

SZTEhírek > Hírchívum > 2020. Október



Az SZTE Gyógyszerésztudományi Karhoz kötődő szerzők PirulaKalauza az egészség megőrzéséért

2020. október 05.

A koronavírus-járványról is szó esett azon a könyvheti beszélgetésen, amelyen a PirulaKalauz című kiadványt mutatták be az SZTE Gyógyszerésztudományi Karhoz kötődő szerkesztők és szerzők. A PirulaKalauz összefoglalót ad az egészségmegőrzésben leggyakrabban alkalmazott gyógynövények, vitaminok, ásványi és egyéb anyagok felhasználásáról, adagolásáról, bizonyított hatásairól, kitérve a lehetséges gyógyszerkölcsonhatásokra is.



Cikk nyomtatás



Link küldés

Tetszik 0

Tweet

Nyolcan írták a PirulaKalauz című kötetet, plusz egy kiadványszerkesztő is segédkezett a könyv létrejöttében.

Az innovatív kiadvány szerkesztője *Csupor Dezső*; **kiadványszerkesztője** *Bokor Dóra*; **szerzői:** *Dr. Csupor Dezső, Dr. Nádasi Tamás, Dr. Kovács Bernadett, Dr. Zomborszki Zoltán Péter, Dr. Kúsz Norbert, Dr. Csupor-Löffler Boglárka, Dr. Tóth Barbara és Dr. Horányi Tamás. **Majdnem mindannyian a Szegedi Tudományegyetem***

Gyógyszerésztudományi Karán diplomáztak, közülük egyesek jelenleg is az SZTE GYTK oktatói és kutatói, mások az SZTE alumnusai. „Az SZTE utcára viszi a tudományt” mottó jegyében a 2020. szeptember 23-i, az MTA SZAB székházban rendezett könyvheti programon megjelent alkotótókat *Újszászi Ilona* az SZTE NKI újságíró munkatársa kérdezte a PirulaKalauz című kézikönyvről.



262 anyag tudományos leírása

„A cél az ismeretterjesztés” – hangsúlyozta *Dr. Csupor Dezső*. Az SZTE Gyógyszerésztudományi Kar Farmakognóziái Intézet egyetemi docense leszögezte: elsősorban nem orvosoknak, gyógyszerészeknek, hanem **a téma iránt érdeklődő, legalább gimnáziumi szintű kémiai ismeretekkel rendelkező olvasóknak írták ezt a könyvet. Tudományos könyv és ismeretterjesztő kiadvány is egyben a PirulaKalauz, amelyben 262 anyag szerepel.** Ezek leírása több ezer tudományos cikk összefoglalója alapján került a kötetbe.

A *Dr. Csupor Dezső* által alapított Ködpiszkáló blogon 2020 márciusáig, azóta a PirulaKalauz oldalon, a Facebookon is frissülnek a gyógyszerekkel, étrend-kiegészítőkkal, gyógyszer hatóanyagokkal, az egészséges életmóddal kapcsolatos bejegyzések, az áltudományos nézeteket és tévhiteket cáfoló érvek és információk. E bejegyzések és a **PirulaKalauz könyv mögött is egy olyan csapat áll, amelynek tagjai szorosan kötődnek a Szegedi Tudományegyetem Gyógyszerésztudományi Karához.**



„Én soha nem voltam ‘magányos farkas’. Mindig arra törekedtem, hogy másokkal dolgozzam együtt” – válaszolt egy kérdésre *Dr. Csupor Dezső*, aki megszervezte a PirulaKalauz című kötet szerzői és szerkesztői csapatát, sőt: könyvkiadói és terjesztői feladatokat is magára vállalt.

Könyv és link viszonya

„Vannak olyan helyzetek, amikor sokkal **gyorsabb előkapni egy könyvet**, mint elkezdni letölteni az internetről, és ott böngészni” – fogalmazta meg a választ a szerző, arra a kérdésre, hogy „Miért hasznos megjelenési forma a könyv?” A szerzőgárda terve, hogy **a PirulaKalauz online formában is megjelenik majd**.

A **gyógynövények, vitaminok, ásványi anyagok és étrend-kiegészítők** négyesét járja körbe a kiadvány, ami elsősorban **az egészségükre figyelő, tudatos vásárlóknak készült**. Képek nem találhatóak az oldalakon.

A könyvben a **Tartalomjegyzék**, az **Ajánló** utáni „**Csak az olvassa...**” kezdetű **bevezetőben** részletezett tájékoztatás **és a könyvbemutató beszélgetésen elhangzottak szerint: a gyógynövényeket, vitaminokat, ásványi anyagokat és étrend-kiegészítőket tartalmazó termékek megvásárlása a gyógyszertárban a legbiztonságosabb**. De e termékekről a tájékozódáshoz önmagában a PirulaKalauz című könyv sem elegendő. Egy szakember is kell ahhoz, hogy a vásárló a számára legmegfelelőbb terméket tudja kiválasztani.



„Ha a PirulaKalauzban azt mondjuk egy növényről, vagy bármi anyagról, hogy jelen tudásunk szerint csökkenti a hajhullást, akkor az tényleg bizonyított. Ami a könyvben szerepel, az megfelel annak, amit a legfrissebb tudományos cikkek alapján tudunk a bemutatott anyagokról. Tehát nem egy már meglévő szakkönyvet fordítottunk le és abból összeollóztunk egy új kiadványt, hanem a legújabb szakirodalmat összegeztük ebben a kötetben” – magyarázta Csutor Dezső. Kifejtette: a kötetet elején **Használati útmutatót** és zárásként **Tárgymutatót** és is tartalmaz a PirulaKalauz. Ezek segítik az olvasót, miközben tudományos művé emelik a kötetet.

Hatósági listákat, forgalmi adatokat tanulmányoztak a készítők annak érdekében, hogy megállapítsák, az elmúlt évben melyik termékekből fogyott a legtöbb. Dr. Csutor Dezső szerint a **legkeresettebb termékeket alkotó anyagok belekerültek a kiadványba**. Az ásványi anyagok és a vitaminok esetén a teljességre törekedtek az összeállításakor. A gyógynövények az alapján kerültek bele a könyvbe, hogy mennyire érdekesek és használtak a mindennapokban.

A koronavírus-járvány ideje

A szerző szerint **van egyfajta bizalmatlanság, némelyek kételkedve fogadják a járvánnyal kapcsolatos híreket**. Dr. Csutor Dezső tapasztalata szerint akad, aki úgy gondolja, még akkor is, ha egy szakember állítja: valami érdek húzódik meg azon állítás mögött, hogy „koronavírus-járvány van”.

„A járványhelyzetben nagyon kevés olyan anyagról tudunk, amiről elmondható: súlyos betegség megelőzésében érhet valamit” – vélekedett Dr. Csutor Dezső. A PirulaKalauz című könyvben is szereplő anyagok közül a **D-vitamin szedését javasolta**, ugyanis – mint mondta – **azzal jobban át lehet vészelné a koronavírus okozta járványt**, mivel „az alacsony D-vitamin szint esetén súlyosabb a betegség lefolyása, és arra is vannak bizonyítékok, hogy többen halnak meg azok közül, akiknek ez a szintje alacsony”.



„Olyan étrend-kiegészítőket érdemes szedni, melyekben az az anyag található, ami a szervezetünkben hiányzik” – hangsúlyozta az SZTE Gyógyszerésztudományi Kar oktatója. A legcélszerűbb az lenne, ha megmérnék, kinek melyik anyagból mennyi található a vérében. Ez azonban rendszerint nem történik meg, ezért sokan szednek számukra fölösleges készítményeket. Kitért arra is, esetenként veszélyes lehet, ha a betegek a számukra szükséges gyógyszerek mellett szednek étrend-kiegészítőket.

A PirulaKalauz a Tárgymutatójában tájékoztatást nyújt arról is, hogy egy adott betegségben mi az az anyag, amit szedni érdemes. A szerző hangsúlyozta: a könyvben az anyagok nevével ott a figyelmeztetés: **ezek nem kigyógyítanak a betegségekből, hanem azok előfordulási gyakoriságát csökkentik.**

A PirulaKalauz csapata és a gyógyszertárak

Mi szerepeljen a PirulaKalauzban? Ezt a listát *Dr. Csupor Dezső* állította össze. Az SZTE GYTK kutatója tartotta a kapcsolatot a szerzőkkel, kijavította az elkészült szövegeket, melyeket aztán lehetősége volt korrigálni is. Ő foglalkozik a kötet terjesztésével és népszerűsítésével, bemutatásával is.

A könyv kiemelt szerkesztője, *Bokor Dóra*. A SZAB-székház dísztermében összegyűlt érdeklődők előtt elmondta: *„Nagyon nagy élmény volt elkészíteni ezt a könyvet!”*



„Csupa olyan növényről írtam, amelyek a fogyasztók körében népszerűek, a szakemberek viszont talán kevésbé ismerik ezeket” – vallotta be *Dr. Csupor-Löffler Boglárka* gyógyszerész, a PirulaKalauz egyik szerzője. *„A gyógynövények használatában is vannak 'divatok'. A mi célunk az volt, hogy a felhasználók körében népszerű növényeket is mérlegre tegyük.”*

Dr. Kúsz Norbert, egy másik szerző elmondása szerint, olyan anyagok megírására vállalkozott, amelyek számára ismeretlenek voltak, viszont széles körben használtak. Ő – többek között – a *halolajról* és különböző *illóolajokról* írt. Célja az új ismeretek tanulása és a reális, naprakész infók szolgáltatása volt.

Egy étrend-kiegészítővel foglalkozó cég alapítója, *dr. Nádas Tamás* gyógyszerész is szerzője a könyvnek. Leszögezte: „*az étrend-kiegészítők célszerű használata elképzelhetetlen tájékozott fogyasztók és jó minőségű termékek nélkül*”. Szegedi székhelyű cége termékeit kizárólag gyógyszertárakban forgalmazzák.



A 91. Ünnepi Könyvhét Szegedi Tudományegyetemhez kötődő könyves beszélgetése végeztével *Dr. Csupor Dezső* elmondta: a könyvbemutató közönsége kedvezményesen veheti meg azt a kiadványt, amit a pirulakalauz.hu (<https://pirulakalauz.hu/>) oldalról is meg lehet rendelni, illetve a gyógyszertárakban is árulják a PirulaKalauzt.

Részletes információ a kiadványról: <https://pirulakalauz.hu/konyv/> (<https://pirulakalauz.hu/konyv/>)

További információk, korábban megjelent munkák: <https://pirulakalauz.hu/rolunk/> (<https://pirulakalauz.hu/rolunk/>)

A könyv Facebook-oldala: <https://www.facebook.com/pirulakalauz/> (<https://www.facebook.com/pirulakalauz/>)

SZTEinfo – Hegedűs Ádám Alex

Fotók: Ú. I.

A 91. Ünnepi Könyvhét SZTE-hez kötődő programjairól írtuk:

A cikkeket és könyveket író Szent-Györgyi Albert „*utcára vitte a tudományt*” (</sztehirek/2020-szeptember/cikkeket-konyveket-iro?folderID=53156&folderID=53156&objectParentFolderId=50253>)

*

Megnyílt a 91. Ünnepi Könyvhét szegedi rendezvény-sorozata: minden 4. program „*egyetemi*” (</sztehirek/2020-szeptember/megnyilt-91-unnepi?folderID=53156&folderID=53156&folderID=53156&objectParentFolderId=19396>)

A 91. Ünnepi Könyvhét és az SZTE GTK: Botos Katalin a közgazdaságtan emberi arcát mutatja meg

(</sztemagazin/2020/91-unnepi-konyvhet-szte-200917>)

A 91. Ünnepi Könyvhét és az SZTE: Mire való a kreatív írás? (</sztemagazin/2020/91-unnepi-konyvhet-szte>)

A 91. Ünnepi Könyvhét és az SZTE: Konyhai kísérletekkel színesítette mesekönyvei bemutatóját a biológus doktorjelölt Bodor Attila (</sztemagazin/2020/91-unnepi-konyvhet-szte-200930?folderID=50574&objectParentFolderId=50251>)

A 91. Ünnepi Könyvhét és az SZTE – Mi a televíziós műsorkészítés titka? (</sztemagazin/2020/91-unnepi-konyvhet-szte-200918>)

Online Európa és az SZTE kötelékébe tartozó Europe Direct Szeged (</sztehirek/2020-szeptember/online-europa-szte?folderID=53156&folderID=53156&folderID=53156&folderID=53156&objectParentFolderId=19355>)

Online Európa és az SZTE kötelékébe tartozó Europe Direct Szeged (</sztehirek/2020-szeptember/online-europa-szte?folderID=53156&folderID=53156&folderID=53156&folderID=53156&objectParentFolderId=19355>)

Online Európa és az SZTE kötelékébe tartozó Europe Direct Szeged (</sztehirek/2020-szeptember/online-europa-szte?folderID=53156&folderID=53156&folderID=53156&folderID=53156&objectParentFolderId=19355>)