

Ismerjük meg egymás munkáit!

Tisztelt Szerkesztőség!

Az *Orvosi Hetilap* 2020. évi 1. számában (Orv Hetil. 2020; 161: 33–38) jelent meg *Németh Tibor dr. és munkatársainak* tollából „Tetraplegia sikeres multidiszciplináris kezelése mellkassebészeti műtéttel. *Unicentrikus mediastinalis Castleman-betegség esete*” címmel egy igen kiváló közlemény. A dolgozat irodalomjegyzékében hazai hivatkozást nem találtam.

A Castleman-betegségről tudomásom szerint az első hazai közlemény 1986-ban jelent meg *Tallós Imre* munkája nyomán (Pulmonologia Hungarica 1986; 39: 273–276), míg a betegség multicentrikus formáját 1993-ban magam közöltem (Medicina Thoracalis 1993; 46: 91–96).

Bozóky Géza dr.

Tisztelt Bozóky Géza Főorvos Úr!

Köszönjük szépen cikkünkről írt megtisztelő véleményét, és sajnálatunkat fejezzük ki, hogy Főorvos Úr e témában publikált munkája elkerülte figyelmünket.

Köszönettel:

Németh Tibor dr.

Tisztelt Szerkesztőség!

Végh Ildikó, Harmat Kinga, Gerlinger Imre: Cervicalis vertigo – létező kórkép vagy fikció? című közleményéhez (Orv Hetil. 2019; 160(25): 967–972) szeretnék hozzászólni, illetve a cikkkel kapcsolatban kiegészítést adni.

Egyrészt örülök, hogy e gyakori kórkép „elemző” ismertetésre került, másrészt nehezményezem, hogy a neves külföldi közlemények mellett a hazai szakirodalomban megjelent munkák ismertetése hiányos. Fontos pozitívum, hogy terápiás lehetőségként kiemeli a manuálterápiát, azonban sérelmezem, hogy az e témakörrel általam publikáltokról [1–7] említés sem esik. Ez sajnos az irodalomban felsorolt két hazai közleményre is vonatkozik. Hazánkban a legrégebben, 1974 óta foglalkozom a manuálterápia szakterületével, számtalan előadásban, számos közleményben és szakönyvben részletesen ismertettem a cervicalis szédülés (egyensúlyzavar) jellemző tüneteit, kezelését. Ezek közül kiemelném az 1992-ben megjelent monográfiámat [2], a 2001-es reumatológiai egyetemi tankönyvet [4] és a 2016-ban megjelent

fizioterápiás szakkönyvet [7]. Említésre méltó lehetett volna egy hazai elektronis-tagmográfias vizsgálattal foglalkozó közlemény is [8]. A témakör iránt érdeklődőknek ajánlom a csatolt irodalmat, mely még tartalmazza a valószínűleg a közlemény leadása után megjelent szakkönyvet [9] és a legújabb reumatológiai egyetemi tankönyv egy fejezetét [10].

Irodalom

- [1] Ormos G. Cervicalis szindrómában végzett manuális terápia hatásának vizsgálata. *Lege Artis Med.* 1991; 2: 1218–1221.
- [2] Ormos G. Manuális terápia. Gyógyítás műfogásokkal az orvosi gyakorlatban. Springer Hungarica, Budapest, 1992; pp. 40–41.
- [3] Ormos G. A manuális medicina alapismeretei. In: Hegyi G. (szerk.) Természetes gyógymódok. Komplementer medicina. KuK Kiadó, Budapest, 1998; pp. 71–90.
- [4] Ormos G. Manuális medicina. In: Reumatológia, egyetemi tankönyv. Szerk.: Gömör B. Medicina Könyvkiadó, Budapest, 2001; pp. 78–81.
- [5] Boros E, Ormos G. Szédülés a reumatológus szemével – cervicalis vertigo. *Háziorv Továbbk Szle.* 2007; 12: 677–682.
- [6] Ormos G, Bálint G. A szédülés és a nyaki gerinc. *Praxis* 2011; 20: 25–31.
- [7] Ormos G. Manuális terápia indikációi, bizonyítékon alapuló alkalmazása. In: Bizonyítékokon alapuló fizioterápia. (Szerk.: Bender T.) Medicina Könyvkiadó, Budapest, 2016; pp. 83–85.
- [8] Konrád K, Gerencsér F. Diagnosztikus és terápiás tapasztalatok cervicalis szindrómában. *Rheumatol Balneol Allergol.* 1978; 19: 63–69.
- [9] Ormos G. A csontkovácsok titkai. (Manuálterápiával kezelhető betegségek, javallatok...) Betűvirág Kft., Budapest, 2019.
- [10] Ormos G. Manuálterápia. In: Reumatológia. (Szerk. Szekanez Z, Nagy Gy.) Medicina Könyvkiadó, Budapest, 2019; pp. 365–375.

Ormos Gábor dr.

Hozzászólás az újraélesztés oktatásához

Tisztelt Szerkesztőség!

Levelünket az *Orvosi Hetilap* 2019. évi 160. évfolyamának 46. számában megjelent, az újraélesztés oktatásával és ellátásával foglalkozó tematikus lapszámmal kapcsolatban foglalmaztuk meg. Ezen belül az

újraélesztés laikusok általi megkezdésének fontosságát, valamint az újraélesztés oktatásának jelentőségét hangsúlyozó tanulmányokkal kapcsolatos véleményünket, illetve a témával kapcsolatos általános gondolatainkat szeretnénk megosztani, a megjelent információkat némileg kiegészíteni.

Örömteli, hogy hazai viszonylatban is egyre többet hallani az újraélesztés megtanulásának és oktatásának fontosságáról, valamint az oktatás különböző lehetőségeiről, hiszen ez valóban elengedhetetlen ahhoz, hogy a hirtelen keringésleállás esetén, pozitív kimenetellel, megmenthető legyen a bajbajutott.

Diószeghy dr. összefoglalója jól bemutatja a téma fontosságát, epidemiológiai hátterét, valamint számos lehetséges irányt is megemlít a helyzet javítása érdekében. Az összefoglaló a nemzetközi szintér bemutatása mellett a hazai helyzettel is foglalkozik, melynek során a hazánkra jellemző statisztikai adatokat is bemutatja (például a kórházon kívüli keringésleállások száma, a segítségnyújtás aránya stb.), ugyanakkor az elsősegélynyújtás – és ezen belül az újraélesztés – oktatásában elért hazai eredményekről nem esik szó. Az utóbbi években – bár sajnos még nem egységes formában – több olyan program megvalósult és zajlik jelenleg is, melyek célja az elsősegélynyújtás társadalmassítása, így jelen levelünkben élénk a kiegészítés lehetőségével. A felsorolt lehetőségek közül a „Kids Save Lives” (KSL) elnevezésű kezdeményezést emelnénk ki, mely a gyermekkorban elkezdett újraélesztés-oktatást hangsúlyozza. Az említett tanulmányban a lehetőségek között ez a projekt úgy szerepel, hogy „a jövő”, de véleményünk szerint ez ennél közelebb van, már zajlik. Hosszú évek óta foglalkozunk a témával, és a nemzetközi KSL-projekt analógiájából kiindulva – egyeztetve és együttműködve a projekt kezdeményezőivel – elindítottuk a program hazai változatát, a „Kids Save Lives in Hungary”-t. Ennek első eredményei az Európai Újraélesztési Tanács (European Resuscitation Council, ERC) hivatalos folyóiratában, a *Resuscitation*ban is megjelentek [1], valamint a gyermekek teljesítményéről több hazai és nemzetközi folyóiratban – köztük az *Orvosi Hetilap*ban is – közzétük eredményeinket [2, 3]. A kezdeményezés eddigi eredményei pozitívak, így csak megerősíteni tudjuk, hogy nagyon fontos az ismeretek gyermekkorban történő átadásának elkezdése. Javaslatunkat a jelenleg készülő új Nemzeti Alaptanterv (NAT) szerkesztői felé is tolmácsoltuk annak érdekében, hogy a gyerekek egységes formában, iskolai kere-

tek között tanulhassanak az elsősegélynyújtásról.

Az újraélesztés oktatása tekintetében, a lapszám egy másik közleményében, *Fritúz dr. és munkatársainak* kutatása bemutatja a gyermekek oktatásának egy lehetséges módját, nevezetesen a kortársoktatást. A TANTUdSZ-program pedagógiai tekintetben jól megalapozott, alapvetően széles körben foglalkozik az egészségfejlesztéssel, a jelenleg említett eredmények az újraélesztés oktatásával kapcsolatosak. Ezek alapján a módszer hatékonynak tekinthető, bár – annak ellenére, hogy ezek az első eredmények – hiányolható a gyakorlati felmérés, hiszen a jelen esetben meg tudjuk válaszolni azt a kérdést, hogy a résztvevők „Tudják-e az újraélesztéssel kapcsolatos tényezőket?”, arról viszont nincs információ, hogy „Képesek-e ezeket hatásosan kivitelezni?” [4, 5]. A módszertant és az eredményeket áttekintve, a témában járatos szakemberek számára látható, hogy hazai és nemzetközi szinten korábban már több kutatás látott napvilágot, melyek több pontban nagyon hasonlítanak a jelen felméréshez (például a kérdőív kérdései [3]), így véleményünk szerint hasznos lett volna a saját eredményeket korábbi kutatások eredményeivel összehasonlítani, így elhelyezve azt a jelenlegi evidenciák között. Ennek ellenére az irodalomjegyzékben mindössze három tétel jelenik meg, melyek közül kettő a jelenleg hatályos ERC-irányelv egy-egy (alapszintű újraélesztéssel, valamint oktatással foglalkozó) fejezete, a harmadik pedig egy oktatási segédlet, melyek véleményünk szerint nem tekinthetők teljes mértékben kielégítőnek. Apró észrevételünk, hogy a (fél)automata külső defibrillátor (AED) által alkalmazott terápia megnevezése mint „gyógyító elektromos sokk” szokatlan, szakmai oldalról nézve ezzel a kifejezéssel még nem találkozunk.

Feltüntetett észrevételeink ellenére újra szeretnénk hangsúlyozni, hogy örülünk, hogy az elsősegélynyújtás (és az újraélesztés) megtanulásának népszerűsítése egyre gyakrabban jelenik meg hazai viszonylatban is, és ugyancsak pozitívum, hogy nemcsak a médiában találkozni ezzel foglalkozó anyagokkal, hanem tudományos publikációk is születnek a témában. Véleményünk szerint fontos lenne, hogy az ezzel foglalkozó programok – akár országos szinten – egységesek legyenek, így a hatékonyság növelhető lenne.

Irodalom

- [1] Bánfai B, Pandur A, Schiszler B, et al. 'Kids save lives' in Hungary – Implementation, opportunities, programmes,

opinions, barriers. *Resuscitation* 2018; 130: e3–e4.

- [2] Bánfai B, Pandur A, Pék E, et al. At what age can children perform effective cardiopulmonary resuscitation? –Effectiveness of cardiopulmonary resuscitation skills among primary school children. [Hány éves kortól képesek a gyermekek újraéleszteni? – A hatékonyság felmérése általános iskolás gyermekek körében.] *Orv Hetil.* 2017; 158: 147–152.
- [3] Bánfai B, Pék E, Pandur A, et al. 'The year of first aid': Effectiveness of a 3-day first aid programme for 7–14-year-old primary school children. *Emerg Med J.* 2017; 34: 526–532.
- [4] Charlier N, Van der Stock L, Iserbyt P. Peer-assisted learning in cardiopulmonary resuscitation: the Jigsaw model. *J Emerg Med.* 2016; 50: 67–73.
- [5] Beck S, Issleib M, Daubmann A, et al. Peer education for BLS-training in schools? Results of a randomized-controlled, noninferiority trial. *Resuscitation* 2015; 94: 85–90.

Bánfai Bálint dr. és Betlehem József dr.

*Tisztelt Professor Úr!
Tisztelt Adjunktus Úr!*

Köszönöm a hozzászólásukat és értékes ki-egészítésüket.

Természetesen nagyon sok más fejlesztés és fejlődés is történt az elmúlt években mind Magyarországon, mind a világban, amelyeket nem soroltam fel, de mindezek között is kiemelkedő a Pécsi Egyetemen zajló rendkívül magas színvonalú munka – valóban teljesebb lett volna a cikkem, ha hivatkozom rájuk, ezért elnézést kérek a pécsi munkacsoporttól. Az újraélesztés oktatásának iskoláskorban való megkezdése ma már szakmai körökben nem képezi vita tárgyát, csupán az implementáció optimális módjait keresik még. Cikkemben azonban nem erre, hanem inkább arra próbáltam ráirányítani a figyelmet, hogy a laikus beavatkozások számának és hatékonyságának növelése érdekében nemcsak az adott pszichomotoros skill-ek minél korábbi megtanítására kell törekedni, hanem a kritikus szituációban történő döntéshozatal képességére és bizonyos mértékben altruizmus kialakítására is, mely – véleményem szerint – az iskoláskorban megkezdett segélynyújtási oktatások egyik (talán legfontosabb) előnye lesz. Ez az előny pedig végső soron nemcsak a váratlan keringésmegállások túlélésének mutatóiban jelentkezik majd, de talán az egész társadalomra is jótékony hatással lesz.

Éppen ezért nagyon örülök és nagy tisztelettel nézem a Pécsi Egyetemen Betlehem József professzor úr munkacsoportjának ilyen irányú munkáját is. A legteljesebb mértékben egyetértek azzal a gondolatával, hogy hazai szinten egységesebb fellépés lenne célravezetőbb, amihez talán a Magyar Resuscitációs Társaság adhat közös platformot.

Öszinte tisztelettel:

Diószeghy Csaba dr.

*Tisztelt Professor Úr!
Tisztelt Adjunktus Úr!*

Nagyon köszönjük a cikkünkhöz történt többszörösen is értékes, értő hozzászólást. Nagyon örülünk, hogy kutatási érdeklődésünk fókuszra ennyire hasonló területre vetül, külön kiemelve a Pécsi Tudományegyetem prominens kutatói által jelzett hivatkozások mögötti magas szintű tudományos tevékenységet.

Cikkünk címében az „első tapasztalatok” kifejezés szerepel. Ezen első tapasztalatokból munkacsoportunk részéről a legfontosabbnak a tudásban és az attitűdében történt változásokat éreztük kiemelni. A gyakorlati képzést a nemzetközi gyakorlatban elterjedt módszer szerint valósítottuk meg, így a gyakorlati kivitelezéshez kapcsolódó eredményeket nem tartottuk fontosnak közölni, ellenben a beiktatott „érzékenyítés” képzéssel kapcsolatban az attitűdváltozásban tapasztalt eredményeket leírtuk.

Közleményünk szándékosan rövid bevezetővel készült, nem volt célunk, hogy irodalmi összefoglalási jelleggel korábbi jó gyakorlatokat ismertessünk, egyben nem is jeleztük, hogy a miénk lenne az első ebben a sorban. Amennyiben idevalónak érezték volna a hivatkozott cikkeket, szíves elnézésüket kérjük, bennünket a cikk írásakor a fenti szempontok vezettek.

A „gyógyító elektromos sokk” magyarázó kifejezést saját gyakorlatunkban régóta használjuk; laikusok, különösen gyermekek képzése során érezzük hasznosnak ezen kifejezés alkalmazását, megkülönböztetve a „terápiás célú elektromos ütést” a „baleseti áramütéstől”.

Végezetül, engedjék meg, hogy kifejezzük örömteli egyetértésünket, a hazai újraélesztési képzés egységes és átfogó tervezésében – a hatékonyság növelését célozva – magunk is nyitottak vagyunk az együttműködésben rejlő lehetőségekre.

Tisztelettel:

Fritúz Gábor dr. és mtsai

Tulassay Tivadar:

Gyermekorvosi differenciáldiagnosztika

Medicina Könyvkiadó,
Budapest, 2020

A 2020-as év első napjaiban jelent meg a Tulassay Tivadar által „Gyermekorvosi differenciáldiagnosztika” címmel írott könyv a Medicina Könyvkiadó gondozásában. Gyermekgyógyászként számomra rendkívül meglepő és szokatlan a könyv szerkesztése: nem foglalkozik az egyes kórképek kezelésével, hanem két részre osztja a könyvet. Az első rész a gyermekpopuláció gyakran életet veszélyeztető megbetegedéseinek laboratóriumi eltéréseit (elektrolit-zavarok, sav-bázis eltérések, hypoxia, cyanosis stb.) és olyan, gyermekeket érintő általános tünetek differenciáldiagnosztikáját tárgyalja, amelyek szinte naponta jelennek meg a gyermekgyógyászatban. Megismerhetjük azokat a diagnosztikus lépéseket, amelyek során tisztázhatjuk a síró, „rosszul kinéz”, fáradekony, táplálkozási zavarban szenvedő, kóros testszaggal rendelkező és fejlődésükben megzavart csecsemők és gyermekek klinikai tüneteinek hátterében álló megbetegedéseket.

A könyv második része a szervspecifikus tüneteket tárgyalja, és megadja azon differenciáldiagnosztikai lépéseket, amelyek elvezetnek a mögöttük álló kórképek diagnózisához. A 12 fejezet számtalan, a gyermekgyógyászatban szinte minden megbetegedés diagnózisához hozzásegíti az olvasót.

Az érdeklődők megismerhetik gyakorlatilag minden szerv működészavarának klinikai tüneteit és azokat a diagnosztikai lépéseket, amelyek a diagnózishoz vezetnek. A keringés- és légzészavar, a vérképző rendszer, nefrológiai, gasztroenterológiai, mozgásszervi rendellenességek által okozott, gyermekgyógyászok által észlelt tünetek alapján a könyv segítségével eljuthatunk a klinikai diagnózishoz. A könyv részletezi a különböző anyagcsere-betegségek és az endokrin rendszer működészavarainak tüneteit és okait is.

Három olyan szervspecifikus tünetcsoportot tárgyal a könyv, amely a gyermekgyógyászok számára határterületnek számít: fül-orr-gégészeti, szemtüneteket és a kültakarót érintő betegségek klinikai tüneteit. Ezen fejezetek nagy segítséget nyújtanak azoknak a gyermekgyógyászoknak, akik a diagnózis ismeretében a betegeket esetlegesen kezelni kívánják, de a szakorvo-

si konzíliumok eléréséhez és értelmezéséhez is hasznos információkat kapnak.

A könyvet áthatja a funkcionális szemlélet. Nem csupán a klinikai tüneteket és a diagnózishoz vezető vizsgálatokat, hanem az egyes megbetegedések alapvető kritériumait és azok hátterét is részletezi. Az olvasó megismerheti a különböző klinikai tünetek újabb megismert élettani, kórelélet-tani, biokémiai, egyes esetekben molekuláris biológiai és genetikai összefüggéseit is.

A számtalan, szinte minden oldalon megtalálható táblázat és gyönyörűen szerkesztett ábra az ismeretanyagot könnyen áttekinthetővé és érthetővé teszi.

A könyv hézagpótló az oktatásban, a szakorvosképzésben és a gyermekgyógyászok mindennapi munkájában. Segítségével eljuthatnak a pontos klinikai diagnózishoz.

Machay Tamás dr.

D. Duscher, M. A. Shiffman
(eds.):

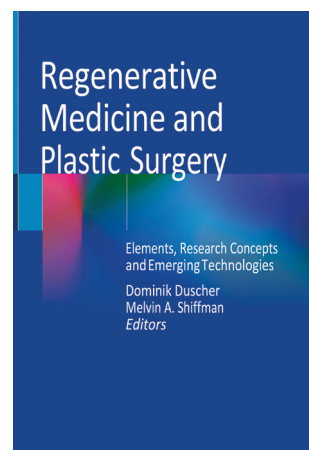
Regenerative medicine and plastic surgery. Elements, research concepts and emerging technologies

[Regeneratív orvostudomány és plasztikai sebészet. Alapfogalmak, kutatási alapelvek és újabb technológiák]

Springer Nature Switzerland AG,
Basel, 2019
ISBN 978-3-030-19958-6
(e-Book).
472 oldal. <https://doi.org/10.1007/978-3-030-19958-6>

A nagyszabású és feltétlenül hézagpótló, 472 oldalas, 35 fejezetből álló kézikönyv 2019. év végén jelent meg a svájci Springer kiadóvallalat gondozásában, így teljesen friss adatokat tartalmaz az orvostudomány és a plasztikai sebészet tárgyköréből. A XI–XXI. oldalakon (Contributors) a monográfiában közreműködő 97 (!) szerző adatait sorolják fel; magyar kutatót – sajnos – a recenzens nem talált közöttük.

A könyvismertetés további részében az igen terjedelmes munkának lényegében csak a fejezetcímeit sorolja fel, illetve a benne foglaltakat tárgyalja igen röviden a recenzens, a beszámoló helyigényének csökkentése céljából. Az érdeklődő hazai



szakembereknek ajánlja a (nehezen beszélhető) eredeti könyv tanulmányozását.

Az első fejezetben a könyvben tárgyalt fogalmak (regeneratív orvostudomány, tissue engineering, továbbá az összegek) rövid meghatározásáról olvashatunk. A további (második) fejezetben a regeneratív medicina történetét ismerhetjük meg. Ezt követően újabb fejezetben olvashatunk a légyrészek regenerációjáról, igen bőséges irodalomjegyzékkel. Ezután a csontszövettel kapcsolatos tissue engineering újabb lehetőségeit tárgyalja a fejezet szerzője. Ezt követően a mechanotranszdukciós mód-szerről olvashatunk (5. fejezet).

A továbbiakban – a recenzio helyigényének csökkentése céljából – csupán azokat a fejezetcímeket soroljuk fel, amelyek a hazai szakemberek számára – a recenzens véleménye szerint – érdeklődésre tarthatnak számot: több fejezet foglalkozik az összegekkel, illetve a bakteriofágokkal (7–10. fejezet). Az antibiofilm-aktivitást a 11. fejezetben ismertetik. A következő fejezetben a végtagamputáltak (főleg a kezek) bionikus rekonstrukciójáról olvashatunk érdekes adatokat. A 13. rész a karbohidrátok felhasználásával foglalkozik a helyreállító sebészet szemszögéből. A 16. fejezetben érdekes adatokat (eritropoetinterápia) olvashatunk az égési sérülések kezelésénél. A gyulladáshoz kapcsolódó betegségeknél vizsgálták a CRP újabb szerepét a következő részben. Az összejterápia újabb aspektusairól olvashatunk a következő (18.) fejezetrészben.

A következő (19–22.) fejezetrészekben a klinikus-kutató számára kevésbé érdekes témaköröket olvashatunk, így ezek ismeretéstől e recenzioiban eltekintünk – helyette utalunk az eredeti monográfiára. Egy klinikus-kutató számára érdekes adatokat tartalmaz a terjedelmes 23. fejezet, amely a szöveti regenerációval foglalkozik, és igen nagy számú irodalmi hivatkozást (412!) tartalmaz az érdeklődő olvasó számára. A következő (24.) rész a craniofacialis

csonthelyreállítás újabb eredményeiről közül érdekes adatokat, majd egy másik szerzőpáros az újabb nyirokcsomó-kutatást elemzi (25. fejezet). A 26. fejezet rész a szilikonimplantátumok jelenlegi indikációival, a beültetés szövődményeivel és a vég-eredményekkel foglalkozik; munkájukhoz több, részletes táblázatot is csatoltak.

A könyv ötödik része a plasztikai sebészettel foglalkozik: mikrodeformációs sebgyógyítás, hegek kezelése, a tissue engineering és a mesenchymalis őssejtek felhasználása, szájsebészeti alkalmazása.

Az implantációs sebészek érdeklődésére tarthat számot a 32. fejezet rész, amelyben sertéshúgyhólyag-mátrix beültetését javasolják a fej és a nyak területére. A műtéti eljárást számos fényképpel illusztrálták. A 33. fejezetnek idegsebészeti vonatkozása

van: a nervus facialis bénulás eseteiben a tissue engineering technikát alkalmazták, és a munkát számos, jó minőségű ábrával dokumentálták.

A 34. fejezetben az ízületi (capsularis) kontraktúrák sebészi és nem sebészi kezelését ismertetik. A plasztikai sebészek számára igen érdekes lehet a könyv utolsó (35.) fejezete, amely igen részletesen – bősséges képanyaggal együtt – ismerteti az alsó végtagon napjainkban alkalmazott lágyrész-rekonstrukciók lehetőségeit.

A kitűnő könyvet a szószedet (Index) zárja (459–472. old.), amelyben az angol ábécé szerint megtalálhatók az írásmű fontos adatai.

(Ref.: A 2019 novemberében megjelent terjedelmes monográfia a regeneratív orvostudomány és a plasztikai sebészet legújabb

eredményeit tárgyalja. A szerkesztők igen nagy számú – mondhatni e témakörökben világszerte ismert – szakembert kértek fel az egyes fejezetek megírására, amelyek a 2019. év legújabb eredményeit is tartalmazzák. A recenzens véleménye szerint a kérdéssel foglalkozó (gyógyító vagy kutató) specialisták számára e könyv vezérfonalként, mintegy a kérdéskör bibliájaként használható sokáig mindennapi munkájuk, kutatásaik számára. Nagy kár, hogy a könyv (még az e-book is) csak drágán vásárolható meg, azonban a nagyobb egészségügyi intézetek könyvtárainak számára beszerzését a recenzens feltétlenül javasolja.

Bíró Vilmos dr.

„Noli contemnere ea quae summos sublevant.”
(Ne nézz le semmit, mi a csúcsra visz.)