



MEDICINĂ FĂCUTĂ CU SUFLETUL!



NewMedical

New Medical Buzău

sursa dumneavoastră principală de știri profesionale din domeniul sănătății

Anul 3, nr. 25, DECEMBRIE 2025

Apariție lunară, distribuire gratuită

2025 - un an de evoluție și stabilitate

OFERTĂ SPECIALĂ - CADOU DE SĂNĂTATE DE LA CLINICA NEW MEDICAL

În această perioadă în care ne gândim mai mult la familie și la cei dragi, Clinica NEW MEDICAL vă propune un cadou cu adevărat valoros: **un voucher medical de 1000 lei**, disponibil la prețul redus de **500 lei**.

Este un gest simplu, dar profund: oferim acces la **consultații și investigații medicale**, într-un cadru profesionist, unde pacientul este tratat cu respect, empatie și atenție reală.

Perioada achiziției: până la 31 decembrie 2025

Valabilitate: tot anul 2026

Valoare acoperită: consultații și investigații în limita a 1000 lei.

Voucherul poate fi un cadou potrivit pentru părinți, bunici, colegi sau orice persoană căreia doriți să îi arătați că sănătatea ei contează pentru dumneavoastră.

Achiziție exclusivă la recepțiile Clinicilor NEW MEDICAL:

- Str. Victoriei, nr. 1A;
- Str. Păcii, nr. 4;
- Str. Nicu Constantinescu, nr. 1;
- Str. George Emil Palade, nr. 28.

Clinica New Medical

- Împreună pentru sănătate.

Pentru că uneori, cel mai valoros cadou este grija.

Cadoul ideal pentru familie și prieteni

**OFERTĂ
SPECIALĂ**



Plătești 500 lei

→ **Primești servicii
medicale în valoare de
1000 lei**

Ai grijă de sănătatea ta sau dăruiește cuiva drag un motiv în plus să meargă la medic.
Un gest simplu prin care arăți că îți pasă.
- Poți achiziționa oferta până la: 31 decembrie 2025;
- Poți folosi serviciile incluse în tot anul 2026;
- Valabil pentru consultații și investigații medicale în limita valorii.

Dragi cititori,

Luna decembrie ne surprinde, ca de fiecare dată, cu un amestec de emoție, bilanț și speranță. Privind înapoi la acest an, dar și la cei care l-au precedat, îmi dau seama cât de mult a crescut comunitatea noastră și cât de mult a crescut și publicația pe care o răsfoiți acum.

Ziarul NEW MEDICAL a apărut pentru prima oară în decembrie 2023. Atunci nu știam exact unde ne va duce acest drum, dar știam sigur un lucru: voiam să fim mai aproape de oameni, să explicăm pe înțelesul tuturor lucruri care țin de sănătate și stil de viață, să oferim informații curate și utile. Iată-ne, după trei ani de apariții constante, pregătindu-ne ca în ianuarie să intrăm în **Anul 4** al existenței noastre editoriale. Un parcurs frumos, construit pas cu pas, împreună cu voi.

Pentru Clinica NEW MEDICAL, 2025 a fost un an în care lucrurile s-au așezat și s-au conturat mai bine. Am continuat investițiile în aparatură, am îmbunătățit fluxurile de lucru, ne-am extins echipa și am pus un accent și mai mare pe calitatea serviciilor oferite.

Ce am observat cel mai mult anul acesta?

Că pacienții nu caută doar un consult, ci caută înțelegere, claritate și respect. Iar noi ne-am străduit să oferim exact asta: un loc în care omul este pus pe primul loc, înaintea oricărui aparat sau proceduri.

Vreau să le mulțumesc tuturor celor care au trecut pragul clinicii noastre în acest an. Fie că ați venit pentru o simplă analiză sau pentru un diagnostic complex, ne-ați oferit încredere - iar acest lucru nu trece niciodată neobservat.

Ați avut răbdare, ați avut deschidere și, de multe ori, ne-ați încurajat fără să vă dați seama. Pentru noi, fiecare mulțumesc spus discret, fiecare revenire, fiecare recomandare făcută altcuiva contează enorm.

Dragi colegi, știți deja că nu obișnuiesc să folosesc cuvinte mari, dar anul acesta chiar le meritați. Ați muncit mult, ați demonstrat profesionalism și, cel mai important, ați păstrat o umanitate care astăzi este, din păcate, tot mai rară în lumea medicală.

Fiecare reușită a clinicii se leagă de voi: medici, asistenți medicali, personal administrativ.

Fără voi nu am putea vorbi nici despre extindere, nici despre modernizare, nici despre rezultate.

Intrăm în 2026 cu planuri mari și cu dorința de a merge mai departe în același ritm: **calm, constant și bine așezat**. Pregătim noi servicii, noi specialități și proiecte care vor face accesul la sănătate și mai simplu.

La fel, ziarul nostru va continua să existe și să se dezvolte. Iar odată cu intrarea în Anul 4 de apariție, ne propunem să aducem și mai mult conținut util, mai multe explicații, mai multe povești din culisele medicinei.

Vă doresc să aveți un sfârșit de an liniștit și un început de an plin de energie bună! Să fiți sănătoși, să vă bucurați de cei dragi și să găsiți timp pentru lucrurile care vă fac bine!

Clinica NEW MEDICAL - MEDICINA FĂCUTĂ CU SUFLET!

Cu respect,

Daniel-Mihai Dobref

Manager general Clinica NEW MEDICAL PROIECT

Redactor-șef NEW MEDICAL BUZĂU



Ce se schimbă în corpul bărbatului după 40 de ani?

După 40 de ani, bărbatul începe să experimenteze o scădere treptată a testosteronului (andropauza), o încetinire a metabolismului, o pierdere lentă a masei musculare (sarcopenie), precum și o creștere a stresului oxidativ și inflamator.

Aceste schimbări pot afecta semnificativ:

- Pofta sexuală și potența
- Nivelul de energie și claritatea mentală
- Forța musculară și performanța sportivă
- Calitatea somnului
- Starea cardiovasculară și metabolică

Mulți bărbați nu asociază aceste simptome cu dezechilibre hormonale sau nutriționale, ci le pun pe seama „îmbătrânirii normale”. Însă, cu suplimentele potrivite și o rutină personalizată, se pot preveni majoritatea acestor probleme.

Pe lângă analizele generale există anumite analize mai specifice care pot ajuta un bărbat care dorește să-și mențină energia și vitalitatea până la adânci bătrâneți:

- Testosteron total + liber - Statusul hormonal masculin
 - SHBG - Legarea hormonilor
 - Estradiol (E2) - Conversia testosteronului
 - DHEA-S - Precursor hormonal și energie
 - Cortizol salivar - Răspunsul la stres și oboseală
 - 25-OH Vitamina D - Metabolism, imunitate, testosteron
 - PSA (Antigen specific) - Sănătatea prostatei
 - Hemogramă, profil lipidic - Informații despre inflamație și metabolism
 - Indicele HOMA-IR-rezistența la insulină și riscul de diabet
- Suplimente esențiale pentru bărbații activi după 40 de ani
- Alimentația tot mai săracă în nutrienți și stilul de viață modern fac din administrarea de suplimente unul din cei mai importanți pași de prevenție și menținere.

Pentru bărbați peste 40 de ani sunt importante:

1. Zinc + Magneziu + Vitamina B6 (ZMA)

• Rol ZMA: susține producția de testosteron, calitatea somnului și refacerea musculară.

• Doză: Zinc – 30 mg, Magneziu - 300 mg, B6 – 20 mg, seara înainte de culcare.

• Evită: administrarea cu calciu sau fier (inhibă absorbția).

2. Vitamina D3 + K2

• Beneficii: susține funcția testiculară, imunitatea, oasele și potența.

• Doză eficientă: 3000–5000 UI/zi + 100-200 mcg K2 (MK7).

• Asocieri ideale: cu grăsimi, dimineța sau la prânz. Măsoară nivelul 25-OH vitamina D la fiecare 6 luni.

3. Coenzima Q10 (Ubiquinol)

• Rol: energie celulară, funcție cardiacă și fertilitate masculină.

• Doză optimă: 100–200 mg/zi, cu grăsimi.

• Recomandat: mai ales dacă iei statine sau ai oboseală cronică.

4. Acizi grași Omega-3 (EPA + DHA)

• Efecte: antiinflamator, reduce riscul cardiovascular, susține potența și funcția cerebrală.

• Doză: 1000–2000 mg/zi.

• Precauție: poate fluidiza sângele - cere sfat dacă iei anticoagulante.

5. Creatină monohidrat

• Beneficii: crește forța, susține masa musculară și performanța cognitivă.

• Doză standard: 3–5 g/zi, în orice moment al zilei.

• Mit demontat: NU afectează rinichii în doză standard sau dacă nu există o afecțiune renală preexistentă.

• Suplimente cu creatină

6. L-arginină și L-citrulină

• Rol: crește fluxul sanguin, oxigenarea, potența și performanța fizică.

• Doză eficientă: 3-6 g/zi, în cure de 4-6 săptămâni.

• Ideal pentru: bărbații cu disfuncție erectilă, dar și sportivi.

• Suplimente cu L-arginină și L-citrulină

7. Ashwagandha (Withania-somnifera)

• Efect adaptogen: reduce cortizolul, crește testosteronul, îmbunătățește libidoul.

• Doză standard: 300-600 mg extract standardizat/zi.

• Studii: unele arată creșteri de 10-15% ale testosteronului liber după 8 săptămâni.

8. Boron (Bor)

• Suport hormonal: reduce SHBG, crește testosteronul disponibil.

• Doză eficientă: 3–6 mg/zi.

• Surse naturale: prune, stafide, avocado – dar greu de atins prin dietă.

• Suplimente cu Bor

9. Probiotice + Enzime digestive

• De ce? Un microbiom sănătos contribuie la producția hormonală și la digestia proteinelor pentru masă musculară

• Ce să cauți: minim 10 miliarde UFC, tulpini diverse, plus lactază, bromelaină.

• Important: administrează la 30 min după masă sau seara.

Suplimente de evitat sau utilizat cu precauție

• Fier (fără deficit) – rar necesar la bărbați – risc de exces oxidativ și risc cardiovascular crescut

• Testosteron booster – Multe au plante hormonale agresive – cere sfat

• Suplimente cu soia – Conțin fitoestrogeni (izoflavone) care pot influența negativ raportul testosteron/estrogen – verifică eticheta

• Tribulus terrestris – nu foarte eficient pentru bărbații sănătoși; poate irita tractul digestiv sau afecta prostata.

• Testosterone boosters – cu efecte agresive. Multe formule conțin plante hormonale (ex: Tongkat Ali, DHEA) care pot dereglă axa hipotalamo-hipofiză – testiculară dacă sunt luate pe termen lung fără indicație.

• Yohimbina – Stimulent al libidoului, dar cu risc crescut de anxietate, tahicardie, hipertensiune și insomnie.

Alimente, obiceiuri alimentare sau de stil de viață de evitat

• Zahăr rafinat – Scade testosteronul, favorizează rezistența la insulină, oboseala și inflamația cronică.

• Fast food, grăsimi trans – Cresc riscul de disfuncție erectilă, afectează vasele de sânge și funcția testiculară.

• Bere în exces – Conține fitoestrogeni (din hamei), contribuie la ginecomastie („sâni de bărbat”), scade testosteronul.

• Supradozarea cu proteine și shake-uri – Poate suprasolicita ficatul și rinichii – importantă e calitatea, nu doar cantitatea.

• Alimente ultraprocesate – Aport mare de conservanți, coloranți, arome artificiale – afectează microbiomul și metabolismul hormonal.

• Fumatul –

Reduce circulația sanguină, scade potența și fertilitatea, accelerează îmbătrânirea vasculară și a pielii.

• Consumul excesiv de alcool – Interferează cu producția de testosteron și calitatea somnului; favorizează oboseala cronică.

• Sedentarismul – Favorizează scăderea masei musculare, creșterea grăsimii viscerale și inflamația.

• Somnul insuficient – Lipsa somnului scade secreția de testosteron și hormon de creștere.

• Stres cronic, neadresat – Cortizolul crescut blochează testosteronul și stimulează acumularea de grăsime abdominală.

Protocol de suplimente pentru început - simplu și eficient

Ideal este să începi cu analizele, dar bărbații sunt firi mai practice și mai directe uneori care doresc să înceapă rapid cu un protocol:

• Vitamina D3 + K2 4000 UI + 200 mcg – Dimineța sau prânz, cu grăsimi

• ZMA (Zinc, Mg, B6) – conform produsului, cu 1 oră înainte de somn

• Omega-3 1000–2000 mg – Cu mesele principale

• Ashwagandha 300 mg extract

– Dimineța sau seara

• Creatină 3–5 g – Oricând, ideal post-antrenament

Stil de viață optim pentru bărbați după 40

• **Exerciții de forță (3-4 ori/săptămână):** protejează masa musculară și testosteronul.

• **Somn de calitate (7-8 ore):** hormonul de creștere se secretă noaptea.

• **Gestionarea stresului:** cortizolul ridicat = testosteron redus.

• **Evitarea alcoolului excesiv și a sedentarismului.**

Alimentație bazată pe: proteine curate, legume verzi, grăsimi bune.

Vârsta de 40 de ani nu înseamnă declin - ci o oportunitate de recalibrare. Cu analize regulate, suplimente de calitate și o strategie nutrițională clară, bărbatul modern își poate menține:

- forța și masa musculară
- libidoul și potența
- claritatea mentală
- vitalitatea de zi cu zi

Dr. Comănescu Elena, medic specialist medicină de familie

Echipa Clinicii New Medical se extinde

- specialiști dedicați pentru sănătatea dumneavoastră

Clinica New Medical continuă să se dezvolte și să ofere pacienților acces la servicii medicale de calitate, prin extinderea echipei cu medici specialiști cu experiență solidă în țară și în centre medicale de prestigiu din străinătate. Începând cu lunile noiembrie și decembrie, mai mulți profesioniști de excepție s-au alăturat echipei noastre, consolidând oferta de servicii medicale moderne, sigure și personalizate.

Dr. Ioana Ioniță - Neurologie

Din luna noiembrie, Dr. Ioana Ioniță, medic specialist neurolog, s-a alăturat Clinicii New Medical, aducând o abordare actuală și complexă în diagnosticul și tratamentul afecțiunilor neurologice.

Cu rezidențiat efectuat în București și stagii de pregătire în Franța, Dr. Ioniță oferă consultații pentru accidente vasculare cerebrale, sindroame cefalalgice și vertiginoase, afecțiuni ale măduvei spinării și nervilor periferici. De asemenea, deține competență în ecografie Doppler de vase cervicale și trancranian, un instrument esențial în evaluarea riscului vascular cerebral.



Dr. Mihai Rădulescu - Ortopedie și Traumatologie

Tot din luna noiembrie, echipa New Medical este completată de Dr. Mihai Rădulescu, medic specialist ortopedie-traumatologie, cu formare și interes deosebit în chirurgia mâinii. A finalizat rezidențiatul la Brașov și și-a perfecționat pregătirea prin stagii internaționale în București, Aix-en-Provence (Franța) și Varșovia (Polonia).



Ulterior, și-a continuat formarea în Franța și Spania, activând inclusiv într-o clinică de chirurgie a mâinii din Strasbourg și într-un centru de prestigiu din Madrid. Experiența acumulată în aceste centre europene îi permite să aplice tehnici moderne în tratamentul fracturilor, leziunilor tendonului și ligamentelor, artroscopia genunchiului, artroplastia de șold și sindroamele compresive ale membrului superior.

Dr. Rădulescu pune accent pe o abordare personalizată, menită să redea pacienților mobilitatea și calitatea vieții.

Dr. Esfandiari Saeid - Dermatologie și Venerologie

Începând cu luna decembrie, echipa New Medical este întregită de Dr. Esfandiari Saeid, medic primar dermatologie și venerologie, cu experiență vastă în dermatologie estetică, chirurgie dermatologică și proceduri cosmetice minim invazive.

Pacienții beneficiază de evaluări dermatologice complete, tratamente personalizate, precum și proceduri moderne precum injecții cu acid hialuronic și botox, realizate cu profesionalism și atenție la detalii. Dr. Esfandiari Saeid este prezent la clinică în fiecare zi de marți.



Dr. Paul Ionescu - Chirurgie Plastică și Microchirurgie Reconstructivă

Din 16 decembrie, Dr. Paul Ionescu, medic specialist în Chirurgie Plastică și Microchirurgie Reconstructivă, cu formare și activitate în cadrul Spitalului Universitar Militar Central „Dr. Carol Davila”, s-a alăturat echipei New Medical.

Oferă evaluări și soluții pentru leziuni cutanate, cicatrici, corecții post-traumatice și proceduri estetice minim invazive, abordând fiecare caz cu profesionalism și grijă față de pacient.



La New Medical, sănătatea dumneavoastră este prioritatea noastră.

Redacția

SPECIALITĂȚI MEDICALE DECONTATE LA CLINICA NEW MEDICAL

Clinica New Medical Proiect,
Str. Păcii, nr. 4, Telefon: 0338.401.490

- » **Cardiologie:** Dr. Rusu Maia
- » **Cardiologie pediatrică:** Dr. Arhip Anca
- » **Diabet, nutriție și boli metabolice:** Dr. Mihalache Daiana
- » **Endocrinologie:** Dr. Gațu Alina-Andreea
- » **Psihiatrie:** Dr. Constantin Simona Georgiana, Dr. Rădan Melania, Dr. Elisabeta Lavinia Ștefu

Clinica New Medical Proiect,
Str. Victoriei, nr. 1A, Telefon 0338.401.656

- » **Boli infecțioase:** Dr. Damian Elena
- » **Endocrinologie:** Dr. Rotărescu Maria
- » **Medicină internă:** Dr. Neamțu Andrei
- » **Psihiatrie:** Dr. Chițurlea Raluca
- » **Oncologie:** Dr. Negoită Alexandra, Dr. Cîrlan Alexandru
- » **ORL:** Dr. Mihalcea Cătălin Constantin

Clinica New Medical Optic Vision,
Str. George Emil Palade, nr. 28, Telefon 0338.401.656

- » **Oftalmologie:** Dr. Stan Patricia, Dr. Jica Alexandru

Injecțiile intravitreene - tratament modern pentru afecțiuni retiniene

Injecțiile în ochi, cunoscute în lumea medicală sub denumirea de injecții intravitreene, reprezintă o tehnologie medicală inovatoare utilizată pentru tratarea unor afecțiuni oculare grave. Aceste proceduri au devenit din ce în ce mai comune în ultimele decenii și au avut un impact semnificativ asupra vieților pacienților cu afecțiuni oftalmologice, reducând riscul de pierdere severă a vederii și ameliorând simptomele neplăcute.

Injecțiile intravitreene sunt proceduri medicale prin care un medic oftalmolog injectează medicamente în gelul vâscos (vitros) al ochiului, care este în contact direct cu retina și respectiv macula, minimizând în același timp efectele secundare asupra restului organismului.

Medicamentele administrate în ochi includ:

- Medicamentele anti-VEGF (factor de creștere endotelial vascular): Bevacizumab (AVASTIN), Aflibercept (EYLEA), Brolucizumab (BEOVU). Această proteină (VEGF) cauzează creșterea de noi vase de sânge anormale și nefuncționale, care pot duce la scurgeri de fluid și deteriorarea vederii.

- Glucocorticoizi cu efect antiinflamator: Triamcinolon acetat (VITREAL S), Dexametazonă (OZURDEX). Pot fi administrați pentru a trata afecțiunile inflamatorii ale ochilor. Medicamentele anti-bacteriene, antivirale și antifungice pot fi administrate direct în ochi pentru a trata infecțiile.

Cui i se adresează Injecțiile intravitreene?

Acest tratament este esențial pentru pacienții diagnosticați cu diverse afecțiuni care afectează retina și macula, precum:

- **Degenerescenta Maculară Legată de Vârstă (DMLV)**
- forma umedă: este principala indicație. Injecțiile cu agenți anti-VEGF (factor de creștere endotelial vascular) opresc dezvoltarea vaselor de sânge anormale și reduc scurgerile de lichid de sub retină.

- **Edemul Macular Diabetic:** o complicație majoră a retinopatiei diabetice, caracterizată prin acumularea de lichid în maculă. Injecțiile intravitreene (anti-VEGF) ajută la resorbția acestui lichid și la îmbunătățirea vederii.

- **Ocluziile Venoase Retiniene:** blocarea unei vene retiniene poate duce la hemoragii retiniene și edem macular, care răspund foarte bine la tratamentul anti-VEGF.

- **Neovascularizația coroidiană din miopie:** o afecțiune



care afectează persoanele cu miopie severă, conducând la dezvoltarea de noi vase sanguine anormale sub retina ce trebuie inhibitate cu anti VEGF.

- **Inflamații Oculare (Uveite):** În anumite cazuri, se pot injecta corticosteroizi pentru a controla o inflamație severă care nu răspunde la tratamentul clasic.

Beneficiile majore ale injecțiilor intravitreene:

- eficiență maximă - medicamentul acționează direct la sursa problemei;

- stoparea sau încetinirea progresiei bolii, prevenind astfel pierderea ireversibilă a vederii;

- îmbunătățirea sau stabilizarea acuității vizuale la un număr mare de pacienți;

- siguranță ridicată și risc minim de complicații sistemice;

- injecțiile intravitreene cu VEGF au demonstrat rezultate impresionante în tratarea afecțiunilor oculare grave. Cu toate acestea, fiecare caz este unic, iar răspunsul la tratament poate varia de la o persoană la alta.

Cei care observă modificări ale vederii sau au deja un diagnostic ocular pot găsi sprijin și tratament de specialitate la **Clinica New Medical Optic Vision din Buzău, pe strada George Emil Palade, nr. 28 (vizavi de Parcul Hasdeu).**

Programările se pot face la numărul de telefon 0772 007 949.

Dr. Jica Alexandru, medic primar oftalmolog



Echipa redacțională:
Redactor-șef Daniel Dobref;
Redactor Marius Stoian;
Redactor Iulian Cadulencu;
Redactor Sandu Popa;
Tehnoredactare computerizată
Iulian Cadulencu

Opiniile și părerile exprimate în articolele publicate sub semnătura autorilor au caracter strict personal și nu angajează în vreun fel răspunderea editorului sau a redacției.

Copyright: este autorizată orice reproducere, fără a percepe taxe, cu condiția indicării cu exactitate a numărului și a datei apariției publicației.

Clinica NEW MEDICAL PROIECT

Telefon: 0772.153.310 Telefon fix: 0338.101.164

E-mail: newmedicalproiect@gmail.com /

office@newmedical.ro

https://www.newmedical.ro/

ISSN 3008 - 6043, ISSN-L 3008 - 6043