško ministrstvo za zdravje požegnalo medikament pod imenom *prostaglandin E1* (s farmacevtskim nazivom *alprostadil*).

Prostaglandin E1 si lahko uporabnik s pomočjo posebne injekcije (ameriška inačica je zaslovela pod imenom *InjectAid* oziroma *Caverject*) vbrizga neposredno v žilo na korenu penisa, kar povzroči takojšnjo erekcijo, ki lahko traja do dve uri. Stranski učinki uporabe tega preparata, ki so jih zaradi zlorabe medikamenta občutili tudi mnogi igralci iz zabavne industrije za odrasle, se lahko pokažejo v obliki priapizma oziroma permanentne erekcije, ki zna biti zelo boleča in jo je treba zbijati z adrenalinskimi preparati.

Konec devetdesetih let je na tržišče prišla *viagra* (*sildenafil*), prvo zdravilo za erekcijske motnje v obliki tablete, ki večini moških pomaga doseči zadovoljivo erekcijo in kolikor toliko kakovosten spolni odnos. Leta 2003 se je modri tableti diamantne oblike pridružil še *cialis* (*tadalafil*) in leto kasneje še konkurenčna oranžna tableta, ki sliši na ime *levitra* (*ildenafil*). Njen učinek naj bi se ob spolni vzburjenosti pojavil že petnajst minut po zaužitju. Levitra naj bi spolno vzburjenemu moškemu omogočala nemoteno spolno aktivnost še pet ur po zaužitju, nezaželene reakcije, najpogosteje v obliki glavobola in rdečice, pa naj bi bile blage do zmerne in v glavnem prehodnega značaja.

motnjah erekcije moškemu celo reši življenje. Eretilna disfunkcija lahko nakazuje srčnožilna obolenja, še preden se pojavijo njihovi simptomi, pogosto pa kaže tudi na metabolični sindrom, ki ga lahko povzroča prenizka raven testosterona. Moški s srčnožilnimi boleznimi, sladkorno boleznijo in visokim krvnim pritiskom imajo težave z erekcijo štirikrat pogosteje kot zdravi moški. Moški z erektilno disfunkcijo naj bi tako nujno spremenil način življenja in zmanjšal telesno težo. Stroka poudarja, da je erektilna disfunkcija ogledalo srčnožilnega zdravja, zato večina moških s to di-

agnozo v roku petih let doživi srčnožilni dogodek z bolj ali manj usodnimi posledicami.

V teh recesijsko depresivnih časih, ki brez nadaljnega vplivanja tudi na nacionalni libido, ne bo odveč spomniti, da obstajajo tudi duševni vzroki za erektilno disfunkcijo, delimo pa jih na tiste, zaradi katerih se moški nagiba k erektilni disfunkciji, tiste, ki erektilno disfunkcijo sprožijo, in tiste, ki erektilno disfunkcijo vzdržujejo. Po mnenju DR. SLAVKA ZIHERLA so nekateri najpogostejši vzroki v prvi skupini neustrezna spolna vzgoja, moteni odnosi v družini, premalo informacij oziroma napačne informacije o spolnosti in travmatske zgodnje spolne izkušnje. V drugo skupino spadajo strah pred neuspehom, prezahtevnost do sebe in partnerke, depresija, preobremenjenost in nerazumevanje s partnerko. V tretji skupini so poleg strahu pred neuspehom še slaba komunikacija med partnerjema, slaba poučenost o spolnosti nasploh, posebej pa nepoznavanje spolnega odziva, izguba spolne privlačnosti ter napačna verovanja in različni miti o spolnosti. ☉

Za varno okolje in prijazno prihodnost

Okoljska ozaveščenost ni zgolj trend, ampak je danes postala nuja pri ohranjanju prijaznega okolja. Družba Mobitel je na področju varovanja okolja aktivna že vrsto let, svoj nastop na trgu in ponudbo pa oblikuje v skladu z družbeno odgovornim ravnanjem.

V družbi Mobitel poskrbijo za okolju prijazno odstranitev in reciklažo vsakega odsluženega mobilnika ali akumulatorja. Z uvedbo okolju prijazne vrednostnice Mobi pa uporabnike spodbujajo k polnitvi Mobiračunov z Mone-to. V Mobitelovi ponudbi se za vse okoljsko osveščene naha-ja okolju prijazen solarni polnilec baterij mobilnikov, ki ne uporablja omrežne napetosti in vsebuje dodatni akumulator. Vsekakor priročna rešitev, ki za svoje delovanje ne potrebuje elektrike.

Družbena odgovornost je pot, ki ustvarja lepšo prihodnost za okolje in svet in na katero bodo slej kot prej morala stopiti vsa podjetja. V družbi Mobitel na primer za primerno rabo energije skrbijo z varčno osvetlitvijo, spodbujajo elektronsko izmenjavo informacij z namenom zmanjšanja tiskanja dokumentov, ter zbirajo izrabljene kartuše tiskalnikov in

jih predajo podjetjem, ki jih reciklirajo, zbrana sredstva pa namenijo v dobrodelne namene. Kot partner so pristopili k projektom organizacij, ki gojijo dejavnosti skladne z varovanjem in ohrani-



tvijo okolja. Takšna sta na primer DOPPS, Krajski park Sečoveljske soline ipd.

Ker se v družbi Mobitel zavedajo, da se prijazna prihodnost lahko gradi le na trdih temeljih, so na pomoč že večkrat priskočili pri odpravi posledic naravnih ujm in potresov, ki so prizadele posameznike. Mobitel že dolga leta podpira tudi mnoge humanitarne projekte, ki izboljšujejo življenjske pogoje vseh nas. Prvi v Sloveniji je razvil in uvedel zelo popularne SMS donacije, daroval sredstva za nakup vrste pomembnih medicinskih aparatov, tudi aparatov za oživljanje, ki so razporejeni širom po Sloveniji v Mobitelovih centrih. Veliko pozornosti je bilo namenjene sodelovanju z Rdečimi noski, Zvezo prijateljev mladine Slovenije, Bralno značko in mnogim drugim projektom za naše najmlajše in socialno ogrožene posameznike in družine. Odgovornost Mobitel izkazuje tudi do svojih zaposlenih z zagotavljanjem družini prijaznega podjetja, ki jim omogoča lažje usklajevanje poklicnega in družinskega življenja.