



Mgr. Janette ČEMICKÁ
molekulárna biolo-
gička a genetička
Inštitút prediktívnej
a personalizovanej
medicíny, Bratislava

MUDr. Martin LEŠŤAN
imunoalergiológ
alergioimunologické
centrum v Prešove
a Sabinove



Foto: profimedia.sk

Deravé črevo?

Marta: Mám dlhodobé problémy s trávením. Lekárka mi povedala, že za nimi môže byť syndróm deravého čreva. Nikdy som o niečom takom nepočula. Čo to je?

Mgr. Janette ČEMICKÁ

Príčinou mnohých tráviacich problémov môže byť práve „syndróm deravého čreva“, teda zvýšená priepustnosť črevnej steny. V neporušenom stave slúži táto stena ako ochranná bariéra, ktorá zabraňuje škodlivým látkam vstúpiť do krvného riečiska. Ak ju naruší nevhodná výživa, lieky alebo iné spúšťače, tieto látky môžu preniknúť z čreva do tela. „Syndróm deravého čreva“ závisí od mnohých parametrov, napríklad od črevnej sliznice, mikroflóry, črevného epitelu a tesných medzibunkových spojov.

Novinkou je neinvazívna a nebolestivá diagnostika stavu črevnej steny, ktorá sa robí z malej vzorky stolice. Kombinovaný test pomáha získať diferencovaný obraz o skutočnom stave čreva a úspešne monitoruje účinnosť liečby. Umožňuje začať s cieľovou terapiou ešte skôr, ako sa ochorenie rozvinie do nepríjemných príznakov. Toto vyšetrenie sa robí zatiaľ na jedinom pracovisku na Slovensku. Poistovňa ho nehradí, ako samoplatca zaň zaplatíte 150 eur.

Málo bielych krviniek

Eva: Už dva roky mám neutropéniu a lekári nevedia prísť na príčinu. Môže ju spôsobovať alergia alebo dlhodobá intolerancia potravín, napríklad mlieka, sóje či vajec? Alebo je za tým histamínová intolerancia?

MUDr. Martin LEŠŤAN

Neutropénia znamená znížené množstvo neutrofilov v krvi. To je druh bielych krviniek, ktoré majú veľký význam v boji proti infekciám, najmä bakteriálnym. Na vašu otázku sa nedá jednoducho odpovedať, lebo príčin neutropénie je veľa. Poznáme akútne, teda prechodné, a chronické, dlhotrvajúce neutropénie. Môže sa za nimi skrývať banálne, ale aj rakovinové ochorenie, ktoré ničí kostnú dreň, takisto vrodené ochorenia so zlou funkciou kostnej drene, vírusové infekcie, ktoré narušujú vyzrievanie bielych krviniek v kostnej dreni, autoimunitné ochorenia, ktoré napádajú kostnú dreň či priamo biele krvinky alebo ťažšie infekcie, ktoré „spotrebujú“ veľké množstvo bielych krviniek. Niektoré lieky dokonca priamo ničia biele krvinky alebo poškodzujú kostnú dreň. Neutropéniu spôsobuje aj nedostatok vitamínov skupiny B. Teoreticky môže byť za ťažkosťami aj

črevné ochorenie, preto má u vás význam aj imunoalergiológické vyšetrenie.

Pri neutropénii môžete mať teploty, bolestivé ňasná, hnisavé vyrážky na koži, zápal stredného ucha a väčšie sklony k infekciám. U dojčiat a batoliat sa toto ochorenie niekedy prejavuje podráždenosťou a nechutenstvom. Hlavným odborníkom, ktorý sa špecializuje na tieto ochorenia, je hematológ, ale o diagnostike sa často vyjadrujú aj iní lekári. Podľa povahy choroby to môže byť napríklad endokrinológ, reumatológ, ale aj imunológ, ktorý pátra po autoimunitných ochoreniach, či infektológ, ktorý sa sústreďuje na infekcie, ako je hepatitída, HIV, malária, salmonela, parazity. Liečba závisí od príčiny. Lekári často siahajú po antibiotikách a vitamínoch a v odôvodnených prípadoch aj po rastových faktoroch a liečbe imunoglobulínmi.



Voda aj utierky

Kveta: Mojej mamičke (89) už musí pri hygiene pomáhať ošetrovatel'ka. Nepozdáva sa jej, že tvár jej neumýva vodou, ale vlhkými jednorazovými utierkami. Myslí si, že je to nedostatočné, a obáva sa alergií. Môžu jej utierky spôsobiť nejaké kožné problémy?

MUDr. Iveta HASOVÁ

Na trhu je niekoľko druhov vlhkých utierok. Tie, ktoré sú určené na osobnú hygienu, zvyčajne používame ako náhradu za klasickú toaletu, teda za mydlo a vodu, predovšetkým pri cestovaní, na verejných miestach alebo tam, kde nie sú zabezpečené či ľahko dostupné dostatočné hygienické štandardy. Iným typom osobnej hygieny sú odličovacie tampóny, ďalšie zasa využívame pre ich osviežujúci efekt. Utierky na čistenie pleti obsahujú rozličné ingrediencie a kvalitatívne sa odlišujú. Niektoré zložky slúžia na odstránenie mejkapu, iné sú obohatené o antiagingové prísady, ďalšie by mali mať podľa výrobcov čistiaci efekt na póry.

Podľa mňa síce niet nad pocit pleti očistenej prúdom vody a mydlom, ale mnohí prívrženci novej formy hygieny nedajú na



MUDr. Iveta HASOVÁ
dermatologička
medicínske kozmetické
centrum v Bratislave



MUDr. Marián HLAVÁČ, PhD.
primár Oddelenia
ortopedie FNŠP
F. D. Roosevelta,
Banská Bystrica

utierky dopustiť. Oceňujú, že sa jednoducho používajú a sú dostupné za každých okolností, napríklad, že nimi možno vyčistiť tvár priamo v posteli.

Citlivá pleť môže reagovať na niektoré zložky podráždením, preto si pri výbere produktu všimajte jeho kvalitu. Na všetky súčasti, mnohokrát práve na parfumové a konzervačné zložky, môže vzniknúť alergická reakcia, ktorá sa najčastejšie prejavuje začervenaním, opuchom a miernym olupovaním kože. V takom prípade sa treba vyhýbať všetkým produktom s danou látkou. Ak vaša mamička utierky dobre toleruje a výrobca neodporúča potom opláchnuť tvár čistou vodou alebo neudáva nevhodnosť výhradného používania prípravku, môže ich využívať ako náhradu za umývanie tváre.

Bol'avá päta

Daniela: Trpne mi pravá päta. Je meravá, keď sa poškrabem, nič necítim. Dvakrát mi operovali herniu a mám koxartrózu. Môže to spolu súvisieť?

MUDr. Marián HLAVÁČ, PhD.

Ak by išlo o bolesť päty z „ostrohy“, bola by skôr bodavá a súvisela by so zaťažením. Podľa príznakov, ktoré opisujete, však ide s najväčšou pravdepodobnosťou o recidívu platničkového postihnutia po operáciách hernií diskov, ktoré ste podstúpili v predchádzajúcich rokoch. Trpnutie päty môže spôsobovať útlak nervov, ktoré prechádzajú popri predposlednej, prípadne poslednej platničke driekovej chrbtice, a opätovným výronom jadra platničky. Skúsťe svoj problém riešiť s ošetrovujúcim neurológom, prípadne s neurochirurgom, ktorý vám operoval chrbticu.

LACTO SEVEN®

Laktobacily pre malých aj veľkých

Na posilnenie imunity

Vhodné použitie:

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

Zloženie:

- **7 kmeňov baktérií mliečného 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 celiakov, diabetikov, tehotné a kojace ženy.

Lacto Seven Chew neobsahuje cukor, laktózu, lepek ani kvasnice. Je sladený xylytolom 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.

Vitalabans Oy