

Naši odborníci



► MUDr. VERONIKA MANDUCHOVÁ
dermatovenerologička
Dermatovenerologická
klinika UNM v Martine



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



FOTO Shutterstock

Čo s ružou?

Objavili sa mi pluzgiere na nohách, za týždeň zmizli, ale teraz mám prejavy na ruke a tvári. Stanovili mi diagnózu ruža. Ako toto ochorenie vzniká a ako dlho sa naň musí liečiť? Dostala som len masti. Minulý rok som mala medzi prstami na nohách pleseň. Súvisí to spolu?

Jiřina

Erysipelas, ruža, môže súvisieť s plesňou na nohách a medzi prstami. Okrem plesne patria k najčastejším faktorom, ktoré prispievajú k vzniku tohto kožného ochorenia, alebo zhoršujú jeho priebeh, drobné zranenia, defekty kožného krytu, porucha žilovej a lymfatickej cirkulácie a cukrovka. Akútnu streptokokovú infekciu kože charakterizuje náhla horúčka so zimnicou, s triaškou a s bolesťou hlavy. K celkovým príznakom patrí aj únava a nechutenstvo. Začervenanie býva ohnivočervené, ostro ohraničené, bolestivé na dotyk a vystupuje nad povrch okolitej kože. Postupne sa šíri do okolia. Neraz bývajú zdurené regionálne lymfatické uzliny. Ruža najčastejšia

vzniká na dolnej končatine s typickým postihnutím predkolenia. Menej často sa vyskytuje na hornej končatine a tvári. Pri výraznom opuchu vznikajú pluzgiere, vyplnené tekutinou. Ochorenie postihuje najmä starších a rizikových pacientov, ale čoraz častejšie aj mladých ľudí a dokonca deti. Nekomplikovaný priebeh ochorenia liečime penicilínom. Pri alergii naň možno použiť makrolidy, chinolóny, linkozamidy. Antibiotická liečba má trvať aspoň desať dní, kým nevyzmižne začervenanie a príznaky zápalu. Pri rozsiahlejšom náleze a pomalšom zlepšovaní je na mieste liečba trvajúca pätnásť a viac dní. Jej neoddeliteľnou súčasťou je pokoj na lôžku. Potom by ste mali aspoň jeden mesiac nosiť elastickú pančuchu. Lokálna aplikácia antiseptík zabráni druhej infekcii. Prevencia spočíva v starostlivom ošetrovaní rán, drobných odrenín kože, dôkladnom preliečení nechtovej plesne a plesne na nohách, v nosení elastických pančúch. Účinné sú aj rehabilitačné cvičenia, prípadne lymfatická masáž, ktoré zmierňujú opuch kože. Recidívy pomôže znížiť dlhodobé užívanie antibiotík.

Píšte nám!

Máte zdravotný problém a neviete 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 na
poradna.zdravie
@newsandmedia.sk

Najskôr schudnite

Som v strese zo svojich imunologických výsledkov. Môžu súvisieť s tým, že nemôžem otehotnieť? Mám 30 rokov, meriam 170cm a vážim 98kg. Priateľ je v poriadku.
Gabika

Príčiny neplodnosti sú rôznorodé. Jednou z nich je aj obezita. Vás však skôr zaujímajú výsledky imunologického vyšetrenia. V pošte adresovanej redakcii spomínate okrem iného nedostatok vitamínu D a histamínovú intoleranciu. Oba tieto stavy tiež môžu byť spoluvinníkom porúch plodnosti. AMH hormón naznačuje, že vzhľadom na váš vek máte zníženú ovariálnu rezervu, teda zásobu vajíčok, parametre bunkovej imunitu naznačujú miernu aktiváciu imunity. Zvýšené hodnoty antifosfatidyletanolamínu môžu poukazovať na problém so zrážavosťou krvi a vyžadujú si ďalšie vyšetrenie. Odporúčam vám komplexné vyšetrenie v centre reprodukčnej imunológie, kde sa vám bude venovať tím odborníkov – imunológ, gynekológ, hematológ a nutričný špecialista. Jedným z opatrení však bude naisto úprava stravy a zníženie nadváhy.



► **MUDr. EVA SMÍŠKOVÁ**
internistka
ambulancia na prevenciu
a podpornú liečbu civilizačných
ochorení, Bratislava



► **MUDr. IVETA VALACHOVIČOVÁ**
neurologička a rehabilitačná
lekárka
súkromné neurologické a rehabili-
tačné centrum, Bratislava

Priveľa železa

Stále sa hovorí o nedostatku železa v organizme. Rovnako nebezpečný je vraj aj jeho prebytok. Čo pri ňom hrozí?

Ivana

Hladina železa v krvi závisí od jeho príjmu v potrave, od vstrebávania v tráviacom trakte a od prípadných strát pri krvácaní. Pri diagnostikovaní nízkej hladiny železa v krvi je potrebné zistiť príčinu a potom zvýšiť jeho hladinu doplnkami. Ak prehnane dlho užívate preparáty železa, alebo ak pominú spomínané príčiny, môže jeho zvýšená hladina v krvi naozaj spôsobiť isté komplikácie.

Železo sa usadzuje v orgánoch, čo sa môže prejaviť slabosťou, únavou, bolesťou kĺbov, nechutenstvom, depresiami. Hemochromatóza je však iné, geneticky spôsobené ochorenie, ktoré tiež spôsobuje ukládanie železa do orgánov – do pečene, obličiek mozgu, pankreasu, dokonca i do srdca, kože či štítnej žľazy. Vtedy už však treba pre diagnostiku a liečbu vykonať špecializované testy. Bolo by nezodpovedné, keby vám lekár predpisoval preparáty na doplnenie železa bez pravidelnej kontroly krvi. Určite by ste ho mali požiadať o vyšetrenie krvného obrazu, hladiny sérového železa, sFe, a celkovej väzobnej kapacity, CVK. Na základe týchto parametrov by mal liečbu upraviť, prípadne ukončiť. Len ak sa preukážu zvýšené hodnoty, treba skontrolovať ďalšie parametre – feritín a transferázy.

Po nehode

Tri roky po dopravnej nehode trpím bolesťami hlavy a krčnej chrbtice. Na internete som si prečítal, že asi ide o cervikokraniálny syndróm.

Daniel

Hľadať odpovede na internete vo vašom prípade nepovažujem za správne. Nevieť, koľko máte rokov, či a aký ste mali nález na krčnej chrbtici pred nehodou, aký bol mechanizmus havárie, aké zranenia ste utrpeli, aké vyšetrenia ste absolvovali a či sa vylúčil opierkový syndróm. V prípade cervikokraniálneho syndrómu trpí pacient bolesťami hlavy, ktoré majú príčinu v krčnej chrbtici v dôsledku jej zmeneného postavenia, preťaženia, úrazu hlavy v anamnéze alebo z iných príčin. Zároveň však nemusíte vždy cítiť aj bolesť v oblasti krčnej chrbtice a ani nemusí byť obmedzená jej pohyblivosť. Bolesť býva najčastejšie lokalizovaná v oblasti záhlavia alebo spánkov. Môže byť asymetrická, teda jednostranná. Môže mať tenzný charakter, teda sa prejavuje napätím. Môže byť chronická a intermitentná, teda prerušovaná. Na dotyk sú bolestivé výstupy nervov v oblasti záhlavia. Niekedy je sprievodným symptómom závrat. Neurologickým vyšetrením často zistíme, že pôvod ťažkostí je v hlavových kĺboch, teda v prechode spojenia lebky s prvými dvoma krčnými stavcami, ktoré majú v porovnaní s ostatnými stavcami osobitý tvar. Diagnostiku treba doplniť aj o zobrazovacie vyšetrenia. Po symptomatickej a farmakologickej liečbe by ste mali absolvovať rehabilitáciu so zameraním na úpravu svalovej dysbalancie a pohybových stereotypov. 2

Perspi-Guard
Antiperspirant Treatment
MAXIMUM 5



STOP POTENIU A ZÁPACHU

1 APLIKÁCIA
AŽ NA 5 DNÍ
BEZ PODRÁŽDENIA POKOŽKY !

**ANTIPERSPIRANT
NA NADMERNÉ POTENIE
V SPREJI**

ŽIADAJTE V LEKÁRNI

STOPPOTENIU.SK