

Naši odborníci



► MUDr. TIBOR BARTA, PhD.
zástupca prednostu
I. ORL klinika UNB,
LFUK a SZU,
Bratislava



FOTO Shutterstock



► MUDr. VERONIKA MANDUCHOVÁ
kožná lekárka
Dermatovenerologická
klinika UNM, Martin

Polypy v nose

Existuje na nosové polypy okrem chirurgického zásahu nejaký liek? Môže byť homeopatický?

Denis

Homeopatiká nie sú lieky a dodnes nikto dokázal ich účinok na nosové polypy. Ak vám ide o liečbu na základe medicíny dôkazov, je dôležité rozlišovať, či máte solitárny, teda jeden nosový polyp, alebo nosovú polypózu, ktorá vzniká ako dôsledok chronického zápalu nosovej sliznice a prinosových dutín. Ak ide o malý solitárny polyp, ktorý vám nespôsobuje žiadne ťažkosti a sliznica na jeho povrchu nevykazuje podozrivé znaky, môžeme ho považovať za náhodný nález a ponechať bez liečby. Ak bráni priechodnosti polovice nosa, je najlepšie operačne endoskopicky ho odstrániť. Pri vhodnej polohe vykonávame zákrok v lokálnej anestézii, keď je viac vzadu,

volíme skôr celkovú anestéziu. Liečba nosovej polypózy závisí od stupňa postihnutia nosovej dutiny a od ťažkostí pacienta. Pri prvom stupni s miernymi ťažkosťami ordinujeme liečbu lokálnym kortikoidom v podobe spreja či kvapiek. Odporúčame alergiológické vyšetrenie – môže odhaliť príčinu chronického zápalu sliznice nosa a prinosových dutín, ktorého výsledkom je tvorba polypov. Ak sú polypy druhého alebo tretieho stupňa, lokálna liečba väčšinou neprinesie dostatočný efekt. V takom prípade posielame pacienta na CT vyšetrenie, ktoré zobrazí rozsah postihnutia dutín. Okrem miestne pôsobiacich kortikoidov do nosa sa odporúča podávať systémovo kortikoidy v tabletkách počas desaťdňovej kúry. Musíme však predtým posúdiť, či tejto liečbe nebránia iné choroby. Ak efekt nie je dostatočný, prípadne CT nález ukazuje pomerne rozsiahle postihnutie polypmi, jediným východiskom je chirurgický zákrok s nasledujúcou lokálnou liečbou. Pomocou miniinvazívnej endoskopической operácie vieme účinne odstrániť nosové polypy a uvoľniť prinosové dutiny.

Píšte nám!

Máte zdravotný problém a neviete si rady? Zistili vám diagnózu, ale lekár vám dostatočne nevyšvetlil, 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

Fľaky na nohách

Na druhých prstoch nôh sa mi už asi sedem rokov objavujú nepekné fľaky, vždy na tých istých miestach. Myslela som si, že na príčine je nesprávna obuv, v ktorej sú prsty neprirodzene ohnuté. Hoci si už teraz dávam na topánky pozor, fľaky nemiznú. Ako sa ich zbavím? Môže ísť o nejakú vnútornú chorobu?

Zuzana

Na určenie presnej diagnózy treba odborné vyšetrenie u kožného lekára, ktorý vás v prípade potreby pošle k iným špecialistom. Môže ísť o otlaky, ktoré spôsobuje nesprávna obuv, alebo o plochú nohu, teda padnutú klenbu chodidla. Za fľakmi sa však môže skrývať aj zápal kože nad drobnými kĺbmi prstov, ktorý vzniká pri systémových ochoreniach reumatického pôvodu, napríklad pri reumatoidnej artritíde. Menej pravdepodobný je ekzém alebo plesňové ochorenie kože.





► **MUDr. EVA SMÍŠKOVÁ**
internistka
a odborníčka na výživu,
Bratislava



► **MUDr. MARTIN LEŠŤAN**
imunoalergiológ
alergioimunologické
centrum, Prešov a Sabinov

Ako s kakaom?

Mám intoleranciu laktózy. Môžu ingrediencie ako kakaové maslo a kakaový prášok obsahovať laktózu? Obsahuje ju droždie?

Vladka

Najskôr treba pochopiť, čo je laktóza. Je to mliečny cukor, disacharid zložený z glukózy a galaktózy. Tvorí súčasť tuhej časti mlieka, ide približne o dve až osem percent. Laktáza je enzým, ktorý produkuje sliznica tenkého čreva a štiepi laktózu. Je prirodzené, že vekom jej ubúda. Prejav intolerance a ich intenzita zväčša závisia od množstva laktózy prijatej v strave. Najčastejšie ide o kŕče, bolesti, nafúknuté brucho a hnačky. Obsah laktózy v potravinách sa znižuje fermentáciou, teda kvasením. Preto jogurty, acidofilné mlieko, kyslá smotana, tvaroh a niektoré syry sú teda menej problematické. Pozor – laktózová intolerancia nie je alergia ani intolerancia bielkovín kravského mlieka. Treba sa naučiť čítať zloženie všetkých potravín, ktoré kupujete. V kakaovom masle ani v droždi by laktóza vôbec nemala byť. Všímajte si však hlavne zloženie priemyselne spracovaných potravín, do ktorých sa pridáva, napríklad cereálií, sladkostí, cukríkov, niekedy aj liekov.

Tehotná alergička

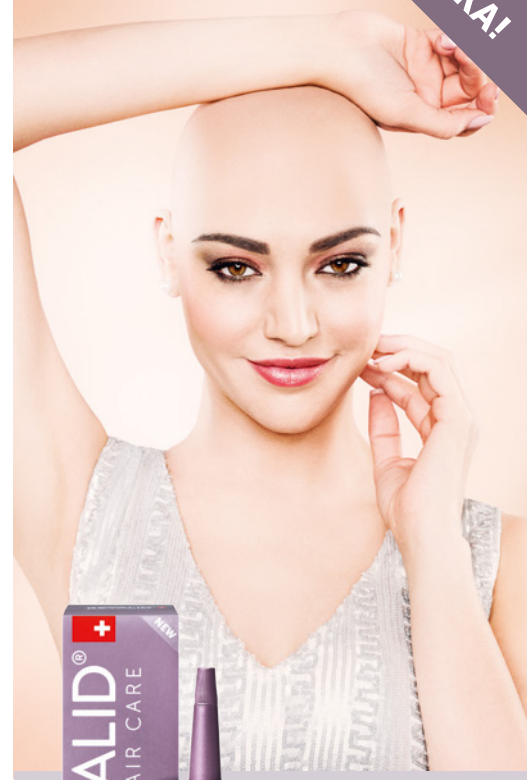
Som v dvanástom týždni tehotenstva. Alergologička mi pred otehotnením predpísala nosové kvapky na peľovú alergiu a očné kvapky na oči unavené slnkom. V príbalových letákoch som sa dočítala, že nosové kvapky môžem užívať len po dohode s lekárom a očné kvapky počas tehotenstva vôbec. Ako to je?

Kristína

Kombinácia tehotenstva a alergických ťažkostí je výzvou pre pacientku aj pre jej ošetrojúceho lekára. Mnohé lieky predpisované alergikom neprešli klinickými skúškami v tehotenstve, preto výrobcovia v príbalových letákoch uvádzajú, že ich užívanie nie je vtedy dovolené. Neliečená alebo nedostatočne liečená alergia však môže v tehotenstve viesť ku komplikáciám, akými sú alergické reakcie či priedušková astma, ktoré postihujú viac orgánových systémov a potenciálne ohrozujú matku aj plod. Existujú kvapky do očí a do nosa aj antihistaminiká, ktoré môžete užívať aj v tehotenstve. Obráťte sa na svoju alergologičku, ktorá po vyšetrení určite zvolí pre vás a dieťaťko najbezpečnejšiu a najúčinnnejšiu liečbu. Nezabúdajte na preventívne opatrenia – vyhýbajte sa kontaktu s alergénom, preplachujte si nos a dodržiavajte protialergické opatrenia. 🚫

Edina Kulcsár
Vice Miss World 2014

NOVINKA!



KÚPITE IBA V LEKÁRNI.

KRÁSNA BEZ VLASOV. ALEBO S VLASMI.

Vypadávajú Vám vlasy? Dajte im presne to, čo potrebujú.

Kozmetický prípravok sérum na obnovu rastu vlasov **Revalid® Regrowth Serum** s 3% podielom patentovanej aktívnej zložky **Redensyl®** a s extraktom z Artemisie (Palina) zo Švajčiarskych Álp zvyšuje hustotu vlasov o 8% (až do 28 200 nových vlasov) po 3 mesiacoch každodenného používania.

Podporte rast vlasov liečbou vypadávania vlasov voľnopredajným liekom **Revalid® kapsuly**. Pred použitím lieku Revalid kapsuly si prečítajte Pisomnú informáciu pre používateľa.

Buďte hrdá na svoje vlasy.
Buďte hrdá na seba.

www.revalid.sk

REVALID® 
SWISS HAIR CARE



Ewopharma spol. s r.o., Hlavná 13, 831 01 Bratislava