

PHARMA NEWS

ODBORNÝ ČASOPIS

5-6/2013

REEXPORT LÉČIVÝCH PŘÍPRAVKŮ DO ZAHRANIČÍ



PHARMA NEWS

TERMÍNY ODPOLEDNÍCH ODBORNÝCH KONFERENCÍ
PRO FARMACEUTICKÉ ASISTENTY A MAGISTRY – PODZIM 2013:

BRNO

Hotel Holiday Inn,
Křížkovského 20

čtvrtek
26. 9. 2013



HRADEC KRÁLOVÉ

Hotel Tereziánský Dvůr,
Jana Koziny 336



čtvrtek
3. 10. 2013

ČESKÉ BUDĚJOVICE

Clarion Congress Hotel,
Pražská třída 14

čtvrtek
10. 10. 2013



JIHLAVA

Bussiness Hotel,
Romana Havelky 13



čtvrtek
17. 10. 2013

PRAHA

Hotel Step,
Malletova 1141, Praha 9

čtvrtek
31. 10. 2013



OLOMOUC

Hotel Flora,
Krapkova 439/34



čtvrtek
7. 11. 2013

OSTRAVA

Clarion Congress Hotel,
Zkrácená 2703

čtvrtek
14. 11. 2013



PHARMA NEWS

Odborný časopis pro lékárníky a asistenty
5-6/2013, ročník XIII (vychází 5x ročně)

ŠÉFREDAKTORKA:

Jana Jokešová

REDAKČNÍ RADA:

Prof. MUDr. Vladimír Tesař, DrSc.,
I. Interní klinika VFN UK;
Doc. RNDr. Jiří Portych, CSc.,
předseda lékopisné komise MZ;
Zdeněk Rosenbaum, spisovatel

SPOLUPRACOVNÍCI REDAKCE:

Filip Rosenbaum, PharmDr. Andrea Kleinová,
Rudolf Hála, Mgr. Lucie Pavlisková,
RNDr. Lenka Grycová Ph.D., Ing. Vít Syrový,
PharmDr. Tereza Hanáková

REDAKCE:

Helena Johnová – inzertní manager, 777 268 259
Pharma News s.r.o., Jakobiho 326, 109 00 Praha 10
Tel: 274 861 189
E-mail: pharmanews@pharmanews.cz

ADRESA PRO ČTENÁŘSKÉ DOPISY:

Pharma News s.r.o., Jakobiho 326, 109 00 Praha 10

YDAVATEL:

Pharma News s.r.o., Jakobiho 326, 109 00 Praha 10
IČO: 278 75 121
Místo vydání: Praha
Vychází: 30. 5. 2013

GRAFICKÁ ÚPRAVA A REPRODUKCE:

Art D, Grafický ateliér Černý s.r.o.
Žirovnická 3124, 106 00 Praha 10

TISK:

EUROPRINT a.s.

MK ČR E 10677

Spis. zn. – odd. C vložka 123365, vedená MS v Praze
23. 3. 2007

Redakce nemůže ověřovat všechna fakta uvedená v příspěvcích a inzerátech. Za pravdivost, věcnou správnost a původnost příspěvků odpovídá jeho pisatel. V zájmu svobody slova zveřejňuje redakce i ty příspěvky a inzeráty, s jejichž obsahem se neztotožňuje. Z delších příspěvků vybírá nejpodstatnější myšlenky a vyhrazuje si právo jejich rozsah krátit. Nevýžádané rukopisy, fotografie a kresby redakce nevrací. Bez vědomí a souhlasu redakce nelze publikované materiály dále rozšiřovat.

Vážení čtenáři,
konečně jsme se společně dočkali krásných letních dnů a dalšího vydání časopisu Pharma News.

Jak jste si krátili chvíle, které nebyly zas až tak slunné a teplé? Můžete nám pár příběhů poslat a my je rádi otiskneme a nebo si o nich můžeme popovídat na webu aktivně o zdraví. Mě například překvapil manžel, nevím jestli úplně mile, ale sám sobě si udělal velkou radost a splnil si „klukovský“ sen. Koupil si velkou motorku, teda pro mě velkou – V STROM 650. A krátí si volné chvíle na cestách po naší krásné zemi. A my zatím s dcerou Kristýnou jezdíme na kole a trénujeme na dlouhé výlety po Třeboňsku, kam se chystáme o prázdninách. No jo, musíme občas dopřát našim chlapům nějakou tu radůstku, protože pak přijde odměna a my si potom můžeme zaběhnout do obchodu a koupit si cokoli na sebe :) Už se těším na Vaše příběhy a doufám, že se bavíte doma stejně jako my s manželem.

Hlavním dnešním tématem je reexport léčivých přípravků do zahraničí. V současnosti je možné v lékárnách stále častěji pozorovat nedostupnost určitých léčivých přípravků. Příčinou této nedostupnosti však v tomto případě není např. problém ve výrobě, ale faktor, který nazýváme „distribuční paradox“. Vývoz léčivých přípravků z České republiky je jev, který s sebou přinesl především vstup ČR do EU a poměrně účinný systém regulace cen léčivých přípravků (dále jen „LP“) v ČR jak na úrovni maximálních cen, tak i na úrovni výše a podmínek úhrady LP ze zdravotního pojištění. Přesuny LP v rámci EU jsou poměrně časté a cílené, využívají rozdílné cenové hladiny konkrétního přípravku v zemi nákupu a cílové zemi. Pokračování článku a další informace naleznete na straně 4 a kdyby Vás cokoli zajímalo k danému tématu, napište nám a my pro Vás zajistíme další informace.

Další téma je neméně důležité a bohužel čím dál častější. Rakovina děložního hrdla. Je to nemoc, která nemůže postihnout muže, ale přesto s nimi určitým způsobem souvisí. Onemocnění, na kte-

ré třetina nemocných žen umírá, ale kterému lze v dnešní době dobře předcházet. Nádorová onemocnění jsou tak zákeřná, protože se jen těžko hledá konkrétní příčina jeho vzniku, ale toto onemocnění má svůj hlavní rizikový faktor. Tak proč na ně ženy umírají? Více se dočtete na našich dalších stránkách, věnujte prosím tomuto tématu velkou pozornost a především nepodceňujte prevenci. Prosim!!!

V letním vydání našeho časopisu jsme se také zaměřili na nejčastější prázdninové potíže a jejich řešení. Jedná se o vaginální záněty, zvýšené pocení, úrazy a poskytování první pomoci.

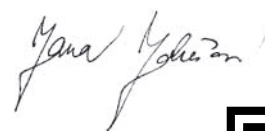
Ještě bych se chtěla vrátit ke konferenci Pharma News v Jihlavě. Atmosféra byla naprosto úžasná, lidé milí a vše bylo ještě podpořeno sledováním hokeje, sice jsme nevyhráli, ale bylo to napínavé a pěkné, hlavně závěrečná přesilovka! Musím znovu zopakovat, že změna na odpolední konferenci se Vám líbí, a že se lépe můžete uvolnit z práce, máte čas a klid poslouchat přednášky a plně využíváte pauzy a navštěvujete stánky vystavujících firem. Témata vždy do jednotlivých měst připravujeme nová, tak aby se neopakovala. Ti z Vás, kteří absolvují účast na jarních konferencích, tak můžou klidně přijít i na podzim a dozví se opět nové informace. Sledujte web www.pharmanews.cz a veškeré informace budete mít včas. Zde najdete i on-line přihlášku, se kterou se můžete přihlásit na jakoukoliv odbornou konferenci PHARMA NEWS! Těšíme se na setkání s Vámi.

Hezké léto!

Vám přeje

Vaše

Jana Jokešová




Novinka



Zeštíhlující krém – bez konzervantů

Zeštíhlující krém Slim je vhodný pro ošetření celého těla nebo jen vybraných partií. Obsahuje originální bioaktivní kompozici látek biotechnologického, botanického a syntetického původu, které zlepšují mikrocirkulaci a látkovou výměnu v pokožce. Účinné složky v krému dále podporují detoxifikaci, hydrataci, zjemnění a zvláčení pokožky a stabilizují povrchový ochranný film.

Výhody:

- místní zeštíhlující efekt
- rehydratace a zklidnění pokožky
- zpevnění a zvýšení pružnosti pokožky
- zlepšení látkové výměny a detoxifikace
- celkové zlepšení vzhledu „pomerančové kůže“ (jemnost, barevnost, hebkost)

Zelená linka 800 191 999 • www.lachevre.cz



- Bez škrobu
- Bez přidaného cukru
- Bez přidané soli
- 100 % ovoce

DOPORUČENO
ČESKOU
PEDIATRICKOU
SPOLEČNOSTÍ

DOPORUČENÁ PRVNÍ STRAVA DĚTÍ OD UKONČENÉHO 4. MĚSÍCE

Příkrmy Hamánek Baby jsou plně přizpůsobeny potřebám miminek a očekáváním jejich rodičů.

V současnosti nejlepší výživa od Hamánka odpovídá svým obsahem poznatkům nutričních odborníků a dětských lékařů, i ohlasům rodičů na produkty ze stávající nabídky.

Tyto příkrmy mj. doporučuje Česká pediatrická společnost, která poskytuje cenné informace ohledně vývoje a zdraví dětí.



www.hamaneck.cz

www.facebook.com/hamanek

3 | Jak využívají lékaři, lékárníci a veřejnost zdroje informací o léčivech?

4 | Reexport léčivých přípravků do zahraničí

8 | Chráníme střeva a střeva chrání nás

10 | Fixační prostředky

12 | Letní zdravotní potíže



16 | Rovnováha ženy

18 | Migréna

22 | Bolest v krku

24 | Rakovina děložního hrdla

30 | Otázky pro Míru Hejdu



32 | Křížovka

JAK VYUŽÍVAJÍ LÉKAŘI, LÉKÁRNÍCI A VEŘEJNOST ZDROJE INFORMACÍ O LÉČIVECH?

Státní ústav pro kontrolu léčiv (SÚKL) realizoval v březnu 2013 průzkum mezi odbornou a laickou veřejností, který se týkal zdrojů a využívání informací v oblasti léčiv.

V průzkumu bylo osloveno 1000 lékařů, 1000 lékárníků a 1500 občanů (pacientů) napříč celou ČR. Otázky položené odborné veřejnosti se zaměřily především na to, jak lékaři a lékárníci využívají zdroje informací SÚKL, a to např. webové stránky a publikace Věstník, Informační zpravodaj nežádoucích účinků léčiv a Farmakoterapeutické informace. U veřejnosti byly, kromě každoročně se opakujících dotazů, zařazeny i nové otázky týkající se nakládání s léky v domácnosti.

Nejdůležitější zjištění u jednotlivých skupin respondentů

LÉKAŘI

- Informace o lécích obecně získávají lékaři nejčastěji prostřednictvím internetu, odborné literatury a odborných časopisů, od zástupců farmaceutických společností a na seminářích, školeních a kongresech.
- Informace o bezpečnostním riziku léku nebo jeho stažení z důvodu závady jakosti získávají lékaři nejčastěji od SÚKL (55 %), od distributora (35 %) a držitele rozhodnutí o registraci (33 %).
- S podezřením na nežádoucí účinek léku se již někdy setkala 73 % lékařů, z nich pak přibližně polovina (53 %) tuto informaci dále nepředává, ale vše řeší jen s pacientem, 29 % zaslalo hlášení SÚKL a 18 % předalo tuto informaci držiteli registrace.

- Naprostá většina lékařů (95 %) při preskripci léku zvažuje i interakce s dalšími léky a pacienta se doptává, jaké léky, ať už na recept, či volně prodejné, užívá; 86 % lékařů se ptá pacientů vždy, 9 % se doptává občas.

- Vliv návštěv farmaceutických reprezentantů na preskripci připouští 73 % lékařů; 31 % k jejich doporučením přihlíží, 42 % lékařů k doporučením sice přihlíží, ale pouze výjimečně a 27 % doporučení zástupců nebere v úvahu.

LÉKÁRNÍCI

- Informace o lécích obecně lékárníci nejčastěji vyhledávají v informačním systému AISLP (71 %), na internetu a v odborné literatuře a časopisech.
- Informace o bezpečnostním riziku léku nebo jeho stažení z důvodu závady jakosti získávají lékárníci především od SÚKL (90 %) a od distributora léčiv (73 %).
- Systém „Rychlá výstraha SÚKL“ využívá 78 % lékárníků. V porovnání s loňským rokem podíl uživatelů tohoto systému vzrostl o 5 %.
- S podezřením na nežádoucí účinek léku se někdy setkala 57 % lékárníků, přičemž necelá dvě třetiny (65 %) z nich tuto informaci dále nepředaly a vše řešily jen s pacientem. Necelá čtvrtina lékárníků (23 %), která se setkala s podezřením na nežádoucí účinek léku, zaslala hlášení SÚKL, 12 % předalo tuto informaci držiteli registrace.
- Většina lékárníků zastává názor, že česká veřejnost je dostatečně informována o možnosti odevzdat nepoužitá léčiva v lékárně (ano 42 %, spíše ano 42 %). Osobně přebírá nepoužitá léčiva od zákazník

ků 89 % lékárníků, 7 % nabízí možnost vhození do zabezpečeného kontejneru a 4 % do nezapечатěného.

VEŘEJNOST

- Veřejnost nejčastěji získává informace o lécích při osobním kontaktu s pověřeným odborníkem. Konkrétně více než třetina lidí (37 %) získá potřebné informace přímo od lékaře, každý desátý (9 %) pak od lékárníka. Příbalový leták využívá jako zdroj informací téměř každý třetí občan (28 %).
- S každým rokem se zvyšuje podíl lidí, kteří využívají informační portál SÚKL. V roce 2011 to bylo 8 % uživatelů internetu, v současné době jde již o čtvrtinu uživatelů internetu (25 %). Spektrum informací, které lidé na stránkách SÚKL hledají, je stále pestřejší. Lidé zde nicméně dlouhodobě hledají především informace o použití léků, jejich účincích a účinné látce přípravku (20 %). Často mají také zájem o obecné informace (19 %).
- Pokud lidé užívají neznámý lék, ve valné většině případů se seznámí s příbalovým letáčkem. Tuto skutečnost deklaruje 98 % obyvatel České republiky.
- Zkušenost s nežádoucími účinky léků (u sebe nebo blízkých) má necelá polovina respondentů (45 %). Jedná se o méně obyvatel ČR než v roce 2012 (51 %).
- Doma skladuje nepoužívané léky 38 % obyvatel ČR. Skladování léku lidé nejčastěji vysvětlují tím, že jim doma léky zbyly v důsledku změny léčby (51 %), anebo tím, že mají léky tzv. do zásoby (34 %).

Kompletní výsledky průzkumu jsou k dispozici na webu www.sukl.cz.

**Pro nově otevřenou BENU Lékárnu v Brně
přijmeme pracovníky na pozice:**

**VEDOUcí LÉKÁRNY-ODB. ZÁSTUPCE
MAGISTR FARMACIE (2x)
FARMACEUTICKÝ ASISTENT (3x)
SANITÁŘKA**

Variabilní pracovní doba, dobré platové podmínky, motivující druhy odměn a prémie v závislosti na výsledcích.

Nástup srpen/září 2013
telefon: +420 736 680 834 • kanokova.martina@seznam.cz

Lékárna Vlašim přijme LÉKÁRNÍKA s atestací

ubytování zdarma zajištěno • motivující platové podmínky • dovolená 25 dní stravenky • práce v dobrém kolektivu

tel. kontakt: 606 122 243

Lékárna Zdice přijme LÉKÁRNÍKA

příspěvek na bydlení nebo dopravu • motivující platové podmínky
dovolená 25 dní • stravenky • práce v dobrém kolektivu
tel. kontakt: 606 122 243

Reexport léčivých přípravků do zahraničí

V současnosti je možné v lékárnách stále častěji pozorovat nedostupnost určitých léčivých přípravků. Příčinou této nedostupnosti však v tomto případě není např. problém ve výrobě, ale faktor, který nazýváme „distribuční paradox“.

Vývoz léčivých přípravků z České republiky je jev, který s sebou přinesl především vstup ČR do EU a poměrně účinný systém regulace cen léčivých přípravků (dále jen „LP“) v ČR jak na úrovni maximálních cen, tak i na úrovni výše a podmínek úhrady LP ze zdravotního pojištění. Přesuny LP v rámci EU jsou poměrně časté a cílené, využívají rozdílné cenové hladiny konkrétního přípravku v zemi nákupu a cílové zemi.

Státní ústav pro kontrolu léčiv (dále jen „SÚKL“) nastavuje ceny LP dle nejnižších cen v ostatních státech EU. Jsme tak státem, kde jsou ceny léků oproti jiným státům velmi nízké. Těto situace nezřídka kdy využívají držitelé povolení k distribuci, kteří léčivé přípravky vyvážejí do zahraničí. Léky určené pro české pacienty tak mizí za hranice naší republiky a pro české pacienty se stávají nedostupnými.

Dodávání léčivých přípravků v rámci EU je považováno za distribuci, držitelé povolení k distribuci mají v členských státech obdobná práva a povinnosti a k vývozu léčivých přípravků není třeba žádné zvláštní povolení. Každý členský stát prostřednictvím svých lékových agentur odpovídá za to, že jsou na jeho trh uváděny léčivé přípravky v souladu s příslušnou právní úpravou dané členské země. Eventuální vývoz léčivých přípravků registrovaných v ČR do jiné členské země je tak možný v případě, že národní předpisy umožňují používání LP registrovaných v jiných členských státech, nebo jejich dovoz například pro účely jejich přebalení (souběžný dovoz), nebo pokud ze strany regulačních úřadů neexistuje dostatečně účinná kontrola. V ČR jsou naproti tomu stanovena přísná pravidla pro použití neregistrovaných LP a jejich použití je možné pouze ve výjimečných případech (splnění podmínek pro použití neregistrovaného LP, povolené použití cizojazyčné verze LP, schválené specifické léčebné programy).

Držitel rozhodnutí o registraci je dle zákona o léčivech povinen hlásit SÚKL informace o přerušení nebo ukončení distribuce léčivých přípravků na území ČR. Tato informace je veřejně k dispozici na webových stránkách SÚKL (v databázi léčivých přípravků a v přehledu hlášení dostupnosti na trhu), a to jak pro lékaře a lékárníky (www.sukl.cz), tak pro pacienty (www.olecich.cz).

SÚKL u všech podaných hlášení zjišťuje možnost náhrady léčivého přípravku a v případě, že v ČR není adekvátní náhrada dostupná, zjišťuje společně s Ministerstvem zdravotnictví možnost dovozu léku ze zahraničí.

Podle § 23 odst. 1 písm. d) zákona č. 378/2007 Sb., o léčivech a o změnách některých souvisejících zákonů, ve znění pozdějších předpisů, je distributor povinen poskytovat Ústavu bezúplatně podklady a informace potřebné ke zpracování

informací o spotřebách léčiv. V případě porušení tohoto požadavku hrozí danému subjektu pokuta až do výše 300.000 Kč.

Od 1. 1. 2011 jsou zároveň distributoři povinni hlásit SÚKL i dodávky léčivých přípravků do zahraničí. V tabulce níže je uveden přehled deseti nejvíce distribuovaných léčivých přípravků distributorům v zahraničí dle počtu balení, a to za rok 2012. Kompletní informace o dodávkách léčivých přípravků do lékáren a zdravotnických zařízení jsou k dispozici na webu www.sukl.cz.

PROVOZOVATEL LÉKÁRNY JE ZÁROVEŇ I DISTRIBUTOREM

V současné době existuje 333 lékáren, jejichž provozovatel je zároveň i držitelem povolení k distribuci, viz databáze lékáren uveřejněná na webu SÚKL (<http://www.sukl.cz/modules/apotheke/search.php>).

Provozovatel lékárny, který je současně držitelem povolení k distribuci, nakoupí standardně od jiného distributora léky, tyto však nepřijme do lékárny, ale na svůj distribuční sklad. Poté je již z pozice distributora prodává dál za cenu obvyklou v zemi mimo ČR. Vyšší cena v zahraničí umožňuje uplatnit obchodní přírůzek, která je čistě ziskem daného distributora.

Novela zákona o léčivech platná od 2. 4. 2013 zpřísnila pravidla pro zacházení s léčivými přípravky nakupovanými distributory - provozovateli lékáren. Každá dodávka léčiv musí být provázena dokumentací, ve které musí být jednoznačně uvedeno, zda jsou léčivé přípravky odebírány distributorem nebo lékárnou. Distributor nesmí LP odebírat od lékárny s výjimkou těch, které jí sám dodal, a obdobně provozovatel lékárny nesmí použít k další distribuci LP, které nakoupil jako lékárna.

Porušení výše uvedených zásad jsou správními delikty, za které může být provozovatel lékárny uložena pokuta až do výše 20 mil. Kč.

Kromě jiného je i tato oblast předmětem inspekcí SÚKL. V rámci dozorové činnosti se zjišťuje, zda jsou plněny zákonné požadavky při nakládání s léčivými přípravky, ať již v lékárně nebo při distribuci. V roce 2012 SÚKL provedl celkem 804 inspekce lékáren, 300 kontrol distributorů a dále 115 cenových kontrol, z toho 101 v lékárnách a 14 u distributorů.

Ze strany SÚKL se jedná o pravidelné a opakované kontroly, které mají především zamezit chybám (ať už záměrným či neúmyslným), kterých se lékárny/distributoři v této oblasti dopouštějí. Dalším opatřením v této věci je soustavná spolupráce s ostatními lékovými agenturami členských států EU, v rámci které jsou předávány a konzultovány informace z této oblasti.

Kompetence SÚKL stanovené zákonem se vztahují pouze na území ČR. V případě, že distributor léčivý přípravek vyváží mimo území ČR, je jeho povinností plnit zákonné podmínky cílové země. Kontrolu nad plněním těchto požadavků pak dohlíží kontrolní orgány dané země.

Zdroj: SÚKL

Rok	Pořadí	Kód léku	Název léku	Doplněk	Počet balení	DDD celkem
2012	1	0107298	0.9% SODIUM CHLORIDE IN WATER FOR INJECTION "FRESENIUS"	INF SOL 1X250ML-PE	1087400	0,00
2012	2	0107295	0.9% SODIUM CHLORIDE IN WATER FOR INJECTION "FRESENIUS"	INF SOL 1X100ML-PE	1068040	0,00
2012	3	0084256	ACYLPYRIN	POR TBL NOB 10X500MG	729691	1 216 175,99
2012	4	0046223	PANADOL	POR TBL FLM 12X500MG	559440	1 118 880,00
2012	5	0096405	WOBENZYM	POR TBL ENT 200	381157	0,00
2012	6	0094850	WOBENZYM	POR TBL ENT 40	328541	0,00
2012	7	0124067	HYDROCORTISON VUAB 100 MG	INJ PLV SOL 1X100MG	301276	1 004 243,29
2012	8	0107291	0.9% SODIUM CHLORIDE IN WATER FOR INJECTION "FRESENIUS"	INF SOL 1X500ML-PE	250290	0,00
2012	9	0084489	INFUSIO NATRII CHLORATI ISOTONICA MEDIEKOS F 1/1	INF SOL 1X500ML PP	188940	0,00
2012	10	0029816	AVAMYS	NAS SPR SUS 120X27.5RG	167623	5 628 090,00

ENTEROSGEL - unikátní enterosorbent se selektivním působením

Charakteristická zvláštnost, díky které se Enterosgel odlišuje od jiných enterosorbentů, je jeho pórovitá, houbově podobná struktura, jejíž rozměry pórů dovolují vázat na jejím povrchu pouze středně-molekulární sloučeniny, které tvoří široké spektrum toxických látek exogenního nebo endogenního původu.

Enterosgel se významně podílí na regeneraci sliznic žaludečního a střevního traktu, jehož stav hraje velmi důležitou roli při vzniku a rozvoji nejrůznějších onemocnění. Sliznice žaludečního a střevního traktu je základní bariérou, chránící organismus před pronikáním patogenních bakterií a toxických látek do krevního oběhu. Regenerace střevní bariéry a zničení patogenní mikroflóry vytváří podmínky pro rozvoj normální mikroflóry střev a pro normalizaci celkové rovnováhy mikroflóry. Enterosgel chrání sliznice a buněčný povrch před chemicky agresivními vlivy, před adsorpcí toxických a bakteriálních látek, které brání plnohodnotné epitelizaci.

Regulace trávení, regenerace sliznic a očištění vnitřního prostředí organismu od toxických sloučenin napomáhá značnému snížení klinických projevů onemocnění, zlepšení subjektivních pocitů a normalizaci stolice. Nejnázorněji se to projevuje při erozivně-vředových postiženích žaludečního a střevního traktu a enterokolitidách infekčního, alergického a autoimunitního původu.

Použití Enterosgelu je nezbytné i při užívání antibakteriálních preparátů, jejichž podávání vede k potlačení

nejen patogenní, ale i mléčné mikroflóry, potřebné při trávicích procesech.

Enterosgel má schopnost selektivní sorpce, aktivně odvádí toxiny, které se nacházejí uvnitř střevního traktu, ale i ty, které se do něj dostávají z organismu, aniž by měl vliv na normální mikroflóru, a značně zkracuje procesy regenerace celkové mikroflóry střevního traktu.

Regenerace žaludečního a střevního traktu napomáhá rovněž snížení alergických projevů. Základem patogeneze prakticky všech druhů alergických onemocnění je zvýšená citlivost na potravinové alergy, které se vstřebávají v žaludečním a střevním traktu. Patologické procesy, které narušují celistvost sliznic žaludečního a střevního traktu, vedou také k zesílení alergických reakcí. Kromě toho sliznice střevního traktu sekretuje imunoglobulin – aktivní protialergickou složku. Enterosgel se podílí na regeneraci sliznic žaludečního a střevního traktu a normalizaci hladiny imunoglobulinu. Enterosgel je schopen vázat na svém povrchu alergy, a to se projevuje snížením alergických onemocnění (bronchiálního astmatu, potravinových alergií, dermatóz, kopřivky atd.) Zařazení Enterosgelu do komplexní terapie alergických onemocnění umožňuje snížení obtížnosti a zhoršování alergického procesu, normalizaci imunologických ukazatelů, snížení dávkování antihistaminik a v řadě případů i jejich vyloučení.

Vysoká sorpční aktivita Enterosgelu a jeho detoxikační schopnosti dovolují také jeho efektivní využití při toxických stavech organismu podmíněných otravami alkoholem, drogami či toxickými látkami. Díky tomu, že adsorbuje toxické metabolity a snižuje jejich koncentraci v krvi, napomáhá Enterosgel značnému zkrácení délky abstinence syndromu, „vystřízlivění“, zlepšení procesů látkové výměny a celkových subjektivních pocitů. Je to podmíněno tím, že trávicí trakt je jednou ze základních cest vylučování toxinů z krve. Toxické látky nacházející se ve střevech se vstřebávají do krve a po té se opětovně vrací do střevního traktu – reabsorpce. Enterosgel v gastro-intestinálním traktu přeruší koloběh toxických metabolitů a sníží toxickou a metabolickou zátěž organismu.

Další důležitou vlastností Enterosgelu, kterou se liší od ostatních enterosorbentů, je jeho bezpečnost. Na rozdíl od mnoha jiných enterosorbentů se nevstřebává do krve, není toxický, neproniká do tkání organismu, mohou jej užívat jak těhotné ženy, tak i novorozenci. Spolu s adsorbovanými látkami během 6 – 8 hodin přirozenou cestou z organismu odchází. Při dlouhodobém užívání nevyvolává atonii střevního traktu.

Enterosgel je unikátní zdravotnický prostředek, absolutně bezpečný enterosorbent s vysokou sorpční aktivitou.

Inzerce

Nejlepší péče, na kterou je spolehnutí.



Znáte z TV!

FRONTLINE Combo®

Spot-On Fipronil ++ (S)-methoprene

Proti blechám a klíšťatům.

Ošetření jedinou pipetou FRONTLINE Combo® zajišťuje dlouhodobou ochranu psa i kočky po několik týdnů. Při pravidelném použití umožňuje jednoduchý a účinný způsob likvidace blech a klíšťat na zvířatech i preventivní ochranu domácnosti před zamořením cizopasníky. Pro psy a kočky všech velikostí, plemen i každého věku* poskytuje FRONTLINE Combo® nejlepší péči, na kterou je spolehnutí.

* Kočky: starší než 8 týdnů a vážící více než 1 kg. Psi: starší než 8 týdnů a vážící více než 2 kg.

A SANOFI COMPANY

www.frontlinecz.com

NOVINKY



4 x více
PRO VAŠE
ZAŽÍVÁNÍ

www.ZDRAVASTREVA.cz

LEPICOL – doplněk stravy, jedinečný svým složením obsahuje:

- probiotika, 5 kmenů, 2 mld. v jedné dávce
- inulín
- vlákninu psyllium
- trávicí enzymy

Díky vláknině Psyllium napomáhá správnému a snadnému vyprazdňování – důležité při zácpě, hemoroidech a dalších.



Detoxikační přípravek

- na alergie, akné, ekzémy, dermatitidy a problematickou pleť
- při střevních a žaludečních infekcích, průjemch, otravách, Crohnově chorobě
- úleva při těhotenských nevolnostech

unikátní vlastnosti:

- absorbuje a odvádí z organismu toxické látky a současně neodvádí tělu potřebné látky
- nevstřebává se, spolu s navázanými toxickými látkami je vyloučen z organismu
- vyrábí se na základě organického křemíku

Žádejte v lékárně nebo objednávejte na www.enterogel.eu
infolinka: 800 414 005 • Certifikováno jako zdravotnický prostředek



Čistý organismus, méně nemocí

Vhodný i pro novorozence a těhotné ženy

Generica uvádí na trh novinku!

Redukta Generica

JEDINEČNÉ ŠUMIVÉ TABLETY PODPORUJÍCÍ HUBNUTÍ.



Redukta obsahuje chrom, extrakt ze zeleného čaje a vlákninu:

- ▶ Podporují spalování tuků, a tím hubnutí.
- ▶ Napomáhají udržovat vyrovnanou hladinu cukru v krvi.
- ▶ Vyrovnaná hladina cukru v krvi snižuje chuť na sladké.

Extrakt ze zeleného čaje navíc pomáhá tělu využít tuky jako zdroj energie, zabránit jejich hromadění a zvýšit rychlost metabolismu. Zelený čaj je také znám pro své antioxidační účinky.

Pestrá a vyvážená strava a zdravý životní styl jsou důležitými faktory zdraví.

Novinka!



DOPLNĚK STRAVY

DC pro zákazníky
99 Kč

GENERICA® www.generica-bohemia.cz

Calcium/Vitamin D3 Sandoz® 1000 mg/880 IU

Pro pevné kosti

Půlící žvýkácké tablety s chutí tropického ovoce a obsahem
1000 mg vápníku a 880 IU vitamínu D3

- Komfortní užívání - denní dávka pro dospělé je obsažena v jedné žvýkácké tabletě
- Doplněk vitamínu D a Calcia jako přídatný prostředek při specifické léčbě osteoporózy
- K prevenci a léčbě nedostatku vitamínu D a Calcia

Dávkování:
Dospělí pacienti: 1 tableta denně



Volně prodejny lék k vnitřnímu užití. Čtěte pozorně příbalový leták.
Sandoz s.r.o., U Nákladového nádraží 10, 130 00 Praha 3

Bepanthen® Oční kapky pro suché a podrážděné oči



Malá dávka
pro velkou úlevu



Bepanthen® Oční kapky jsou zdravotnický prostředek.
www.bepanthen.cz

NOVINKY

Nová Multifunkční měřicí jednotka CORAZON e-Health.



- * Měří hmotnost, výšku, krevní tlak, srdeční tep, tělesný tuk, B.M.I.
- * Údaje vytiskne na termocitlivý papír vč. doporučených hodnot,
- * Čtečka čárového kódu pro identifikaci uživatele,
- * Údaje se registrovaným uživatelům automaticky ukládají na soukromý a zahaslovaný účet na internetu. Klient si může údaje na internetu prohlédnout naměřené údaje, porovnat změny hmotnosti, krevního tlaku, srdečního tepu a BMI ve vybraném časovém oknu, hodnoty si vytisknout nebo uložit ve formátech pdf nebo xls.
- * Ve vybrané síti lékáren po celé Evropě s jednotkami CORAZON e-Health se může majitel karty s čárovým kódem změřit a jeho údaje budou uloženy na jeho účtě.
- * CORAZON e-Health lze zakoupit nebo pronajmout operativním leasingem. Spojte se s námi pro podrobné informace.

Dodávka, instalace a servis :

UTILCELL, s.r.o., nám. V. Mrštíka 40, 664 81 Ostrovačice (Brno) • tel. 546427053 e-mail: corazon@utilcell.com www.corazonplus.cz

NA PROBLÉMY S POKOŽKOU TĚLA A HLAVY

- URČENÝ K MYTÍ A OCHRANĚ VLASŮ, POKOŽKY HLAVY A TĚLA
- ŠIROKÉ SPEKTRUM ÚČINKŮ

Synergická kombinace účinných látek
PYRITHION ZINEČNATÝ, VITAMÍN B5,
OCTOPIROX, TRICLOSAN, CLIMBAZOL

Výrobce: ALTA CARE Laboratories, Paříž, Francie

Zastoupení: Swiss Pharma s.r.o., Praha, Tel. v ČR: +420 267 108 475,
E-mail: swiss_pharma@volny.cz, www.swisspharma.info

Distribuce: Alliance Healthcare s.r.o., Phoenix a.s., Pharmos a.s.



SynCare
stvořeno pro krásu • created for beauty
PSORICAN

BIO krém pro dlouhodobé ošetření kůže
se sklonek lupence a přesušení

V distribuci Phoenix a.s., PDK kód - 2715671



CHRÁNÍME STŘEVA A STŘEVA CHRÁNÍ NÁS



Zdravá střeva jsou klíčem ke zdraví člověka obecně. Jejich správná činnost je důležitá pro vstřebávání živin, vyměšování, váhovou bilanci, imunitní systém, ale třeba také vnitřní pohodu a rovnováhu.

Naše střeva jsou tedy mnohem důležitější, než se na první pohled zdá. Jednou z méně známých, přesto však zásadních rolí střeva je funkce v imunitní ochraně člověka. Imunitní systém chrání lidský organismus před nepříznivými vlivy prostředí, ve kterém žijeme, před ataky nežádoucích mikroorganismů a infekcí.

PŘÁTELSKÉ BAKTERIE

Lidská střeva jsou osídlena mnoha miliardami mikroorganismů. Celková hmotnost těchto živých buněk, které žijí uvnitř našeho těla, se pohybuje u dospělého člověka kolem jednoho kilogramu. Jejich počet se odhaduje na 40 dominantních druhů. Pro naše zdraví je důležitá rovnováha mezi mikroorganismy ve střevním traktu a dostatečná přítomnost těch „přátelských“ bakterií – probiotik.

Podle definice FAO/WHO jsou za **probiotika** považovány živé mikroorganismy, které vykazují pozitivní vliv na zdraví svého hostitele.

Probiotika vykazují mnoho užitečných efektů na lidské zdraví. Zejména inhibují přerůstání nepřátelských, patogenních bakterií, stimulují eliminaci toxinů a ovlivňují střevní funkce, jako jsou motilita či vstřebávání živin ze střeva (zvýšení rozpustnosti minerálních látek).

Miminko přichází na svět s naprostou absencí střevní mikroflóry. Osídlování započíná okamžitě po porodu – výrazně je ovlivňuje kojení. Po prvním týdnu života převládají u miminek bifidobakterie. U kojených dětí tvoří bifidobakterie až 85 %, u nekojených miminek je to mnohem méně, zato se vyskytuje více streptokoků a enterokoků. Právě kojení přispívá ke kvalitnějšímu osídlování dětského střeva (samozřejmě je velmi důležité rovněž proto, že v prvním půlroce je miminko chráněno imunitním systémem matky).

Důležitou složkou mateřského mléka jsou GOS – galaktooligosacharidy (největší koncentrace je právě v kolostru), které mají prebiotický charakter. Proto náhrady stravy pro malé človíčky jsou přizpůsobovány těmto poznatkům a je snaha, aby se složení mléka co nejvíce blížilo tomu mateřskému.

CO VŠECHNO OHROŽUJE STŘEVNÍ ROVNOVÁHU?

Střevní pohoda je důležitým faktorem pro funkci celého organismu. Nesprávný životní styl, nezdravé jídlo, nedostatek pohybu, různá střevní onemocnění při nedodržování správných hygienických návyků, to vše

ohrožuje křehkou rovnováhu ve střevech. Tyto problémy můžeme velmi snadno ovlivnit několika jednoduchými pravidly a jejich dodržováním:

- kvalitní spánek
- eliminace stresu
- pravidelná stolice
- každodenní přiměřená osobní hygiena
- dostatečný pohyb
- vyvážená plynodostná strava
- dostatečný příjem tekutin

V dnešní době k výskytu střevní dysbalance přispívají i další faktory. Významná je větší volnost cestování, které s sebou přináší náhlé změny ve stravovacích a hygienických režimech, ale lze sem zařadit i mnohem větší migraci obyvatel a s tím i snadnější šíření střevních infekcí.

Velkým problémem dnešní doby je nadužívání antibiotik. Antibiotika vždy a všude. Přes snahu jejich preskripci omezit, dnešní uspěchaná doba tlačí na minima absencí v zaměstnání, což nadužívání antibiotik spíše nahrává. S konzumací antibiotik se objevují nežádoucí příznaky, z nichž nechtěností bude asi tím nejmírnějším. Nevolnost, průjem, závratě. Antibiotika narušují přirozenou mikroflóru v těle, což se může projevit i mimo střeva - například u žen vleklymi gynekologickými záněty. S antibiotiky ovšem přichází další zdravotní komplikace a tou je bakterie *Clostridium difficile*. Tato bakterie je zodpovědná až za 20 % postantibiotických průjmů. Navíc je *C. difficile* ve své multirezistentní formě NAP1/027 epidemiologickým problémem Ameriky i mnoha evropských zemí.

Tabulka 1 – Nejčastěji používané probiotické kultury

Probiotické kultury	Zástupci
Lactobacily	<i>Lactobacillus casei</i> , <i>Lactobacillus plantarum</i> , <i>Lactobacillus rhamnosus</i> , <i>Lactobacillus lactis</i> , <i>Lactobacillus bulgaricus</i> , <i>Lactobacillus reuteri</i>
Bifidobakterie	<i>Bifidobacterium bifidum</i> , <i>Bifidobacterium breve</i> , <i>Bifidobacterium longum</i> , <i>Bifidobacterium infantis</i>
Grampozitivní bakterie	<i>Streptococcus thermophilus</i> , <i>Bacillus subtilis</i>
Kvasinky	<i>Saccharomyces boulardii</i> , <i>Saccharomyces cerevisiae</i>

Tabulka 2 – Důležité parametry probiotických kultur

Požadavky na kvalitu	Jednotlivé parametry
Zdravotní efekt	kolonizace střeva, antagonistické působení na patogenní mikroflóru, imunomodulace, tvorba antimikrobiálních látek, prokázaná účinnost
Bezpečnost	přesné taxonomické určení, humánní původ, bez vedlejších efektů, geneticky stabilní, životaschopnost a odolnost vůči žaludečním a žlučovým kyselinám
Technické parametry	stabilita během jejich výroby, transportu a skladování (tedy včetně doby do expirace výrobku), vhodné organoleptické vlastnosti

MŮŽEME TO STŘEVNÍ MIKROFLÓŘE ULEHČIT

Abychom se na svá střeva mohli vždy stoprocentně spolehnout, je třeba se o ně také pečlivě starat. Období kojení je posledním okamžikem, kdy je populace přátelských bakterií podporována zcela přirozenou cestou. Proto je velice důležité, abychom věnovali pozornost tomu, co jíme a rizikovým faktorům, které snižují obsah probiotických kultur ve střevech. Absence či pokles přátelských bakterií může být kompenzován doplňky stravy či speciálními potravinami. Přehled používaných probiotických kultur je shrnut v **Tabulce 1**. Kvalitní probiotická kultura musí splňovat několik požadavků - probiotikum musí být prokazatelně prospěšné, musí být mikrobiologicky bezpečné a musí být dostatečně stabilní. Přehled nejdůležitějších parametrů shrnuje **Tabulka 2**.

Probiotika působí na lidské zdraví několika mechanismy - soutěží s patogeny o slizniční receptory, tvoří peptidy s baktericidními vlastnostmi, regulují funkci střevní bariéry, podílí se na modulaci slizničního imunitního systému.

Na činnost probiotických kultur v lidském střevě příznivě působí také přítomnost tzv. **prebiotik**. Tyto látky prochází trávicím traktem do střev, aniž by docházelo k jejich rozkladu nebo vstřebávání. Jejich přítomnost podporuje selektivně růst jedné nebo více probiotických kultur. U kojenců bylo pozorováno, že oligosacharidy v mateřském mléce podporovaly růst bifidobakterií, ale také omezovaly růst bakterií nevhodných

- tzv. **bifidogenní účinek**. Z tohoto hlediska je největší pozornost věnována živočišným galaktooligosacharidům (GOS), které jsou součástí mateřského mléka, rostlinným fruktooligosacharidům (FOS) - inulínu a jeho derivátům a některým dalším látkám. Kombinace probiotika s prebiotikem je pak označována jako **synbiotikum**: probiotický kmen je kombinován s vhodným prebiotikem, které je pro bakterii specifickým substrátem a podporuje jeho přežití a růst v lidském organismu.

SPOUSTA BENEFITŮ

Probiotické kultury přináší lidskému organismu spousty zdravotních benefitů. Některé kmeny *Laktobacilů* (*reuteri*, *rhamnosus* a *casei*) jsou schopny zkrátit dobu akutních infekčních průjmů u dětí, cestovních průjmů a průjmu vyvolaných klostridii. Kmeny *Laktobacilů* také snižují aktivitu některých enzymů (hydrolázy, nitrolázy a betaglukuronidázy) a vykazují protinádorový efekt. Nepatogenní kvasinkový kmen *Saccharomyces boulardii* se od ostatních probiotických kultur sice mírně liší, vykazuje ovšem probiotický efekt jako bakteriální kmeny. Tento kmen není ovlivňován trávicími procesy a je poměrně odolný k působení kyseliny chlorovodíkové, potlačuje růst mnoha patogenních mikroorganismů a působí imunoprotektivně. Díky svým vlastnostem se hojně využívá při prevenci postantibiotických, cestovních a klostridiových průjmů.

Mezi další efekty probiotických kultur patří zmírnění projevů alergií a autoimunitních onemocnění (ato-

pické ekzémy, laktózová intolerance, revmatická artritida) snížení cholesterolu, pozitivní efekt u zánětlivých onemocnění střev, Crohnovy choroby, ulcerózní kolitidy, vaginálních a močových infekcí.

CO ŘÍCI NA ZÁVĚR?

Správná funkce lidských střev je mnohonásobně důležitější, než si vůbec umíme představit. Péče o naše zdraví by měla začínat právě u střev, protože jejich rovnováha je tou nejvyšší zdravotní výhodou, kterou člověk správnou péčí získává.

RNDr. Lenka Grycová, Ph.D.

Zdroje:

Gismondo M.R. et al: *Review of probiotics available to modify gastrointestinal flora*, *International Journal of Antimicrobial Agents*, 1999, 12, 287.

Sanders M.E.: *Probiotics: Considerations for Human Health*, *Nutrition Reviews*, 2003, 61, 91.

J.Nevoral: *Prebiotika, probiotika a synbiotika*, *Pediatric pro praxi*, 2005, 2, 59.

Grycová L.: *Zdravá střeva*, *Pharma news*, 2011, 3-4, 15.

Grycová L.: *Klostridiová kolitida*, *Pharma news*, 2012, 1-2, 8.

Szkaradkiewicz A.K., Karpinski T.M.: *Probiotics and prebiotics*, *Journal of Biology and Earth Sciences*, 2013, 3, 42.

GS Boularin

doplněk stravy

Rychle, účinně, šetrně na Vaše střeva

Saccharomyces boulardii

Jedna kapsle obsahuje minimálně 5 miliard živých kvasinek *Saccharomyces boulardii*, které:

- přispívají k odstraňování střevního diskomfortu na cestách,
- dokáží dočasně zastoupit funkci přirozené střevní mikroflóry,
- brání střevu proti útokům virů a bakterií, a poskytují tak poškozené střevní sliznici a mikroflóře čas k její regeneraci,
- jsou vhodné pro děti i dospělé.



FIXAČNÍ PROSTŘEDKY



Zuby jsou nezbytné pro kousání a rozměňování potravy a mají zásadní význam pro správnou artikulaci. V okamžiku, kdy už chrup není kompletní, je nutné vytvořit odpovídající zubní náhradu, aby tyto schopnosti zůstaly zachovány. Nošení umělého chrupu má rovněž estetický význam, jelikož umožňuje udržení původního tvaru a výrazu obličeje bez propadlých rtů a mimických svalů kolem úst.

Snadno dostupnou možností, jak zlepšit pacientům používání snímatelné náhrady, jsou tzv. **fixační prostředky Corega®**. Nanášejí se na slizniční plochu náhrady a zvyšují sání a držení protézy v ústech, navíc ochrání sliznici před otlaky a drobnými odřeninami, ke kterým může docházet vlivem tvrdosti náhrady. Ihned po aplikaci vytvoří tenkou mechanickou ochrannou bariéru mezi protézou a sliznicí. Pacienti si mohou vybrat **Fixační krém Corega® Bez příchuti**, **Fixační krém Corega® Svěží dech** s mátou příchutí nebo **Fixační krém Corega® Extra silný**, který jim zajistí pevnou fixaci po dobu 12h.

Stomatologové si ve své klinické praxi mají možnost volně dostupné fixační prostředky ověřit a jejich používání svým pacientům doporučují. Návyk na snímatelnou náhradu trvá různě dlouho, někdy až několik týdnů, jelikož každý pacient je jinak adaptibilní. Především je nutné naučit se nasazovat a snímat náhradu. Období návyku lze s pomocí **fixačních a těsnících přípravků Corega®** snáze překonat.

Rozměňování potravy je nejobtížnější částí návyku na snímatelnou náhradu. Je třeba přiznat, že vlastní zuby a zubní protéza není nikdy totéž. Síla skusu je oproti vlastnímu chrupu přibližně třetinová a způsob žvýkání zcela odlišný. Pomocí **fixačních krémů Corega®** je možné efektivně snížit problémy při rozměňování potravy a urychlit fázi návyku na zubní náhradu. **Fixační krém Corega®** po aplikaci zvětšuje svůj objem a tvoří tak dokonale uzavřený, který zabraňuje vnikání a ulpívání potravy pod protézou, jež by vedlo k diskomfortu a podráždění sliznice. Díky rovnoměrnému rozložení přeneseného tlaku a snížení tření chrání dásně před poškozením.

Rovněž prudký proud vydechaného vzduchu při kašli nebo kýchnutí může náhradu uvolnit. Aplikací **fixačního krému Corega®** pacienti sníží pravděpodobnost, že se jim náhrada uvolní.

Používání fixačních/těsnících prostředků je možno bez obav doporučit všem nositelům zubních náhrad i v případech, že mají dobře držící zubní náhradu. Nabízejí pomocnou fixaci a dodávají pocity jistoty a sebevědomí. Výrobky značky **Corega®** mohou být používány také na náhradní (imediátní) nebo dočasné (provizorní) zubní náhrady.

ČIŠTĚNÍ NÁHRADY

Zubní náhradu i dutinu ústní je nutné udržovat v čistotě. Po každém jídle je vhodné vypláchnout ústa vlažnou vodou. **Fixační přípravky Corega®** snižují množství jídla, které by se jinak dostávalo pod zubní náhradu. Jednou denně, nejlépe večer, je nezbytné omýt náhradu proudem vody. U pacientů se osvědčily speciální čisticí tablety **Corega®**, které se přidávají do sklenice vody, v níž je náhrada ponořená. Čisticí tablety **Corega®** se vyrábějí ve dvou formách, **Corega® tablety Antibakteriální** a **Corega® tablety Proti odolným skvrnám** s bělícími složkami účinně odstraňujícími usazené pigmenty z potravinových barviv jako jsou káva, čaj, červené víno apod.

Základem čisticích tablet **Corega®** jsou antibakteriální látky, které pomáhají udržovat zubní náhradu čistou (proteolytické enzymy, detergenty, oxidační činidla apod.). Kromě čisticích složek produkty z řady **Corega®** obsahují složku Triple-Mint, což je kombinace mentolového oleje a výtažků z máty peprné a máty klasnaté pro velmi svěží chuť. Antibakteriální přísady ničí škodlivé bakterie zubního plaku a plísňe včetně druhu *Candida albicans*, čímž zabraňují vzniku nepříjemného zánětu dásní a ústní sliznice.

První dny se zubní protéza s výjimkou čištění neodkládá a pacienti ji nosí i v noci, aby byl návyk na ni rychlejší. Později je vhodné náhradu na noc sundat, ať se může sliznice zregenerovat a tehdy lze pacientům doporučit ponechat ji ve speciálním čisticím roztoku, který vznikne rozpuštěním **čisticích tablet Corega®**. Ráno před nasazením do úst stačí náhradu pouze opláchnout čistou vodou. **Čisticí tablety Corega®** jsou určeny k dlouhodobému a každodennímu používání. Je nutno podotknout, že abraziva obsažená v běžných zubních pastách mohou poškodit povrch zubní náhrady, a tím usnadnit usazování bakterií. **Čisticí tablety Corega®** neobsahuje abraziva a náhradu čistí bez rizika poškození povrchu.

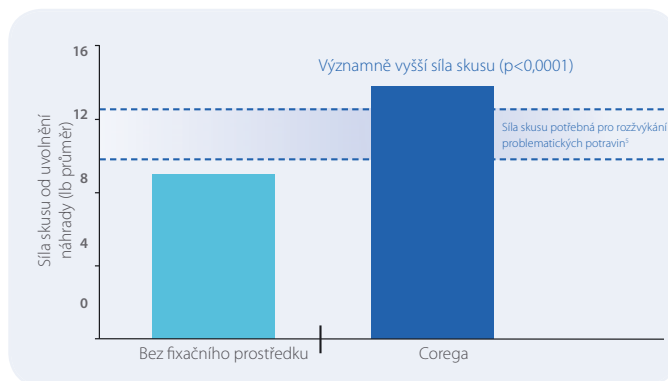
Čisticí tablety a fixační krémy Corega® můžete bez obav pacientům doporučit nejenom k usnadnění zvykání, ale také k dodání jistoty a zpříjemnění dalšího života se zubní protézou.



1 zubní náhrada

Každý den musí zubní náhrady vašich pacientů zvládnout tisíce úkonů. Není tedy divu, že dokonce i pacienti s dobře padnoucí celkovou nebo částečnou zubní náhradou mívají problémy se zbytky jídla ulpívajícími pod náhradou, že se obávají vyklouznutí náhrady nebo nepříjemného zápachu z úst.

To je chvíle, kdy doporučit značku **COREGA**
– každodenní režim péče o zubní náhradu



Fixační krém Corega

Je prokázáno, že zvyšuje sílu skusu o 38% u dobře padnoucích zubních náhrad⁵, a tím zlepšuje schopnost pacientů jíst problematická jídla.

Zajišťuje celodenní fixaci a pomáhá snížit množství zachycených zbytků potravin o 74% oproti náhradám bez fixačního krému.² Tím přispívá k redukci případného podráždění a bolesti.

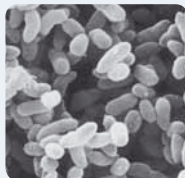
Čisticí tablety Corega

Je prokázáno, že efektivně zajistí hygienu zubní náhrady*

Redukují usazování plaku díky prokázanému[†] baktericidnímu³ a fungicidnímu účinku⁴.

Prokázány baktericidní účinek proti grampozitivním i gramnegativním bakteriím.

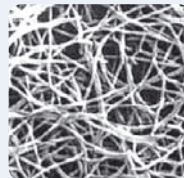
Ničí 99,9% bakterií



K. Pneumoniae



A. Actinomycetes



F. Nucleatum

1 režim péče o zubní náhradu

Pokud svým pacientům s celkovou nebo částečnou snímatelnou zubní náhradou doporučíte každodenní režim péče o zubní náhradu, můžete si být jisti, že jste jim pomohli zvětšit pohodlí a zvýšit sebedůvěru. A to každý den.



To je chvíle, kdy doporučit značku **COREGA**

* Při správném použití podle návodu. [†]In vitro.

Reference: 1. Munoz CA et al. J Prosthodont 2011;00:1-7. 2. Gendreau L et al. GSK poster. 3. GSK Data on File. Micro Study, MD#060-03. 4. GSK data on file (MD#040-10). 5. Gay T et al. Archs Oral Biol. 1994;39(2):111-115. Corega® fixační krém a čisticí tablety Corega® jsou registrované ochranné známky skupiny firem GlaxoSmithKline. Připraveno: květen 2012. CHCSK/CHPLD/0007/12

LETNÍ ZDRAVOTNÍ POTÍŽE

GYNEKOLOGICKÉ ZÁNĚTY, POCENÍ, ÚRAZY, PRVNÍ POMOC



V jarním vydání našeho časopisu jsme se zaměřili na nejčastější prázdninové potíže a jejich řešení. Jedná se o vaginální záněty, zvýšené pocení, úrazy a poskytování první pomoci.

1. GYNEKOLOGICKÉ ZÁNĚTY

Vaginální mykóza patří k nejběžnějším infekcím ženského pohlavního ústrojí a s létem se riziko jejího výskytu zvyšuje. Odhaduje se, že v produktivním věku trpí asi 75 % žen nejméně jednou v životě vaginální mykózou, polovina z nich opakovaně, a 5 % z nich trpí mykózou chronicky. Objevuje se častěji u žen užívajících hormonální antikoncepci, u diabetiček nebo u žen, které užívaly antibiotika. Svědivý pocit, který mykózy doprovází, se stupňuje v klidu v noci, vliv na jeho zintenzivnění má i teplo pod peřinou. Příčinou vaginálních mykóz bývá v 80 % případů bakterie **Candida albicans**. Kvasinky rodu *Candida* samy o sobě nevedou k onemocnění, ovšem v případě narušení rovnováhy poševní sliznice se dají do pohybu.

Prevence vaginálních mykóz

Poševní rovnováhu může narušit např. nadměrné pocení, neprodyšné spodní prádlo, zvýšený příjem cukrů, nesprávná intimní hygiena či koupání v neznámé vodě.

Ke koupání je nutné využívat pouze vodní plochy, kde je kvalita vody kontrolována. Během koupání v bazénech je rizikem **chlorovaná voda**, jelikož vysoký obsah chloru ve vodě narušuje přirozené pH pochvy. Koupání v moři naopak nevádí díky **antiseptickému účinku** vody, proto nejsou nutná žádná zvláštní opatření.

Mokré plavky přispívají k zapařování, pocení, mění pH v pochvě a mohou také způsobit podchlazení pánve. Schnoucí plavky svědčí kvasinkám, proto byste se měla po koupání vždy převléknout.

Léčba vaginálních mykóz

Pokud se mykóza i přes uvedená opatření projeví, zapomeňte na přehnaně důslednou hygienu. Poševní rovnováha je velice křehká a méně zde znamená více. Častější sprchování a nadměrná opatření tělesné hygieny mohou vést k narušení přirozené poševní mikroflóry.

Léčba vaginálních mykóz spočívá v zavádění vaginálních kapslí či tablet, případně v aplikaci masť nebo krémů na vnější podrážděnou část genitálu. U mužů se používá pouze masť. Při mírných obtížích je vhodné pořídit si v lékárně volně prodejné přípravky pro lokální léčbu. Jestliže si je pacientka jistá vaginální mykózou, je zde možná samoléčba.

Diagnostika a léčba lékaře je nutná:

- v těhotenství
- při prvním onemocnění mykózou
- u mladistvých
- v případě, že nemoc po aplikaci léků neustupuje a naopak se přidávají bolesti břicha či horečky
- při netypickém zápachajícím výtoku

V případě výskytu mykózy je důležité zabránit dalšímu šíření kvasinek a vyvarovat se tak komplikovanější léčbě.

Pomoc při opakovaných vaginálních mykózách

Přestože léčba výše uvedenými antimykotickými prostředky většinou rychle zabírá, mnoha ženám, které trpí tímto onemocněním, se mykózy často vracejí. V takovém případě se osvědčuje podpůrná léčba enzymovým lékem Wobenzymem. Příznivé působení enzymů, které obsahuje, se přisuzuje komplexnímu působení v organismu: na zánět působí regulačně, tlumí nežádoucí účinky nadměrného zánětu a současně podporují imunitní mechanismy potřebné k likvidaci infekcí různého původu. I přes tuto podpůrnou léčbu je zapotřebí v létě dodržovat nezbytná hygienická a další opatření, aby se možné riziko vzniku vaginálních mykóz snížilo na minimum.

Vaginální mykóza je v podstatě odpověď organismu na stres, psychickou zátěž, náhlé změny klimatu nebo hormonální změny v těhotenství či menopauze. Jedině včasná, dlouhodobá a správná léčba a otevřený rozhovor s gynekologem jsou tou správnou cestou k úspěchu.

Problematiku vaginálních mykóz si můžete také připomenout na našem novém webu aktivneozdravi.cz v sekci články.

2. POCENÍ

Pocení reguluje tělesnou teplotu a je pro nás nezbytné. Vzniká nezávisle na okolní teplotě, nicméně je také vegetativní reakcí spojenou například se stresem nebo silnými emocemi. Menší popoběhnutí na autobus, výšlap do schodů, cesta do práce a samotný rozdíl vnější teploty mezi kanceláří a ulicí v našem těle spustí celou řadu pochodů, jejichž výsledkem je pocit mokřých zad a návaly

horka. To vše je však v normě. Je přirozené se více potit v teple, při tělesné námaze, při horečce. Pot nás zalije také ve chvílích nervozity, zlosti, v rozpácích nebo ve strachu. Při tomto procesu se naše tělo ochlazuje a vyměšuje i řadu škodlivých a nebezpečných látek. Dalšími faktory, které mohou zvyšovat frekvenci pocení, jsou hodně kořeněná jídla, nikotin, určité léky a kofein.

Mechanismus pocení je řízen hormony a nervovým systémem (hypotalamem). Potní žlázy, kterých je v těle zhruba dva miliony, jsou uloženy v nejnižší vrstvě kůže a spirálovitými vývody vylučují pot na povrch epidermu. O nadměrném pocení lze hovořit, jestliže se člověk potí i v situacích, kdy by normálně neměl a nebo vylučuje příliš velký obsah potu. Jedná se o individuální záležitost a postižený sám nejlépe pozná, kdy se stala v jeho termoregulačním systému nějaká změna, případně, kdy jej nadměrné vylučování potu začalo obtěžovat a oslabovat.

Nadměrné pocení má spoustu příčin a může signalizovat také určitá onemocnění jako jsou infekční nemoci, období menopauzy či jiných hormonálních změn (puberta, těhotenství), neléčený diabetes, zvýšená činnost štítné žlázy, problém vnitřních orgánů, hypertenze, stres, deprese, strach a úzkostné stavy, obezita, špatná životospráva, abstinční příznaky, nádory a další.

Léčba pocení

Řada lidí si neuvědomuje, že trpí hyperhidrózou, schovává své problémy pod vrstvy tmavého oblečení a dbá na pevné přitisknutí paží k tělu po celý den. Problém se dá řešit pomocí snadno dostupných antiperspirantů, z nichž jsou velmi kladně hodnoceny přípravky s obsahem **hexahydrátu chloridu hlinitého** v alkoholu. Z pomocných produktů stojí za vyzkoušení podpažní vložky, deodoranty a prádlo s koloidním stříbrem. Jednou z bylin, které se doporučují proti pocení, je **šalvěj lékařská**. Kromě vnitřního užívání se dá použít ve formě koupelí rukou a nohou, pro tento účel ji můžeme kombinovat s dubovou kůrou nebo koupel obohatit octem. Jestliže uvedené produkty nezabírají a Vy stále trpíte nadměrným pocením, měli byste vyhledat **lékaře**, protože v některých případech může nadměrné pocení skrývat hlubší zdravotní problém.

Pokud je u Vás kromě pocení zdravotně vše v pořádku, máte možnost využít další moderní metody k léčbě hyperhidrózy. Můžeme je rozdělit na **neinvazivní** (bez chirurgického zákroku) a **invazivní** (obsahující chirurgický zákrok) metody léčby. Mezi hlavní neinvazivní metody léčby patří iontoforéza, aplikace botulotoxinu a laser. Mezi invazivní potom hrudní sympatektomie a odstranění potních žláz v podpaží.

K neznámějším metodám patří aplikace **botulotoxinu A**. Odstranění nadměrného pocení se provádí tak, že se do postižené oblasti aplikuje velmi tenkými jehličkami látka botulotoxin A. Princip účinku spočívá v zabránění převodu vzruchů nervových vláken na potní žlázy. Účinek nastupuje za 5 – 10 dnů a potní žlázy významně omezí až zastaví svou aktivitu. Trvání účinku je individuální, přibližně 10 – 12 měsíců i déle. Poté je vhodné aplikaci opakovat.

Principem **iontoforézy** je zavádění velmi malého množství elektrické energie do vodní lázně, v níž jsou ponořena místa postižená hyperhidrózou. Oblibu si tato metoda získala především díky ceně, za kterou je možno terapii provádět.

K moderním a vysoce efektivním metodám patří odstranění potních žláz pomocí **laseru**, během níž jsou potní žlázy zničeny pomocí světelné energie laserového paprsku. Odstranění pocení je v tomto případě trvalé a výkon se nemusí opakovat. Mezi invazivní metody léčby s trvalým efektem patří chirurgické **odstranění potních žláz v podpaží** a **hrudní sympatektomie** spočívající v zablokování nervu zodpovědného za přenos vzruchů způsobujících pocení.

3. ÚRAZY

Nejvíce letních úrazů postihne dospívající mládež a muže středního věku, což odpovídá rizikovějším profesím a sportům, které provozují. Malé děti jsou na tom oproti očekávání lépe. Nejvíce úrazů je spojeno s autonehodami, následují úrazy ze sportů.

Počty dětských úrazů v České republice sice v posledních letech v absolutních číslech stagnují nebo mírně klesají, ale tento trend je pouze zdánlivý, protože souvisí se snižujícím se počtem dětí ve věkové skupině 0 – 14 let. Podle údajů

Inzerce



**LÉČIVÁ LÁTKA
NAFTIFINI
HYDROCHLORIDUM**

TROJÍ 3 ÚČINEK

Exoderil®
Exoderil, kožní roztok a Exoderil, krém
při postižení nehtů a kůže

- proti plísni
- proti bakteriální infekci
- proti zánětu

EXODERIL, krém • EXODERIL, kožní roztok
Název přípravku: Exoderil, krém. Exoderil, kožní roztok. **Složení:** 1 g krému obsahuje: naftifini hydrochloridum 10 mg. 1 ml roztoku obsahuje: naftifini hydrochloridum 10 mg. **Indikace:** plísňová onemocnění kůže nebo kožních záhybů, mezivrstvní plísňová onemocnění, plísňová onemocnění nehtů, kandidová onemocnění kůže, pityriasis versicolor, léčba mykóz způsobených druhotnou bakteriální infekcí, zánětlivá kožní plísňová onemocnění. Roztok je vhodný při léčbě mykóz ve vlasové části hlavy. Přípravky jsou vhodné pro dospělé i děti. **Dávkování a způsob podání:** krém i roztok 1krát denně na postižené místo kůže a na jeho okolí, po očištění a osušení. Plísňové onemocnění nehtů – 2krát denně. Prevence opětovaného postižení – pokračovat nejméně 2 týdny po klinickém zhojení. **Kontraindikace:** hypersenzitivita na naftifin nebo kteroukoli pomocnou látku v přípravku. **Zvláštní upozornění a opatření:** přípravky se nesmí používat k ošetření očí a roztok do otevřených ran, neboť obsahuje alkohol. **Interakce:** nebyly pozorovány. **Těhotenství a kojení:** není znám škodlivý účinek na plod a při kojení na novorozence. Naftifin nemá embryotoxický účinek. **Účinky na schopnost řídit a obsluhovat stroje:** nejsou. **Nežádoucí účinky:** mírné místní dráždění, suchost, začervenání a pálení. Vyskytnou-li se jakékoliv nežádoucí účinky, je nutno se poradit s lékařem. **Uchování:** uchovávejte při teplotě do 30 °C. **Doba použitelnosti:** krém: 5 let, roztok: 5 let. **Druh obalu a velikost balení:** krém: 15 g zasklená hliníková tuba, polyetylenový šroubovací uzávěr, krabička. Roztok: 10 ml tmavohnědá skleněná lahvička, polyetylenová kapací vložka, polypropylenový šroubovací uzávěr, krabička. **Držitel rozhodnutí o registraci:** Sandoz GmbH, Kundl, Rakousko. **Registrační číslo:** Exoderil, krém: 26/1300/97-C, Exoderil, kožní roztok: 26/1321/97-C. Datum první registrace, prodloužení registrace: 30. 12. 1997, 20. 8. 2008. **Datum poslední revize textu:** 31. 8. 2011. **Přípravek je volně prodejný. Přípravek není hrazen z prostředků veřejného zdravotního pojištění. Seznamte se prosím s podrobnými informacemi uvedenými v platném Souhrnu údajů o přípravku nebo na adrese firmy Sandoz.**

Sandoz s.r.o., Nagano III, U Nákladového nádraží 10, 130 00 Praha 3, Česká republika
 telefon: +420 221 421 611, fax: +420 221 421 629, web: www.sandoz.cz, e-mail: office.cz@sandoz.com

SANDOZ

EXO 2013/05/125536/014

Ústavu zdravotnických informací a statistiky ČR (ÚZIS) naopak dětská úrazovost v relativním vyjádření (jako počet úrazů na 100 000 dětí) dlouhodobě roste, a to z přibližně 20 000 v roce 1996 až na téměř 30 000 o deset let později. Nárůst tak představuje bezmála padesát procent a znamená, že během roku utrpí v průměru úraz každé třetí dítě. Ve srovnání s celou českou populací je dětská úrazovost téměř dvojnásobná, zvláště u sportovních úrazů. Asi 40 % úrazů se přihodí ve věku 10 až 19 let, dalších 30 % případů na věkovou skupinu 20 až 29 let a 25 % zranění se stane lidem nad 30 let věku. Co se týče letních úrazů, vedou řezné a tržné rány na rukou a nohou, následují podvrtnutý kotník nebo prst. Řezné a tržné rány na hlavě jsou hlavně z kontaktních sportů. Poranění kolenních kloubů je časté při bruslení a po uklouznutí na mokré trávě. Po pádu z kola nebo in-line bruslí bývají podvrtnutá či vykloubená ramena. Častým úrazem jsou zlomeniny nohou.

Riziko úrazu lze omezit přípravou na pohyb. Samozřejmostí by pro nás měl být každodenní pohyb a zahřátí svalů před sportem, zejména před dynamickými sporty. Zahřívání svalů bychom si nikdy neměli skákaním, ale naopak pomalými a plynulými pohyby. Stejně tak po sportu bychom měli tělu dopřát čas na pomalé zklidnění tepu, relaxaci a závěrečné protažení.

Počet úrazů a zvláště dětských, stoupá během letních prázdnin. Většinou mají jedinou příčinu, a tím je **nedostatečná pozornost** ze strany samotných dětí, ale i rodičů.

Časté jsou oděrky, tržné rány po pádu, například z kola, dále pak popáleniny. V případě **popálenin** místo začneme chladit studenou vodou nad popáleninou a vodu necháme stékat dolů po dobu alespoň 20 minut. V případě, že je místo pouze červené, jde zřejmě o první stupeň postižení a pak stačí po ochlazení nanést chladivý gel, jestliže půjde o 2. nebo 3. stupeň popálenin, je nezbytné dopravit pacienta k lékaři nebo zavolat záchranou službu a do jejich příjezdu popáleniny chladit a pak sterilně kryt. K urychlení hojení po úrazu i popáleninách přispívá podpůrná léčba enzymovými léky (Wobenzym, Phlogenzym).

Prázdniny jsou také obdobím, kdy dětem odstraňujeme **klíšťata**. Po každém pobytu v lese či na louce bychom měli děti a sebe prohlédnout, zda někde neobjeví-



me přisáté klíště. Místo je nutno nejprve dezinfikovat, pak klíště kývavým pohybem vyndat a ranku znovu dezinfikovat. Ranku bychom měli pravidelně kontrolovat a jestli místo zčervená, je důležité navštívit lékaře a informovat ho o situaci.

Největší obavy však rodičům způsobují vodní radovánky. Děti voda láká a, bohužel, stačí chvilka nepozornosti a dítě se může začít topit.

Dítě, které ještě neumí dobře plavat, nespouštějte vůbec z očí. Velmi nebezpečné jsou **skoky do vody**, jak skoky do neznámé vody, tak skoky do dobře známé, ale z velkých výšek. Při skoku do vody lidé předpokládají, že je případně zachráněno dopředu natažené ruce, ovšem skutečnost je taková, že ruce neudrží prudce padající váhu těla a úderem hlavy o dno dojde k poškození krčních obratlů s okamžitým ochrnutím spojeným často i s následným utonutím.

Pokud dítě rádo skáče do vody, ověřte, zda je voda dostatečně hluboká a pod hladinou nejsou žádné ostré předměty, velké kameny, zbytky stromů apod.

Na prázdniny a letní dovolenou se všichni moc těšíme, a proto **nepodceňujme skrytá nebezpečí**, která mohou zásadním způsobem změnit náš život. Nezapomínejme, že jim lze úspěšně předcházet.

4. PRVNÍ POMOC

Včasná a správně provedená první pomoc představuje často život zachraňující úkon a její poskytnutí by mělo být v opodstatněných případech samozřejmostí. V krizových situacích, kdy o zachování života rozhodují minuty či pouze vteřiny, je však jen málokdy nablízku odborná pomoc. Proto je obzvláště důležité, aby alespoň základní postupy při poskytování první pomoci ovládalo co největší množství lidí. Poskytnutí první pomoci své uplatnění nachází i v případech podstatně méně závažných, kde je jejím cílem zejména zamezení dalšího rozvoje zdravotního postižení a jeho možných následků.

Jodisol®

Účinná dezinfekce

Kamkoli. Bez obav.

K dezinfekci a ošetření:

- ✓ povrchových kožních poranění
- ✓ zánětu dutiny ústní a oparů
- ✓ po bodnutí hmyzem
- ✓ ran po klíšťatech

www.jodisol.cz



Žádejte u svých distributorů.

SpofaDental a.s. | Markova 238 | 506 46 Jičín
tel.: +420 493 583 277 | fax: +420 493 583 275
www.spofadental.cz

SpofaDental
A Kerr Company

Zásady první pomoci

V situaci, která vyžaduje poskytnutí PP, je zpravidla nutné jednat co nejrychleji a zároveň dodržet určité obecné postupy a zásady.

V první řadě jde o zamezení dalšímu poranění postiženého a zároveň omezení rizika poranění záchraňující osoby nebo osob. To znamená transport postiženého mimo dosah hrozícího nebezpečí, odstranění překážek, vyproštění postiženého. Pokud takové nebezpečí nehrozí, ošetřujeme postiženého vždy na místě, kde k situaci došlo a zbytečně s ním nehýbeme.

Následně zjišťujeme druh a míru postižení. Nejdříve je nutné zaměřit se na stavy bezprostředně ohrožující život postiženého: Silné krvácení (zejména tepenného charakteru), stav vědomí (bezvědomí), zástavu dýchání, zástavu krevního oběhu a teprve poté se zabýváme dalšími eventuálními poraněními.



Po rychlém zhodnocení stavu pacienta poskytujeme v závislosti na typu a rozsahu poranění první pomoc. Pořadí jednotlivých úkonů je přítom přímo závislé na stavu postiženého, jako první přichází zcela logicky snaha o zvrácení těch stavů, které představují přímé ohrožení života.

Okamžitě se snažíme o zástavu vážného krvácení, u pacienta v bezvědomí dále zajišťujeme průchodnost dýchacích cest a umísťujeme jej do stabilizované polohy. V případě zástavy dýchání zahajujeme umělé dýchání, při zástavě oběhové soustavy provádíme nepřímou srdeční masáž společně s umělým dýcháním. V případě vážných poranění hrozících rozvojem šoku vždy provádíme protišoková opatření. Teprve po zajištění základních životních funkcí je na řadě péče o další případná poranění.

Jakmile to situace dovoluje (v případě dvou a více záchránců prakticky okamžitě) přivoláváme rychlou záchrannou službu. (telefonicky - číslo 155, příp. 112).

Každě z těchto kapitol bychom se mohli věnovat samostatně, v případě Vašeho zájmu o danou problematiku nám, prosím, napište na adresu redakce.

Přejeme Vám prosluněné léto a ve zdraví prožitou dovolenou plnou pohody, odpočinku a hezkých zážitků.

Lucie Pavlisková

Traumaplant®

Špatně se hojící rány, sportovní úrazy,
namožení svalů a bolesti kloubů

Rostlinný léčivý přípravek
pro místní aplikaci



Kostivalová mast

proti bolesti svalů
a kloubů

Balení dostupná
na trhu: **50 a 100 g**

K dostání volně bez
lékařského předpisu
v lékárnách.

Pozorně si přečtěte
příbalovou informaci.

Další informace
na www.ibi.cz
nebo
www.traumaplant.cz

Účinná látka
– extrakt z kostivalu*

- tiší bolesti a odstraňuje otoky
- zmírňuje záněty
- vhodný i na odřeniny
- nedráždí pokožku
- urychluje hojení ran a hematomů



Název přípravku: TRAUMAPLANT, **Složení kvalitativní i kvantitativní:** 100g masti obsahuje: Symphyti peregrini herbae succus 10,00 g, **Léková forma:** mast, **Indikace:** Pohmožděliny, distorze (při sportovních a jiných poraněních), bolesti kloubů a svalů, špatně se hojící rány, **Dávkování a způsob podání:** Přípravek je určen k zevnímu použití. Pokud není doporučeno jinak, nanáší se potřebné množství masti několikrát denně na postižené místo. Vhodné je použití formou mastového obvazu. **Kontraindikace:** Pokud se přípravek užívá podle návodu, nevyskytují se žádné kontraindikace. **Interakce:** Nejsou dosud známy. **Těhotenství a kojení:** Rizika pro těhotné a kojící ženy nejsou známa. **Nežádoucí účinky:** Přípravek je kůži velmi dobře snášen. Ve vzácných případech se může objevit erythem (zarudnutí kůže), zvláště u osob s mimořádně citlivou kůží nebo u osob alergických na některou ze složek přípravku. Tyto kožní příznaky zpravidla rychle vymizí. Při výskytu specifické alergické reakce je třeba aplikaci přerušit a vyhledat lékaře. **Doba použitelnosti:** 3 roky. **Uchovávání:** při teplotě do 25 °C. **Balení:** mast 50 g, **Návod k použití:** Přípravek je určen k zevnímu použití. Pokud lékař neurčí jinak, nanáší se potřebné množství masti jednou nebo několikrát denně na postižené místo. Mast je vhodná i k použití ve formě mastového obvazu. Pokud při poranění nedojde k ústupu obtíží do 3 dnů, přerušete léčbu a obraťte se na lékaře. Bez porady s lékařem nepoužívejte v žádném případě déle než 1-2 týdny. **Držitel rozhodnutí o registraci:** HARRAS PHARMA Curarina Arzneimittel GmbH, D-81373 Mnichov, SRN, Registrační číslo: 94/1003/97-C, **Datum revize textu:** 18. 12. 2002, výdej přípravku není vázán na lékařský předpis, je volně prodejný a není hrazen z prostředků zdravotního pojištění.

ZASTOUPENÍ A DISTRIBUCE V ČR:

IBI, spol. s r.o.®

Senovážné nám. 5, 110 00 Praha 1
tel.: 281 028 230, fax: 281 028 232
e-mail: ibi@ibi.cz, www.ibi.cz

Interce

HARRAS
PHARMA

KŘEHKÁ ROVNOVÁHA ŽENY



Každé pohlaví má ve společnosti své nezastupitelné místo. Stejně je tomu ve společném soužití dvou lidí a stejně je to z pohledu přírody. Přestože se za dobu existence člověka mnoho změnilo, neplatí pravidla doby železné ani bronzové, výzkum běží nezadržitelně vpřed, máme tu emancipaci a ženy chtějí dělat stejnou práci jako muži. Přestože díky ekonomickým změnám ve vyspělých zemích už na mateřskou chodí i muži, pokud je pro rodinu výhodnější, aby pracovala žena, z hlediska přírody se nezměnilo nic. Ženy byly, jsou a pravděpodobně i nadále budou těmi, které přináší na svět nový život.

Být ženou ale není úplně jednoduché. Právě proto, že chceme být emancipované a občas nosíme větší výplaty, chceme přebírat více zodpovědnosti a chceme chránit naše „drahé polovičky“ před starostmi. A právě proto občas zapomínáme, že být ženou znamená také zodpovědnost k sobě samým. Že anorexie naborává pravidelnost menstruačního cyklu, že vysoké pracovní nasazení a spousta stresu brání početí, že nestřídmost v jídle a špatná životospráva ubírá těhotné mamince i vyvíjejícímu se dítěti důležité látky, že nedostatečná péče o tělo zanechává „hluboké vrásky“ které kradou sebejistotu, a nakonec máme pocit, že menopauza končí život.

Ale ruku na srdce, musí to tak být? V pravěku bylo běžné, že se ženy staraly o domácnost a rodily děti a muži nosili pravěké výplaty a lovili mamuty. Já osobně bych mamuta lovila jen velmi nerada.

JAK SE STÁT MAMINKOU?

Už dávno neplatí, že se děti rodí po svatbě. Ale také neplatí, že těhotenství je samozřejmostí. Spousta faktorů ovlivňuje lidské početí a v dnešní době je to spíše tím negativním směrem. Občas se stává, že žena zjistí, že byla těhotná až v okamžiku spontánního potratu, nebo naopak nemůže otěhotnět, protože se prostě s partnerem nikdy „netrefí“ do toho nejsprávnějšího okamžiku. Také pokud žena pravidelně nemenstruuje, může to komplikovat početí.

Být maminkou je velice zodpovědná funkce. Žena definitivně přestává být dítětem rodičů, ale sama se stává rodičem. Ne vždy je rodičovství plánované, ale pokud se na tuto novou roli žena může připravit, je to vždy lepší, a to jak pro ženu, tak pro očekávané miminko. Důležitá je především životospráva a psychická pohoda. Také preventivní prohlídka u gynekologa (ta by ostatně měla být samozřejmostí každoročně) a případná konzultace plánovaného rodičovství není na škodu. Mnohdy se také ze zdravotních důvodů partneři obrací na odborníky za účelem asistované reprodukce.

Do období plánování a těhotenství rozhodně nepatří ani kouření ani alkohol, nebo drogy. A argument, že „jsem prostě nevěděla, že jsem v tom“ už dnes také neobstojí. Kdysi bylo možná použití těhotenského testu stresující, ale dnes už je manipulace s testy natolik pohodlná, že už to dávno neplatí. Také citlivost testů se natolik zvýšila, že lze těhotenství určit už během prvního dne od vynechání menstruace.

Životospráva v období před početím a v průběhu těhotenství je velice důležitá. Ta nejdůležitější pravidla by měla zahrnovat asi toto:

- eliminace stresu a kvalitní spánek
- přiměřená pohybová aktivita
- vyvážená plnohodnotná strava a přísun tekutin
- přísun některých důležitých látek

Pokud se žena kvalitně stravuje, není potřeba užívání doplňků stravy. Ovšem je třeba myslet na to, že během těhotenství je v organismu zvýšená spotřeba vitamínu E, že je důležitý přísun kyseliny listové. Protože plod je v období prvního trimestru velmi zranitelný, je dobré ještě před početím neopomenout nic, co by tento vývoj mohlo negativně ovlivnit. Tedy i sebekriticky zhodnotit, zda správně jím a budu tedy miminku v potravě dávat vše, co pro svůj vývoj bude potřebovat.

POHODOVÉ TĚHOTENSTVÍ

Těhotenství by si žena měla v první řadě užít. Minimum stresu, maximum pohody. Ostatně stres během těhotenství není zdravý ani pro matku ani pro dítě. Dobře jíst (neznačená to se přejídat) cvičit, věnovat zvýšenou péči pokožce, která je těhotenstvím více zatěžována, ale také výběru oblečení, aby bylo dostatečně pohodlné. Nastávajícím maminkám také často otekají dolní končetiny, i proto je vhodné na čas odložit botky na „jehlákách“ a vyměnit je za nějakou pohodlnější obuv.



Těhotenství působí na ženu také po hormonální stránce. Pokud je to navíc první těhotenství, může být jeho průběh mnohem náročnější nejen pro ni ale i pro jejího partnera. Hormonální výkyvy totiž působí intenzivně na psychiku ženy a každá se s tím vyrovnává jinak.

MENOPAUZOU ŽIVOT NEKONČÍ

Menopauza je pouze zakončením reprodukčního cyklu ženy. V dnešní době je průměrný věk ženy v přechodu někde mezi 50-60 rokem. Problémem hormonální změny v tomto období jsou hlavně nepříjemné doprovodné příznaky jako jsou návaly horka, pocení,

stres. Žena ztrácí sebevědomí a cítí se být „nedosta-
tečně ženou“. Pokud se k těmto projevům přidává ještě přírůstek na váze a další zdravotní komplikace, stává se to pro ženu noční můrou. Každá žena je jiná, na každou ženu toto období působí jinak. Rozhodně by se však neměla bát konzultovat tento stav se svým lékařem a hledat řešení. V rámci této problematiky existuje celá škála léků a doplňků stravy, aby si každá žena mohla vybrat ten správný.

CO ŘÍCI NA ZÁVĚR?

Být ženou je nelehký úkol. Být ženou na plný úvazek znamená velkou zodpovědnost, která se ovšem tisíceronásobně vyplatí. Dnešní doba nám sice přináší spoustu stresu, životních komplikací a nečekaných situací, ale také jistého komfortu. Naše prababičky by nám jistě záviděly pračky, sušičky a myčky nádobí, protože nám usnadňují úklid, nebo ledničky, mikrovlnky a moderní sporáky, které urychlují „*krmění dravé zvěře*“. Ale jistě by nám mnohem více záviděly kvalitní dámské vložky, tampony, a intimní tělovou kosmetiku, také těhotenské a ovulační testy, nebo vitamíny, jejichž nedostatek v minulosti často způsoboval nechtěné potraty. Všechny tyto věci se nám dnes sice mohou zdát samozřejmostí, ale nesmíme zapomínat na to, že právě tyto „*maličkosti*“ nám usnadňují životní roli být ženou.

RNDr. Lenka Grycová, Ph.D.

Inzerce

GS Ženám

Komplexní odborník na gynekologické portfolio

Přípravky GS doprovází ženy v nejdůležitějších etapách jejich života



- **top pozice v kategoriích volně prodejných přípravků** – lídr na trhu těhotenských testů, dvojka na trhu těhotenských vitaminů a na trhu klimakteria*
- přípravky nejvyšší **farmaceutické kvality**
- složení doporučené předními **gynekologickými odborníky**
- široká síť **spolupracujících** gynekologických ambulancí
- účinnost podložena **klinickými studii**
- pravidelná účast na **odborných kongresech**
- **tisíce spokojených uživatelék**



doplňky stravy

MIGRÉNA



Migréna bývá zpravidla definována jako záchvatové onemocnění mozku nejasného původu.

Oku laika jistě nepřilíš lahodící „nejasný původ“ předznamenává, že souboj s migrénou spočívá především v potlačování jejích bolestivých projevů a preventivních opatřeních, s cílem zamezit pokud možno nástupu dalšího migrenického záchvatu.

S bolestí hlavy se během svého života setkal prakticky každý člověk. Jde o příznak provázející celou řadu onemocnění, případně přicházející jako odpověď na celou řadu vnějších i vnitřních vlivů.

Definovat a klasifikovat jednotlivé druhy bolesti hlavy je samozřejmě relativně obtížné, zejména vezmeme-li v potaz, že vyvolávající příčina je často nedopátratelná.

BOLEST HLAVY

Dříve, než se zaměříme přímo na migrénu, zamysleme se na chvíli nad bolestí (hlavy) samotnou.

Víme, že mozek prakticky nemá nervová vlákna vedoucí bolest, a proto ani při jeho vážném poškození nelze mluvit o „bolesti mozku“.

Oproti tomu mozkové pleny, tvořící obaly povrchu mozku a mozkové cévy jsou bohatě nervově zásobeny, a tím pádem reagují na bolestivé podněty velmi citlivě.

Těžko však každá bolest hlavy bude vycházet z povrchu mozku. Hlava přece není tvořena pouze nitrolební dutinou. Bohatě inervovaných oblastí je na lidské hlavě mnoho: kůže, svaly, vazy, oči i zuby, aj. Bolesti hlavy pak většinou logicky vycházejí právě z těchto oblastí.

Při svalové námaze, při bolestech zad, při mechanickém poranění, tam všude si umíme nějakým obecným způsobem bolest objasnit.

Bolest hlavy, která není způsobená např. úderem nebo průběhem nějakého jiného onemocnění, je však pro nás mnohdy daleko hůře přijatelná, neobjasnitelná, vycházející z neznámé příčiny, respektive – může nastávat (a nastává) z tolika různých příčin, které nám nejsou navenek zřejmé.

Oproti řadě jiných bolestí (samozřejmě ne všech), je také při bolesti hlavy jen zřídka možné najít úlevovou pozici.

Je-li tato bolest navíc dlouhodobá a často se opakující, zcela zásadním způsobem ovlivňuje celý náš život a velmi silně působí i na jeho celkovou kvalitu.

Odhalit původce (spouštěč) takové bolesti a mít možnost působit přímo na něj, je vysněným snem většiny lidí, kteří mají s chronickými bolestmi hlavy osobní zkušenost. Jde však o souboj, který může trvat bohužel i celý život a přesto nemá jasného vítěze.

TĚŽKÝ ŽIVOT S MIGRÉNOU

Migréna však není jen prostou bolestí hlavy.

Definovat ji můžeme i jako - opakující se chronickou bolest hlavy střední až vysoké intenzity, která se projevuje zpravidla unilaterálně (jednostranně) a trvá zhruba 3 až 72 hodin.

Musíme přitom ovšem dodat, že samotnou bolest hlavy mohou předcházet či doprovázet obvykle i další projevy.

K těmto projevům se řadí zejména:

Prodromy

Aura

Pulsující charakter bolesti

Nevolnost a zvracení

Světloplachost

Zvýšená citlivost vůči zvukům a pachům

S některým typem bolesti hlavy se setkalo za svého života 96 % mužů a 99 % procent žen
S migrénou má zkušenost asi 20 % žen a přibližně 6 % mužů.

Záchvaty často začínají již v dětství nebo v období puberty.

PRŮBĚH A FÁZE MIGRENICKÉHO ZÁCHVATU

Nastupující záchvat migrény v řadě případů začíná náhlou bolestí hlavy, doprovázenou zmíněnou nevolností, zvracením, světloplachostí, aj.

U některých pacientů ovšem této fázi předchází ještě jakési upozorňující příznaky na blížící se záchvat.

Do této skupiny příznaků řadíme tzv. prodromy a auru.

Uvažujeme-li pacienta, u kterého lze pozorovat všechny tyto příznaky, vypadala by časová souseřadnost průběhu migrenického záchvatu následovně:

1. Prodromy
2. Aura
3. Vlastní bolest hlavy provázená příp. nevolností, zvracením
4. Fáze relaxace, odeznění bolesti

PRODROMY

Prodromy představují soubor příznaků, které s určitým časovým odstupem, od několika hodin až po několik dní, ohlašují příchod záchvatu migrény.

Jejich souvislost s blížícím se záchvatem obvykle rozpoznají pouze ti, kteří již mají s migrénou několikaleté zkušenosti.

Jde o subjektivně relativně obtížně popsatelné, rozmanité projevy, z nichž můžeme jmenovat např. – podrážděnost, zvýšenou únavu, změny chuti, změny nálady, včetně euforické nálady bez zjevné příčiny, zívání, aj.

MIGRÉNA? Bolest ZUBŮ? MENSTRUAČNÍ bolesti?

Pro účinné odstranění mírné až středně silné bolesti DOPORUČTE



MOCNÁ KOMBINACE DVOU AKTIVNÍCH LÁTEK

Paracetamol potencovaný kofeinem
pro účinnější analgesii*

✓ Šetrný i k žaludku starších pacientů

NÁZEV: PANADOL Extra

Složení: Paracetamol 500 mg, Coffeinum anhydricum 65 mg **Léková forma:** potahované tablety **Terapeutické indikace:** Léčba mírné až středně silné bolesti jako je bolest hlavy včetně migrény, bolest zubů, neuralgie různého původu, menstruační bolest, revmatické bolesti zejména při osteoartróze, bolest zad, bolest svalů, kloubů a bolest v krku při chřipce a akutním zánětu horních cest dýchacích. Současně snižuje horečku. **Dávkování:** Dospělí (včetně starších osob) a mladiství od 15 let: 1-2 tablety podle potřeby až 4x denně s časovým odstupem nejméně 4 hodiny. Jedna tableta je vhodná u osob tělesnou hmotností 34-60 kg, 2 tablety u osob s tělesnou hmotností nad 60 kg. Nejvyšší jednotlivá dávka je 1g (2 tablety), maximální denní dávka je 4 g (8 tablet). Při dlouhodobé terapii (déle než 10 dnů) by dávka za 24 hodin neměla překročit 2,5 g. Mladiství 12-15 let: 1 tableta až 3x denně v časovém odstupu nejméně 6 hodin. Přípravek není vhodný pro děti do 12 let. **Kontraindikace:** Přípravek je kontraindikován při známé přecitlivělosti na paracetamol, kofein nebo na kteroukoli pomocnou látku tohoto přípravku, při těžké hepatální insuficienci, akutní hepatitidě, při těžké hemolytické anémii. **Zvláštní upozornění a opatření:** Při podávání paracetamolu nemocným se změnami jaterních funkcí a u pacientů, kteří užívají dlouhodobě vyšší dávky paracetamolu se doporučuje pravidelná kontrola jaterních testů. Po dobu léčby se nesmějí pít alkoholické nápoje. Paracetamol může být již v dávkách nad 6-8g denně hepatotoxický. Dlouhodobá konzumace alkoholu významně zvyšuje riziko hepatotoxicity paracetamolu. Paracetamol by měl být užíván se zvýšenou opatrností při deficitu enzymu glukózo-6-fosfátdehydrogenázy a u nemocných s renálním poškozením. Pití nadměrného množství kávy nebo čaje spolu s užíváním tablet může způsobit pocit napětí a podrážděnosti. **Interakce:** Rychlost absorpce paracetamolu může být zvýšena metoprolamidem nebo domperidonem, snížena cholestyraminem. Antikoagulační efekt warfarinu nebo jiných kumarinových přípravků může být zvýšen spolu se zvýšeným rizikem krvácení dlouhodobým pravidelným denním užíváním paracetamolu. Občasné používání nemá významný efekt. Hepatotoxické látky mohou zvýšit možnost kumulace a předávkování paracetamolem. Paracetamol zvyšuje plazmatickou hladinu kyseliny acetylsalicylové a chloramfenikolu. Probenecid ovlivňuje vylučování a koncentraci paracetamolu v plazmě. Induktory mikrosomálních enzymů (rifampicin, fenobarbital) mohou zvýšit toxicitu paracetamolu vznikem vyššího podílu toxického epoxidu při jeho biotransformaci. **Těhotenství a kojení:** Epidemiologické studie prováděné během těhotenství neprokázaly škodlivé účinky paracetamolu užívaného v doporučených dávkách. Kofein není doporučován k použití v průběhu těhotenství pro možné zvýšení rizika spontánního potratu spojeného s jeho konzumací. Kofein v mateřském mléku může mít stimulační efekt na kojené dítě ale významný toxický účinek nebyl pozorován. **Nežádoucí účinky:** Nežádoucí účinky paracetamolu jsou při dodržování terapeutických dávek vzácné. Někdy se může objevit přecitlivělost projevující se kožní vyrážkou, zcela ojediněle bronchospasmus. K nejčastějším nežádoucím účinkům kofeinu patří nauzea způsobená drážděním gastrointestinálního traktu a nespavost a neklid v důsledku stimulace centrálního nervového systému. **Držitel rozhodnutí o registraci:** GlaxoSmithKline Consumer Healthcare, GlaxoSmithKline Export Ltd., Brentford, TW8 9GS, Velká Británie **Registrační číslo:** 07/164/92-C **Datum první registrace / datum prodloužení registrace:** 19. 2. 1992 / 30. 6. 2010 **Datum revize textu:** 30. 6. 2010 Přípravek je volně prodejný a není hrazen z prostředků veřejného zdravotního pojištění.

*v porovnání s monokomponentním paracetamolem



Panadol je registrovaná ochranná známka skupiny firem GlaxoSmithKline.

CHCSK/CHPDL/0022/13



AURA

Přítomnost či absence aury rozděluje migrénu na dva podtypy a to migrénu klasickou (s auroou) a migrénu prostou (bez aury).

Aura, podobně jako prodromy, je jakousi předzvěstí nastupujícího záchvatu. Chronologicky přichází až po fázi prodromů (je-li přítomná samozřejmě), bezprostředně před propuknutím bolesti hlavy (zhruba do jedné hodiny) a trvá řádově několik vteřin až minut.

Nejčastěji se setkáváme s tzv. auroou zrakovou, projevující se poruchami zorného pole, rozmazaným viděním, svítícími či blikajícími body v zorném poli, výpadek zorného pole v podobě černých skvrn, atp.

Vzácněji se setkáváme např. s fixací pohledu k jedné straně, závratěmi, či dokonce afázií.

Projevy aury mívají u pacienta během života zpravidla stejný charakter a nedochází k jejich výraznějším změnám.

FÁZE BOLESTI

U prosté migrény bez prodromů přichází bolest jako první příznak, bez varování.

Její intenzita se může pohybovat od relativně nízké hladiny, která pacienta nevyřazuje z běžné každodenní činnosti, ačkoliv mu samozřejmě přináší jistý diskomfort.

Zpravidla jde však o bolest středně až velmi silnou, která jej značně omezuje, nebo dokonce zcela vyřazuje z běžných denních činností.

Tato fáze, jak jsme již zmínili, může trvat 3 až 72 hodin a bývá provázena též nevolností a zvracením, případně průjmami. Míru vyčerpání, zejména z dehydratačního záchvatu, lze slovy jen obtížně popsat.

FÁZE RELAXACE

Odeznění bolesti přináší značnou úlevu, ale také silné vyčerpání a únavu, která je často okamžitě kompenzována hlubokým spánkem. U některých pacientů se po ukončení záchvatu můžeme naopak setkat s nástupem euforických stavů.

Ještě několik dní po skončení záchvatu může přetrvávat únava, nechut k jídlu a zvýšená citlivost vůči dotekovým vjemům.

PŘÍČINY MIGRÉNY

V úvodu jsme zmínili, že migréna je „záchvatovitě onemocnění mozku nejasného původu“.

Vysvětlení podstaty vzniku migrény má tak několik různých teorií. Přesto však mezi nimi panuje jistý konsensus, přisuzující nejvýznamnější roli účinkům serotoninu a oxidu dusnatému.

Rozvoj migrény je tak určen **spouštěcím faktorem**, měnícím elektrickou aktivitu v určitých oblastech mozku. Dochází k rozšíření některých mozkových cév a změně jejich krevního průtoku.

Během záchvatu klesá hladina serotoninu a z nervových zakončení dochází k uvolňování látek prohlubujících bolest, způsobujících zánět a další rozšíření krevních cév. (srov. – „Dochází k aktivaci tzv. trigeminovaskulárního systému, nastává bolestivá vasodilatace drobných intrakraniálních cév, uvolnění neurotransmiterů do cévní stěny a rozvoji sterilního perivaskulárního zánětu.“ Viz. <http://www.pharmanews.cz/vydani201104/clanek3.html>)

SPOUŠTĚCÍ FAKTORY

Je-li záchvat migrény provokován nějakým spouštěcím faktorem, je za ideální samozřejmě považován stav, kdy se podaří tento spouštěcí faktor odhalit a pokud možno jej eliminovat.

Bohužel, možných individuálních spouštěcích faktorů migrény je značné množství a zdaleka ne všech se lze vystříhat.

Může jít například o změnu počasí, stres, kouření, nedostatek či nadbytek spánku, hormonální změny během menstruačního cyklu, nadměrná fyzická zátěž, hladovění, světelné záření (zej. blikající světlo, TV, počítač.), intenzivní vůně, aj.

Mimo to se k relativně častým spouštěcím řadí i některé potraviny, např.: čokoláda, alkohol, vepřové maso, kofein, sýry a mléčné produkty.

Bohužel, tento výčet by mohl pokračovat ještě velmi dlouho.

Přesto je významné po spouštěcím faktoru vytrvale pátrat. Lidé trpící migrénou dlouhodobě se zpravidla doberou spojitosti s určitým faktorem a nástupem záchvatu, a mají tak možnost do určité míry své obtíže zmírnit.

LÉČBA MIGRÉNY

Léčbu migrény lze zahájit po vyloučení jiné možné příčiny bolesti hlavy a na základě subjektivního popisu pacienta.

Podle intenzity záchvatů lze volit odpovídající léčbu. U mírnějších forem migrény většinou postačují analgetika, využívá se zejména paracetamol a kyselina acetylsalicylová.

Jako vhodná se jeví i analgetika kombinovaná. Typickým příkladem je v tomto případě například kombinace paracetamolu s kofeinem (např. Panadol extra aj.), kde kofein zvyšuje analgetický účinek paracetamolu a zmírňuje únavu.

Při středně těžkých a těžkých migrénách je na místě využití specifických antimigrenik - triptanů. Působí jako agonisté serotoninových receptorů, čímž navozují vazokonstrikci cerebrálních cév a potlačují tak jejich nežádoucí bolestivou dilataci. Tím brání rozvoji neurogenního zánětu v cévní stěně

Námelové alkaloidy - Mezi námelové alkaloidy se řadí ergotamin a dihydroergotamin. Patří mezi neselektivní antimigrenika, jelikož kromě působení na serotoninové receptory ovlivňují také adrenergní a dopaminové receptory. Svým agonistickým účinkem na serotoninové receptory v CNS zabraňují bolestivé vasodilataci stejně jako triptany.

Profylaktická léčba - k předcházení záchvatům se v rámci každodenního užívání po určitou dobu využívají například:

Blokátory kalciových kanálů - nejč. flunarizin

Betablokátory - (např. metoprolol, bisoprolol) Tlumí vliv stresu, emocí a zevních podnětů na migrenózní centrum v mozku. Brání vzniku bolestivé vasodilatace a rozvoji zánětu.

Antiepileptika - (např. valproát sodný, topiramát a gabapentin). Snižují dráždivost mozkové kůry.

Tricyklická antidepresiva (např. amitriptylin, nortriptylin, imipramin), která inhibují serotoninové 5-HT₂ receptory.

Rudolf Hála

Zdroje:

MUDr. Rudolf Kotas, Ph.D.: *Migréna - patofyziologie a léčba*. Maxdorf, Praha 2001.

http://www.migrenik.cz/cps/rde/xchg/migrenik/xsl/m_uvodni-stranka.html?init=y

<http://www.bolestihlavy.cz/priznaky-bolesti-hlavy.html>

archiv časopisu Pharma News

Probiotická bakterie L.reuteri pomáhá snižovat dobu pláče u kojenců

Všichni rodiče chtějí se svým dítětem prožívat všechny krásné okamžiky jeho života. Bohužel se ale stává, že dítě často bez příčiny dlouze pláče. Jednou z nejčastějších příčin, kvůli které miminko propláče i celé hodiny, bývá bolest břicha. Pláč ovlivňuje nejen pohodu dítěte, ale je frustrující i pro celou rodinu a je příčinou stresu, zvláště matek.

V prvních měsících po porodu trpí depresemi přibližně 10% matek. V této souvislosti Vike T. et al. ⁽¹⁾ testovali vztah mezi dlouhotrvajícím pláčem a depresemi matek. K měření používali dotazník Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS), jehož hodnota cut off větší než 12 svědčí pro pravděpodobnou depresi. Výsledky studie ukázaly, že matky často plačících dětí mají na EPDS mnohem vyšší skóre, než matky, jejichž děti nepláčou. Tyto deprese mohou trvat až do 6. měsíce po narození dítěte.

Vysvětlit příčiny dětského pláče je pro rodiče složité. Proč jejich dítě pláče? Co když je to závažné? Dítě je nakrmené, přebalené, uloženo do postýlky a přesto neustále pláče. Co dělat? Rodiče si připa-

dají ztraceni a neschopni porozumět potřebám dítěte a jejich neklid narůstá. Dítě je velmi citlivé na maminčiny pocity, vnímá její úzkost a pláče ještě více. Dlouhotrvajícím pláčem je také narušena kvalita spánku celé rodiny. V ten moment se matky obrací na svého praktického dětského lékaře s prosbou o pomoc a řešení.

V kojeneckém věku jsou také časté funkční gastrointestinální potíže, které mohou postihovat více než 50% kojenců do 6. měsíce věku dítěte ⁽²⁾. Projevem těchto potíží je neklid dítěte a právě také neustávající pláč. Příčinou je skutečnost, že po narození si trávicí trakt musí na své „nové role“ nejprve zvyknout. Pro dozrávání a regulaci funkcí trávicího traktu má klíčovou roli kvalita a složení střevní mikroflóry. Toto je také důvodem, proč má smysl používat probiotické bakterie. Všechny probiotické bakterie však nejsou stejné, mohou se ve svých účincích lišit. Účinky každého kmene se musí v klinických studiích zkusit samostatně. Jinými slovy: všechny účinky pozorované v klinických studiích, jsou platné pouze pro konkrétní kmen použitý ve studii a nelze je automaticky přizvat k jiným kmenům.

Pro děti, které trpí dlouhotrvajícím pláčem, se prokázala zvláště účinná probiotická bakterie **Lactobacillus reuteri**. Její účinky byly potvrzeny v řadě klinických studií. Kojeným dětem je proto vhodné přidávat probiotické kapky s L.reuteri, pro děti nekojené je tu pak kojenecké mléko s L.reuteri.

1. Vik T, Grote V, Escribano J, Socha J, Verduci E, Fritsch M, Carlier C, von Kries R, Koletzko B. Infantile colic, prolonged crying and maternal postnatal depression. Acta Paediatrica 2009; 98:1344-1348.

2. Iacono G, Merolla R, D'Amico D et al. Paediatric Study Group on Gastrointestinal Symptoms in Infancy: Gastrointestinal symptoms in infancy: a population-based prospective study. Dig. Liver Dis. 2005; 37(6): 432-8

3. Savino F, Pelle E, Palumeri E, Oggero R, Miniero R. Lactobacillus reuteri (American Type Culture Collection Strain 55730) Versus Simethicone in the Treatment of Infantile Colic: A Prospective Randomized Study. Pediatrics. 2007; 119: e124-e130.

Inzerce



Pro jeho šťastný úsměv uděláte cokoli! A my také...



Každá maminka touží ochránit své miminko před jakýmkoli trápením. Jednou z nejčastějších příčin, kvůli které miminko propláče i celé hodiny, bývá bolest břicha. Nová BEBA Comfort obsahuje L. reuteri, bakterii mléčného kvašení, která se přirozeně vyskytuje v mateřském mléce. My, stejně jako vy, chceme pro miminka jen to nejlepší. Pro méně slziček a více spokojených úsměvů... i pro klid maminek.

Můžete nám věřit, o zdravý vývoj děťátek se staráme již 145 let.



www.kojeneckavyziva.cz

Kojení je nejlepší způsob výživy kojenců, proto mu dáváme přednost před výrobky náhradní kojenecké výživy. Matka by měla zvážit zdravotní, sociální a finanční důsledky přerušení kojení. Také by měla být poučena o správné hygienické přípravě.

BOLEST V KRKU

JE LEPŠÍ ZBAVIT SE JÍ HNED



Bolest či pálení v hrdle může vznikat z nejrůznějších příčin. Ať už jde o pouhé podráždění vlivem částic z ovzduší, únavu z dlouhého verbálního projevu, nebo o příznak počínajícího onemocnění, jakým je např. angína, či záněty horních dýchacích cest.

Z pohledu pacienta jde jednoduše o diskomfort, který dle intenzity bolesti více či méně narušuje jeho každodenní život a současně funguje jako varovný příznak možného počátku zdravotní komplikace.

TO PŘEJDE SAMO...

Podceňování prvotních příznaků rozvíjejícího se onemocnění je bohužel stále jakýmsi „módním“ trendem. Je třeba si uvědomit, že jakákoliv bolest je jakýmsi varovným signálem našeho organismu, že něco není v pořádku. Pokud pociťuji v průběhu dne bolest v krku, která, ač nemusí mít vysokou intenzitu, mohou sice doufat, že „to přejde samo“, ovšem také počítat s tím, že pokračování této věty bude znít...v angínu.

Není přitom nutné se okamžitě dostavit k lékaři. Zvláště pokud není přítomná vysoká horečka, či jiné výrazné příznaky.

FÁZE VYČKÁVACÍ

Představuje přístup značného množství lidí. Bolest, v tomto případě v oblasti hrdla, je vnímána jako varovný signál, nicméně podceňovaný.

Typickou reakcí je v tomto případě užití volně dostupného analgetika (ibalgín, paralen, acylpyrin, ibupro-

fen, etc.), čímž je bolest potlačena a pacient doufá, že situace se v průběhu následujícího dne (dnů) sama zklidní.

To je v současnosti době silně rozšířený přístup, který umožňuje pokračování v každodenních pracovních povinnostech. Je-li ovšem bolest v krku příznakem počínajícího onemocnění, jde pouze o řešení přechodné, které propuknutí nemoci nezastaví.

Příznaky angíny

Rychlý vzrůst tělesné teploty, mnohdy přes 38° Celsia.

Intenzivní bolest v krku, která často vystřeluje směrem do ucha a stupňuje se při polykání.

Pocity řezání a bodání v krku.

Zduření krčních uzlin a jejich bolestivost. Třesavka, schvácenost.

KOMPLEXNÍ PŘÍSTUP

Potlačení bolesti pomocí volně dostupných analgetik je pochopitelnou reakcí pacienta, proti níž samozřejmě nelze nic namítat.

V rámci preventivních opatření a zastavení možného onemocnění ihned v jeho počátku se však tento krok jeví jako zcela nedostačující.

Je potřeba vzít v úvahu patogenní agens (viry, bakterie) a kromě tlumení příznaků poskytnout organismu pomoc a podporu, která leckdy zastaví rozvoj nemoci již v počátcích.

To lze samozřejmě učinit buď zahrnutím dalších jednotlivých přípravků do léčebného postupu (vitamín C, desinfekce hrdla, atd.), nebo volbou některého přípravku kombinovaného.

KOMBINOVANÉ PŘÍPRAVKY

Jsou v současnosti hojně rozšířené a oblíbené, právě díky komplexnímu účinku v jedné lékové formě.

Zahrnují kombinaci dvou či více látek, jejichž působením dochází nejen k tlumení jednoho nežádoucího příznaku, ale i dalších typických souběžných komplikací a současně působí proti patogenním mikroorganismům, jejichž přítomnost lze předpokládat.

V jedné tabletě, pastilce, či např. suché směsi slouží k jednoduché přípravě nápoje, má tak pacient k dispozici kombinaci potřebných látek, které mu nejen uleví od nežádoucích příznaků, ale současně se aktivně zapojují do boje proti rozvoji onemocnění. Užívání těchto přípravků je snadné a nenáročné (není třeba disponovat třemi či více jednotlivými přípravky) a jejich včasným nasazením lze mnohdy zcela zastavit rozvoj onemocnění, které by za běžných okolností vyžadovalo např. antibiotickou léčbu.

COLDREX NEJEN NA BOLEST V KRKU

Typickým příkladem kvalitního kombinovaného přípravku jsou lékové formy Coldrex.

Co se bolesti v krku týče, jsou k dispozici zejména Coldrex pastilky proti bolesti v krku (např. s ostružinovou příchutí, či citron s medem)

Účinnými látkami jsou zde dvě účinné antibakteriální látky - benzalkonium chlorid a hexylresorcinol - který je současně složkou anestetickou.

Svým působením tak nejen odstraňují bolest, ale též aktivně ničí bakterie a současně tlumí dráždění v krku. Pokud se k příznakům přidává i pro záněty horních dýchacích cest typický kašel a ucpaný nos, lze jednoduše využít kombinovaný přípravek Coldrex ve formě směsi k přípravě horkého nápoje (Coldrex - horký nápoj).

Působí jak antipyreticky (snižuje teplotu) tak analgeticky (tíší bolest hlavy, krku, svalů, kloubů, aj). Současně také uvolňuje ucpaný nos a zmírňuje kašel.

Kombinované přípravky jsou tedy ideálním řešením při řadě běžných zdravotních obtíží, zejména pak infekčních dýchacích cest.

Bez nutnosti užívat souběžně několik preparátů v jednotlivých lékových formách spolehlivě ulevují pacientovi od bolesti a dalších nežádoucích příznaků a zároveň se aktivně podílejí na léčbě samotného onemocnění.

PharmDr. Andrea Kleinová

COLDREX®

Proti bolesti v krku

**Dvě léčivé látky
s trojitým účinkem**

Benzalkonium chlorid - antiseptikum

Hexylrezorcinol - anestetikum se současným
antibakteriálním účinkem



- ▼ **Odstraňují bolest**
- ▼ **Ničí bakterie**
- ▼ **Tlumí dráždění v krku**

**Účinná kombinace
za výhodnou cenu**

Vhodné pro děti již od 7 let

Název přípravku: COLDREX PROTI BOLESTI V KRKU OSTRUŽINA/ COLDREX PROTI BOLESTI V KRKU CITRON S MEDEM

Složení: Hexylresorcinoli 2,5 mg; Benzalkonii chloridi solutio 500g/1 1,2 mg **Léková forma:** pastilka **Indikace:** Přípravek je určen k odstranění bolesti v krku různého původu zejména bolesti provázejících faryngitidu. **Dávkování a způsob podání** Dospělí (včetně starších osob) a děti od 12 let: 1 pastilka se nechá pomalu rozpustit v ústech každé 3 hodiny dle potřeby. Maximální dávka je 8 pastilek během 24 hodin. Děti 7-12 let: 1 pastilka se nechá pomalu rozpustit v ústech každé 3 hodiny dle potřeby. Maximální dávka je 4 pastilky během 24 hodin. Přípravek se obvykle podává 1-5 dnů. **Kontraindikace:** Přecitlivělost na kteroukoliv složku přípravku. Přípravek není vhodný pro děti do 7 let. Dále není vhodný pro pacienty s poruchou metabolismu glukosy, sacharosy nebo s intolerancí fruktosy. **Nežádoucí účinky:** Nežádoucí účinky nejsou popsány, vzácně se může objevit přecitlivělost na některou složku přípravku jako je pálení v krku nebo kožní vyrážka. **Držitel rozhodnutí o registraci:** GlaxoSmithKline Consumer Healthcare, GlaxoSmithKline Export Ltd., Brentford, TW8 9GS, Velká Británie **Registrační číslo:** 69/188/01-C; 69/189/01-C **Datum první registrace/ prodloužení registrace:** 30. 5. 2001 / 3. 6. 2009 **Datum revize textu:** 3. 6. 2009

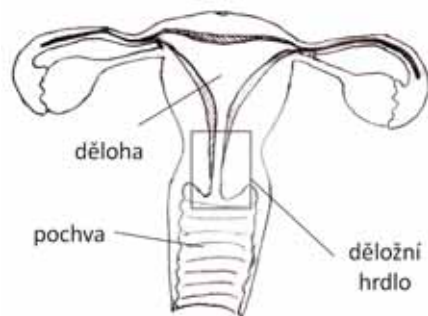
RAKOVINA DĚLOŽNÍHO HRDLA

Onemocnění, které nemůže postihnout muže, ale přesto s nimi určitým způsobem souvisí. Onemocnění, na které třetina nemocných žen umírá, ale kterému lze v dnešní době dobře předcházet. Nádorová onemocnění jsou tak zákeřná, protože se jen těžko hledá konkrétní příčina jeho vzniku, ale toto onemocnění má svůj hlavní rizikový faktor. Tak proč na ně ženy umírají?

DĚLOŽNÍ HRDLA

Nebo také **děložní čípek**, je ta část dělohy, která vyčnívá do pochvy (**Obrázek 1**). Buňky, tvořící povrch děložního čípku, jsou dvojího druhu. Buňky tvořící epitel (výstelku) dělohy přechází v buňky poševního epitelu. Na povrchu děložního čípku dochází během života ženy k neustálým změnám, hranice mezi těmito buňkami se neustále mírně mění. Epitel děložního hrdla je velice citlivý vůči vnějším podnětům a také vysoce rizikový z hlediska vzniku nádorových onemocnění.

Obrázek 1



CHARAKTERISTIKA ONEMOCNĚNÍ

Rakovina je zavedené označení pro zhoubnou (maligní) formu nádorového onemocnění. Rakovina děložního hrdla je tedy zhoubné onemocnění, které vede často až k úmrtí pacientky (až 1/3 nemocných).

Nezhoubná forma nádoru na děložním hrdle se vyskytuje spíše vzácně a to buď formou **polypů** (malý kožní výrůstek na stopce), nebo ve formě **myomu** (svalový uzlík). Tento druh diagnózy většinou nevyžaduje léčbu, pokud ano, pak často stačí jednoduchý chirurgický zákrok.

Naproti tomu maligní forma nádoru děložního hrdla je onemocnění komplikované. Díky velikosti primární tkáně má nádor tendence prorůstat do okolí a způsobovat rozsáhlá poškození. Prvními příznaky bývají často následky utlačování perimetrí (blízké vazivové tkáně), kudy prochází cévy, nervy a také močová trubice.

Onemocnění může postihnout i okolní orgány (konečník a močový měchýř). Pokud nádor začne šířit metastázy (vzdálená ložiska nádorové tkáně), je to v případě rakoviny děložního hrdla mízními cestami do mízních uzlin. Pokud dojde ke vzácnějšímu šíření krevní cestou, bývají zasaženy orgány, jako jsou plíce, kosti a játra.

...PŮVODCE JE ZNÁM: HPV

Jako hlavní rizikový faktor pro vznik rakoviny děložního hrdla byla prokázána infekce lidským papilomavirem **HPV (Human papillomavirus)**. HPV patří do čeledi Papilomaviridae a jedná se o **tkáňově specifické DNA viry**. Z přibližného počtu 120 typů popsaných HPV se jich přibližně 40 nachází v genitoanální oblasti. Infekce HPV viry patří v dnešní době mezi nejčastější pohlavně přenosná onemocnění. V roce 2001 bylo genitálními HPV viry infikováno v celosvětovém měřítku přibližně 630 milionů pacientů.

Z hlediska onkogenního rizika jsou HPV viry děleny na **vysoce rizikové (high risk) HR-HPV** (číselné označení 16, 18, 31, 33, 35, 39, 45, 51, 52, 56, 58, 59) a viry s nízkým **onkogenním rizikem (low risk) LR-HPV** (číselné označení 6, 11, 34, 40, 42, 43, 44, 54, 70, 72, 74, 81).

HPV viry jsou přenášeny nejčastěji pohlavním stykem, v ojedinělých případech může dojít k přenosu z rukou nebo úst na pohlavní orgány, nebo z matky na dítě během porodu přirozenou cestou. K přenosu může také dojít při těsném tělesném kontaktu, označovaném jako „*skin to skin*“ bez pohlavního styku, což přivádí do rizika mladé dvojice provozující *petting*.

Přestože pravděpodobnost přenosu závisí na senzitivě lidského organismu, délce kontaktu a také dávce HPV, „*promořenost*“ HPV virem je uváděna až k 80 % populace a to díky vysoké infekčnosti HPV virů. Toto číslo je velice alarmující. Nejrizikovější z hlediska náklady jsou imunosuprimovaní pacienti.

Prevalence pacientů nakažených mezi 18-25 rokem (nejčastější) se pohybuje mezi 15-40 %. WHO udává, že až dvě třetiny pacientů v kontaktu s infikovaným partnerem se nakazí během prvních 3 měsíců.

Nákaza HPV virem ovšem neznamená vždy projev rakoviny. HPV infekce má velmi často asymptomatický průběh a tělo je schopno se do 24 měsíců infekce postupně zbavit díky vlastním imunitním mechanismům. Tento jev je označován jako **spontánní clearance**. Průměrný čas, který potřebuje organismus ke zbavení se HPV infekce, se pohybuje v rozsahu 7-24 měsíců – **tzv. clearingový čas**.

MÉNĚ RIZIKOVÉ PROJEVY HPV

Benigním projevem působení **low risk-HPV** jsou **Condylomata acuminata**, což jsou ve své podstatě výrůstky, nebo bradavice, které mohou postihnout mimo genitoanální oblast také ústa, hrtan, nos a spojivky. Kondylomata jsou známa už více jak 2000 let, poprvé je popsal na úplném začátku našeho letopočtu antický lékař Aulus Cornelius Celsus (25 př.n.l.–50 n.l.).

Bradavice se vyskytují buď ojedinelé, nebo v početnějších seskupeních a velice často recidivují. Onemocnění postihuje většinou oba partnery a léčba bývá velmi nepřijemná a zdoluhavá. Medikace zahrnuje lokální podání preparátů ve formě masť, či krémů (**imiquimod, podofylotoxin**), omezeně jsou podávány interferony, nebo ultrafiltrát humánních leukocytů. K chirurgickému odstranění bradavic se používají zákroky elektrickou klíčkou, skalpelem, laserovou vaporizací či ablací a kryoterapií. Problémem chirurgického zákroku je ovšem riziko deformace pohlavního orgánu, což může mít psychologický dopad na pacienta.

Pokud se HPV bradavičky objeví u malého dítěte v oblasti análního otvoru, otevírá to ještě jeden aspekt, a to podezření na sexuální zneužívání dítěte.

HIGH RISK HPV

Nádor děložního hrdla je následkem infekce vysoce onkogenním lidským papilomavirem. Nejčastěji detekované HR-HPV viry jsou typy HPV 16, 18, 31 a 45. HPV 16 a HPV 18 se podílí na vzniku rakoviny ze 70 % a tyto typy jsou také WHO oficiálně uznány jako lidské karcinogeny. Celkově jsou HPV viry odpovědné za rakovinu děložního hrdla prakticky ze 100 %.

Mezi hlavní faktory zvyšující riziko infekce lidským papilomavirem patří:

- časné zahájení sexuálního života
- pohlavní promiskuita
- multiparita
- nízký věk prvního porodu
- imunosuprese
- kouření
- podíl hormonální antikoncepce
- poranění děložního hrdla při porodu
- současné působení jiných pohlavně přenosných chorob

Multiparita patří mezi rizikové faktory u rakoviny děložního hrdla, u endometriózy naopak působí protektivně. 7 porodů zvyšuje riziko rakoviny děložního hrdla asi 4x, kouření 2x, antikoncepce užívaná kontinuálně více jak 5 let zvyšuje riziko rakoviny 3x.



Cervarix™

93%

účinnost

proti těžkým přednádorovým změnám CIN3+ bez ohledu na HPV typ (v TVC-naivní kohortě)¹

OD 1. 4. 2012 HRAZENÉ OČKOVÁNÍ*

Reference: 1. Souhrn údajů o přípravku Cervarix™

ZKRÁCENÁ INFORMACE O PŘÍPRAVKU

NÁZEV PŘÍPRAVKU – CERVARIX™ INJEKČNÍ SUSPENZE. Vakcína proti lidskému papilomaviru [typy 16, 18] (rekombinantní, adjuvovaná, adsorbovaná). **SLOŽENÍ:** 1 dávka (0,5 ml) obsahuje: Papilomaviri humani¹ typus 16 proteinum L1^{2,3} 20 mikrogramů; Papilomaviri humani¹ typus 18 proteinum L1^{2,3} 20 mikrogramů; lidský papilomavirus = HPV, ²adjuvovaný na AS04 obsahující: 3-O-decyl-4'-monofosforyl-lipid A (MPL)³ 50 mikrogramů, ³adsorbovaný na hydroxid hlinitý, hydratovaný (Al(OH)₃) celkem 0,5 miligramu Al³⁺. **TERAPEUTICKÉ INDIKACE:** Cervarix™ je vakcína určená k prevenci premaligních cervikálních lézí a cervikálního karcinomu, které jsou způsobeny určitými onkogenními typy lidských papilomavirů (HPV). Důležité informace podporující tuto indikaci viz body 4.4 a 5.1 Souhrnu údajů o přípravku. **Cervarix™ je vakcína určená k podání dívkám ve věku od 9 let. Dávkování a způsob podání:** Doporučené očkovací schéma je 0, 1, 6 měsíců. Pokud je zapotřebí očkovací schéma upravit, druhá dávka může být podána mezi 1. a 2,5. měsícem po první dávce a třetí dávka může být podána mezi 5. a 12. měsícem po první dávce. Potřeba podání posilovací dávky nebyla stanovena. Cervarix™ je určen k intramuskulární aplikaci do oblasti deltového svalů. **Kontraindikace:** Hypersenzitivita na léčivé látky nebo na kteroukoliv pomocnou látku. Aplikace vakcíny Cervarix™ musí být odložena u osob trpících akutním vážným horečnatým onemocněním. Přítomnost lehké infekce, jako je nachlazení, není kontraindikací pro imunizaci. **Zvláštní upozornění a opatření pro použití:** O individuálním očkování ženy by se mělo rozhodnout na základě předchozího rizika expozice HPV a možného přínosu očkování pro ženu. Stejně jako u všech injekčních vakcín musí být i po aplikaci této vakcíny pro případ vzácně se vyskytující anafylaktické reakce okamžitě k dispozici odpovídající lékařská péče a dohled. Zvláště u dospívajících se může jako psychologická reakce na injekční stříkačku s jehlou objevit po nebo i před očkováním synkopa (mdloba). Ta je během zotavení spojena s různými neurologickými příznaky, jako jsou přechodné poruchy zraku, parestézie a tonicko-klonické křeče končetin. Proto je důležité, aby byla v případě mdlob účinná opatření k zamezení zranění. Cervarix™ nesmí být v žádném případě aplikován intravaskulárně nebo intradermálně. Údaje o subkutánním podání Cervarixu nejsou k dispozici. Stejně jako jiné vakcíny aplikované intramuskulárně musí být i Cervarix™ podáván opatrně osobám s trombocytopenií nebo s jakoukoliv poruchou koagulace, protože po intramuskulárním podání může u takových osob dojít ke krvácení. Stejně jako u jiných vakcín nemusí být u všech očkových jedinců dosaženo ochranné imunitní odpovědi. Cervarix™ bude chránit proti nemoci způsobené HPV typy 16 a 18 a v určitém rozsahu proti nemoci způsobené určitými dalšími příbuznými onkogenními HPV typy. Proto je nutné i nadále pokračovat ve vhodných opatřeních proti sexuální přenosným nemocem. Cervarix™ je určen pouze k profylaktickému podání a nemá žádný efekt na již aktivní HPV infekci nebo klinicky přítomné onemocnění. Neprokázalo se, že by Cervarix™ měl terapeutický efekt. Očkování nenahrazuje pravidelný cervikální screening. Vzhledem k tomu, že žádná vakcína není 100% účinná a vakcína Cervarix™ neposkytuje ochranu proti všem typům HPV ani proti již existujícím infekcím HPV, zůstává pravidelný cervikální screening kriticky důležitý a má se provádět v souladu s místními doporučeními. Délka ochrany nebyla přesně stanovena. Čas podání a potřeba podání posilovací dávky (posilovacích dávek) nebyly stanoveny. O použití Cervarixu u osob se sníženou imunitní reakcí, jako jsou pacienti s HIV infekcí nebo pacienti podstupující imunosupresivní terapii, nejsou žádné údaje. Stejně jako u jiných vakcín nemusí být u těchto jedinců dosaženo odpovídající imunitní odpovědi. Nejsou žádné údaje o bezpečnosti, imunogenicitě nebo účinnosti, na jejichž základě by bylo možné podpořit vzájemnou zaměnitelnost Cervarixu s jinými vakcínami proti HPV. **Interakce s jinými léčivými přípravky a jiné formy interakce:** Jedinci, kteří dostali imunoglobulin nebo krevní deriváty během 3 měsíců před podáním první dávky vakcíny, byli ze všech klinických studií vyloučeni. **Použití s jinými vakcínami:** Cervarix™ může být současně podán s kombinovanou booster vakcínou obsahující difterii (d), tetanus (T) a pertusis [acelulární] (pa) s nebo bez inaktivované poliomelyelitidy (IPV), (dTPa, dTPa-IPV vakcíny), bez klinicky relevantní interference s protilátkovou odpovědí na některou ze složek kterékoliv z vakcín. Cervarix™ může být současně podán s kombinovanou vakcínou proti hepatitidě A (inaktivovaná) a hepatitidě B (dRNA) (HAB vakcína). Pokud je Cervarix™ podán současně s jinou injekční vakcínou, musí být vakcíny aplikovány do různých míst. Není důkaz, že by použití hormonální antikoncepce mělo vliv na účinnost Cervarixu. Podobně jako u jiných vakcín lze očekávat, že u pacientů podstupujících imunosupresivní léčbu nemusí být po očkování dosaženo odpovídající imunitní odpovědi. **Fertilita, těhotenství a kojení:** Údaje nejsou dostatečné k tomu, aby bylo možné doporučit podávání Cervarixu v průběhu těhotenství. Proto je třeba očkování odložit až na dobu po ukončení těhotenství. Očkování vakcínou Cervarix™ během kojení by se mělo provádět jen tehdy, pokud možné výhody očkování převažují možná rizika. **Nežádoucí účinky:** Velmi časté: reakce v místě vpichu včetně bolesti, zarudnutí, otok, únava, bolest hlavy, myalgie. Časté: horečka (≥ 38 °C), gastrointestinální symptomy včetně nauzey, zvracení, průjmu a bolesti břicha, svědění/pruritus, vyrážka, kopřivka, artralgie. Méně časté: závrat, infekce horních cest dýchacích, jiné reakce v místě vpichu. **Inkompatibilita:** Protože chybí studie kompatibility, nesmí být tento přípravek mísen s jinými léčivými přípravky. **Doba použitelnosti:** 4 roky. Po vyjmutí z chladničky by měla být vakcína Cervarix™ podána co nejdříve. Nicméně získané stabilní údaje značí, že vakcína Cervarix™ v jednodávkových baleních zůstává stabilní a může být podána i v případě, že byla vakcína uchována mimo chladničku po dobu až 3 dnů při teplotě 8 °C až 25 °C nebo až jeden den při teplotě 25 °C až 37 °C. **Zvláštní opatření pro uchovávání:** Uchovávejte v chladničce (2–8 °C). Chraňte před mrazem. Uchovávejte v původním obalu, aby byl přípravek chráněn před světlem. Při uchovávání ve stříkačce s vakcínou se může vytvořit jemný bílý sediment a čirý bezbarvý super natant. To však není známkou znehodnocení vakcíny. Před aplikací musí být obsah stříkačky před i po protřeptání vizuálně zkontrolován, zda neobsahuje jakékoliv cizí částice a/nebo jestli nemá změněný vzhled. Je-li patrná jakákoliv změna vzhledu, je třeba vakcínu vyřadit. Vakcína musí být před aplikací řádně protřeptána. **Druh obalu a velikost balení:** 0,5 ml suspenze v jednodávkové lahvičce se zátkou, ve velikosti balení 1, 10 a 100. **DRŽITEL ROZHODNUTÍ O REGISTRACI:** GlaxoSmithKline Biologicals s.a., Rue de l'Institut 89, B-1330 Rixensart, Belgie. **REGISTRAČNÍ ČÍSLO(A):** EU/1/07/419/001, EU/1/07/419/002, EU/1/07/419/003. **DATUM PRVNÍ REGISTRACE:** 20. 9. 2007. **DATUM REVIZE TEXTU:** Podrobné informace o tomto přípravku jsou uveřejněny na webových stránkách Evropské lékové agentury (EMA) <http://www.ema.europa.eu>. Tento registrovaný léčivý přípravek je vázán na lékařský předpis a není hrazen z prostředků veřejného zdravotního pojištění.* Úplnou informaci o přípravku najdete v Souhrnu údajů o přípravku nebo se obraťte na adresu společnosti GlaxoSmithKline. Případné nežádoucí účinky nám prosím nahleďte na cs.safety@gsk.com. Verze SPC platná ke dni vydání materiálu (1. 3. 2013).

* Dle novely zákona č. 48/1997 Sb., o veřejném zdravotním pojištění, je očkování proti lidskému papilomaviru od 1. 4. 2012 hrazené z prostředků zdravotních pojišťoven pro dívky, je-li očkování zahájeno od dovršení třináctého do dovršení čtrnáctého roku věku.

Vysoce onkogenní lidské papilomaviry se mimo rakoviny děložního hrdla (99-100 %) podílí i na vzniku dalších gynekologických ale i negynekologických nádorových onemocnění. Patří sem podíl na karcinomu análního otvoru (85-90 %), na karcinomu pochvy (60 %) a na karcinomech vulvy a penisu (50 %). Mimo to se přibližně 20 % podílí na karcinomech orofaryngu a 2 % na karcinomech dutiny ústní.

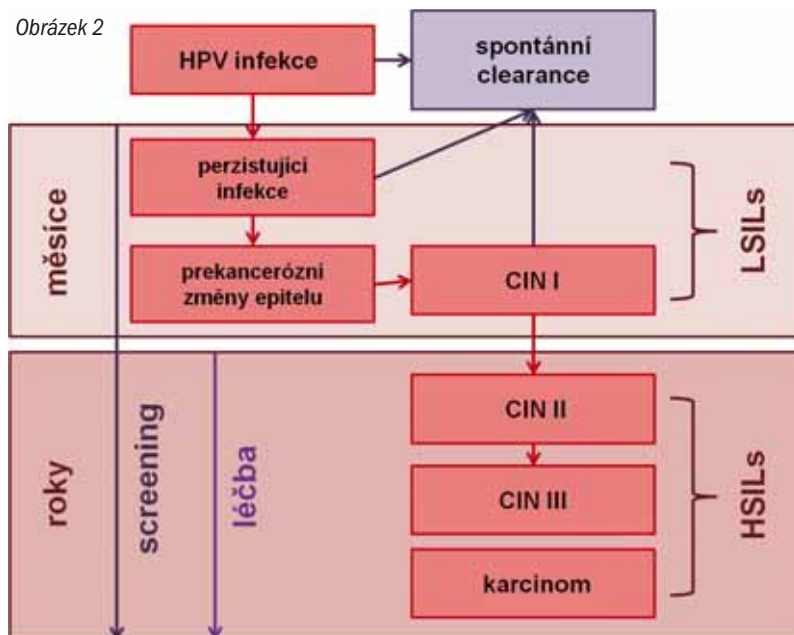
Díky aktuální znalosti etiologie rakoviny děložního hrdla lze tomuto onemocnění účinně předcházet. Většinou výše zmíněných faktorů by se sice dalo předejít, ovšem disciplína není zrovna silnou stránkou lidské populace. Naštěstí lze v dnešní době díky vědeckým objevům provádět vakcinaci proti HPV virům, což je mnohem příznivější činnost, než léčba nádorového onemocnění.

ZMĚNY NA SLIZNICI A PREKANCERÓZY

Děložní hrdlo je tvořeno z velké většiny **dlazdicobuněčným epitelem**, tedy z té vnější strany vyčnívající do pochvy. Kanál procházející středem děložního hrdla do dělohy je tvořen **epitelem žlázovým**. DNA integrace do bazálních buněk dlazdicového epitelu je prvním krokem následných epitelálních změn. Po napadení buněk HPV infekcí dochází ke změnám slizničního epitelu, které jsou označovány jako **cervikální intraepiteliální neoplázie – CIN**. Prekancerózní změny CIN jsou děleny podle stupně postižení na **CIN I**, **CIN II** a **CIN III**. Setkat se můžeme také s označením dysplazie, dysplaziální léze, nebo označením **SIL** (Squamous Intraepithelial Lesion). **LSIL** (low-grade SIL) odpovídá CIN I, jejímž projevem je mírná dysplazie. **HSIL** (high-grade SIL) zahrnuje CIN II (střední dysplazii) a CIN III (těžká dysplazie, karcinom *in situ*).

Proces změn epitelu děložního hrdla a následného rozvoje karcinomu z časového hlediska zachycuje **Obrázek 2**. Časový interval mezi perzistující infekcí a vznikem karcinomu je v rozmezí 12-15 let. Tento interval se v dnešní době obecně zkracuje. Také koinfekce se může podílet na zkrácení časového intervalu.

Obrázek 2



KLASIFIKACE

Nádorová onemocnění zahrnují několik druhů klasifikace (viz. *Pharma News 1-2/2013*). Od 1.1.2013 je v platnosti nová verze **MKN-10 klasifikace** (Mezinárodní klasifikace nemocí). Nádoru děložního hrdla náleží v MKN označení **C53**. Jednotlivé typy onemocnění jsou shrnuty v **Tabulce 1**.

Tabulka 1 – klasifikace zhoubných nádorů cervixu dle MKN-10

MKN-10	Definice
C53	Zhoubný novotvar hrdla děložního (<i>cervicis uteri</i>)
C53.0	ZN - endocervix
C53.1	ZN - exocervix
C53.8	ZN - léze přesahující děložní hrdlo
C53.9	ZN - hrdlo děložní (<i>cervix uteri</i>) NS

Tabulka 2 – FIGO klasifikace

Stadium	Projev
Stadium I	časná forma onemocnění omezená pouze na primární orgán
Stadium II	onemocnění s lokální progresí mimo primární orgán postihující přilehlé tkáně
Stadium III	onemocnění s extenzivnějším, avšak lokálním šířením
Stadium IV	výskyt metastáz

Další možnou klasifikací je **TNM-7 klasifikace** (**T – primární nádor**, **N – postižená regionální uzlina**, **M – metastázy**), která zahrnuje výskyt primárního nádoru, postižené mízní uzliny a vzdálené metastázy. S touto klasifikací koresponduje tzv. **FIGO klasifikace** (**Tabulka 2**), která dělí nádorová onemocnění podle stádií.

Rozdělení postupujících projevů onemocnění do stádií u nádorových onemocnění zahrnuje stadia 0, I, II, III a IV (budeme se touto problematikou zabývat v dalších dílech seriálu o nádorových onemocněních). Rakovina děložního čípku je sice také rozdělena do stádií, jsou zde ovšem jisté odlišnosti. Karcinom děložního hrdla a dělohy byly jedny z prvních, které byly definovány pomocí TNM klasifikace.

Původně navržené rozdělení do stádií bylo modifikováno tehdy nově vznikající **Mezinárodní gynekologickou a porodnickou federací – FIGO**. Tato odlišnost u gynekologických nádorů byla následně zachována. Aktuálně je v platnosti verze FIGO z roku 2009. Jednou z odlišností oproti běžnému dělení do stádií je absence Stadia 0. Nicméně jednotlivé

organizace při tvorbě klasifikací úzce spolupracují a oba systémy (FIGO a TNM) spolu korespondují (viz. **Tabulka 3**).

Histologické členění rakoviny děložního hrdla zahrnuje tyto nejčastější typy nádoru:

- **dlazdicobuněčný karcinom**
- **adenokarcinom endocervikální**
- **karcinom ze subcylindrických buněk**
- **nediferencovaný karcinom**

Tabulka 3 – TNM a FIGO klasifikace a příslušné projevy onemocnění

TNM	FIGO	Postižená část
Tis	/	in situ
T1	I	karcinom omezený na cervix a dělohu
T1a	IA	diagnostikováno pouze mikroskopicky
T1b	IB	klinicky zjevné nebo mikroskopické léze
T2	II	šíření mimo dělohu
T2a	IIA	bez šíření do parametria
T2b	IIB	šíření do parametria
T3	III	dolní třetina pochvy / stěna pánevní / hydronefróza či afunkce ledviny
T4	IV	šíření mimo malou pánev, sliznice močového měchýře / rekta
N1	/	regionální uzliny
M1	IVB	vzdálené metastázy

Nejčastějším typem nádoru děložního hrdla byl až donedávna **dlaždicobuněčný karcinom**, který představoval 60 - 80 % všech diagnostikovaných případů tohoto onemocnění. V poslední době ale dochází k poklesu tohoto typu a objevuje se častěji **adenokarcinom**, který je agresivnější a jeho prognóza je v porovnání s dlaždicobuněčným karcinomem mnohem horší.

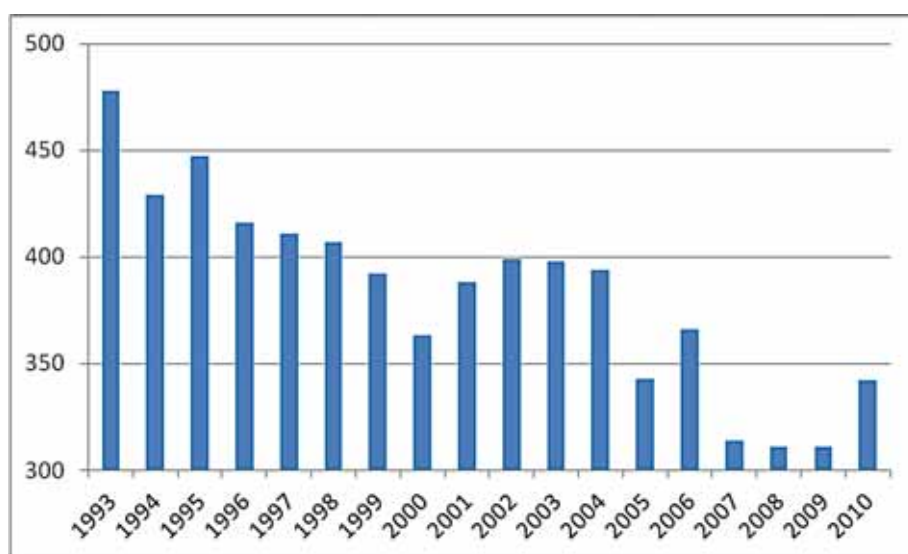
Změna zastoupení jednotlivých typů karcinomu může být dána do jisté míry také migrací obyvatelstva. Dlaždicobuněčný karcinom je typický pro HPV 16 (typický pro Evropu, Severní Ameriku a Severní Afriku), adenokarcinom má převahu u HPV 18 (typický pro Asii). Horší prognóza vychází také z faktu, že epitel kanálu procházejícího děložním hrdlem je hůře dostupný cytologickému stěru. V takovém případě je velkým přínosem využití ultrazvukového vyšetření, které ukáže na změny v této oblasti.

STATISTICKÉ HODNOCENÍ

Ročně je v České republice evidováno kolem 1000 pacientek a až třetina z nich na následky tohoto nádorového onemocnění umírá. To jsou z hlediska prognózy nepříliš příznivá čísla. **Graf 1** znázorňuje počty úmrtí na diagnózu C53 v letech 1993 - 2010 (data dle WHO). Z grafu je patrný výrazný pokles po roce 2006. Tehdy byla zavedena vakcinace proti HPV virům. Je nepravděpodobné, že by tento propad mohl být už následkem vakcinace pacientek, efekt vakcinace se projeví pravděpodobně mnohem později. Pokles mortality by mohl být spíše následkem medializace a zvýšení počtu preventivních prohlídek v tomto období a tedy i včasnému zachycení onemocnění.

V celosvětovém měřítku se Česká republika pohybuje v počtech úmrtí na diagnózu C53 (vztaženo na 100 000 obyvatel) mezi 20. - 35. místem.

Graf 1



DIAGNOSTIKA

Přes všechny statistické údaje, karcinom děložního hrdla je velmi dobře preventabilním nádorem lidského těla. Diagnostika díky dnešní znalosti hlavního etiopatogenetického faktoru - **infekce lidským**

papillomavirem (HPV - human papillomavirus) - a kvalitního screeningu schopna zachytit i přednádorová stádia onemocnění.

Samotná infekce HPV virem a raná stadia nádorového onemocnění jsou bezpříznaková. Prvními příznaky jsou změny epitelu děložního hrdla, které jsou snadno zjistitelné. Proto základem vyšetření a současně prevencí by mělo být **každoroční preventivní gynekologické vyšetření** ženy, které by mělo zahrnovat stěr buněk z čípku a kolposkopii. Každoroční prohlídka pacientky by tak měla zabránit odhalení nemoci až v pokročilém stavu. Bohužel k pravidelným prohlídkám u gynekologa chodí stěží 50 % žen.

Celosvětově je u nádorových onemocnění s vysokým rizikem kladen důraz na **tzv. adresné zvaní**. Na této podpoře preventivního screeningu pracuje v současné době i Česká republika.

Základem vyšetření děložního hrdla jsou tedy **cytologie** (stěr buněk z děložního hrdla) a **expertní kolposkopie** (podrobné prohlédnutí povrchu čípku).

Tabulka 4 - přehled vyšetřovacích metod

Vyšetření	Charakteristika
základní vyšetření	anamnéza, interní vyšetření, biochemie krve a moči
RTG	srdce, plíce
histologie	určení typu nádorových buněk
ultrazvuk	vaginální a rektální, posouzení parametrů u makroskopických nádorů
tumor markery	SCC, Cyfra
gynekologické vyšetření	dva nezávislé onkogynekologové, včetně rektálního posouzení parametrů
CT	břicho, retroperitoneum a malá pánev, posouzení urologického systému, retroperitonea a regionálních lymfatických uzlin
NMR	plánování zákroků
PET a PET/CT	překontrolování stavu u pokročilých stádií onemocnění před radikálními výkony

4) a kvalita provedené diagnostiky je základem pro přesné určení stádia onemocnění a tedy i správný výběr léčebného programu, který bude pro pacientku nejvhodnější.

LÉČBA

K léčbě rakoviny děložního čípku lze použít všechny tři možnosti nádorové léčby - **chirurgický zákrok, radioterapii i chemoterapii**. Výběr metody závisí na stádiu onemocnění, ale může být také ovlivněn přáním pacientky. Z hlediska stádia onemocnění zahrnuje C53 léčbu **kurativní, adjuvantní a paliativní**.

Zde je nutné podotknout, že obecně léčba spojená s invazivním zásahem do lidských genitálií může být vysoce frustrující a deprimující. Přestože jsme už upozorňovali na fakt, že při léčbě nádorových onemocnění je důležité odborné přispění psychologů a psychiatrů, u rakoviny prsu a genitálních nádorů je jejich podíl na léčbě ještě mnohem důležitější. V pří-

padě viditelných deformit se může pacientka cítit méněcenná, což může mít velmi vážný vliv na její další osobní život.

CHIRURGIE A RADIOTERAPIE

Chirurgický zákrok je primární metodou pouze u časných stádií rakoviny (do stádia IIA), u pokročilejších stavů pak nastupuje jako primární metoda radioterapie. Chirurgické zákroky lze rozdělit na dva hlavní celky, z nichž ten první zahrnuje **fertilitu zachovávající výkony** a ten druhý výkony spojené s **hysterektomií** (chirurgické odstranění dělohy a okolní zasažené tkáně).

Mezi fertilitu zachovávající výkony patří tzv. **konizace čípku** (operativní odstranění poškozené tkáně), což je výkon, který lze uplatnit do stádia IA1. Důležité je, aby nádor byl dostatečně a správně vyšetřen. Pokud je karcinom jasně invazivní, je tato metoda už nevhodná.

Ročně je provedeno až 12 tisíc konizací. U zákroku je důležité přesné naplánování, aby nedošlo k porušení **vnitřní branky děložního hrdla (Obrázek 1)**, která se uzavírá v případě, že je žena těhotná. Při narušení této části děložního hrdla žena není často schopna dítě donosit, případně porodit předčasně.

V případě podezření na nádorové onemocnění následuje **HPV typizace** (testy na přítomnost lidského papillomaviru). V případě pozitivního nálezu je indikována řada vyšetření s cílem onemocnění co nejlépe zmapovat. Přesnost výběru metod (**Tabulka**



Tento zákrok také zvyšuje četnost porodů císařským řezem.

Radioterapie je indikována při stádiích vyšších než IIA, nebo při nemožnosti využít chirurgický zákrok. Další indikace může souviset s přáním pacientky, nebo v případě nesouhlasu s provedením chirurgického zákroku. Dalšími indikacemi pro radioterapii může být recidiva, nebo progresse onemocnění. Radioterapie je velice pečlivě plánována za dozoru týmu onkogynekologů a radiologů.

Radioterapie ovšem přináší i svá negativa. Poradiacní jizvení poševní stěny může velice negativně ovlivňovat sexuální aktivitu pacientky.

U rakoviny děložního hrdla se využívá dvojího druhu radioterapie, **teleradioterapie** (běžná zevní radioterapie, *tele* = z dálky), a **brachyterapie** (*brachys* = krátký). Zatímco u zevní radioterapie je zdroj záření umístěn mimo organismus pacientky, při brachyterapii se zavádí zdroj záření do bezprostřední blízkosti postiženého orgánu. Tato terapie vyžaduje zavedení speciálních aplikátorů (bez zdroje záření), které se provádí v krátkodobé anestezii. Poté následuje buď rentgenové vyšetření a 2D plánování ozařování, nebo vyšetření magnetickou rezonancí a 3D plánování. Obojí se děje již při plném vědomí. Následně jsou zavedeny zdroje záření do aplikátorů, k ozařování se využívá automatický afterloadingový ozařovač.

Brachyterapie se aplikuje v kombinaci se zevní radioterapií, nejčastěji v třetí týdně zevního ozařování. **Kurativní** (léčebná) brachyterapie se zavádí jako alternativa chirurgického zákroku od IIB stadia, v kombinaci s teleradioterapií, případně s podáním cisplatin. **Adjuvantní** (pomocná) terapie je indikována po radikálním chirurgickém zákroku bez známek metastáz v lymfatických uzlinách.

CHEMOTERAPIE

K léčbě rakoviny děložního hrdla se využívají běžná cytostatika buď v monoterapii, nebo v kombinovaných režimech. Základem léčby je cisplatin, která využívá obě možnosti podání, jak v monoterapii, tak v kombinovaném podání s dalšími cytostatiky nebo doplňkovými léčivými. **Tabulka 5** nabízí příklady cytostatik a léčebných kombinací.

Cisplatin může být podávána také současně s radioterapií, případně v neoadjuvantní léčbě. Součástí chemoterapeutických režimů mohou být také léčiva mírnící nežádoucí projevy cytostatické léčby na pacienta. Jednou z látek, které se takto používají, je **mesna** (Uromitexan amp.), které se používá k potlačování nežádoucího efektu ifosfamidů a cyklofosfamidů na močové cesty. Dalšími látkami jsou například léčiva potlačující nevolnost.

NÁSLEDNÁ PÉČE

Vyléčením nádorového onemocnění péče o pacientku nekončí. Systém kontrol předchází riziku progresse při recidivujícím onemocnění. Intervalů poléčebných

kontrol (tzv. **follow up**) jsou zpočátku velmi krátké (každé 3 měsíce) s prodlužováním doby od ukončení léčby se i intervaly kontrol prodlužují, nejprve na půlroční a následně na roční kontroly. Tato vyšetření zahrnují kompletní gynekologickou prohlídku, biochemické vyšetření krve, případně sonografická a rentgenová vyšetření.

V případě, že byla recidiva odhalena, následná léčba se odvíjí od aktuálního stavu pacientky, předchozí léčby a rozsahu recidivy onemocnění.

OČKOVÁNÍ PROTI HPV VIRŮM

Rakovina děložního hrdla zaujímá dlouhodobě přední příčky ve statistikách nádorových onemocnění u žen. Výzkum ovšem posunul možnosti prevence do úplně jiného úhlu pohledu. V roce 2008 získal Nobelovu cenu německý virolog **Harald zur Hausen** (*11.3.1936) za objasnění podílu lidského papilomaviru právě na vzniku rakoviny děložního hrdla. Vývoj očkovací látky s sebou přinesl velké šance pro účinnou prevenci vzniku tohoto onemocnění. Vakcinace proti HPV dává možnost rapidně snížit výskyt alespoň jednoho z velkého množství typů rakoviny.

A jak je to s protilátkami? Po styku organismu s HPV infekcí si tělo tvoří jisté množství protilátek. Ty přetrvávají v organismu i po spontánní clearance. To je také důvod, proč se typizace HPV provádí ze stěru a nikoliv ze séra, protože výsledky krevních testů by nebyly nijak průkazné. Toto vyšetření ukáže, zda jsou přítomny HR-HPV nebo LR-HPV. Přirozeně vytvořené protilátky ovšem nejsou díky nízké koncentraci (9-14x nižší než po vakcinaci) schopny zajistit protektivitu organismu. K vakcinaci je použita viru podobná látka **VLP** (virus-like particle), tvořená hlavním kapsidovým proteinem L1. V České republice jsou registrovány 2 vakcíny k prevenci HPV. Obě vakcíny jsou vyrobeny DNA rekombinantní technologií na živém mediu. Jsou to **Cervarix** a **Silgard** (v zahraničí známá pod názvem Gardasil). Souhrn základních informací je obsažen v **Tabulce 6**.

Na vzniku rakoviny děložního hrdla se nejčastěji podílí tyto HR-HPV (v sestupném pořadí):

- HPV 16 – 47,8 %
- HPV 18 – 29,0 %
- HPV 45 – 12,3 %
- HPV 31 – 1,2 %

Vakcinace proti onkogenním HPV zahrnuje pouze dva nejčastější typy – 16 a 18. To by teoreticky znamenalo, že pokud člověk přijde od kontaktu s některým vzácně-

Tabulka 5 – přehled cytostatické léčby

Látka	Kombinováno s
cisplatin	ifosfamid, cyklofosfamid + docorubicin, paklitaxel, topotekan
karboplatina	ifosfamid, paklitaxel
ifosfamid	ciplatin, karboplatina
cyklofosfamid	ciplatin
doxorubicin	ciplatin
paklitaxel	ciplatin, karboplatina
topotekan	ciplatin

Tabulka 6 – základní charakteristiky HPV vakcín

Charakteristiky	Cervarix	Silgard
Výrobce	GlaxoSmithKline (GSK)	Merck (MSD)
Typy HPV	16, 18	6, 11, 16, 18
Objem vakcíny	0,5 ml	0,5 ml
Očkovací schéma	0, 1, 6 měsíců	0, 2, 6 měsíců
Obsah proteinů	16 (20 µg), 18 (20 µg)	16 (40 µg), 18 (20 µg) 6 (20 µg), 11 (40 µg)
Prokázaná účinnost	věk 15 – 25 let	věk 16-26 let
Imunogenicita	věk 10-25 let	věk 9-15 let
Doporučený věk vakcinace	9+	9+
Místo vakcinace	rameno	rameno
Indikace	prevence premaligních cervikálních lézí a cervikálního karcinomu	prevence premaligních cervikálních lézí, cervikálního karcinomu a genitálních bardoavic

Tabulka 7 – procentuální účinnost zkřížené protekce u dostupných vakcín

	HPV typ	Cervarix	Silgard
Příbuznost s HPV 16	HPV 31	87,5 %	55,6 %
	HPV 33	68,3 %	19,1 %
	HPV 35	62,5 %	13,0 %
	HPV 52	27,6 %	14,7 %
	HPV 58	28,5 %	31,5 %
Příbuznost s HPV 18	HPV 39	74,9 %	37,5 %
	HPV 45	81,9 %	0 %
	HPV 59	80,0 %	39,9 %
	HPV 68	26,8 %	///
Ostatní	HPV 51	54,4 %	16,3 %
	HPV 56	46,1 %	-13,7 %
	HPV 66	56,4 %	///

Ším typem onkogenního HPV viru, mohlo by i přes vakcinaci dojít k propuknutí onemocnění. Z fylogenetického hlediska jsou si některé HPV viry bližší. Tak například HPV 16 vykazuje podobnost s HPV 31, 33 a 52. HPV 18 zase podobnost s HPV 45. Na základě této podobnosti a vývojové příbuznosti lze vysvětlit také pozorovaný efekt vakcín označovaný jako **zkřížená protekce**. Bylo zjištěno, že dostupné vakcíny působí i na další vysoce onkogenní HPV viry. Účinnost jednotlivých vakcín formou zkřížené protekce je různá (Tabulka 7).

Je důležité, aby byla pacientka očkována před tím, než přijde do kontaktu s HPV virem. To zajišťuje maximální využití a účinnost vakcinace. Vzhledem k faktu, že incidence adenokarcinomu postihující žilázový epitel kanálu děložního hrdla stoupá a tento typ nádorového onemocnění postihuje mnohem mladší ženskou populaci než dlaždičobuněčný karcinom, je velice důležité aby vakcinace u mladých dívek proběhla v co nejranějším věku (ideální je 15. rok).

Po sedmi letech vakcinace proti onkogenním HPV virům vyvstává několik otázek. Díky zkřížené protekci by bylo teoreticky možné chránit ženy, které již přišly do kontaktu s HPV virem proti ostatním typům HR-HPV. Také by bylo možné chránit stejné typy epitelů proti vnitřnímu přenosu viru z děložního hrdla do jiných částí těla. Přestože vakcinace byla primárně určena pro ženy, díky promiskuitě by vakcinace mužů mohla snížit celkovou promořenost populace HPV viry. Přestože se u vakcinace předpokládalo, že bude jednorázová, lékaři díky novým poznatkům z ukončených studií diskutují možnost revakcinace (booster) kvadrivalentní vakcíny, z důvodů její snižující se protektivitu v závislosti na čase.

Od 1.4.2012 je očkování proti lidskému papillomaviru (3 vakcíny) pojišťovnou hrazeno pro dívky ve věku od dovršení 13. roku do 14. roku věku. Pro úhradu je důležité, aby první vakcína byla aplikována v tomto věkovém rozhraní. Plně je hrazena bivalentní vakcína, na kvadrivalentní vakcínu je potřeba si připlatit.

DŮLEŽITÁ ÚLOHA LÉKÁRNÍKA

Rakovina děložního čípku asi nebude onemocnění, které by pacientka konzultovala se svým lékárníkem. Nicméně znalost prvních příznaků, možnosti preven-

ce mladých pacientek, důležitost pravidelných prohlídek, to vše může být tou důležitou informací, která možná některé ženě změní budoucnost.

CO ŘÍCI NA ZÁVĚR?

Rakovina děložního čípku patří aktuálně k nejvíce preventabilním nádorovým onemocněním. Přesto statistická data ukazují na jedno s nejvíce rozšířených nádorových onemocnění u žen. Možnost očkování proti lidským papillomavírům nám přináší možnost zvrátit statistiku tohoto konkrétního nádorového onemocnění, kterou bychom neměli promarnit.

- vakcinace mladších pacientek
- vyhýbání se rizikovým faktorům
- zdravá životospráva
- preventivní gynekologické prohlídky

A na úplný závěr: „Věda přináší pouze možnosti, rozhodnutí je na nás.“

RNDr. Lenka Grycová, Ph.D.

Zdroje:

de Villiers EM, et al.: *Classification of papillomaviruses*, *Virology*, 2004; 324, 17.

Poršová M., et al.: *Lidský papillomavirus*, *Medicina pro praxi*, 2008, 5, 218.

Sláma J.: *Očkování proti HPV*, *Klinická farmakologie a farmacie*, 2008, 22, 153.

Halada P.: *Význam očkování proti HPV v prevenci adenokarcinomu děložního čípku*, *Pediatric pro praxi*, 2010, 11, 135.

Mouková L., Feranec R.: *Lidský papillomavirus z pohledu onkologie*, *Onkologie*, 2010, 4, 243.

MOU: *Co potřebujete vědět o nádorech čípku děložního*, 2005, Brno.

Karcinom děložního čípku - studijní materiál Masarykova onkologického ústavu v Brně.

Summary of Product Characteristics, <http://www.medicines.org.uk>

MKN-10 – Mezinárodní klasifikace nemocí, 11. verze, 2013.

TNM 7 – Klasifikace zhoubných novotvarů, 7. vydání, česká verze 2011.

Přednášky gynekologické onkologie, XXXVII. Brněnské onkologické dny, 2013.



INSPIRACÍ PRO MĚ JSOU LIDI. SNAŽÍM SE MÍT VŽDY OČI OTEVŘENÉ.



Otázky pro Miroslava Hejdu

ale prvním vstupem se může vše změnit. Miluju improvizaci. Možná i proto, že je podstatně náročnější než odříkávání textu ze scénáře. Lehké úkoly člověka neposouvají.

V TALKSHOW LIMUZÍNA SE SETKÁVÁTE S MNOŽSTVÍM OSOBNOSTÍ ČESKÉ I SLOVENSKÉ KULTURNÍ SCÉNY. JE NĚJAKÉ NATÁČENÍ, NA KTERÉ OBZVLÁŠTĚ RÁD VZPOMÍNÁTE?

Když jsem Limuzínu připravoval, měl jsem jediné přání. Aby to byl netradiční pořad. I proto padla volba na tohle mobilní studio. Dá se kamkoliv dojet, třeba na koncert hosta a cokoliv vymyslet. A tak je to i s hosty. Každý díl je unikátní. Bylo fajn, když přišla Lucie Bílá a přinesla kafe nám oběma. Vzpomínám i na Dana Nekonečného, se kterým natáčení trvalo 3x déle než normálně. Připravoval konfety, zvířátka a pyrotechniku. Jiný host zase odkryl svoje citlivé místo v srdci. Na každého hosta bych si dokázal vzpomenout. Moc mě těší, že je divácky pořad velmi úspěšný, což v době, kdy jsem pořad jako producent i moderátor chystal, byl trochu nedostizný sen. Dnes skutečnost.

POKUD SE NEPLETU, V BLÍŽE NESPECIFIKOVANÝ LETNÍ DEN VÁS ČEKÁ VSTUP DO SVAZKU MANŽELSKÉHO SE ZOROU KEPKOVOU, KTEROU JSTE MINULÝ ROK TAK ORIGINALNĚ POŽÁDAL V PŘÍMÉM PŘENOSU O RUKU. MŮŽETE NÁM UŽ TEĎ NĚCO „PRÁSKNOUT“ NEBO SVATBA PODLÉHÁ PŘÍSNÉMU UTAJENÍ?

Děkuju, že říkáte originálně. Bylo to hlavně pro nás dva, náš životní zážitek. Zorka skutečně nic netušila. Že to nabere tak pozitivní divácké reakce, mě překvapilo. Utajit se podařil i následný oběd přímo na Petřínské rozhledně, procházka po hradu nebo večeri na lodi. Byl to rozhodně životní zážitek.... A tak to chceme i v den svatby.

VAŠE BUDOUCÍ MANŽELKA JE ROVNĚŽ ZNÁMOU MODERÁTKOU – PROMÍTÁ SE PRÁCE I DO VAŠEHO SOUKROMÉHO ŽIVOTA, ČILI ZKRÁTKA, NEKECÁTE DO TOHO OBČAS JEDEN DRUHÉMU?

Myslím, že dříve jsem do toho kecal jen já jí. Obávám se, že po svatbě už se to otočí naopak (směje se). Zorku jsem do rádia Kiss Proton nabíral jako sympatickou slečnu absolutně bez zkušeností. Tehdy u nás

DNES UŽ JSTE V PODVĚDOMÍ VEŘEJNOSTI NESMAZATELNĚ ZAPSÁN COBY MODERÁTOR VYVOLENÝCH, TALKSHOW LIMUZÍNA A MNOZÍ JISTĚ VZPOMENOU I VAŠE PŮSOBNÍ V REGIONÁLNÍM ZPRAVODAJSTVÍ TV PRIMA, ČI V RÁDIU KISS PROTON. ZAJÍMALO BY MĚ, CO BYLO TÍM PRVOTNÍM IMPULSEM, KTERÝ VÁS PŘIVĚDL K MODEROVÁNÍ. NEPŘEDPOKLÁDÁM, ŽE TO BYLO VAŠE VYSNĚNÉ ZAMĚSTNÁNÍ JIŽ OD DĚTSKÝCH LET?

Pravda je, že k vysněnému automobilovému závodníkoví to má daleko. Byla to asi náhoda. Vždy jsem miloval auta, a když mi bylo 18, rádio hledalo do promo týmu řidiče. Tady jsem začínal. Jezdil po akcích, lepil plakáty i podával šroubovák. Teprve až po 2 letech jsem zkusil šanci za mikrofonem. Pak už vše nabralo slušné obrátky, ale prvopočátek byl asi fakt náhoda.

O VAŠEM DĚTSTVÍ TOHO KONECKONCŮ TAKÉ NENÍ PŘÍLIŠ ZNÁMO, MÁTE JEŠTĚ NĚKDE ZASUTÉ TAKOVÉ TY ŠTĚSTNÉ I SMUTNÉ „PRVNÍ VZPOMÍNKY“ NA DĚTSTVÍ, O KTERÉ BYSTE SE MOHL PODĚLIT?

Smutných naštěstí moc není. Jezdil jsem jako malý kluk na kole, závodil jsem na BMX. Po rozvodu rodičů, což je asi jediná smutná událost dětství, jsme se stěhovali do jiné části Plzně a kola jsem nechal. Hrál

jsem pak docela dlouho na kytaru, ale na tu se teď taky trochu práší. Nedávno jsem si koupil bicí, jenže času na trénink taky moc není. Co mi ale zůstalo, je vášeň pro auta. Chodíval jsem už jako kluk hodiny po bazarech a jen se díval. Pamatuju si, kolik pro mě znamenalo sedět poprvé na předním sedadle spolujezdce. Záliba v auta mě nepustila. Jen teď už se stala dost drahým sportem (směje se).

CO VÁM ZPOČÁTKU NA MODEROVÁNÍ PŘIŠLO NEJTĚŽŠÍ?

Jednoznačně je to získání respektu a pozornosti publika. Je to vlastně psychologie. Hodně lidí říká, ty se máš – jen si to odkecáš a jdeš. Ale to může říct, jen ten, kdo to nezkusil. Stoupněte si před dav, mluve a bavte je, získajte si je – ať vás vnímají a ideálně respektují. Člověk musí být v obrovské vnitřní pohodě. Tlak je vyvíjen od více skupin – od pořadatelů, od klientů co akci financují, od lidí co stojí u podia a chtějí se bavit. A do toho přicházíte na podium a všem musíte splnit jejich očekávání.

CO SE VAŠÍ PROFESE TÝKÁ, MÁTE NĚJAKÝ VZOR? NĚKoho, KE KOMU VZHLIŽÍTE, KDO VÁS INSPIRUJE?

Inspirací pro mě jsou lidi. Snažím se mít vždy oči otevřené. Člověk si může připravit hodně věcí dopředu,



pracovala jako hosteska. Byla zapálená a věřil jsem, že by to mohlo klapnout. Vztah to byl pouze pracovní. Asi až rok poté, jsme spolu začali chodit. Když se

podívám dnes, kam se dostala během pár let, mám z toho tedy radost nejen jako partner.



PŘIHOŘEL SE VÁM NĚKDY BĚHEM MODEROVÁNÍ NĚJAKÝ PĚKNÝ TRAPAS? (NIC TAK NEPOTĚŠÍ SRDCE DIVÁKOVY, JAKO PERNÁ CHVILKA MODERÁTORA, ŽE?:)

Byla by to nuda, kdyby se nestal. Nedávno se mi v limuzíně povedl brept – kdy jsem mluvil o Pavlovi Vohnoutovi. Ze mě všem vypadlo jméno Hovnout... Měl jsem šanci to vystříhnout, ale neudělal jsem to. Věřím, že některé moje perná chvílka potěšila (směje se).

VYPADÁTE V DOST DOBRÉ FYZICKÉ KONDICI. VĚNUJETE SE S OBLIBOU NĚJAKÝM SPORTOVNÍM AKTIVITÁM?

Děkuju, nosíte čocky, když nevidím brýle? (smích) Mám vše od přírody. Do posilovny chodím pravidelně – jednou ročně. A to ještě když mě kamarád ukecá. Hraju sice každý týden fotbalík a všeobecně se snažím sportovat. Ale to jen, abych netloustnul. Nejsem typ kulturisty, co na těle ladí svaly.

CO VY A PĚČE O ZDRAVÍ? MÁTE NĚJAKÉ PEVNÉ ZÁSADY, CO SE STRAVY A ŽIVOTNÍHO STYLU OBCENĚ TÝČE?

Určitě nad tím minimálně přemýšlím. Jinak asi jedu stravovací sinusoidu. Když jsem v pocitu, že jsem se cpal, začnu držet klidně i dietu. Pak mám radost, že jsem zhubnul, tak si večer ugriluju. Ideální kompromis se mi moc nedaří. Ale přemýšlím o tom, co jím. A tomu tak dříve nebylo...

K TOMU MĚ JEŠTĚ NAPADÁ – JAKO RODILÝ PLZEŇÁK – PIVEČKO A OBDOBNÉ DOBROTY, POVOLUJETE SI?

Jak říkají plzeňští fotbalisté – tak určitěěě. Nejsem přehnaný pivař, ani žrout sladkostí. Ale člověk si má občas dopřát. Někdy si připadám ve věku, kdy to začíná být jistým druhem orgasmu. A kdo by něco takového odmítl?

KROMĚ ZMÍNĚNÉ SVATBY VÁS LETOS TAKÉ ČEKÁ OSLAVA 30. NAROZENIN, PLÁNUJETE NĚJAKOU VĚTŠÍ OSLAVU?

Abych byl upřímný, nedávno mi to odtajnila Zorka. Vůbec mi to vlastně nedošlo, že už je tu třicítka. Něco určitě udělám. Spojím to pravděpodobně se stavbou domu. Když mi bylo 18, slíbil jsem si, že do 30 chci mít svůj vysněný dům. Letos zahajujeme stavbu, tak určitě oslava proběhne i tam.

OBLÍBENÉ MOTTO NEBO CITÁT, KTERÝ S OBLIBOU POUŽÍVÁTE?

Lidé rostou s úkoly! Pevně doufám, že to nikdo dříve neřekl a jednou si ho nechám zaregistrovat na své jméno. (směje se) Je to mé osobní motto. Splnit úkol, co si člověk zadá sám. To mě posouvá do míst dříve absolutně nemožných.



ZBÝVÁ VÁM ČAS NA NĚJAKÉ ZÁLIBY A KONÍČKY? ČEMU SE RÁD VĚNUJETE, KDYŽ ZROVNA NENÍ CO NA PRÁCI?

Zima je pro mě hlavně pracovní. Rádio, natáčení, plesy, klientské večírky, diskotéky a další práce. V létě se přepínám a snažím se více odpočívat. Mám rád léto. Zahrada, voda, výlety, čtyřkolka a jakýkoliv aktivní odpočinek. Neumím moc sedět na houpačce a koukat jak mraky plují.

COKOLIV, CO BYSTE RÁD ŘEKL NEBO KOMENTOVAL, ALE NIKDO VÁM K TOMU JEŠTĚ NEDAL PROSTOR? SEM S TÍM....

Když potřebuju, tak si k tomu prostor udělám (směje se). Ale poselství tedy zanechám. Užijme si! Přijde mi, že se poslední dobou mluví už jen o věcech negativních. Všichni lítáme a něco řešíme. Život není jen práce, finanční krize nebo třeba závistivé reakce okolí. Stejně jsou to nakonec jen lidské maličkosti, které nás dělají šťastnými...

Za odpovědi děkuje Filip Rosenbaum

Eucerin®

Redukce pigmentových skvrn!

MEDICÍNSKÁ PÉČE PRO KRÁSNOU PLEŤ

ODBORNÉ PORADENSTVÍ ☎ 466 029 444 WWW.EUCERIN.CZ

Pleťové krémy Eucerin Even Brighter Clinical viditelněa potlačují jejich další tvorbu.

Pomůcka: erg	Lepidlo na tapety	Cukerný roztok	Anglicky „vejce“	Iniciály prozaika Mailera	Plochá střecha		Pouzdro	Stírač prachu	Římská čtyřka	Vznáseti se		Vesna	Tropické ovoce	Žnouti
Vojenský odvod (zast.)						Jméno atleta Zátopka Kudly					Tibetský tur			
2. díl tajenky											Souhlas Pobídka			
Saharská poušť				Hlíst Tiskařské písmo					Opěrná zed' Náspy					
Slepičí slabika			Ruka 3. díl tajenky					Obyvatelé Belgie Astronom. jednotka						
Utkvělá představa							Část nohy Vlhko					Chem. zn. Astatu Experiment		
	Krém	Plovoucí kus ledu Fr. módní salon				Africký stát Chem. zn. Holmia						Hafani Suchý přístav		
Římských 1545					Vysoké kopce Hrdlo					Špádová karta Mrchožrout			Části vozů	Kaprovitá ryba
Anglicky „vzduch“				Výhřevné palivo Starořím. platidlo					Dravý pták Ruský souhlas					
Akustický lokátor						1. díl tajenky								
Rychlý běh						Rýna					Vidina ve spánku			

Tajenku zasílejte na adresu Pharma News, Jakobiho 326, 109 01 Praha 10 – Petrovice, na e-mail: pharmanews@pharmanews.cz nebo SMS na tel.: 777 268 259 do 30. 8. 2013. 10 luštitelů odměníme. **Výherci křížovky z března 2013:** Božena Meltrová, Pardubice; Dagmar Macků, Brumlov-Bylnice; Růžena Puncmanová, Mnichovo Hradiště; Marcela Koupilková, Praha 10; Miroslava Černá, Bučovice; Jana Vokrouhlíková, Petrovice u Sedčian; Jitka Vrbová, České Budějovice; Petra Horáčková, Dobruška; Lenka Saláková, Přeštice; Stejskal Jaroslav, Vesec

POZVÁNKA NA ODBORNÉ KONFERENCE PRO FARMACEUTICKÉ ASISTENTY A LÉKÁRNÍKY

BRNO 26. 9. 2013

**ODPOLEDNÍ KONFERENCE PHARMA NEWS
(13:30 – 20:15 HOD.)**

Termín: 26. 9. 2013

Místo: HOTEL HOLIDAY INN, Křížkovského 20

Registrační poplatek: 300,-Kč platba na místě při registraci nebo 250,-Kč bankovním převodem.

Zajistíme pro vás maximální počet kreditů a bodů dle platné vyhlášky.

ODBORNÝ PROGRAM:

Témata odborných přednášek budou v průběhu června doplněny na naše webové stránky



HRADEC KRÁLOVÉ 3. 10. 2013

**ODPOLEDNÍ KONFERENCE PHARMA NEWS
(13:30 – 20:15 HOD.)**

Termín: 3. 10. 2013

Místo: HOTEL TEREZIÁNSKÝ DVŮR, Jana Koziny 336 **(NOVĚ)**

Registrační poplatek: 300,-Kč platba na místě při registraci nebo 250,-Kč bankovním převodem.

Zajistíme pro vás maximální počet kreditů a bodů dle platné vyhlášky.

ODBORNÝ PROGRAM:

Témata odborných přednášek budou v průběhu června doplněny na naše webové stránky



Možnost přihlášení on-line na www.pharmanews.cz

PŘED APLIKACÍ

4. TÝDEN

8. TÝDEN

12. TÝDEN

Redukuje pigmentové skvrny
pro zářivě sjednocený tón pleti

SPF 30

NOVINKA



EUCERIN EVEN BRIGHTER CLINICAL s vysoce účinným B-resorcinolem působí na tvorbu a zesvětlení pigmentových skvrn přímo v místě jejich vzniku. Plet' tak získává zářivější a sjednocenější tón již za 4 týdny! Následné pravidelné používání zaručí ještě výraznější efekt. **KLINICKY POTVRZENO.**

Eucerin

MEDICÍNSKÁ PÉČE PRO KRÁSNOU PLEŤ

