

Naši odborníci



► MUDr. IVETA VALACHOVIČOVÁ
neurologička a rehabilitačná lekárka,
súkromné zdravotnícke zariadenie,
Bratislava



► MUDr. MARTIN LEŠŤAN
imunoalergiológ,
alergioimunologické centrum v Prešove
a Sabinove

FOTO Shutterstock

Vyberte si iný zákrok

Prekonala som obrnu tvárového nervu vľavo z chladu a vetra na lyžovačke. Skoro desať dní som nevedela zatvoriť oko a na noc som si ho musela prelepovať. Mala som aj asymetriu ústnych kútikov. Liečbou a rehabilitáciou sa mi, našťastie, stav celkom upravil. Ale keď si dám zmrzlinu, mám čudný pocit, že sa všetko vracia. Zle tolerujem aj klimatizáciu v lietadle. Veľmi nepríjemný pocit až mravčenie na tvári som mala po injekcii u zubára. Trvalo to tri dni. Teraz, po lete, by som chcela absolvovať kozmetický zákrok na tvári, ultheru. Nehrozí mi po tomto ošetrení znova poškodenie nervu?
Miriam

Obrna tvárového nervu má viacero príčin a vyskytuje sa pomerne často. Vy ste asi prekonali jednostrannú chladovú obrnu nervu, známu aj ako Bellova obrna. Spreádza ju opuch a tlak tvárového nervu v kostnom kanáliku. Problém vzniká náhle, ale pri včasnej a cielenej liečbe sa rýchlo upraví bez následkov. To je aj váš prípad.

Fakt, že pri podaní anestetika a pri cestách v lietadle máte na tvári zvláštny pocit, by som však považovala za „varovný prst“ pred plánovaným kozmetickým zákrokom. Najmä ak ste typovo chudšia a máte výraznejšie vystúpené líčne kosti tváre. Ulthera je totiž ultrazvukový liftingový zákrok, pri ktorom na tvár pôsobí mechanická energia a teplo. To môže podráždiť alebo iným spôsobom negatívne ovplyvniť tvárový nerv, ktorý mal určité negatívne stimuly už v minulosti. U vás teda existuje vyššie riziko problémov ako u niekoho, kto ich v minulosti s tvárovým nervom nemal. Myslím si, že máte na výber aj iné estetické procedúry, ktoré sú pre vás vhodnejšie. Mali by ste sa o nich vopred poradiť s dermatológom.

Píšte nám!

Máte zdravotný problém a nevíete si rady? Zistili vám diagnózu, ale lekár vám dostatočne nevyvetlil, čo vám vlastne je a ako sa máte liečiť? Alebo ste našli vo svojej prepúšťacej správe či zdravotnej karte množstvo odborných výrazov, ktorým vôbec nerozumiete? Naši odborníci vám jednoducho vysvetlia, o akú chorobu ide, a poradia vám, ako by ste mali postupovať.

Otázky píšete

mailom na adresu
izdravie@7plus.sk

Z cvičenia?

Pred dvomi týždňami sa mi v oblasti kľúčnej kosti vyhodili červené flaky. Lekár mi niečo pichol a predpísal antihistaminiká. Flaky zmizli, ale po týždni sa mi objavili nové na rukách, pod kolenami a vo vlasoch. Svrbia. Môže byť na príčine fyzická námaha? Pred dvomi mesiacmi som začala chodiť do fitka. V minulosti mi potvrdili alergiu na prach, perie a roztoče.
Eva

Za vašimi problémami sa môže skrývať alergia, začínajúce kožné ochorenie, infekcia, chronický zápal či iná príčina. Lekár vám v minulosti potvrdil inhalačnú alergiu a teraz ste reagovali na podanie antihistaminika a kortikoidu. Preto je potrebné vylúčiť alergickú príčinu. Správne predpokladáte, že jedným zo spúšťačov môže byť telesná aktivita, najmä v súvislosti s alergiou alebo s prípadnou intoleranciou. Odporúčam vám navštíviť alergiológa, ktorý bude pátrať po možných príčinách výsevu. Až na základe diagnózy vám predpíše vhodnú liečbu.



► MUDr. MILOŠ BUBÁN
internista,
gastroenterológ,
primár odborných ambu-
lancií ŽNaP Bratislava

Bolí ma žalúdok

Stravujem sa diétne ako malé dieťa, všetko jem varené a v malom množstve. Napriek tomu mám po každom jedle problémy. Bolí ma žalúdok, cítim tlak a pálenie. Navyše ma trápi plynatosť. Za tri mesiace som schudol trinásť kíla a už rok sa snažím pribrať, ale nedarí sa mi. Čo mi môže byť? Mám obavy, či to nie je vážne.

Milan

Aj šport a diéty spôsobujú úbytok hmotnosti, ale to zrejme nie je váš prípad. Za tri mesiace ste výrazne schudli, čo je dôvod na návštevu odborného lekára gastroenterológa. Máte obavy, či váš stav nie je vážny. Len odborník ich rozptýli alebo môže ochorenie včas diagnostikovať a úspešne liečiť. Nepíšete bližšie, či ste už absolvovali nejaké vyšetrenia. V rámci anamnézy treba vylúčiť psychogénny vplyv, neraz sú totiž príčinou chudnutia stresy a nepohoda v zamestnaní alebo v súkromí. Lekár by mal vylúčiť aj organické príčiny chudnutia, napríklad zápal, vtedy, prítomnosť *Helicobacter pylori*. Mali by ste podstúpiť gastrofibroskopické vyšetrenie, podľa zväženia odborníka aj ultrazvukové vyšetrenie brucha. Dôležité sú tiež vyšetrenia zo séra, nielen krvný obraz, ale aj iné biochemické parametre, ktoré môžu naznačiť príčinu vašich problémov. Vaše ťažkosti však rovnako môžu byť „len“ funkčné, bez toho, že by sa objektívizovali organické príčiny, preto sa nebojte navštíviť lekára.

Zdravie



► MUDr. HANA ZELENKOVÁ,
PhD., MBA
dermatologicko-
venerologické oddelenie
sanatórneho typu, Svidník

Akné na čele

Mám 22 rokov a trápia ma aknéna pleť najmä na čele. Raz do mesiaca chodím ku kožnej lekárke na laser, ale žiadne extra veľké zmeny nevidím. A čo je horšie, po vyrážkach mi na koži ostávajú jazvičky. Čo by mi pomohlo?

Paulína

Je potrebné vyšetriť, či nemáte v organizme fokálnu infekciu, teda hnisavé ložisko – napríklad pokazený zub, gynekologické problémy či chronické problémy s hrdlom. Nepíšete, či sa vám vyrážky zhoršujú pri diétnych chyboch, pred menštruáciou alebo počas nej. V takom prípade by mohli súvisieť s hormonálnym cyklom. Liečba akné je beh na dlhú trať a musí byť komplexná. Okrem laserového ošetrenia, mechanického čistenia a aplikácie vonkajších prípravkov sa lieči aj vnútorne podávanými antibiotikami, vo vážnych prípadoch retinoidmi. Skúste sa ešte raz porozprávať so svojou dermatologickou a požiadať ju o dôkladné vyšetrenia. Jazvičky po akné sa dajú riešiť mikrodermabráziou (zbrusovaním), mikroneedlingom (odstraňovaním jemnými ihličkami), pilingmi či aplikáciou plazmy. Nepochybne lepšie je však ich vzniku predchádzať a akné liečiť.



LACTO SEVEN®

Laktobacily pre malých aj veľkých

Na imunitu

Vhodné použitie:

- počas a po antibiotickej liečbe
- pri poruchách trávenia
- pri cestovateľských hnačkách

Zloženie:

- 7 kmeňov baktérií mliečneho kvasenia (laktobacily sú chránené pred pôsobením žalúdočnej kyseliny)
- inulínová vláknina
- vitamín D

Lacto Seven neobsahuje cukor, laktózu, mliečne bielkoviny, lepek ani kvasnice. Je vhodný pre celiatikov, diabetikov, tehotné a kojace ženy.

Lacto Seven Chew neobsahuje cukor, laktózu, lepek ani kvasnice. Je sladený xylitolom a má jahodovo malinovú príchuť.



Skladovanie pri izbovej teplote.
Výživový doplnok sa nesmie používať ako náhrada pestrej stravy.
Vitamín D prispieva k správnejmu fungovaniu imunitného systému.

Vitabalans Oy

September 2016

Výrobca: Vitabalans Oy, Hämeenlinna, Finland
Zastúpenie pre SK: Vitabalans SK s. r. o.,
Mýtna 42, 811 05 Bratislava,
Tel.: +421 2 4569 0566, e-mail: info-sk@vitabalans.com,
www.vitabalans.com