O ČEM SE MLUVÍ

CZEDMA magazín

zajímavosti ze světa zdraví a in vitro diagnostiky

Ing. Petr Šmídl CSc. prof. MUDr. Jaroslav Racek, DrSc. RNDr. Jaroslav Loucký

„Pokud jde o úroveň laboratorních služeb a situaci v laboratořích, nemáme se při srovnání se zeměmi západní Evropy vůbec zač stydět," říká profesor Racek.

Chcete rozumět svému lékaři?
Rakovina děložního čípku
Štítná žláza
Ženy a infarkt
Zdravotní gramotnost národa
FAQ

CZEDMA magazín | 1/2016
www.czedma.cz

Lab Tests Online CZ

internetové stránky o laboratorních vyšetřeních

- Popis laboratorního vyšetření a jeho význam
- Okolnosti, za jakých laboratorní vyšetření souvisí s dalšími vyšetřeními
- Nové možnosti v testování, ovlivňující zdravotní péči
- Odpovědi na nejčastěji se vyskytující dotazy
- Vysvětlení screeningových programů pro děti, dospělé i nastávající maminky

www.labtestsonline.cz

Editorial

Vážení a milí,
vše nějak začíná a Vy dostáváte do rukou první vydání CZEDMA magazínu, časopisu České asociace výrobců a dodavatelů diagnostik in vitro. Jak a proč vlastně vznikl tento magazín?
Již více jak před osmi lety jsme ve spolupráci s evropskou asociaci EDMA a odbornou lékařskou společnosti ČSKB začali provozovat informační portál o laboratorní diagnostice – LabTestsOnline.cz. Kdo jej nezná, může se podívat na www.laboratornitesty.cz. Tento portál jsme postupně doplňovali o další a další informace o laboratorních testech, rozšířili o řadu nemocí a screeningových testů a programů, až na něm v současné době můžete nalézt více jak 260 laboratorních vyšetření, 80 nemocí a 9 screeningových programů.
LabTestsOnline.cz jsme začali také podporovat různými populárně naučnými články jak v tištěných, tak i elektronických mediích. A na najednou byla k dispozici doslova velká hromada zajímavých článků, které mají dlouhodobou platnost a mohou pořád zaujmout čtenáře. Bohužel tak jak rychle mizejí tištěné časopisy, tak se ztrácely také tyto články. Zůstávaly uložené někde hluboko v koši. Protože jsme se usnesli, že je to škoda, rozhodli jsme se dostat tyto zajímavé články k co nejširšímu okruhu čtenářů. Ti si je budou mít možnost prohlédnout kdykoli nejen v tištěné formě, ale i ve svých mobilních zařízeních a počítačích.
Plány jsou velké a uvidíme, co se nám podaří nakonec splnit. Těšíme se na další občasníky, které připravíme ze zajímavých článků. Přejeme čtenářům zajímavé počtení a ať vždy naleznou „svůj článek", který je zaujme a poskytne jim nové informace.
Laboratorní diagnostika je rychle se rozvíjející a perspektivní lékařský obor, který stojí na začátku léčebného procesu a určuje diagnózu více jak u 80 % nemocí. Proto má velký význam jak v prevenci, tak i v léčení. Laboratorní diagnostika tak významně přispívá ke zkvalitnění péče o pacienty. Je jedním z hlavních nástrojů nezbytných k personalizaci medicíny podle individuálních potřeb pacienta.

A magazín CZEDMA chce svojí trochou přispět k popularizaci a propagaci Laboratorní diagnostiky a ke zvýšení informovanosti široké veřejnosti.

Lubomír Stříž
Výkonný ředitel CZEDMA

Obsah

04 Rozhovor s prof. MUDr. Jaroslavem Rackem, DrSc. – vedoucím Ústavu lékařské chemie a biochemie LF UK a FN v Plzni
11 Web osvětlí, jak se vyznat ve výsledcích laboratorních vyšetření
12 Chcete rozumět svému lékaři?
14 Jak se vyznat v laboratorních vyšetřeních?
18 Myslíte si, že se žen infarkt netýká?
22 Můj kamarád je nezodpovědný diabetik. A co ten váš?
24 Konečně lepší zprávy
26 Chcete ovlivnit IQ svého dítěte?
29 Únava nemusí být z přepracovanosti
33 Vyhnout se biopsii prostaty?
36 Další smrtelná rána rakovině děložního čípku
39 Proč nejít na preventivní gynekologickou prohlídku
41 Znalost hladiny pro-PSA ke snížení biopsií prostaty
43 Rozhovor s RnDr. Jaroslavem Louckým
48 Léto ve víru sexu? Těšíte se?
51 DALŠÍ/OSTATNÍ
53 ZDRAVOTNÍ GRAMOTNOST NÁRODA
60 Rozhovor s předsedou CZEDMA panem Ing. Petrem Šmídlem CSc.
63 Rozhovor s profesorem Jaroslavem Rackem na téma laboratorní medicína
65 FAQ – Vybrané otázky a odpovědi

Ročník I., číslo 1.
Vydává CZEDMA, Na Ořechovce 475 / 58, 162 00 Praha 6,
e-mail: czedma@czedma.cz, **www.czedma.cz**.
Redakce, grafická úprava a sazba: Contimex, spol. s r.o.

ROZHOVOR s prof. MUDr. Jaroslavem Rackem, DrSc.

Vedoucí Ústavu lékařské chemie a biochemie LF UK a FN v Plzni

Jaký byl v dětství váš vztah k přírodě a později k biologii?

Už jako kluk jsem měl rád přírodu. Zajímal jsem se o biologii a vždy mne bavila i chemie. Vypadalo to, že půjdu studovat přírodní vědy, ale nakonec náhoda způsobila, že jsem se rozhodl pro medicínu – spadl jsem na výletě z kola a strávil pak nějakou dobu v nemocnici. Pobyt v nemocnici mne ovlivnil, takže jsem dal nakonec přednost medicíně.

Kdy jste přišel poprvé do kontaktu s klinickou biochemií coby s oborem, kterým jste se rozhodl zabývat?

Po ukončení studií jsem váhal, jaký obor zvolit. Líbila se mi například neurologie, ale táhlo mě to

zpátky k chemii. Na oddělení klinické biochemie Fakultní nemocnice v Plzni se uvolnilo místo, na které jsem nastoupil. Zůstal jsem u biochemie a dnes už je to vlastně více než 40 let. Vždy jsem však pracoval i jako lékař v přímém kontaktu s nemocným a věnoval se klinické práci při službách na interní klinice a na hemodialyzačním středisku.

Místo narození: Plzeň
Věk: 64 let
Studium: absolvent Lékařské fakulty Univerzity Karlovy v Plzni (promoce v roce 1975)
Současné pracovní pozice: Vedoucí Ústavu lékařské chemie a biochemie LF UK v Plzni
Vedoucí Ústavu klinické biochemie a hematologie LF UK a FN Plzeň
Předseda výboru České společnosti klinické biochemie ČLS JEP

Jaké byly Vaše začátky?

Jak už jsem uvedl, po promoci jsem nastoupil na Oddělení klinické biochemie (OKB) FN v Plzni. Po osmi měsících práce v laboratoři mě čekal rok základní vojenské služby – tu jsem vykonával v Ústřední vojenské nemocnici v Praze. Byl jsem přidělen na III. interní oddělení a zde jsem poprvé přišel ke klinické práci a také k hemodialýze. Po návratu zpět na OKB jsem se připravoval na I. a pak II. atestaci z klinické biochemie a jakožto klinický biochemik pracuji dosud.

Práce ve fakultní nemocnici a na lékařské fakultě s sebou automaticky nese také povinnost podílet se na vědecko-výzkumné činnosti...

Co nebo kdo nejvíce ovlivnil Vaši odbornou cestu? Kdo Vám byl v případě dílčích neúspěchů spolehlivým rádcem a největší oporou?

Na prvním místě bych jmenoval primáře Holečka, svého dlouholetého šéfa a spolupracovníka. Oceňuji hlavně jeho odborné znalosti, pracovitost a „čich“, který má pro nové věci. Patřil k prvním, kteří do laboratoře umístili analyzátor, a byl vždy propagátorem využití výpočetní techniky v klinické biochemii. Jako první v České republice jsme testovali imunoanalytické soupravy EMIT. Ještě za studií byl mým vedoucím doc. Habermann, přednosta ústavu lékařské chemie a biochemie LF UK v Plzni. Jeho odborné vlastnosti, široký všeobecný přehled i osobní vlastnosti byly obdivuhodné. Z kliniků mě nejvíc ovlivnil profesor Opatrný, nefrolog a bývalý přednosta I. interní kliniky LF UK v Plzni. U něj si na jedné straně cením lidského přístupu k nemocnému, na druhé straně pak jeho podpory, kterou vždy dával vědecké práci. Z klinických biochemiků si nejvíce vážím profesorů Masopusta a Engliše, z mladší generace Jabora a Zimy – všichni je známe a snad ani nemusím nic dodávat. V plzeňské Fakultní nemocnici pak patřil můj obdiv její ředitelce Ing. Kunové, díky které patříme k nejlépe hospodařícím fakultním nemocnicím. Kdybych měl říci, kdo ze světových velikánů je pro mě vzorem, tak snad Louis Pasteur, hlavně pro jeho píli, trpělivost a skromnost. Nesmím však zapomenout na rodiče a hlavně manželku, bez níž bych nemohl pro obor vykonat zdaleka tolik práce.

Jak probíhá spolupráce se zahraničními kolegy? Navštěvujete např. společné kongresy, kde si předáváte poznatky prostřednictvím zajímavých přednášek?

Zahraniční kolegy znám nejen z kongresů, ale i z pravidelných setkání národních reprezentantů a prezidentů národních společností. Mnoho práce bylo vykonáno v rámci EC4 (European Communities Confederation of Clinical Chemistry), kde jsou zástupci všech zemí sdružených v rámci Evropské unie. Českou republiku v této organizaci zastupuji přibližně 8 let. Cílem naší práce je sjednotit kurikulum při vzdělávání odborníků v laboratorní medicíně a zařadit nejen lékaře, ale i analytiky – Evropské specialisty v laboratorní medicíně – mezi tzv. regulovaná povolání, která jsou uznávaná ve všech zemích Unie. Osobní kontakty jsou nezastupitelné.

Profesní zaměření:
metabolické změny u nemocných se selháním ledvin, zejména léčených hemodialýzou, rizikové faktory aterosklerózy, oxidační stres a antioxidanty

Díky Vaší systematické práci se Vám podařilo dosáhnout na nejvyšší vědeckopedagogickou hodnost, kterou je vědecko-pedagogický titul profesor. Byl to Váš cíl?

Víte, pracovat ve fakultní nemocnici a později i na lékařské fakultě s sebou automaticky nese nejen možnost, ale i povinnost učit se a podílet se na vědecko-výzkumné činnosti. V běžném životě samozřejmě tituly nepožívám, nicméně musím přiznat, že v odborné a organizační práci jsou jistou výhodou…

Naplňuje Vás vzdělávání studentů na VŠ? Je něco, co byste rád v souvislosti se studenty na českých školách vyzdvihl a na co naopak kriticky upozornil?

Učím rád a snažím se se svými kolegy, aby výuka byla zajímavá a blízko praxi. Ke vzdělávání na vysokých školách nemám připomínky, snad jen to, že by bylo vhodné klinickou biochemii zavést jako povinný studijní předmět na všech lékařských fakultách. Systém postgraduálního vzdělávání (atestací) prošel v posledních deseti letech mnoha nekoncepčními změnami. Začalo to zrušením dvoustupňových atestací a pokračovalo neustálým měněním vzdělávacích programů (v současné době platí tři různé a připravuje se čtvrtý). To se tedy ministerstvu zdravotnictví nepovedlo a je třeba uvést, že změny byly prosazeny autoritativně proti vůli odborníků.

Další problém vidím v pregraduálním vzdělávání zdravotních laborantů. Jsou zde tři možnosti – laboratorní asistent na středních zdravotnických školách, diplomovaný zdravotní laborant na vyšších odborných zdravotnických školách a konečně zdravotní laborant – bakalář na

vysokých školách. Každou chvíli se mění názor MZ, který z oborů se bude rušit; náplň studia posledně dvou jmenovaných laborantů je prakticky totožná, ale rušit se snad bude laboratorní asistent. Ten navíc musí pracovat celý život pod odborným dohledem a nemůže se přihlásit k pomaturitnímu studiu. Výsledkem všeho je nedostatek zdravotních laborantů, nestejná úroveň jejich vzdělávání a nejistota škol a osudu jejich akreditovaných vzdělávacích programů.

„Pokud jde o úroveň laboratorních služeb a situaci v laboratořích, nemáme se při srovnání se zeměmi západní Evropy vůbec zač stydět."

Jste spokojený se současným stavem českého zdravotnictví? Co se Vám zamlouvá a co byste rád změnil?

České zdravotnictví patří svou kvalitou a dostupností mezi světové špičky. I když se od revoluce v roce 1989 vystřídala řada vlád a ministrů zdravotnictví, je podíl HDP, který je určen pro zdravotnictví v ČR, významně nižší než je průměr v Evropské unii. Protože náklady na přístrojovou techniku, reagencie a léky se neliší od těch v západní Evropě, můžeme snadno odhadnout, že problémem jsou nízké platy zdravotníků. Mohu posoudit úroveň laboratorních služeb a porovnat se situací v laboratořích v rozvinutých zemích západní Evropy. Nemáme se zač stydět, o čemž svědčí i vyjádření zahraničních odborníků, kteří navštívili naše laboratoře. A totéž platí i o klinické medicíně.

Všechny oblasti medicíny se postupně vyvíjejí. Troufáte si předpovědět budoucnost a vývoj klinické biochemie?

Asi bych nic nového nepřinesl, kdybych vyjmenovával oblasti klinické biochemie, o kterých si myslím, že mají budoucnost. Snad jen dvě oblasti z hlediska odborného: pochopení regulací na buněčné úrovni a jejich využití v klinické medicíně (k ní ostatně klinickou biochemii počítám) a další mohutný rozvoj molekulárně biologických metod – ale to je také biochemie, vždyť to, čemu se říká molekulární biologie je vlastně biochemie nukleových kyselin a proteinů.
Z hlediska organizace pak jistě bude pokračovat automatizace a robotizace laboratorního procesu a věřím, že bude pokračovat i proces konsolidace laboratorních oborů s využitím všech jeho výhod, samozřejmě při zachování identity jednotlivých odborností. Ostatně pokračování tohoto procesu v rámci naší FN patří k mým cílům.
Problémem našeho oboru je, a asi ještě dlouho bude, nedostatek mladých lékařů se zájmem o klinickou biochemii. Je to nejspíše dáno malým podílem klinické práce – vždyť metabolické ordinace jsou obvykle jen ve velkých nemocnicích.

Na co jste ze své odborné práce nejvíce hrdý?

Myslím, že se mi spolu s kolegy a spolupracovníky podařilo vybudovat moderní, dobře fungující konsolidovanou laboratoř, automatizovanou od preanalytické fáze až po vydávání výsledků (potrubní pošta, elektronická žádanka, preanalytická linka s přímou návazností na analytický proces atd.). Na vysoké úrovni je také ambulantní složka našeho ústavu, především na poli péče o hemofiliky a nemocné s trombofilními stavy, ale i s metabolickými odchylkami, vedoucími ke zvýšenému riziku aterosklerózy. Asi nemusím zdůrazňovat, že svou práci mohu dělat proto, že se mohu plně spolehnout na své zástupkyně, primářky

MUDr. Vlastu Petříkovou (pro klinickou biochemii) a MUDr. Jitku Šlechtovou (pro hematologii). Můj hlavní úvazek je na lékařské fakultě – tam pracuji jako učitel a vedoucí laboratoře v Biomedicínském centru. Po přechodu do školství jsem si dal jako jeden z prvých úkolů zajistit možnost výuky postgraduálních studentů a zavést výuku klinické biochemie na naší lékařské fakultě. Obojí se podařilo a mám radost z toho, že LF UK v Plzni byla první lékařskou fakultou v celém bývalém Československu, kde byla zavedena výuka klinické biochemie jakožto povinného předmětu, navíc zakončená zkouškou. Po dvou vydáních učebnice Klinická biochemie, která je užívána nejen na naší fakultě, jsme se vydali na cestu e-learningu a i zde, myslím, patříme mezi průkopníky. Významný podíl na těchto aktivitách a jejich dalším rozvoji má můj zástupce pro výuku a vědeckou činnost, MUDr. Daniel Rajdl, Ph.D.

Loni jste se stal předsedou České společnosti klinické biochemie ČLS JEP, s čímž je spojeno hodně práce mimo ústav a také zodpovědnost za další odborný vývoj této specializace v ČR. Jak zvládáte tříštit svoji odbornou pozornost a čas?

Dá se říci, že pořád něco honím, a když něco vyřeším, objeví se další povinnosti. Aktivit mám hodně a snažím se, abych se jim skutečně věnoval, včetně práce pro Českou společnost klinické biochemie. Vždyť právě úloha odborných společností je velmi důležitá a nezastupitelná. Mají hlavní slovo v přípravě koncepce oboru, navrhují zdravotním pojišťovnám nové výkony, vyjadřují se ke zdravotnickým zákonům, organizují vzdělávání v oboru – to vše jsou velmi důležité činnosti. Podílejí se tak významnou měrou na organizaci zdravotnictví. Důležitá je i mezinárodní spolupráce, především v rámci Evropské unie.

LabTestsOnline.cz obsahuje informace o laboratorních vyšetřeních a onemocněních, které pomáhají laikům, ale i odborníkům

Před šesti lety vznikla česká verze celosvětového projektu LabTestsOnline.cz. ČSKB se stala odborným garantem českého projektu a Vy jste se tak zhostil další úlohy, kterou je koordinace odborných prací. Jak vidíte přínos tohoto projektu a jeho další zaměření?

Projekt Lab Tests Online představuje nekomerční webové stránky, obsahující informace o laboratorních vyšetřeních a onemocněních (zase především z pohledu laboratoře) pro laiky, především pacienty a jejich příbuzné. Mezi návštěvníky portálu jsou však i lékaři a další zdravotníci klinických oborů. Odborníci zde srozumitelným způsobem vysvětlují přípravu nemocného na vyšetření, odběr biologického materiálu a hlavně význam jednotlivých vyšetření. Na závěr je několik nejčastěji kladených dotazů a odpovědí na ně. Projekt vznikl v UAS, iniciovala ho Americká asociace klinické chemie (AACC). Díky sdružení EDMA a jejím národním obdobám (u nás CZEDMA) bylo umožněno dalším státům, aby se na projektu podílely – dnes najdeme projekt Lab Tests Online v 17 národních verzích ve 14 jazycích. Česká verze www.laboratornitesty.cz je přístupná od roku 2008. Patříme k národním mutacím projektu s nejvíce přeloženými položkami a za prvních pět let navštívilo webové stránky milion lidí. Odbornou garanci nad projektem převzala Česká společnost klinické biochemie, na překladech se podílejí přední odborníci v příslušných laboratorních i klinických oborech. Otevřeli jsme i stránku „Zeptejte se nás“, kde odpovídáme na dotazy čtenářů, týkajících se hodnocení laboratorních výsledků, které je zrovna tíží.

Zajímavosti:

- Autor či spoluautor více než 300 odborných článků v recenzovaných časopisech, 3 učebních textů, 6 monografií a 12 kapitol v monografiích, autor 3 vynálezů
- Autor učebnice Klinická biochemie (Galén, 1999, 2006)
- Držitel cen za nejlepší publikaci v oboru klinická biochemie v roce 1999, za výuku a vzdělávání v oboru klinické biochemie za roky 2006 a 2013

Máte vyjma odborné práce čas i na své vlastní volnočasové aktivity? Jak relaxujete?

Mám rád přírodu. Odpočinu si při výletě do přírody o víkendu. Chodíme s manželkou tak často, jak to jde. Rád fotografuji, mám celou řadu „náladových“ snímků, bohužel zatím ne moc utříděných. Fotografování a zájem o botaniku jsem skloubil s tvorbou vlastního elektronického herbáře (www.e-herbar.net), v němž najdeme již přes 2 200 rostlinných druhů. Dále rád cestuji. Miluji jarní krajinu kolem Středozemního moře, kdy vše kvete, příroda je zelená a ne tak vyprahlá jako v létě. Líbí se mi hory, své kouzlo má i tropický deštný prales. Nakonec se však vždy rád vracím domů – nikde jinde bych nechtěl žít než se svou rodinou, dětmi a vnoučaty a konečně i dvěma kočkami, které jsou již řadu let rovněž členkami rodiny.

Děkujeme za rozhovor.

Připravila: Lucie Havlíčková
Foto: archiv prof. MUDr. Jaroslava Racka, DrSc., cz.dollarphotoclub.com

LABORATORNÍ VYŠETŘENÍ

Web osvětlí, jak se vyznat ve výsledcích laboratorních vyšetření

Praha – Vyznat se ve výsledcích laboratorních vyšetření a porozumět jim pomáhá laické veřejnosti projekt LabTestsOnline. Vznikl v roce 2001 v USA, nyní působí v 17 zemích. Česká verze webu funguje od roku 2008, jejím garantem je přednosta Ústavu klinické biochemie a laboratorní diagnostiky, příští rektor Univerzity Karlovy profesor Tomáš Zima.

Podle evropských statistik jen 20 procent pacientů rozumí v ordinaci tomu, co říká lékař. Většina potřebuje další vysvětlení. Na webovém portálu www.laboratornitesty.cz najdou odpovědi na nejčastěji kladené otázky – proč se nechat vyšetřit, jak se na odběr připravit, co je vyšetřováno a co výsledek znamená, řekla ČTK členka mezinárodní koordinační komise projektu Lenka Nováková s připomínkou, že web nenahrazuje lékaře, může ale na možné zdravotní problémy upozornit.

Své místo mají na webu i sekce screening, slovník pojmů a informace o jednotlivých nemocech. Ve slovníku pojmů najdou zájemci vysvětlení slov jako onkogen, narkolepsie nebo kreatin. V sekci screening se dozvědí o testech, které napomáhají odhalit onemocnění v časném a většinou i léčitelném stadiu.

„Pokud pacient dostal od lékaře výsledky testů a varovně na něj bliká například zkratka TSH, může se podívat do sekce Seznam vyšetření, kliknout na TSH a rozbalí se mu velmi podrobné informace o tomto hormonu, jehož testování je nutné pro posouzení činnosti štítné žlázy a příznaků její zvýšené nebo snížené funkce,“ **vysvětlila Nováková.**

Dodala, že web pomáhá také lékařům v komunikaci s pacientem při vysvětlování, pochopení i lepší motivaci k dodržování léčebného režimu. Poskytne jim informaci také pro správnou přípravu pacienta před odběrem materiálu pro laboratorní vyšetření a poslouží i jako rychlá informace o nových, pro ně zatím neznámých testech.

Autor: ČTK Vydáno 18. 1. 2014

DÁLE PUBLIKOVÁNO:
Klinika zdraví (29. 4. 2015)
Ženaln.cz (30. 4. 2015)
OnaDnes.cz (11. 7. 2014)

Více se dozvíte zde: http://magazin.czedma.cz/laboratorni-vysetreni-web-osvetli-jak-se-vyznat-ve-vysledcich-laboratornich-vysetreni.html?id=217&lid=249

Chcete rozumět svému lékaři?

Odcházíte od lékaře s výsledky svého vyšetření a připadá vám, že vlastně nevíte, co vám je. Lékař vám vše vysvětlil, v tom lepším případě, ale informací bylo příliš. Zabouchli jste dveře ordinace a polovinu z nich jste zapomněli a tu druhou potřebujete objasnit. Co teď?

Pokud chcete rozumět, ptejte se! Ptejte se všude tam, kde získáte odborné informace, které nebudou zkresleny komerčními zájmy farmaceutických firem. Pro tyto účely vznikl v roce 2001 mezinárodní zdravotnický portál **LabTestsOnline**, česká verze byla představena v roce 2008 a letos slaví již 6 let své existence.

Na webovém portálu www.laboratornitesty.cz (můžete použít i www.labtestsonline.cz) najdete odpovědi na otázky: Proč se nechat vyšetřit, jak se máte připravit na odběr, co je vyšetřováno, jak je vyšetření využíváno, co výsledek vyšetření znamená… Své místo zde mají i nejčastěji kladené otázky včetně odkazu na zdroj v literatuře, poslouží vám i slovník pojmů, abyste například lépe porozuměli slovu onkogen, narkolepsie nebo kreatin. V sekci screening se dozvíte o testech, které napomáhají odhalit onemocnění v jejich časných a většinou léčitelných stádiích. Získáte informace i o jednotlivých onemocněních.

Nerozumím, ale chci!

Pokud tedy jdete od lékaře s výsledky testů a varovně na vás bliká například zkratka TSH, podívejte se do sekce **Seznam vyšetření**, klikněte na TSH a rozbalí se vám velmi podrobné informace o tomto hormonu, jehož testování je první volbou pro posouzení činnosti štítné žlázy anebo příznaků její zvýšené či snížené funkce, atd.

Nekomerční a důvěryhodný

LabTestsOnline získal prestižní certifikát švýcarské společnosti HONcode, což pro laika znamená, že může informacím na těchto stránkách skutečně věřit.

„Tento portál si klade za cíl informovat a vzdělávat širokou veřejnost a tím pomáhat s orientací ve složitém světě laboratorních testů. Lidé by své zdraví neměli podceňovat. Pokud se delší dobu necítí dobře, měli by navštívit lékaře a trvat na důkladném vyšetření. Samozřejmě každý člověk má právo zajistit si na vlastní náklady odběr krve i bez doporučení. Jen o této možnosti vědět…“ vysvětluje Ing. Lenka Nováková, členka mezinárodní koordinační komise **LabTestsOnline**.

Ing. Nováková ještě dodává: *„LabTestsOnline rozhodně nemůže nahradit lékaře, ale může mu pomoci při péči o svého pacienta, tedy o vás. A to se mu, alespoň doufám, daří!“*

Informace pro laickou i odbornou veřejnost o laboratorních vyšetřeních
LabTestsOnline

PUBLIKOVÁNO:
Klinika zdraví.cz (17. 5. 2014)
Více se dozvíte zde: http://magazin.czedma.cz/laboratorni-vysetreni-chcete-rozumet-svemu-lekari-.html?id=217&lid=250

Jak se vyznat v laboratorních vyšetřeních?

Informační web vám pomůže

Lékař vás poslal na odběry krve, nebo právě držíte výsledky vyšetření a z těch všech zkratek se vám točí hlava. Co teď? Pokud chcete rozumět, ptejte se! Ptejte se všude tam, kde získáte odborné informace, které nebudou zkresleny komerčními zájmy farmaceutických firem. Jednou z možností je mezinárodní zdravotnický portál LabTestsOnline, jehož česká verze pomáhá již 7. rokem českým pacientům i lékařům.

Proč se nechat vyšetřit

Na webovém portálu www.laboratornitesty.cz najdete odpovědi na otázky: Proč se nechat vyšetřit, jak se máte připravit na odběr, co je vyšetřováno, jak je vyšetření využíváno, co výsledek vyšetření znamená… Své místo zde mají i nejčastěji kladené otázky včetně odkazu na zdroj v literatuře, poslouží vám i slovník pojmů, abyste například lépe porozuměli slovu onkogen, narkolepsie nebo kreatin. Vám, kteří máte zájem o své zdraví či zdraví svých blízkých, je určena kapitola o screeningu v různých obdobích života. Můžete poslat dotaz lékaři, pomůže i abecedně řazený seznam jednotlivých onemocnění se srozumitelným vysvětlením.

Co výsledek vyšetření znamená

Pokud tedy jdete od lékaře s výsledky testů a mimo tzv. referenční meze vyčnívá například zkratka TSH, podívejte se do sekce Seznam vyšetření, klikněte na TSH a rozbalí se vám velmi podrobné informace o tomto hormonu, jehož testování je první volbou pro posouzení činnosti štítné žlázy anebo příznaků její zvýšené či snížené funkce, atd.

„Projekt si klade za cíl informovat a vzdělávat širokou veřejnost a tím pomáhat s orientací ve složitém světě laboratorních testů. Lidé by své zdraví neměli podceňovat. Pokud se delší dobu necítí dobře, měli by navštívit lékaře a trvat na důkladném vyšetření,“ vysvětluje Ing. Lenka Nováková, členka mezinárodní koordinační komise LabTestsOnline.

Teplá moč nebo málo vody. Co všechno ovlivňuje výsledky testů u lékaře

Vyšetření krve a moči je standardním lékařským testem, který může odhalit i závažné choroby. Ale mnozí vlastně ani pořádně nevědí, co všechno může výsledky ovlivnit a jak se na odběr připravit. Například teplo při transportu vzorku moči i krve může zkreslit řadu laboratorních výsledků.

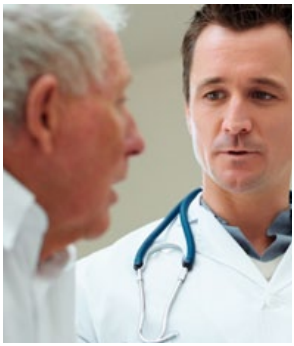
PUBLIKOVÁNO:
ona.idnes.cz

Jak se vyznat ve výsledcích laboratorních vyšetření

Česká verze mezinárodního zdravotnického projektu LabTestOnline (Laboratornitesty.cz) byla veřejnosti představena v roce 2008 při oslavách 50. výročí založení České společnosti klinické biochemie ČLS JEP. Ptáme se členky mezinárodní koordinační komise Ing. Lenky Novákové, co může portál zdravotníkům nabídnout.

PUBLIKOVÁNO:
zdravi.e15.cz
www.czedma.cz
ČTK
Zdraví 03/2014

Chcete rozumět svému lékaři?



Odcházíte od lékaře s výsledky svého vyšetření a připadá vám, že vlastně nevíte, co vám je. Lékař vám vše vysvětlil, v tom lepším případě, ale informací bylo příliš. Zabouchli jste dveře ordinace a polovinu z nich jste zapomněli a tu druhou potřebujete objasnit. Co teď?

PUBLIKOVÁNO:
zena-in.cz
www.playboy.cz
vitalnisenior.cz

Čteme z krve

Poslal vás lékař na rozbor krve a vy si domů nesete výsledky, z kterých nejste ani trochu moudří? Tak se na to podíváme... Jednou za rok bychom měli chodit na odběr krve. Je to proto, aby se náš praktický lékař rychle a pro nás prakticky bezbolestně (malý píchanec po odběrové injekci nepočítáme) orientoval, jak na tom jsme. Výsledky rozboru můžou být hotové za pár hodin, některé i minut, a na ty specifičtější a náročnější si počkáme několik dní. Víte, co znamenají jednotlivé zkratky na krevním testu?

PUBLIKOVÁNO:
BLESK – Zdraví

Šifrované tajemství zkumavek

Už mnohokrát jste si k lékaři přišli pro výsledky vyšetření, ale laboratorní zkratky a chemické názvy vás pokaždé matou? Pomoc najdete na internetu. Odebrali vám krev, laboratorní rozbory z ní o vás leccos zjistily, ovšem papírek s výsledky, který držíte v ruce, by klidně mohl být napsaný v čínštině – ničemu z těch záhadných pojmů a zkratek nerozumíte. Pokud pak u některých tajemných hodnot najdete vykřičník, který varuje, že čehosi máte moc, nebo málo, začnete propadat panice.

PUBLIKOVÁNO:
časopis Vlasta

Více se dozvíte zde: http://magazin.czedma.cz/laboratorni-vysetreni-vybirame-z-medii-.html?id=217&lid=252

Zajímavé www stránky – laboratorní diagnostika

Laboratorní diagnostika zažívá v posledních letech dynamický rozvoj a někdy je složité se v aktuálním spektru laboratorních metod orientovat. Navíc se stále větší důraz klade i na kvalitu poskytované laboratorní péče. Následující webové portály nám představí současné trendy v laboratorní medicíně.
Lab Tests online CZ – www.laboratornitesty.cz – Tento velmi zdařilý webový projekt je určen především laikům a pacientům, kterým poskytuje dodatečné informace k výsledkům laboratorních testů.

PUBLIKOVÁNO:
Zdravotnictví a medicína, č. 5/2014

Co prozradí testy

Dá se poznat z vyšetření krve, že se mi blíží menopauza? (Jana O., Praha) Diagnóza menopauzy je opřena o subjektivní potíže ženy, které lze hodnotit podle různých stupnic (Kuppermanův index, Menopause Rating Scale...). V nejasných případech se zjišťuje z krve hladina FSH a estradiolu, případně činnost hormonů štítné žlázy. Folikulostimulační hormon (FSH) ukáže, zda se blíží nebo již probíhá menopauza. Estradiol je hlavní estrogen ve vaječnících. Klimakterium charakterizuje pokles estradiolu a vzestup FSH. Testování funkce štítné žlázy (volný T4 a TSH) ozřejmí funkci štítné žlázy, která může s věkem klesat. Právě poruchy její funkce mohou napodobovat příznaky menopauzy. Proto je důležité tyto dva problémy oddělit. Více se dozvíte například na informačním portálu www.laboratornitesty.cz.

Odpovídá Prof. Mudr. Jaroslav Racek, DrSc., z Ústavu klinické biochemie a hematologie Lékařské fakulty UK a Fakultní nemocnice v Plzni

PUBLIKOVÁNO:
časopis Zdraví 05/2015

Genetické testování: Jeho význam roste v prevenci i léčbě onemocnění

Pojem „genetické testování" má pro nás, laiky, příchuť něčeho neznámého, na druhou stranu velmi průkazného a nezpochybnitelného. Na otázky týkající se lékařské genetiky, která patří k nejmladším a nejrychleji se rozvíjejícím oborům medicíny, odpovídá MUDr. Ivan Šubrt, Ph.D., přednosta ústavu lékařské genetiky LF UK a FN Plzeň (www.fnplzen.cz).

PUBLIKOVÁNO:
časopis Moje zdraví

Čeká vás vyšetření? Informujte se

Čeká vás vyšetření, jestli netrpíte cukrovkou, kolik máte cholesterolu nebo jestli máte v pořádku krev? Neumíte si představit, co vás čeká? Vyzkoušejte webové stránky, které vám přiblíží jednotlivá laboratorní vyšetření. Stránky labtestonline.cz fungují u nás už více než pět let a pomáhají lidem připravit se na jednotlivá vyšetření. Portál obdržel jako jeden z mála zdravotnických serverů v České republice označení HoCode, což je prestižní švýcarský certifikát. Ten potvrzuje, že správnost informací je tu odborně garantována.

PUBLIKOVÁNO:
Časopis Blesk, rubrika Zdraví

Více se dozvíte zde: http://magazin.czedma.cz/laboratorni-vysetreni-vybirame-z-medii-.html?id=217&lid=252

CIVILIZAČNÍ NEMOCI

Myslíte si, že se žen infarkt netýká?

Kolik znáte ve svém okolí žen, které zemřely na infarkt? Možná že žádnou. Ale jak je to možné, když statistiky uvádějí, že v České republice v roce 2012 zemřelo na nemoci oběhové soustavy 53,8 % žen oproti 44,3 % mužů? A zároveň je tento zdravotní problém v současné době nejčastější příčinou úmrtí u žen. Nikoliv tedy zhoubné novotvary, jako je třeba rakovina prsu. Právě tento utkvělý názor může být tou příčinou. Ženy první příznaky přehlížejí, mnohdy je ani nerozpoznají, starají se víc o rodinu než o sebe a myslí si „Vždyť mě se to netýká."

„Nepovídáme si o tom. Řešíme stárnutí pleti, gynekologické problémy, straší nás rakovina prsu nebo nezvykle vypadající pihy, ale infarkt, ten opravdu neprobíráme. Jedině snad, že potkal našeho známého," říká ZN, která infarkt prodělala už ve 35 letech. Infarkt je tabu a díky tomu nám chybí informace o jeho průběhu. To může být i jedna z příčin smutných údajů Českého statistického úřadu, který udává, že na ischemické choroby srdeční zemřelo např. v roce 2012 o 12 329 žen více než na rakovinu prsu.

Poznáme příznaky?

Příznaky infarktu bývají u ženy mnohdy méně viditelné a často zaměnitelné, což vede k jejich podcenění. Část žen pociťuje bolest na hrudi, stejně jako muži, ale velké množství žen během srdečního záchvatu nepociťuje bolest na hrudi žádnou, ani jiné typické příznaky mužů.
Ženy mohou trpět příznaky, jako je dušnost, slabost, malátnost. Dalšími jsou nevolnost, závrať, pálení žáhy, tlak v horní části břicha, který může připomínat trávicí potíže a dále bolesti v horní části zad. Ženy často nedokážou spojit tyto příznaky s infarktem myokardu a přisuzují je trávicím nebo revmatickým potížím, svádějí je na špatnou kondici, přepracování nebo stres.

Citlivější krevní testy zachraňují životy

Pro laboratorní diagnostiku infarktu myokardu, který nemá jasné známky na EKG, se používá stanovení koncentrace troponinu v krvi. Je to bílkovina, která se uvolní při poškození srdečního svalu, v případě infarktu myokardu v důsledku nedostatečného krevního zásobení. Dříve používané metody stanovení troponinů neumožňovaly zjistit malá zvýšení koncentrací, takže zejména u žen nemuselo být malé poškození srdečního svalu zachyceno. Proto byla vyvinuta **nová generace testů**, které jsou schopny zachytit i velmi nízké

koncentrace troponinů. *„Zavedením nových, tzv. vysoce citlivých nebo ultrasenzitivních metod stanovení troponinů jsme v laboratořích získali úplně nový nástroj na včasnou a efektivní diagnostiku nejenom infarktu myokardu, ale jakéhokoli poškození buněk srdečního svalu“,* říká MUDr. Janka Franeková, Ph.D., vedoucí Oddělení klinické biochemie Pracoviště laboratorních metod IKEM v Praze. Na základě vyšší citlivosti testu je dokonce možné provést předepsané kontrolní měření mnohem dříve než s odstupem šesti hodin, již za 3 hodiny nebo i dříve od vzniku obtíží.

Věda jde rychle dopředu a nabízí stále nové a účinnější diagnostické metody. Pokud se nebude mluvit o nebezpečí infarktu u žen a pokud ženy nerozeznají jeho příznaky a nevyhledají ošetření lékaře, budou tyto metody zbytečně nevyužité.

Co jsou srdeční troponiny

Bílkoviny, které jsou součástí vláken srdečního svalu a regulují svalový stah. V krvi lze měřit dva typy těchto bílkovin: troponin T a troponin I. Za normálních okolností je jejich koncentrace v krvi velmi nízká. Dojde-li však k poškození buněk srdečního svalu (například při infarktu), srdeční troponiny T a I se uvolňují ze srdce do krevního oběhu. Má-li pacient srdeční infarkt, koncentrace troponinů v krvi prudce stoupne během 0,5 až 6 hodin po příhodě a může zůstat zvýšená 10–14 dnů.

(zdroj www.laboratornitesty.cz)

PUBLIKOVÁNO:
i60.cz (18. 6. 2015)
žena-in.cz (19. 6. 2015)
Svět-ženy.cz (25. 6. 2015)
My89.cz (30. 6. 2015)

Více se dozvíte zde: http://magazin.czedma.cz/civilizacni-nemoci-myslite-si-ze-se-zen-infarkt-netyka-.html?id=217&lid=253

Muži, opusťte gauč

Pohyb je jedním ze základních pilířů zdravého života. Jak to ale vysvětlit muži, kterému vyhovuje životní styl úsměvně nazvaný „gaučový povaleč"? Třeba si vezme k srdci rady z našeho rozhovoru s MUDr. Romanem Cibulkou, PhD., MBA, z Ordinace pro poruchy metabolismu a odvykání kouření Ústavu klinické biochemie a hematologie LF UK a FN Plzeň.

PUBLIKOVÁNO:
Moje zdraví / Klinika 04/2015

Máte vysoký cholesterol? Jednejte!

Ráno rohlík, do práce autem, sušenka a bageta přes den, stres, žádný pohyb a večer bodová dieta – co uvidím, to zbodnu... A potom se divíte, když přibíráte na váze, buší vám srdce a lékaři ve vašich krevních testech červeně podtrhují vysokou hladinu cholesterolu. Krevní testy vám zvýšenou hladinu LDL (tzv. špatného

cholesterolu) ukážou spolehlivě. Podle statistik jsou kardiovaskulární choroby v České republice dlouhodobě nejčastější příčinou úmrtí. Umírá na ně až 50 % lidí.

PUBLIKOVÁNO:
www.ostravskenoviny.eu

Krevní testy vyluští hádanku. I pro vás to bude snadné

K životu ho potřebujeme a málokdo o tom ví. Když je ho moc, klidně nás zabije. Hodně se ho proto bojíme, ale nebráníme se mu. Sami si ho dodáváme do těla, i když víme, že nás ničí. A on se na to dívá svojí zlou i hodnou tváří. Kdo je to? Cholesterol.

PUBLIKOVÁNO:
KlinikaZdravi.cz

Máte vysoký cholesterol? Myslete na to, co jíte!

Zjistili vám při náhodném vyšetření vyšší hladinu cholesterolu? Pak vám taky jistě řekli, že je na místě změnit jídelníček a začít se trochu víc starat o své zdraví. Víte, co všechno byste měli dělat pro to, aby byl váš cholesterol v normě? Pro snížení hladiny cholesterolu obvykle postačí změnit jídelníček, přestat kouřit a začít se více hýbat.

PUBLIKOVÁNO:
Zdraví 04/2015

www.ostravskenoviny.eu
www.opavskenoviny.eu
www.fmnoviny.eu
www.havirovskenoviny.eu
www.olomouckenoviny.eU
www.prostejovskenoviny.eu

Více se dozvíte zde: http://magazin.czedma.cz/civilizacni-nemoci-psalo-se-v-mediich-.html?id=217&lid=254

Můj kamarád je nezodpovědný diabetik. A co ten váš?

Žádná červená knihovna, ale realita.

Ani jsem to nevěděla, až jednou při dlouhém výletě do hor zkolaboval. Zbledl, začal se potit a třásly se mu neuvěřitelně ruce. Když po mně chtěl rychle cukr nebo nějakou čokoládu, pochopila jsem. Pavel je diabetik.

A proč vám to říkám? Protože v České republice žije přibližně 850 000 nemocných, kteří se s touto diagnózou léčí a prý tak 200 000 lidí ji má a ani o ní neví. Takže je velká pravděpodobnost, že s vámi chodí po horách nebo sedí v kanceláři a vy jim můžete v případě nouze pomoci. Buď mu podáte cukr a když patří do té druhé skupiny, rovnou ho dokopete na vyšetření. A to slovo dokopete je na místě. Tak to bylo totiž i s Pavlem.

Pavle, jak jsi zjistil, že máš cukrovku?

„Manželka mě donutila k návštěvě lékařky. A rovnou na onkologii, protože si myslela, že mám rakovinu. Strašně jsem zhubnul, byl jsem unavený, prý úplně průhledný. Vzdoroval jsem půl roku, než se jí to povedlo. Doktorka mi udělala kompletní laboratorní vyšetření a bylo jasno, žádná rakovina,

ale cukrovka! Na jednu stranu se mi děsně ulevilo, na druhou jsem se zalekl komplikací."

A to tě vůbec nenapadlo, že můžeš mít cukrovku?
„Mě vůbec nenapadlo, že můžu být nemocný. Měl jsem hodně práce, starostí, takže jsem hubnutí a únavu přisuzoval stresu. Na vyšetření jsem si dojel autem, z vyšetření také. Podle krevních testů jsem měl glykémii 19 mmol/l, hodnotu, při které mnozí lidé kolabují. A v tom je ta zákeřnost nemoci, probíhá nenápadně. U cukrovky dvojnásobně platí, „Co mě nepálí, to nehasím."

Musíš si teď hodně odříkat?
„Před 6 lety jsem si každé jídlo důsledně vážil, hlídal si množství sacharidů. Pak jsem přestal. Sladkosti jsem nikdy nemusel a teď je také vůbec nejím. Ale knedlo zelo si klidně dám. Jím pravidelně a nosím si s sebou krabičku poslední záchrany. Léky beru poctivě a žiju vlastně úplně normálně. Ale bohužel..."

...ale co bohužel?
„Piju alkohol a kouřím, a to hodně. No asi jsem alkoholik. Takže cukrovku nemůžu nikdy porazit."

A co by tě přesvědčilo, abys to změnil?
„Asi jen to, že by mi měli uříznout nohu. Náš soused na chatě se odmítl léčit a skončil bez nohou. Hrozný, viď? Bohužel ne každý má tu sílu bojovat všemi prostředky."

Měl pravdu, asi ne všichni diabetici jsou uvědomělí. Jedno ale věděl naprosto přesně, alkohol je pro cukrovkáře zabiják. A co vím já? Že diabetes je opravdu nemoc, o které nemusíme vědět a přesto v nás hlodá. Že bych zašla na krev!?

Informace o vyšetření na www.laboratornitesty.cz

Stanovení glykémie je nejvýznamnějším vyšetřením u diabetika. Používá se buď glykémie nalačno (po osmihodinovém lačnění) nebo orální glukózový toleranční test (OGTT), ale obě vyšetření se mají provést v různých dnech, aby se potvrdila diagnóza. OGTT zahrnuje vyšetření glykémie nalačno, po němž pacient vypije standardní množství glukózy rozpuštěné v roztoku jako „zátěž" a test končí stanovením glykémie za 2 hodiny po vypití roztoku. Gestační diabetes se vyšetřuje nejprve screeningem se zátěží glukózou, po němž následuje standardní OGTT v případě, že vyšel abnormálně. Někdy se vyšetřuje náhodný vzorek moči indikátorovým papírkem na glukózu, protein a ketolátky během základního vyšetření.

PUBLIKOVÁNO:
www.czedma.cz, zdravotnigramotnost.info

Více se dozvíte zde: http://magazin.czedma.cz/civilizacni-nemoci-muj-kamarad-je-nezodpovedny-diabetik-a-co-ten-vas-.html?id=217&lid=255

Konečně lepší zprávy

Podle Českého statistického úřadu umíráme v ČR méně na nemoci oběhového systému a zhoubné novotvary. Rozdíly jsou sice malé, ale mohou svědčit o tom, že prevence a osvěta konečně nesou své ovoce!

V roce 2013 zemřelo v ČR nejvíce lidí na nemoci oběhového systému, což je chronická ischemická choroba srdeční, akutní infarkt myokardu, selhání srdce, mozkový infarkt, cévní mozková příhoda, ateroskleróza a jiná cévní onemocnění mozku. Podle standardizovaných ukazatelů to bylo 47 % všech zemřelých, o 2 % méně než v roce 2012. Pokles ČSÚ zaznamenal i v případě úmrtí v důsledku zhoubných novotvarů, z 25,3 % v roce 2012 na 25 % v roce 2013.

„Bohužel se nejedná o úbytek počtu onemocnění, ale pokud lidé přijdou na vyšetření včas, mnohonásobně se jim zvyšují šance na uzdravení či zlepšení kvality života,“ uvádí Ing. Lenka Nováková, zástupkyně ústavu Zdravotní gramotnost národa. *„Úmrtí ubývá díky screeningu, novým léčebným postupům a včasným záchytem pomocí laboratorních testů. Proto je velmi důležité neustále lidi vzdělávat a seznamovat je s nezbytností prevence. Motto „Zdraví máte ve svých rukou“ plně vystihuje poslání nově vznikajícího ústavu Zdravotní gramotnost národa, který chce pomoci lidem nacházet a využívat informace o zdraví a tím posílit jejich vliv na své vlastní zdraví,“* dodává Ing. Nováková.

Rada na závěr

„Na testy choďte i v průběhu cíleného snižování hladiny cholesterolu, protože jeho příliš nízké hodnoty nejsou žádoucí. Chcete-li vědět víc o HDL a LDL cholesterolu, podívejte se na www.laboratornitesty.cz. Najdete tam, proč se máte nechat vyšetřit, co se vyšetřuje a co výsledek testu znamená.
Informace o testu na LDL-cholesterol najdete na www.labtestsonline.cz/tests/LDL.html“

ONEMOCNĚNÍ ŠTÍTNÉ ŽLÁZY

Chcete ovlivnit IQ svého dítěte?

Nechte si vyšetřit štítnou žlázu

Toužíte otěhotnět nebo jste čerstvě těhotná. Moc se na miminko těšíte a přejete si, aby bylo inteligentní po vás a nejlépe ještě inteligentnější. Víte, že to opravdu můžete ovlivnit ještě před jeho narozením? Musíte však jednat okamžitě!

Co mám tedy dělat?

Především musíte být informovaná a vědět, že nižší inteligenci, hyperaktivitu, agresivitu a pozornost Vašeho dítěte ovlivňuje Vaše štítná žláza a případná porucha její funkčnosti. Proto byste se měla nechat vyšetřit, ideálně půl roku před otěhotněním nebo co nejdříve po otěhotnění. A pokud se již léčíte s dysfunkcí štítné žlázy, rozhodně byste neměla léčbu přerušovat a o další léčbě se informovat u svého endokrinologa. Ten vám obvykle doporučí zvýšení dávky léků

a případně doplnění jódu v tabletách. V těhotenství totiž pracuje štítná žláza nejen pro vás, ale i pro správný vývoj nervové soustavy vašeho dítěte, což jí dá značně zabrat.

Co způsobuje štítná žláza?

„Nedostatečná produkce hormonu štítné žlázy (hypotyreóza) u matky vede k menšímu růstu a hyperaktivitě dítěte a kromě jiného až ke snížené inteligenci dítěte," říká doc. MUDr. Zdenka Límanová, CSc., z 3. interní kliniky VFN a 1. LF UK v Praze. *„A nejsou to jen naše dohady, jsou to fakta potvrzená velkým množstvím zahraničních studií a samozřejmě praxí lékařů,"* dodává lékařka. Zvýšená funkce (hypertyreóza) může komplikovat průběh těhotenství, vyvolat předčasný porod s následnými komplikacemi pro matku i dítě.

Jak poznám, že se mám nechat vyšetřit?

Odhalit špatnou funkci štítné žlázy bez odběru krve je mnohdy nemožné. Při snížené funkci je žena unavená, ospalá, někdy přibírá na váze, má suchou pokožku… A takto se cítí velké množství žen a v těhotenství snad všechny. Dopady mírně snížené funkce štítné žlázy ženy obvykle ani nevnímají. *„Proto s největší naléhavostí doporučujeme, aby si ženy ještě před otěhotněním, případně co nejdříve v 1. trimestru těhotenství nechaly vyšetřit štítnou žlázu. A pokud jim lékař odmítne napsat doporučení, ať neváhají*

Rozhodnutí je na vás, ale mějte na paměti, že následky neponesete jen vy, ale i vaše dítě.

a do laboratoře si zajdou samy. Zaplatí kolem 650 Kč a budou mít jistotu, že neohrozí správný vývoj svého dítěte a samozřejmě ani vlastní zdraví," důrazně radí paní docentka Límanová. Její slova doplňuje Ing. Drahomíra Springer, Ph.D. z Ústavu klinické biochemie VFN: *„Ženě je odebrán vzorek krve a výsledek testu může mít už za jeden den. Léčba tak může být nasazena okamžitě, což je pro zdravý vývoj plodu stěžejní."*

Co se vyšetřuje?

TSH je testem první volby. Obvykle je v těhotenství ordinován současně s vyšetřením koncentrace volného tyroxinu (FT4) a protilátek proti štítné žláze **TPOAb**. TSH je hormon, produkovaný podvěskem mozkovým (hypofýzou) a je součástí zpětnovazebného systému, který udržuje v krvi stabilní množství hormonů štítné žlázy tyroxinu (T4)). Hormony štítné žlázy pomáhají kontrolovat využívání energetických zdrojů organismem a ovlivňují řadu klíčových pochodů v lidském těle. K objasnění příčiny hypotyreózy slouží vyšetření TPOAb . Pozitivita tohoto testu svědčí pro autoimunitní příčinu hypotyreózy. Viz www.laboratornitesty.cz

Co ohrožuje plod v těhotenství: štítná žláza, cukrovka a preeklampsie

OnaDnes.cz

Co ohrožuje plod v těhotenství: štítná žláza, cukrovka i preeklampsie

Pokud plánujete dítě, nebo jste již těhotná, soustřeďte se na své tělo více než kdy jindy. Ale i když si připadáte zdravá, existují komplikace a nemoci, které mohou ovlivňovat vaše miminko a jeho budoucí vývoj. Na co si dát pozor?

PUBLIKOVÁNO:
OnaDnes.cz (6. 6. 2014)

Nemocná štítná žláza nebolí, ale...

ODBORNÉ AKCE

Screening **funkce štítné žlázy u těhotných**

Plošný screening štítné žlázy u těhotných

... poruch její činnosti je řada, jejich výskyt stále stoupá a důsledky mohou být i velmi závažné. Důležité je včas stanovit diagnózu a zahájit léčbu! Nemocemi štítné žlázy trpí především ženy (všech věkových kategorií), ale výjimkou nejsou ani u mužů a dětí. Nejznámějším projevem potíží je struma (lidově „vole") - celosvětově postihuje asi 5 % obyvatel. Toto nápadné zvětšení tkáně je nejvýraznějším varováním: jde buď o příznak poruchy tvorby hormonů, nebo o nedostatek jódu, který štítná žláza ke své činnosti nezbytně potřebuje.

PUBLIKOVÁNO:
Chvilka pro zdraví

Zdravotnictví a medicína 09/2014, rubrika Odborné akce

Zeny.iprima.cz, 05/2014

Více se dozvíte zde: http://magazin.czedma.cz/onemocneni-stitne-zlazy-probehlo-tiskem-.html?id=217&lid=258

Únava nemusí být z přepracovanosti

„Já jsem tak strašně unavená!“ slyším skoro obden od maminky mého manžela (slovo tchýně nepoužívám, protože ji mám ráda). Když byly děti malé, vždy mi ochotně pomáhala a hlídání o víkendech nebyl nikdy žádný problém. Ale slovo únava jsem od ní nikdy neslyšela. Úžasnou energii jsem Tamarce mohla závidět.

Proto jsem si její únavy začala víc všímat. A kde jinde hledat informace než na internetu. Určitě máte i vy nějakou zkušenost s internetem. Hodiny brouzdání a čtení nejrůznějších nesmyslných diskuzí a rad, jak zahnat únavu nasekanou kopřivou smíchanou s rozdrobeným chlebem a pojídáním třikrát denně… Závěr mého pátrání byl jednoznačný. Tamarko, musíš jít k doktorce a ta tě musí poslat na krevní testy! A žádné výmluvy na práci a nedostatek času.

Po čase jsme se potkaly na obědě a bylo vše jasné. Tedy myslela jsem si, že je vše jasné. Ve výsledcích laboratorních testů varovně blikalo **TSH**, prý problém se štítnou žlázou. Tím však veškeré informace končily a začínalo „nejasno.“ Slova obvodní lékařky byla prý moc složitá a Tamarka nerozuměla, co její nemoc vlastně znamená. Nezbývalo mi nic jiného, než znovu požádat internet o radu. Vyzbrojena magickou zkratkou TSH, vrhla jsem se do hledání.

Co znamená špatná funkce štítné žlázy?

K onemocněním organismu vedou změny v sekreci hormonů štítné žlázy ať ve smyslu nedostatečné či zvýšené sekrece. Snížená tvorba vede k hypotyreóze. Při ní dochází k zpomalování tělesných funkcí, což vede k suché kůži, zácpě, intoleranci zimy, otokům a tím i přibytku na váze, vypadávání vlasů, únavě a menstruačním nepravidelnostem u žen. Déletrvající hypotyreóza vede ke zhoršení srdeční činnosti, dušnosti i rozvoji aterosklerózy. Těžká neléčená hypotyreóza, která se nazývá myxedém, může vést k srdečnímu selhání a k ztrátě vědomí (myxedémové kóma) viz www.laboratornitesty.cz

Docela jsem se vyděsila a blahořečila si, že jsem Tamarku poslala na vyšetření. Bez odběru krve by se na příčinu určitě nepřišlo. Možná by si ještě dlouho stěžovala na únavu, připisovala by ji náročnému pracovnímu tempu a pak…? Ani to nechci domýšlet.

Co se vyšetřuje?

TSH řídí činnost štítné žlázy a udržuje v krvi stabilní množství hormonů štítné žlázy tyroxinu (T4). Hormon štítné žlázy T4 a jeho metabolity pomáhají kontrolovat využívání energetických zdrojů organismem.
Snížené hodnoty TSH – hypertyreóza
Zvýšené hodnoty TSH – hypotyreóza

Ke správné funkci štítné žlázy je nezbytný dostatečný přísun jódu, to je známo už léta.

Proto se u nás joduje sůl od 50. let minulého století a také díky tomu jeho nedostatek nebývá příčinou onemocnění štítné žlázy. Nicméně jeho zvýšený přísun je nutný v těhotenství. Dnes je většina onemocnění způsobena autoimunitním zánětem, o jehož přítomnosti může svědčit pozitivita protilátek TPO Ab nebo Tg Ab. Jejich pozitivita může odhalit problém dříve než samotná změna hladiny TSH.
Zdroj: www.laboratornitesty.cz

PUBLIKOVÁNO:
www.czedma.cz
docplayer.cz
Magazín iPrima.cz

Více se dozvíte zde: http://magazin.czedma.cz/onemocneni-stitne-zlazy-unava-nemusi-byt-jen-z-prepracovanosti-.html?id=217&lid=259

ONKOLOGICKÁ ONEMOCNĚNÍ

Vyhnout se biopsii prostaty?

Karcinom prostaty patří k nejčastějším zhoubným onemocněním u mužů. Je jednou z nejčastějších příčin úmrtí, zejména u mužů ve věku nad 50 let.

Biopsie prostaty je invazivní zákrok, při kterém se odebírá vzorek tkáně prostaty k histologickému rozboru. Ten spočívá v důkladném prozkoumání tkáně pod mikroskopem, přičemž se hledají abnormální buňky. Dává jasnou odpověď, zda se jedná o onemocnění zhoubné či nezhoubné. K posouzení typu onemocnění a jeho rizik je však nutné vhodně využít všech dostupných diagnostickým metod. Některé z nich mohou pomoci vyloučit zbytečné zatížení pacienta biopsií.

Co čeká muže při vyšetření prostaty

Mezi zásadní vyšetření prostaty patří mechanické vyšetření pohmatem a sonografické vyšetření. Další vyšetřovací metodou je stanovení určitých markerů v krvi pacienta. Během tohoto vyšetření se měří množství prostatického specifického antigenu (PSA) v krvi.

Laboratoř stanovuje hladinu celkového PSA – jak vázaného, tak volného. Existuje zde určitá hranice poměru, nad níž je přítomnost karcinomu prostaty velmi nepravděpodobná a pacient může být ušetřen biopsie. www.laboratornitesty.cz

Ještě přesnější vyšetření krve

Prof. MUDr. Ondřej Topolčan CSc. z FN Plzeň na základě několikaletého sledování pacientů doporučuje ještě stanovení koncentrace tzv. pro-PSA, což je část volného PSA vyskytující se v rakovinných tkáních prostaty, která je rovněž v malém množství uvolňována do krevního oběhu. Znalost hladiny pro-PSA spolu se znalostí koncentrací volného a vázaného PSA může významně přispět k přesnějšímu posouzení rizika výskytu karcinomu, a byl-li už karcinom zjištěn, k prognóze vývoje choroby, agresivity nádoru, posouzení účinnosti léčby, a dokonce i k úvaze, zda vůbec léčbu zahájit. Zejména v případech pacientů, u nichž by karcinom prostaty zjištěn ve vysokém věku, totiž léčba zbytečně zatíží pacienta, aniž by vedla k prodloužení délky jeho života.

Je nutné zdůraznit, že rozhodující je vždy posouzení konkrétní situace lékařem, který má kromě stanovení koncentrací uvedených markerů k dispozici rovněž údaje z vyšetření pacienta a ze sonografického vyšetření. Nicméně právě komplex těchto vyšetření může pomoci pacientovi vyhnout se zatěžující biopsii prostaty. Více o onemocnění prostaty na ww.laboratornitesty.cz

PUBLIKOVÁNO:
zena-in.cz
zeny.iprima.cz

Více se dozvíte zde: http://magazin.czedma.cz/onkologicka-onemocneni-vyhnout-se-biopsii-prostaty.html?id=217&lid=260

Další smrtelná rána rakovině děložního čípku

Test HPV DNA odhalí DNA papillomaviru HPV ve vzorku buněk z děložního čípku ještě předtím, než dojde v buňkách děložního čípku k nějaké změně. Tedy ještě dřív než v současné době primárně prováděný cytologický stěr. Proto společnost FDA doporučila v USA tento test jako první volbu v prevenci rakoviny děložního čípku!

PUBLIKOVÁNO:
Zena-in.cz

Ukážou na rakovinu, ale jen některou. Co znamenají nádorové markery?

Nádorové markery jsou látky, které jsou přítomny v organismu v důsledku vzniku a vývoje zhoubného bujení. Mohlo by se tedy zdát, že díky markerům mohou lékaři včas odhalit vznikající nádor. Jenže tak jednoduché to zase není. Marker není univerzální prostředek pro diagnostikování všech nádorů.

PUBLIKOVÁNO:
OnaDnes.cz
Zdraví 06/2014

Je možné vyhnout se biopsii prostaty?

Karcinom prostaty patří k nejčastějším zhoubným onemocněním u mužů. Je jednou z nejčastějších příčin úmrtí, zejména u mužů ve věku nad 50 let. Biopsie prostaty je invazivní zákrok, při kterém se odebírá vzorek tkáně prostaty k histologickému rozboru. Ten spočívá v důkladném prozkoumání tkáně pod mikroskopem, přičemž se hledají abnormální buňky. Dává jasnou odpověď, zda se jedná o onemocnění zhoubné či nezhoubné.

PUBLIKOVÁNO:
I60.CZ - Zdravotnictví a medicína 09/2014, rubrika Z výzkumu
Žena-in.cz
Žena-iprima

Zaznamenali jsme za vás

Více než sedmileté studie prokázaly, že testováním přítomnosti papillomavirové genetické informace pomocí DNA HPV testu lze velmi přesně stanovit míru rizika rozvoje rakoviny děložního čípku. Tedy ještě dřív než v současné době primárně prováděný cytologický stěr. Jako první na tyto informace zareagovala v USA společnost FDA a tento test doporučila jako první volbu v prevenci rakoviny děložního čípku.
Více na www.laboratornitesty.cz.

Zdraví 06/2014

Více se dozvíte zde: http://magazin.czedma.cz/onkologicka-onemocneni-vyhnout-se-biopsii-prostaty.html?id=217&lid=260

Další smrtelná rána rakovině děložního čípku

Test HPV DNA odhalí DNA papillomaviru (HPV) ve vzorku buněk z děložního čípku ještě předtím, než dojde v buňkách děložního čípku k nějaké změně. Tedy ještě dřív než v současné době primárně prováděný cytologický stěr. Proto společnost FDA doporučila v USA tento test jako první volbu v prevenci rakoviny děložního čípku!

Tomuto doporučení předcházel téměř sedmiletý průzkum u více než 176 000 žen ve věku 20–64 let, jehož výsledky byly oznámeny 3. listopadu 2013. Kromě jiného prokázal, že preventivní vyšetření založené na detekci HPV (tzv. HPV screening) je nejúčinnější u žen ve věku nad 30 let a pro všechny ženy jednou za 5 let. U žen ve věku 21 až 29 let není tento test nutný, protože infekce HPV jsou v této věkové skupině poměrně běžné a imunitní systém si s nimi v 90 % poradí sám.

Situace v České republice

V současné době zatím neexistují v ČR jasná doporučení, kdy vyšetření DNA na přítomnost lidského papillomaviru provádět. Záleží zcela na zvážení gynekologů.
Stávající preventivní program doporučuje roční cytologické kontroly ženám od 25 let. Při využití testu na HPV by ženám, u kterých nebyla prokázána infekce lidským papillomavirem, stačilo další vyšetření zopakovat za 3–5 let. Ženy, u kterých se prokáže přítomnost vysoce rizikových rakovinotvorných typů lidského papillomaviru v buňkách děložního čípku, mají být častěji kontrolovány pomocí cytologického stěru buněk děložního čípku a má jím být provedeno podrobné vizuální vyšetření děložního čípku (tzv. kolposkopie) s eventuálním odběrem kousků podezřelé tkáně (tzv. biopsie).
Zdroj: www.laboratornitesty.cz)

„Rakovina děložního čípku je druhým nejčastějším zhoubným nádorovým onemocněním žen na světě. Také v České republice je její výskyt v porovnání s ostatními rozvinutými zeměmi nepřiměřeně vysoký. Ročně je u nás diagnostikováno přibližně 1 000 nových případů rakoviny děložního čípku a téměř 400 žen na ni každý rok umírá. To je obzvlášť tragické u onemocnění, kterému se dá včasným odhalením předcházet! Po ženy je důležité, aby měly informace o dostupnosti účinnějších způsobů preventivních vyšetření. Samotné cytologické vyšetření stěrů z děložního čípku totiž bez vyšetření přítomnosti DNA lidského papillomaviru není podle mnoha současných vědeckých poznatků dostačující pro včasné odhalení závažných předrakovinových změn a tím i efektivní prevenci následného rozvoje rakoviny děložního čípku,“ říká doc. MUDr. Jiří Sláma, Ph.D. z Gynekologicko-porodnické kliniky 1. LF UK a VFN v Praze.

Zabijácký virus HPV

Mezinárodní vzdělávací portál www.laboratornitesty.cz informuje o existenci více než sta různých forem lidského papillomaviru (tzv. genotypů). Tyto genotypy se z pohledu nebezpečí rozvoje rakoviny dělí na typy s vysokým a nízkým rizikem. Mezi nejvíce rizikové rakovinotvorné genotypy patří genotypy 16 a 18. Proti těmto genotypům jsou zaměřené očkovací látky, které jsou dostupné i na českém trhu. Virus se přenáší mezi lidmi intimním kontaktem (pohlavním, orálním i análním).

Lidský papillomavirus je zodpovědný za více než 99 % případů rakoviny děložního čípku. Kromě

rakoviny děložního čípku způsobuje i jiné typy nádorů, především rakovinu řitního otvoru, zevních rodidel, pochvy, penisu, dutiny ústní a horní části polykacích cest. Méně nebezpečné formy papillomaviru jsou původci některých kožních bradavic. Tyto formy viru se přenášejí přímým stykem mezi lidmi a kontaminovanými předměty.

Docent Jiří Sláma ještě dodává: *„Jednou z nejlepších forem prevence je očkování proti HPV, které je ale nejúčinnější před prvním kontaktem s virem. Proto je očkování vhodné zejména pro velmi mladé dívky. Žádná očkovací látka však nechrání proti všem genotypům viru, a tak i očkovaná žena musí docházet na pravidelné gynekologické preventivní kontroly. U žen starších 30 let je možno během těchto kontrol velmi přesně stanovit míru rizika rozvoje rakoviny děložního čípku pomocí testování přítomnosti papilomavirové genetické informace pomocí DNA HPV testu. Díky tomu je možné včas zachytit předrakovinové změny, které lze zcela vyléčit a zabránit tak rozvoji zhoubného nádoru.*

O portálu LabTestsONline

Již 6 let nabízí kvalifikovanou pomoc portál www.laboratornitesty.cz , průvodce pacientů a lidí, kteří se aktivně zajímají o své zdraví.
Odpoví na otázky: Proč se nechat vyšetřit, jak se připravit na odběr, co je vyšetřováno, jak je vyšetření využíváno, co výsledek vyšetření znamená… Své místo zde mají i nejčastěji kladené otázky, slovník pojmů, sekce screening a samozřejmě informace o jednotlivých onemocněních.

PUBLIKOVÁNO:
Zena-in.cz
Internetové noviny
www.opavskenoviny.eu
www.ostravskenoviny.eu
www.karvinskenoviny.eu
www.havirovskenoviny.eu
www.fmnoviny.eu
www.olomouckenoviny.eu
www.prostejovskenoviny.eu

Účinnější test pro detekci HPV

Americký Úřad pro kontrolu léků a potravin (FDA) doporučil jako test první volby v prevenci rakoviny děložního čípku HPV DNA, který odhalí DNA lidského papillomaviru (HPV) ještě před tím, než v buňkách čípku dojde ke změně (tedy dříve než cytologický stěr).

Více se dozvíte zde: http://magazin.czedma.cz/onkologicka-onemocneni-dalsi-smrtelna-rana-rakovine-delozniho-cipku-.html?id=217&lid=262

Proč nejít na preventivní gynekologickou prohlídku

„Nemám na to čas“
„Je to tak nepříjemné“
„Musím si nejdřív najít nového lékaře“

Víte, na co skutečně nemáte čas? **Na operaci a chemoterapii.** Víte, co je skutečně nepříjemné? **Centrální katétr.** Víte, jakého lékaře budete skutečně hledat? **Onkologa.**

„Byl krásný slunečný jarní den, když mi můj lékař oznámil, že trpím rakovinou děložního čípku," vzpomíná Eva. *„Byla jsem v šoku. Nechápala jsem, co myslí tím, že tento typ rakoviny způsobuje lidská forma papillomaviru (HPV). Lidský pap… lidský papilloma … co to je, vždyť to nedokážu ani vyslovit. Předtím jsem o HPV nikdy neslyšela a už vůbec jsem neměla povědomí o tom, že infekce tímto virem může vést k rozvoji rakoviny děložního hrdla,"* pokračuje Eva.

Její příběh má na rozdíl od jiných šťastný konec – Eva boj s rakovinou úspěšně vyhrála. *„Vím, že jsem měla chodit na testy, ale znáte to, vždy se najde důvod k odkladu,"* dodává.

Jak zjistit nebezpečí?

Pro testování se už od 40. let používá stěr z děložního čípku, pojmenovaný podle svého vynálezce George Nicholase Papanicolaou Pap(ův) stěr. Toto vyšetření je však nepřesné a poměrně chybové, velmi totiž závisí na zkušenosti a odhadu toho, kdo výsledky vyhodnocuje.

Posun ve vývoji přineslo až zkoumání lidského papillomaviru, tedy HPV. Výzkumy ukázaly, že více než 99 % rakoviny děložního hrdla lze přičítat právě HPV infekci, a 70 % cervikálních karcinomů mají na svědomí dva nejrizikovější – HPV 16 a 18. Proto vznikl test DNA HPV, který se přednostně zaměřuje právě na tyto dva a pro dalších 12 rizikových genotypů přináší souhrnný výsledek. **Dokáže detekovat riziko onemocnění ještě před tím, než skutečně propukne!** To znamená, že tento screeningový test odhalí DNA samotného viru ve vzorku buněk z děložního čípku ještě předtím, než na čípku dojde k nějaké změně. Pap test odhalí přednádorové změny nebo abnormální buňky v okamžiku, když jsou už na čípku přítomny.

Této rakovině se můžete vyhnout!

DNA HPV test je schválen v USA jako test primární volby, první zemí v Evropě, která bude primárně testovat prostřednictvím DNA HPV je Holandsko. U nás je HPV DNA test hrazen ze zdravotního pojištění pouze v případě, že je cytologický nález pozitivní. Pokud se provádí na přání pacientky, pojišťovny ho neproplácejí. Prozatím.

Oněch 400 žen, které u nás ročně na rakovinu děložního čípku umírají, by jistě nelitovalo peněz za test, který by jejich život zachránil. Síla testu DNA HPV je v tom, že řekne ženě o jejím vysokém riziku vzniku rakoviny děložního čípku a nutnosti být pečlivě a často vyšetřována. Poučená žena pak určitě prohlídku u lékaře nevynechá! Je to především otázka našeho rozhodnutí a disciplíny - rakovina děložního čípku představuje (po rakovině prsu) druhý nejčastější ženský nádor. I přes tento závažný fakt chodí na pravidelné preventivní prohlídky na gynekologii jen polovina českých žen ve věku 25–59 let. Tristní statistika, nemyslíte?

Více informací o HPV na www.laboratornitesty.cz

PUBLIKOVÁNO:
Regiony24.cz

Více se dozvíte zde: http://magazin.czedma.cz/onkologicka-onemocneni-proc-nejit-na-preventivni-gynekologickou-prohlidku-.html?id=217&lid=263

Znalost hladiny pro-PSA ke snížení biopsií prostaty

Karcinom prostaty patří k nejčastějším zhoubným onemocněním u mužů, a také je jednou z nejčastějších příčin úmrtí, zejména u mužů ve věku nad 50 let. Existují ovšem také benigní onemocnění prostaty jako je hyperplazie prostaty, přičemž obtíže způsobované prostatou zvětšenou v důsledku nezhoubné hyperplazie či karcinomu jsou pociťovány stejně. K posouzení typu onemocnění a jeho rizik je třeba vhodně využít všech dostupných diagnostických metod.

Mezi zásadní vyšetření prostaty patří mechanické vyšetření pohmatem a sonografické vyšetření, nicméně i při negativním nálezu z obou těchto vyšetření existuje poměrně vysoká pravděpodobnost výskytu karcinomu. Jasnou odpověď na otázku, zda se jedná o onemocnění zhoubné či nezhoubné, může dát pouze biopsie spočívající v invazivním získání vzorku tkáně prostaty a následujícím histologickém rozboru. Biopsie je však zákrok invazivní, pro pacienta zatěžující a v neposlední řadě i nákladný.

Pokud je základní vyšetření lékařem pohmatem, případně sonograficky v pořádku, lze s úspěchem použít diagnostickou metodu spočívající ve stanovení určitých tzv. markerů v krvi pacienta. Ta sice nemůže sama o sobě potvrdit či vyvrátit přítomnost karcinomu prostaty, nicméně správná interpretace jejích výsledků umožňuje významně stanovit stupeň rizika, resp. umožňuje vyloučit zbytečné biopsie.

Tato metoda spočívá ve stanovení prostatického specifického antigenu (PSA), což je bílkovina uvolňovaná do krve v případě, že pacient trpí one-

mocněním prostaty. Tato bílkovina se v krvi, resp. v krevním séru vyskytuje buď vázaná na určité vazebné bílkoviny, anebo volná. Primárně se stanovuje hladina celkového PSA, tedy jak vázaného, tak volného. Existuje hranice jeho koncentrace, řekněme X, pod kterou je pravděpodobnost výskytu karcinomu prostaty výrazně snížená, a jiná hranice (Y), nad kterou je pravděpodobnost výskytu karcinomu prostaty výrazně zvýšená a nutí lékaře k zamyšlení nad indikací biopsie. Mezi těmito dvěma body existuje tzv. šedá zóna, kdy je obtížné hovořit o snížené či zvýšené pravděpodobnosti, jedná se nicméně o koncentrace větší, než u většiny zdravých jedinců, která může signalizovat zhoubné onemocnění.

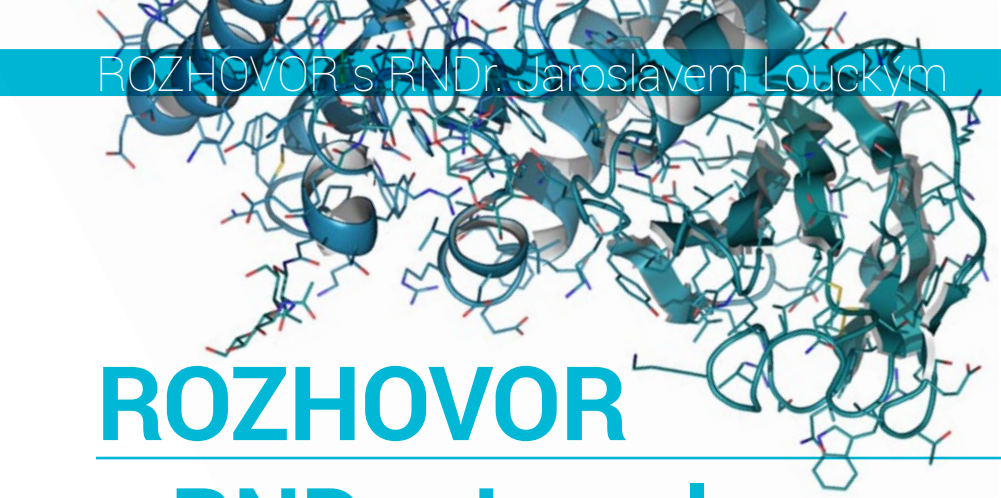
Nicméně je známo, že v případech, kdy se vycházelo pouze ze stanovení koncentrace celkového PSA, byl výskyt zbytečně indikovaných biopsií stále ještě příliš veliký, neboť koncentrace celkového PSA může být zvýšena i z jiných důvodů, než je karcinom. Odhad pravděpodobnosti karcinomu se výrazně zlepší, doplní-li se znalost koncentrace celkového PSA ještě stanovením PSA volného. Platí, že čím větší je poměr koncentrací volného ke koncentraci vázaného PSA, tím menší je pravděpodobnost přítomnosti karcinomu prostaty. Opět zde existuje určitá hranice tohoto poměru, nad níž je přítomnost karcinomu prostaty velmi nepravděpodobná a pacient může být ušetřen biopsie.

Je nutné zdůraznit, že rozhodující je vždy posouzení konkrétní situace lékařem, který má kromě stanovení koncentrací uvedených markerů k dispozici rovněž údaje z vyšetření pacienta a ze sonografického vyšetření. Stanovení koncentrací obou typů PSA je účinným nástrojem přispívajícím k posouzení pravděpodobnosti výskytu karcinomu prostaty.

Prof. MUDr. Ondřej Topolčan CSc. z FN Plzeň na základě několikaletého sledování pacientů doporučuje ještě stanovení koncentrace tzv. pro-PSA, což je část volného PSA vyskytující se v rakovinných tkáních prostaty, která je rovněž v malém množství uvolňována do krevního oběhu. Znalost hladiny pro-PSA spolu se znalostí koncentrací volného a vázaného PSA může významně přispět k přesnějšímu posouzení rizika výskytu karcinomu, a byl-li už karcinom zjištěn, k prognóze vývoje choroby, agresivity nádoru, posouzení účinnosti léčby, a dokonce i k úvaze, zda vůbec léčbu zahájit. Zejména v případech pacientů, u nichž by karcinom prostaty zjištěn ve vysokém věku, totiž léčba zbytečně zatíží pacienta, aniž by vedla k prodloužení délky jeho života.
Pravidelné testování hladiny PSA má ovšem značný význam i pro monitorování pacientů po léčbě karcinomu prostaty, neboť zvyšování jeho koncentrace svědčí o pravděpodobné remisi karcinomu nebo o jeho metastatickém šíření.
Více o onemocnění prostaty na ww.laboratornitesty.cz

PUBLIKOVÁNO:
Czedma / Zdraví E15 / Labtestsonline.cz / ZAM 9/2014
www.czedma.cz
zdravi.e15.cz
www.labtestsonline.cz

Více se dozvíte zde: http://magazin.czedma.cz/onkologicka-onemocneni-znalost-hladiny-pro-psa-ke-snizeni-biopsii-prostaty.html?id=217&lid=264



ROZHOVOR s RNDr. Jaroslavem Loucký

RNDr. Jaroslav Loucký je předsedou sdružení privátních diagnostických laboratoří PRIVALAB (www.privalab.cz). Poprosili jsme ho o rozhovor, ve kterém se s námi podělil o své postřehy, názory a vyložení současného stavu ekonomiky privátních laboratoří v České republice.

Jaké zásadní změny se odehrály na českém trhu laboratorní diagnostiky v posledních několika letech?

Služby laboratorního komplementu jsou v České republice již od devadesátých let poskytovány jak laboratořemi, které jsou součástí větších zdravotnických celků, většinou nemocnic, tak také subjekty, které tvoří tzv.

ambulantní komplement. V minulosti existovala ve sféře zmiňovaného ambulantního komplementu poměrně velká roztříštěnost laboratoří. Mnohdy byly laboratorní služby poskytovány velmi malými pracovišti, pro které se postupem času stávala velkým problémem zvyšující se ekonomická náročnost provozu. Existence malých laboratoří má určitě svoje pro a proti. Tím, co tuto existenci jednoznačně podporuje, je skutečnost rychlé a jednoduché dostupnosti základních laboratorních testů v mnohdy odlehlejších regionech a tím, co ji komplikuje, je už zmiňovaná stále větší ekonomická náročnost provozování laboratoří, zejména z pohledu udržení úrovně kvalitní práce. Tyto dva zmiňované faktory zřejmě naznačují, že je žádoucí existence regionálních laboratoří určité velikosti a s určitým spektrem poskytovaných služeb. Pro srovnatelné zajištění kvalitní laboratorní diagnostické péče v jednotlivých regionech lze stěží předpokládat, že by tuto funkci mohlo plnit pouze několik velkých laboratoří, lokalizovaných v největších městech. V současné době existují na českém laboratorním trhu jak menší, tak středně velké laboratoře, které zpravidla vlastní laboratorní pracovníci, mnohdy s dlouholetou praxí v oboru. Vedle těchto laboratoří existují i větší laboratorní seskupení, někdy označované jako „řetězce“, které jsou mnohdy ekonomickou součástí větších mezinárodních celků. Nalezení optimálního modelu fungování laboratoře je tedy zřejmě hledáním průsečíku mezi optimalizováním ekonomiky provozu a zajištěním slušné dostupnosti laboratorních služeb v jednotlivých regionech.

„Nalezení optimálního modelu fungování laboratoře je tedy zřejmě hledáním průsečíku mezi optimalizováním ekonomiky provozu a zajištěním slušné dostupnosti laboratorních služeb v jednotlivých regionech.“ říká mj. RNDr. Jaroslav Loucký.

Jaké je postavení privátních diagnostických laboratoří v českém zdravotnictví?

Je všeobecně známo, že laboratorní diagnostika velmi významnou měrou přispívá k rozhodování lékaře o způsobu léčby pacientů. Pokud srovnáme náklady vynaložené na laboratorní služby s jejich významem a dopadem na léčbu, tak musíme konstatovat, že se jedná o vysoce efektivní medicínské obory. Vynaložené prostředky v prostředí českého zdravotnictví tvoří z pohledu ambulantního komplementu pouze několik jednotek procent z celkového rozpočtu na zdravotnictví. Přestože se tedy jedná o vysoce efektivní složku zdravotní péče, tak náklady na ni, v porovnání s jinými segmenty zdravotnictví, v posledních letech stagnovaly a v roce 2009 dokonce došlo k výraznému snížení úhrad

za poskytnutou laboratorní péči. Teprve v roce 2016 dojde poprvé od roku 2009 k minimálnímu navýšení úhrad ve výši cca 1,4 %.

Privátní laboratoře jsou sdruženy do Privalabu. Jaká je hlavní úloha sdružení a s ním spojená Vaše role? Jak dlouho sdružení funguje?
Část laboratoří, které poskytují své služby v ambulantním laboratorním komplementu, se koncem devadesátých let rozhodla založit sdružení Privalab, jehož cílem bylo a je zastupování při jednání se zdravotními pojišťovnami v rámci dohodovacích řízení a také s dalšími institucemi, např. Ministerstvem zdravotnictví. Role Privalabu je tedy podobná, jako např. role SAS (Sdružení Ambulantních Specialistů).

Z jakých zdrojů jsou v současné době financované privátní laboratoře?
Velká většina privátních laboratoří a jejich činnost je součástí systému poskytování zdravotních služeb v režimu zdravotního pojištění. Z toho také vyplývá, že hlavní a nejdůležitější složkou financování laboratoří jsou příjmy od zdravotních pojišťoven. Je samozřejmě snahou laboratoří nabízet alespoň určitou část svých služeb také za přímou úhradu, ale tyto příjmy jsou v porovnání s platbami od zdravotních pojišťoven nesrovnatelně nižší.

Jak složitá jsou vyjednávání s jednotlivými pojišťovnami?
Ambulantní komplement je mnohdy vnímán jako určitá forma poskytování servisu jiným medicínským, zejména klinickým oborům. Možná i z tohoto důvodu zdravotní pojišťovny na laboratoře nahlížejí jako na určitý doplněk zdravotní péče a na rozdíl od jiných segmentů je pozice laboratoří při jednání se zdravotními pojišťovnami obtížnější. Důvodem může být také skutečnost, že laboratoře nejsou většinou v přímém kontaktu s pacientem, tedy s pojištěncem konkrétní zdravotní pojišťovny.

Nemocniční laboratoře mohou omezovat svoje služby s ohledem na celkový rozpočet

V čem spatřujete výhody privátní laboratoře v porovnání s nemocničními, popř. s řetězci?
Charakter práce regionálních privátních laboratoří je dán tím, komu poskytují svoje služby. Ve velké míře jsou to ambulantní specialisté, pro které se privátní laboratoře snaží zajistit optimální způsob spolupráce, který zdaleka nezahrnuje jen vlastní analytickou činnost a vydávání výsledků. V přímém porovnání s dalšími laboratořemi občas vidíme, že např. nemocniční laboratoře mohou omezovat svoje laboratorní služby, což souvisí s rozpočtem nemocnic a mnohdy může dojít k situaci, že se na některá vyšetření ani nedostane. Řetězce zase poměrně složitě udržují osobní a odborné vztahy s odborníky v regionu, což určitě může ovlivnit celý pro-

ces laboratorního testování zejména z pohledu konzultačních a interpretačních činností.

Součástí práce dobře fungující privátní laboratoře je její zajištění logistiky v preanalytické fázi, dobrá časová a místní dostupnost, striktní dodržování pravidel, které jsou definovány normou ISO 15189, ale také pravidel, která definují odborná doporučení jednotlivých laboratorních odborností. Věříme, že právě v tomto ohledu jsou privátní laboratoře pro velkou většinu ambulantních lékařů výborným partnerem.

Existují nějaké regule, které znemožňují vznik nových soukromých laboratoří? Jaké podmínky musí splňovat?

Vznik dalších laboratoří, stejně jako jiných zdravotnických zařízení, je součástí určitého procesu, který zahrnuje vyjádření potřeby existence tohoto typu zařízení v rámci konkrétního regionu a navazujícím prvkem je uzavření smluv se zdravotními pojišťovnami, které je zcela v kompetenci těchto institucí.

Troufnete si předpovědět budoucnost soukromých laboratoří s krátkodobým výhledem třeba na období pět let?

Jedním z největších problémů celého zdravotnictví je skutečnost, že podmínky úhrady za poskytnutou zdravotní péči jsou vždy definovány pouze pro období jednoho roku. V tomto světle je velmi obtížné přesněji predikovat, jak by mohlo vypadat fungování laboratoří za pět let. Pokud by způsob financování laboratoří zůstal více méně obdobný, jako je v současnosti, tak lze předpokládat, že bude docházet k další konsolidaci laboratoří do větších celků. Míra této konsolidace by ovšem neměla narušit dostupnost kvalitní laboratorní péče i v odlehlejších regionech.

Lab Test Online je výborný prostředek pro propagaci laboratorní medicíny

Jaké je Vaše propojení s Lab Test Online? (www.labtestsonline.cz)

Velká většina laboratorních pracovníků vnímá Lab Test Online jako výborný prostředek pro propagaci laboratorní medicíny. Běžná populace má možnost se prostřednictvím informací na tomto webu dozvědět více o konkrétních laboratorních vyšetřeních, o jejich významu a případně o souvislostech s různými onemocněními. Z tohoto pohledu skutečně považujeme Lab Test Online za velmi přínosný způsob prezentace práce laboratoří.

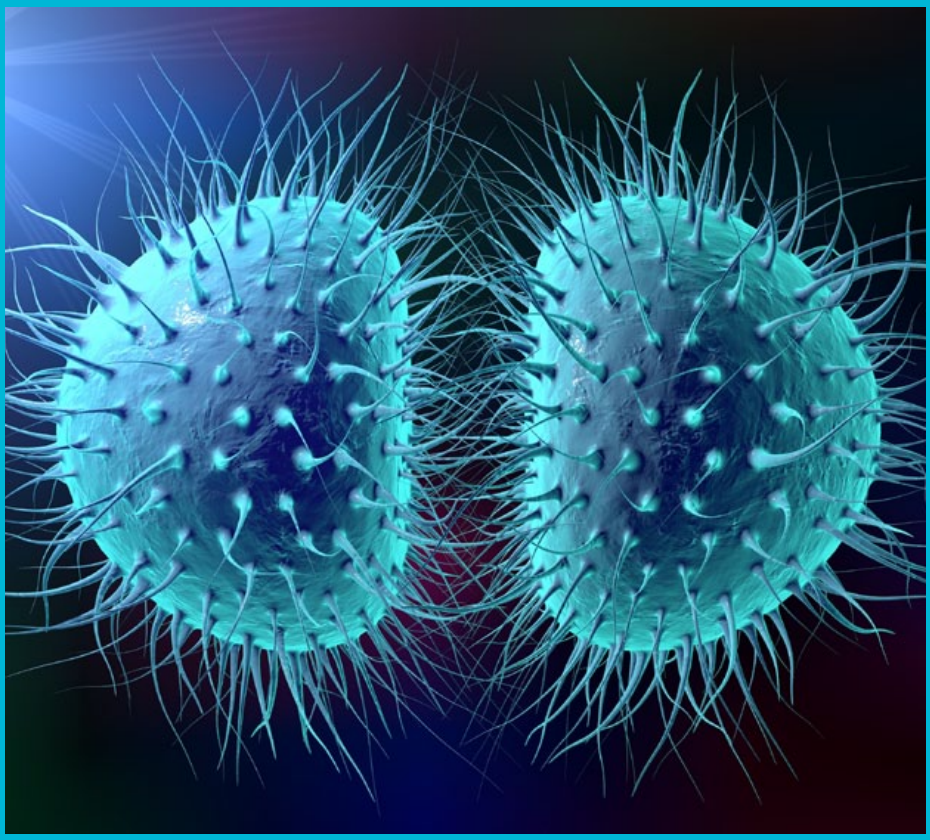
Děkuji za rozhovor.

Připravila: Lucie Havlíčková
Foto: archiv RNDr. Jaroslava Louckého
cz.dollarphotoclub.com
Zdroj informací PRIVALAB

privalab
sdružení privátních diagnostických laboratoří

Více se dozvíte zde: http://magazin.czedma.cz/onkologicka-onemocneni-znalost-hladiny-pro-psa-ke-snizeni-biopsii-prostaty.html?id=217&lid=264

POHLAVNÍ NEMOCI



Léto ve víru sexu? Těšíte se?

Nabízí se i otázka „Bojíte se?“

Než se vrhnete do víru zábavy, nabízíme jedno malé zamyšlení.

Kapavka, syfilis, AIDS, hepatitida, chlamydie… jestli si myslíte, že tyto nemoci patří jen prostitutkám a homosexuálům, jste na velkém omylu.

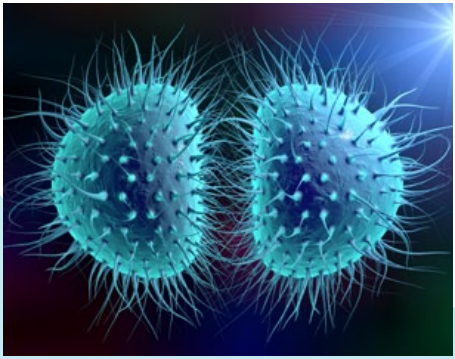
Vedoucí lékař dermatovenerologické ambulance v Praze Přemysl Procházka smutně konstatuje: ***„Velmi byste se divili, do jakých sociálních vrstev pohlavní choroby zasahují, kolik nešťastných osudů se před námi odehrává. Zrovna nedávno k nám přišla studentka vysoké školy, která se nakazila kapavkou na studijním pobytu v zahraničí. Prý byl ten černovlasý kluk moc hezký, ale kondom neměl.“***

Sexuální chování se v posledních letech dost uvolnilo, kondom už není tolik populární. Nic-

méně čísla hovoří jasně. 1 151 nových případů kapavky (o 442 víc než 2011), 696 syfilis, 226 HIV pozitivity za rok 2012. A čísla narůstají. Např. za první čtyři měsíce roku 2014 se nově nakazilo virem HIV 99 lidí.

Jak poznám nákazu kapavkou?

Jako standardní inkubační dobu v případě kapavky lékaři uvádějí období dvou až čtrnácti dnů. U žen se první příznaky objevují nejčastěji mezi 4.–7. dnem po nakažení, u mužů potom zhruba mezi 2.–5. dnem. Nebezpečné však je, že řada žen nákazu kapavkou velmi často nezpozoruje, protože minimální gynekologický výtok bez přidružených bolestivých symptomů nepovažuje za nic abnormálního, tím spíše, když trpí na tyto výtoky řadu let. Důležitým příznakem je změna a charakter výtoku, změna zabarvení z fyziologického čirého či bělavého výtoku bez zápachu na zapáchající žlutavý doprovázený někdy nepravidelným krvácením. Chronická neléčená kapavka se může šířit na vnitřní gynekologické orgány, vejcovody či vaječníky, může být i příčinou neplodnosti ženy.
Nakažení muži mohou mít obtíže při močení spojené s nepříjemným pálením a řezáním, často doprovázeno hustým hnisavým výtokem



z močové trubice. Neléčená kapavka se může rozšířit do oblasti varlat a nadvarlat, což je obvykle doprovázeno svěděním nebo bolestí. Výsledkem může být také neplodnost. Informace na www.laboratornitesty.cz

Jak se mohu nakazit?

Důležité je vědět, že se kapavka přenáší nejen vaginálním sexem, ale i orálním nebo análním sexem. Tyto způsoby přenosu jsou stejně rizikové jako klasický vaginální sex. Velkou roli zde hraje nezodpovědnost a neznalost. Pokud se kapavka neléčí, přenáší se na další sexuální partnery, kteří ani netuší, jakou cenu za sex zaplatí.

„Mnohým mladým lidem připadá trapné při sexu řešit kondom a sexuální věrnost je podle nich nudná. Ale tady jde o zdraví a mnohdy i o život. Proto veškeré předsudky stranou! A pokud máte jakékoliv podezření, zajděte si co nejdříve na testy do venerologické ambulance, doporučení obvodního lékaře k tomu nepotřebujete,“ **důrazně dodává doktor Procházka.**

Podrobné informace o pohlavních chorobách na www.laboratornitesty.cz

Aby sexuální hrátky neměly dohru u lékaře...

Chcete okořenit svůj milostný život a vyzkoušet dosud nepoznané? Lékař vám poradí, jak při experimentování nepřijít k úrazu. Otevřeně a beze studu! Milování – i to divočejší – by vám mělo přinášet především rozkoš a prohloubení partnerské intimity. Erotické hrátky však mohou skončit i dost neslavně!

PUBLIKOVÁNO:
Pestrý svět

Léto ve víru sexu! Máme se těšit, nebo spíš bát?

Než se vrhnete do víru zábavy, měli byste pomyslet na to, co si také můžete z nerozvážnosti "vykoledovat". Kapavka, syfilis, AIDS, hepatitida, chlamydie... jestli si myslíte, že tyto nemoci patří jen prostitutkám a homosexuálům, jste na velkém omylu. Vedoucí lékař dermatovenerologické ambulance v Praze Přemysl Procházka smutně konstatuje: „Velmi byste se divili, do jakých sociálních vrstev pohlavní choroby zasahují, kolik nešťastných osudů se před námi odehrává. Zrovna nedávno k nám přišla studentka vysoké školy, která se nakazila kapavkou na studijním pobytu v zahraničí. Prý byl ten černovlasý kluk moc hezký, ale kondom neměl."

PUBLIKOVÁNO:
zeny.iprima.cz
zeny.iprima.cz
www.klinikazdravi.cz
www.ostravskenoviny.eu
www.opavskenoviny.eu
www.fmnoviny.eu
Pestrý svět

Více se dozvíte zde: http://magazin.czedma.cz/pohlavni-nemoci-zpravy-z-medii.html?id=217&lid=267

DALŠÍ/OSTATNÍ

Jak nám pomáhají enzymy?

V posledních letech zažívá léčba enzymy velký boom. Ze všech stran se na nás valí nejrůznější reklamy, které slibují doslova zázraky. Je to opravdu taková léčebná bomba, jak se říká, nebo je to jen placebo?

PUBLIKOVÁNO:
Zdraví 05/2015

Vyzrajte na chřipku!

Máte pocit, že vás právě přejel nákladňák, bolí vás svaly a klouby, teplota se vyšplhala nad devětatřicet a je vám naprosto příšerně? S největší pravděpodobností jste dostali chřipku. Jak si s ní poradit? Víte, jaký je rozdíl mezi běžným nachlazením a chřipkou? Není to zase tak těžké rozlišit. Přestože mezi nimi existuje spousta podobností (a to i ve způsobu jejich léčení), nejsou stejné. Nejsilnější fáze nachlazení může trvat déle, ale chřipku doprovázejí mnohem silnější příznaky. Chřipka je nemoc, která má tisíce podob, a stoprocentně účinný lék na to, jak na ni vyzrát, bohužel neexistuje. I když známe pouze tři základní sérotypy (A, B a C), má chřipka schopnost zázračně mutovat.

„Virová onemocnění dýchacích cest patří mezi nejčastější infekce podzimních, zimních a jarních měsíců. Jsou vyvolávána širokým spektrem původců, tzv. Respiračních virů. Klinický obraz je podobný, probíhají jako infekce horních a dolních cest dýchacích, nejčastěji jako rýma, pocit ucpaného nosu, někdy jsou provázeny zvýšenou teplotou a bolestí hlavy. Mnohé respirační infekce se mohou opakovat. Šíří se kapénkovou infekcí, ale i přímým kontaktem, tzv. přenosem infekčního nosního sekretu na ruce a předměty v okolí nemocného. Zvláště v dětských kolektivech je důležitý i nepřímý kontakt zejména prostřednictvím společných hraček," vysvětluje MUDr. Alena Koubová z infekční kliniky fakultní nemocnice v Plzni. Na rozdíl od akutních respiračních infekcí je chřipka daleko závažnější, a to jak svým průběhem, tak možnými komplikacemi...

Na otázku, jaké testy lze využít pro detekci chřipky, odpověděla MUDr. Alena Koubová z infekční kliniky FN v Plzni, www.laboratornitesty.cz)

PUBLIKOVÁNO:
Zdraví 02/2015

Zdraví 05/2015

Více se dozvíte zde: http://magazin.czedma.cz/dalsiostatni-zpravy-z-tisku-o-.html?id=217&lid=268

ZDRAVOTNÍ GRAMOTNOST NÁRODA

Shrnutí akčního plánu Ministerstva zdravotnictví č. 12 – Zdraví 2020

Akční plán rozvoje zdravotní gramotnosti je nástrojem realizace programu Zdraví 2020 v České republice a východiskem Národního plánu rozvoje zdravotní gramotnosti.

Zdravotní gramotnost je jedním z významných faktorů ovlivňujících jak úroveň a rozložení zdravotního stavu obyvatel, tak i účinnost, hospodárnost a kvalitu péče o zdraví a výsledky i dopad činnosti zdravotnictví. Zdravotní gramotnost je nepostradatelným nástrojem i charakteristikou zdravé demokratické společnosti.

Zdravotní gramotnost je jednak vlastností jednotlivců a jednak schopností systému péče o zdraví jednat vstřícně vůči všem občanům, a zejména pacientům. Investice do zdravotní gramotnosti jsou zdravé investice. Struktura a návaznost hlavních komponent akčního plánu rozvoje zdravotní gramotnosti je schematicky znázorněna v příloze 1. Relevantními, mezinárodně srovnatelnými ukazateli bylo doloženo, že zdravotní gramotnost v České republice je nízká (příloha 2). Varovným příznakem je malý zájem o zdraví (zejména u mládeže) a nedostačující osobní odpovědnost za své vlastní zdraví.

Je nezbytné v návaznosti na zahraniční i domácí zkušenosti a na základě poznání stávající situace zlepšit zdravotní gramotnost v České republice v celku i ve vymezených cílových skupinách a doložit její zvýšení v měřitelných jednotkách. Rovněž je žádoucí připravit dlouhodobě a cílově orientovaný Národní plán rozvoje zdravotní gramotnosti.

Cenným základem akčního plánu je program Světové zdravotnické organizace Zdraví 2020 (1), Zpráva o zdraví obyvatel České republiky (2) a Národní strategie ochrany a podpory zdraví a prevence nemocí (3).

Hlavním podkladovým materiálem je publikace WHO: Health Literacy – Solid Facts (4) a Comparative Report on Health Literacy in Eight EU Member States (5). Zhodnocení dosavadní úrovně zdravotní gramotnosti v České republice (příloha 2) a studium efektivních metod zlepšování zdravotní gramotnosti vedlo k vymezení šesti základních oblastí, které se staly motivem pro přípravu jak dílčích projektů, tak i souhrnného akčního plánu zdravotní gramotnosti:

a) Strategie soustavného rozvoje zdravotní gramotnosti (příprava strategického dokumentu Národního plánu rozvoje zdravotní gramotnosti).

b) Informace (kvalita a dostupnost, portál zdravotní gramotnosti).

c) Výchova a vzdělávání (školy, školská zařízení, celoživotní vzdělávání, pedagogičtí pracovníci).

d) Výzkum a hodnocení (mezinárodně srovnatelná metodika, HIA, EIA, SIA).

e) Média (věrohodnost a kvalita informací, vzdělávání novinářů).

f) Komunitní projekty (např. Zdravé město, Škola podporující zdraví, Podnik podporující zdraví, Nemocnice podporující zdraví, příklady dobré praxe).

Neocenitelným přínosem pro přípravu akčního plánu byla poradenská pomoc a konzultační návštěva prof. Jürgena Pelikana, experta WHO pro zdravotní gramotnost, za jehož účasti proběhla na MZ ČR vědecká konference.

Pro jednotlivé oblasti byly navrženy konkrétní rozvojové projekty umožňující reagovat na stávající nedostatky. Jsou uvedeny v dalším textu i v logickém rámci akčního plánu (příloha 3). Více se dozvíte z rozsáhlého PDF, které detailně mapuje celý „Akční plán č. 12".

PUBLIKOVÁNO:
magazín Klinika/Genetika

Více se dozvíte zde: http://magazin.czedma.cz/zdravotni-gramotnost-naroda-shrnuti-akcniho-planu-ministerstva-zdravotnictvi-c-12-zdravi-2020-.html?id=217&lid=269

Zdravotní gramotnost národa

Rozumět svému lékaři, chápat výsledky testů, jednoduše vyhledávat informace o zdraví, pochopit je a umět je využít ke zlepšení svého zdraví. To je přání snad každého člověka.

Znát, chápat a rozumět dává možnost přijímat správná rozhodnutí. S dostatečným přísunem důvěryhodných informací budou lidé znát význam zdravého životního stylu, nebudou zanedbávat preventivní prohlídky u lékaře a v případě vlastních zdravotních problémů nebudou odkládat vyšetření. Zdravotně gramotný člověk má mnohem větší šanci na šťastný život ve zdraví.

„Zdraví máte ve svých rukou a je jen na vás, jak svou příležitost uchopíte."

Proto byla v roce 2015 založena nezisková organizace **Zdravotní gramotnost národa, z.ú.,** která si klade za cíl podporovat u veřejnosti schopnosti získávat, interpretovat a rozumět základním zdravotním informacím, službám a dovednosti využít takové informace a služby ke zlepšení zdraví.

Předsedkyně správní rady, Ing. Lenka Nováková uvádí: *„Naším hlavním mottem, které provází naše snahy, je zcela jednoduchá myšlenka „Zdraví máte ve svých rukou". Jednoduché, nicméně málokdo se jím řídí. Proto bychom rádi lidem pomohli orientovat se v otázkách vlastního zdraví a ukázali jim, jak a kde na cestě za lepším zdravím začít."*

Co je v plánu

Prof. MUDr. Jaroslav Racek, DrSc., člen správní rady, stručně popisuje hlavní činnost ústavu: *„Chceme všemi dostupnými prostředky provádět osvětovou a edukační činnost zaměřenou zejména na zdravotní prevenci. Rádi bychom organizovali semináře, workshopy a různé akce cílené na zvyšování zdravotní gramotnosti obyvatel." Je velmi důležité posilovat schopnosti národa rozhodovat o svém zdraví i o životě, zvyšovat jeho sebedůvěru a důstojnost."*

Informační průvodce

„Založili jsme webové stránky, kde si lidé vyhledávají podle vlastních problémů příslušné nemoci, čtou si o nich fundované články a pokračují k velmi podrobným informacím na našem spřáteleném webu. Najdou zde také adresy laboratoří, kde si mohou nechat udělat testy a poznat, jak to s jejich zdravím vypadá. Dozví se o plánovaných akcích našeho ústavu a mnoho dalších věcí," **dodává MUDr. Racek.**

Autor: redakce

LabTestsOnline.cz

LabTestsOnline.cz – webový portál určený ke komplexní informaci o jednotlivých laboratorních vyšetřeních, o testech pomocí diagnostiky in vitro.

Je směřovaný zejména na pacienta, na laického uživatele, k jeho lepší orientaci a pochopení jednotlivých vyšetření jak při nemoci, tak při preventivních programech. Zdravotnickým pracovníkům může sloužit pro rychlou, aktuální orientaci o laboratorních vyšetřeních. Přináší ucelené informace o laboratorní diagnostice, o jednotlivých analytech, jejich interpretaci, které každý lékař provádí nejen ke zjištění nemoci, jejího průběhu či určení prognózy, ale významnou měrou i při preventivních prohlídkách a screeningových programech.

Česká verze je součástí světového projektu, založeného AACC (Americká společnost klinické chemie) a působícího již v 16 zemích. Všechny informace na webu jsou odborně garantovány partnerem projektu - Českou společností klinické biochemie, odbornou lékařskou společností LS JEP. Tyto informace naleznete na www.laboratornitesty.cz a jejich důvěryhodnost je potvrzena certifikátem mezinárodní společnosti Health On the Net Foundation. Veškeré překlady jsou adaptovány na podmínky a zákonitosti České republiky.

Co LabTestsOnline.cz nabízí lékařům?

Slouží jako rychlá orientace v nových neznámých testech. Laboratorní medicína se vyvíjí velmi rychle a objevuje se mnoho nových poznatků, takže pro běžného lékaře je občas obtížné při své praxi sledovat všechny novinky. Může se stát, že za ním přijde pacient, že má z klinického pracoviště provedený určitý nový typ testu a lékař se díky portálu velmi rychle dozví, o jaký test jde a co bylo důvodem jeho provedení. Web tak může lékaři posloužit i jako taková „první pomoc".

Co se z LabTestsOnline.cz dozví pacient?

Pacientům poskytuje základní informace o nemocech a o testech, které slouží k jejich odhalování nebo k monitorování léčby. Podle návštěvnosti webu v jednotlivých zemích je vidět, že zejména v USA je o takové informace

zájem. Velká část populace nemá ani zdaleka všechny náklady na zdravotní péči pokryty z prostředků veřejného zdravotního pojištění. Pacienti, kteří jsou zvyklí si testy hradit sami, samozřejmě chtějí vědět, za co vlastně platí a k čemu je jim to užitečné.

Co portál přináší v oblasti preventivních screeningových programů?

Především je zde velmi pečlivě vysvětleno, k čemu screeningové programy slouží. Všeobecně se ví, jak je důležité včasné zjištění onemocnění a případné zahájení vhodné léčby, ale výsledky screeningových testů mají pro pacienta ještě další význam a tím je podnět ke změně: zdánlivě zdraví jedinci mohou získat prostřednictvím screeningu informaci, jak lépe chránit své zdraví například při zvýšené hladině cholesterolu, nebo výskytu prekancerózního polypu v tlustém střevě. Výsledky testů lidem často pomáhají snižovat riziko a pravděpodobnost, že danou chorobou onemocní. Proto může být portál Laboratornitesty.cz významným pomocníkem lékaře i při vysvětlování významu screeningu pacientům.

Obsah preventivních screeningů je přizpůsoben českým podmínkám financování lékařské péče, takže zde uživatel najde podrobný seznam, jaké screeningové programy hradí zdravotní pojišťovny, ale navíc jsou zde i informace o diskutovaných a pojišťovnou dosud nehrazených možnostech, které se již v zahraničí využívají. Uveďme dva příklady: těhotenská hypotyreóza, jejíž včasné odhalení má velký význam pro zdravý vývoj plodu a u nás zatím není zahrnuta do hrazeného screeningu. Druhý screeningový program se týká prevence proti rakovině děložního čípku. U nás pojišťovna hradí primární screening prostřednictvím cytologického PAP stěru. Tento test byl objeven v roce 1927 a určitě od té doby zachránil mnoho ženských životů. Nicméně se podle nejnovějších zahraničních studií ukazuje, že byl již překonán a v mnoha zemích světa je nahrazován přímým testováním přítomnosti HPV, které stanovuje nejvíce nebezpečné genotypy HPV přímo v primárním screeningu.

Autor: Lubomír Stříž, Lenka Nováková

Rozhovor s předsedou CZEDMA panem Ing. Petrem Šmídlem CSc.

Petr Šmídl se od počátku CZEDMA věnuje převážně problematice předpisů a norem, tedy legislativy, a dále technickým otázkám a činí tak i nadále. Položili jsme mu pár otázek, jimiž přiblížil svoje aktivity a zároveň činnost CZEDMA celkově.

Jaká byla cesta inženýra Petra Šmídla od vysoké školy až k funkci předsedy České asociace výrobců a dodavatelů diagnostik in vitro CZEDMA?

Po skončení VŠCHT a tehdy ještě i po absolvování vojny jsem pokračoval aspiranturou a posléze jsem řadu let na VŠCHT pracoval jako vědecký pracovník. V roce 1992 jsem však svůj další osud spojil se společností Immunotech, která se zabývala a stále zabývá výzkumem, vývojem a výrobou immunodiagnostických souprav. Tam jsem vedl výzkumné úkoly, řídil jsem výrobu a posléze více než 10 let jsem byl ředitelem pro zajišťování kvality a regulatorních záležitostí. Immunotech je od roku 2002 součástí nadnárodní společnosti Beckman Coulter, což mi umožnilo získat zkušenosti s problematikou IVD a řízením systémů zajišťování kvality v celosvětovém měřítku. Můj předchůdce ve funkci ředitele QA&RA Vráťa Svoboda patří k zakladatelům CZEDMA a díky němu jsem se s činností asociace blíže seznámil. Má práce v rámci asociace začala v období, kdy se transponovala do české legislativy Směrnice 98/79/ES a po odchodu Vráti do důchodu jsem

se stal místopředsedou asociace a posléze i jejím předsedou. Takže se dá říci, že jsem tu práci po Vráťovi zdědil, nicméně on se stále těší dobrému zdraví a kondici, což je dědění řekněme bezbolestné.
V asociaci jsem se od počátku věnoval převážně problematice předpisů a norem, tedy legislativy, a dále technickým otázkám a činím tak nadále.

Co obnáší pozice předsedy CZEDMA a jak dlouho již zastáváte tuto pozici?

Tuto pozici zastávám od roku 2009.
Obnáší nezanedbatelné množství času, které je této práci potřeba věnovat. To se ale samozřejmě týká všech členů předsednictva. Z častých kontaktů s ostatními asociacemi sdruženými v EDMA vím, že jen velmi málo jich nemá alespoň část osob, které se podílejí na zabezpečování jejich činnosti tzv. na „plný úvazek".
Vlastně nevím o žádné takové asociaci, která by se práce EDMA aktivně účastnila.
Práce pro CZEDMA znamená analýzy a připomínkování stávajících i plánovaných předpisů, a to jak na národní tak i evropské úrovni, jednání s národními orgány jako jsou MZ, SÚKL, ÚNMZ, či notifikované osoby. Obnáší i cestování do Bruselu, neboť ne všech aktivit EDMA se lze účastnit na dálku. A samozřejmě je zde i spolupráce s ostatními kolegy z předsednictva v otázkách propagace IVD a organizačních záležitostech.

CZEDMA a Váš vztah k asociaci?

CZEDMA za dobu své existence skutečně prokázala důležitost své existence. Všichni její členové si to určitě uvědomují. Já osobně si toho, co asociace dokázala, skutečně velmi vážím. Jsem si jist, že bez ní by se všem „dělníkům na poli IVD" žilo daleko obtížněji. Jen nevím, zdali si to všichni dostatečně uvědomují.

Jaké konkrétní problémy řešíte při snaze prosadit na český trh výrobky, které zaručují nejvyšší kvalitu zdravotní péče, nejúčinnější ochranu zdraví a nejúčinnější diagnostiku?

CZEDMA má etický kodex, který akceptují všichni její členové a který respektuje etický kodex EDMA. Jeho dodržování musí vést právě k tomu, kam směřuje váš dotaz. Nepamatuji se, že bychom se museli zabývat nějakým závažným problémem, ve kterém by člen asociace hrál nějakou roli. Ne všichni výrobci a distributoři se sídlem v ČR jsou ovšem členy CZEDMA. Narazíme-li na českém trhu na IVD, které podle našeho názoru nesplňují zákonné požadavky a mohly by ohrožovat pacienty, řešíme to vždy co nejrychleji s kompetentními orgány. A pokud se jedná o pochybení formální, jako jsou nedostatky v označování či dokumentaci, radíme, a to i nečlenům, jak situaci co nerychleji a nejlépe vyřešit.

Které prostředky momentálně nejvíce využíváte v rámci propagace činnosti CZEDMA?

Cílem naší propagace není propagace CZEDMA jako takové, včetně celého souboru činností asociace, ale hlavně předávání informací laické i odborné veřejnosti o hodnotě IVD, o laboratorní diagnostice a jejím významu ve zdravotní péči. Laboratorní diagnostika a IVD, jsou důležitou součástí této péče, může se říct, že prakticky základním kamenem. Náš významný informační nástroj je česká verze LabTestsOnline.cz, ale o tom je podrobný článek na jiném místě. Také používáme různé komunikační nástroje, média, weby a i ty nejsoučasnější prostředky jako je Facebook. Navíc připravujeme mobilní verze některých našich webů.

V jakých případech se nejčastěji potýkáte s potížemi spojenými s legislativou?

Říká se, že pouze daně a smrt jsou jisté. Neváhal bych přidat ještě potíže s legislativou. Důvodů je několik. Za prvé máme legislativu evropskou a lokální. Obě by neměly být v rozporu, což je

ovšem ideální, zatím nedosažený stav. A na obou úrovních, evropské i lokální, existuje jeden základní problém. Ti, kdo předpisy tvoří a schvalují, v drtivé většině IVD nerozumí z odborného hlediska. To by ještě nebylo nic tak hrozného, ale oni jsou velmi málo ochotni naslouchat druhé straně, tedy těm, na které ty předpisy dopadnou, a kteří také shodou okolností potřebné odborné znalosti mají. Stává se tedy, že to, co je v dobré víře do předpisů vtěleno, je neúčinné nebo téměř či zcela nesplnitelné a neúměrně zatěžuje výrobce, distributory nebo poskytovatele zdravotních služeb. Důsledkem tohoto stavu může být, a také je, zhoršení přístupu pacientů k inovovaným či zcela novým zdravotnickým prostředkům, nejen IVD, a samozřejmě i zvětšování nákladů na zdravotní péči, aniž by to mnohdy přispělo k větší bezpečnosti a účinnosti ZP.

Zkuste prozradit něco z krátkodobých plánů CZEDMA v roce 2016? A přidejte případně nějakou dlouhodobou vizi.

V roce 2016 bychom chtěli spolupracovat s MZ na novele zákona o ZP, neboť se na jeho některých částech negativně podepsal způsob jeho přijímání, a na evropské úrovni aktivně přispět k optimální variantě připravovaného nařízení o IVD, které nahradí Směrnici 98/79/ES.
Čeká nás vyřešení změn týkajících se našeho hýčkaného projektu Lab Tests Online CZ tak, aby je uživatelé ani nezaznamenali.
Chceme konečně pohnout projektem Den krve, což znamená pozitivní medializaci hodnoty a významu laboratorní diagnostiky.
Ve vzdálenější perspektivě bych chtěl dosáhnout stavu, kdy se do práce asociace zapojí i jiní lidé z členských organizací, než jsou členové předsednictva. Jestliže bude do poloviny r. 2016 přijato evropské nařízení pro IVD, bude to změna tak veliká a s takovým dopadem na výrobce a distributory, že pokud jim má CZEDMA i nadále poskytovat účinnou podporu, bude to nad síly současného předsednictva.

Jak je na tom CZEDMA s aktivitou na webu a sociálních sítích?

To jsem nakousl již v jedné z předcházejících odpovědí. Webová stránka CZEDMA informuje o činnosti asociace, web Laboratorní testy.cz (LabtestsOnline.cz) detailně informuje o jednotlivých testech a jejich návaznostech na nemoci, web Zdravotní gramotnost národa se snaží o větší informovanost laické veřejnosti o laboratorní diagnostice. Také o facebookové stránce Laboratorní testy jsem již hovořil. I ti, kteří nejsou registrovaní na Facebooku, si mohou všechny zprávy přečíst na webu CZEDMA. To znamená, že laik, který má zájem o své zdraví, má zájem být informován a má zájem se o své zdraví starat, může být dostatečně poučen z uvedených zdrojů.

Co považujete za největší úspěch CZEDMA od počátku její činnosti?

To, že se stala organizací respektovanou státními orgány, notifikovanými osobami, certifikačními orgány, odbornou veřejností a zákazníky našich členů. Je to zřejmé i z toho, jakou váhu mají naše publikované názory a stanoviska ke konkrétním problémům spojeným s výrobou, distribucí a servisem IVD. Doufám, že to tak pociťují i naši členové.

Když nepracujete ve své profesi, nebo pro CZEDMA, co se zájmem děláte?

Odpověď bez přípravy by zněla: „Válím se a čtu si." Je to pravda, ovšem také rád cestuji; doháním tak to, o co jsem spolu s mou generací, a nejen tou, přišel.

Děkuji za rozhovor.

Připravila: Lucie Havlíčková
Foto: osobní archiv Petra Šmídla

Rozhovor Marcely Alföldi Šperkerové v Lidových novinách s profesorem Jaroslavem Rackem

Obecný test na rakovinu neexistuje

Nejčastější civilizační choroby by se měly začít vyhledávat dříve než až ve středním věku. „Ateroskleróza začíná mnohdy již v dětství," upozorňuje profesor Jaroslav Racek. I vznik cukrovky se posouvá do mladšího a mladšího věku kvůli špatnému životnímu stylu.

Kolik se ročně protočí peněz v laboratorní diagnostice?

V absolutním čísle nevím, ale jde asi o dvě procenta z celkových nákladů na zdravotnictví. To je hodně málo v porovnání s tím, že zhruba 70 procent údajů o nemocném získává lékař z laboratorních testů. Podle jejich výsledků pak může diagnostikovat, kontrolovat léčbu, prognózovat. Zbytek informací získá z anamnézy, jiných vyšetření či zobrazovacích metod.

Jak se obor v posledních letech mění?

Především se provoz čím dál více automatizuje, takže je potřeba méně lidí. Dalším trendem je miniaturizace vzorků, pacientovi se odebírá mnohem méně krve. Dříve bylo třeba deset či dvacet mililitrů na jedno vyšetření, a když bylo potřeba ho opakovat několikrát za den, dostali jsme se za týden na objem, odpovídající jedné či dvěma transfúzím krve.

Dále se laboratorní obory sdružují do jednoho pracoviště. Dříve jsme mívali zvlášť oddělení klinické biochemie, hematologie, imunologie, mikrobiologie atd., často i na různých místech, takže pacientovi se krev odebírala několikrát a posílala se na různá pracoviště. Dnes se většina z nich sdružila, pacientovi se odebere jen jeden vzorek. Tato konsolidace laboratorních vyšetření se u soukromých laboratoří prosadila bez problému, protože je ekonomická. Ale v nemocnicích s ní byl problém, když každý obor měl svého primáře a najednou má být jen jeden přednosta a z ostatních primářů se stanou vedoucí úseku.

Kromě toho, že se bere pacientovi méně krve, mění se laboratorní vyšetření i z jeho hlediska?

Medicína se personalizuje. Dnes jsme schopni o celé řadě pacientů říci, jaký je jejich genetický podklad. Jestli budou mít větší šanci, že onemocní nějakou chorobou, ať už dědičnou nebo jinou jako třeba diabetem. Výsledky řeknou, jaká se má zvolit léčba například nádorů či jak dávkovat účinné léky.

Dalším trendem je vysunout akutní vyšetření až k nemocnému. Tedy neposílat vzorky do centrální laboratoře ale použít nějaký malý přístroj přímo v ambulanci, na akutním příjmu, ve voze rychlé pomoci.

Jaká všechna vyšetření lze poskytnout přímo v ordinaci lékaře?

Je toho poměrně hodně. Otázkou je, jestli je to vždy vhodné. Výsledek je sice hned a materiál se nemůže zkazit transportem. Ale zase bývají tato vyšetření dražší, výsledky jsou méně přesné a buď personál nebo někdy i pacient, který se sám testuje, musí být výborně zaškolen. Nemyslím, že by bylo nutné, aby si praktický lékař dělal sám všechny testy, ale pochopitelně firmy, které dodávají přístroje a především reagencie, na to tlačí.

Co si myslíte tedy o testování CRP, jehož hodnota odhalí, zda mají být nasazeny antibiotika, v ordinaci?

Nejsem sice příliš příznivcem tohoto rychlého testování, ale zrovna u CRP si myslím, že má své opodstatnění. Zejména v dětských ambulancích, když maminka přivede dítě s horečkou 39 stupňů, může pediatr hned zjistit, zda je nemoc bakteriálního původu a nasadit antibiotika nebo zda jde o virovou infekci.
Ale sledovat například u diabetika množství albuminu v moči v ordinaci, což ukazuje, zda nejsou ohroženy ledviny, je zbytečné. Tato nemoc se rozvíjí roky až desítky let, takže nemáme potřebu znát výsledek týž den.

CELÝ ROZHOVOR SI MŮŽETE PŘEČÍST NA WEBU:
http://magazin.czedma.cz/obj/287/Rozhovor_profesor_Racek_Lidovky_22_12_2015.pdf

FAQ – Vybrané otázky a odpovědi

Na otázky z portálu LabTestsOnline.cz odpovídá prof. MUDr. Jaroslav Racek, DrSc. – vedoucí Ústavu klinické biochemie a hematologie LF UK a FN v Plzni:

Alergie – testy

Dobrý den, je možné si udělat testy na alergii jako samoplátce? Jaká je jejich cena?

Nejspíše se jedná o stanovení specifického IgE, tedy protilátky, která se vytváří při styku s určitým alergenem a spouští řetěz reakcí, které známe jako alergii. Cena vyšetření je asi 920 Kč (podle sazebníku VZP); provádí ho všechna oddělení imunologie a alergologie a řada nestátních laboratoří. Je-li však vyšetření indikováno lékařem při důvodném podezření na určitý typ alergie, hradí ho pojišťovna.

ALT, AST

Dobrý den, mám hodnoty ALT 1,9 a AST 0,88. Jsou to údajně mírně zvýšené hodnoty. Co tyto hodnoty ukazují, jaké opatření musím učinit ke zlepšení hodnot? Děkuji.

Hodnota obou vyšetření je jen mírně zvýšená (AST se považuje u mužů za normální přibližně do 0,8 ukat/l, ALT do 1,0 ukat/l). Podle poměru obou vyšetření je nejpravděpodobnější příčinou zvýšení mírné poškození jaterní buňky. Důvodů může být celá řada, od prodělaného horečnatého onemocnění, toxického působení léků až po zvýšené ukládání tuku do jaterních buněk např. u obézních osob. Bylo by vhodné vyšetření zkontrolovat, doplnit anamnézu (tedy prodělaná onemocnění, užívané léky, event. potíže) a další vyšetření, která by mohla blíže určit event. jaterní onemocnění (bilirubin, další enzymy jako ALP, GGT); v případě přetrvávání nálezu přidat sonografické vyšetření jater (ultrazvuk).

Antigen CA 19-9

Dobrý den, moje babička měla déle trvající bolesti břicha a podstoupila vyšetření ultrazvukem a endoskopické vyšetření žaludku (před 2 lety měla žaludeční vřed). Nyní vše v pořádku, krevní testy také, až na zvýšenou hodnotu CA 19-9. Měla 39,5 kU/l. Může už tato hodnota znamenat nějaké nádorové onemocnění, když vše ostatní bylo v pořádku? Měla by podstoupit ještě další vyšetření?

Antigen CA 19-9 je – jako většina tzv. tumorových markerů – nespecifický. Kromě nádorů trávicího traktu (žaludek, pankreas, tlusté střevo aj.) může být zvýšen i u nádorů jiných orgánů, ale i u nezhoubných onemocnění, jako je zánět žaludku, jater apod. Proto bych doporučil vyšetření s odstupem 1–2 měsíců zopakovat a postupovat podle výsledku. Při nezhoubné afekci nebude hodnota dále růst, může dokonce klesnout v závislosti na aktivitě choroby.

ASC-US opakovane (2x) II-III

Dobrý deň, mám 31 rokov, doteraz som nemala žiadne gynekologické problémy. V októbri na bežnej preventívnej prehliadke mi bola odobraná cytológia (liquid base cytológia) a výsledok bol ASC-US bol II-III. Cytológia bola opakovaná 14.7.2015 a výsledok bol znova II-III. NILM bol negatívny. Súčasne mi boli robené testy na zápal, chlamýdie a ostatné patogény. Všetko negatívne. Čo môže znamenať takýto výsledok testov? Mám sa niečoho

obávať? Aký bude ďalší pravdepodobný postup? Sú nejaké štatistiky týkajúce sa takýchto prípadov? Lekárka dnes vzorku dala typizovať. Je ešte vhodná k ďalšiemu testovaniu? Ďakujem vopred za Vašu odpoveď.

Váš dotaz jsem konzultoval s přednostou gynekologicko-porodnické kliniky LF UK a FN v Plzni doc. MUDr. Zdeňkem Novotným, CSc. V otázce nejsou všechna potřebná data, zřejmě je i nález chybně interpretován. ASC-US znamená přítomnost atypických dlaždicových buněk nejasného významu (atypical squamous cells of undetermined significance). Je nutné zkontrolovat nález za 3-6 měsíců, u žen nad 30 let event. doplnit HPV testaci. NILM naopak znamená normální, benigní nález, bez přítomnosti neoplastických intraepiteliálních změn. K posouzení stavu je nutné znát i kolposkopický nález, ten neuvádíte. Čili ASC-US je na začátku tzv. předrakovinných změn dlaždicového epitelu a může si při dalším vývoji či přetrvávání případně vyžádat i bioptické ověření nálezu – konizace. Co myslíte typizováním vzorku nevím, možná si lékařka vyžádala právě HPV typizaci (testaci).

Biliburin

Hladina bilirubinu 55, konj. bil. 11, velká únava, žluté zabarvení kůže, časté bolesti břicha, častá stolice i v souvislosti s psychickou zátěží. Pokud se objeví potřeba, hned musím.

Z uvedených výsledků (stanovení celkového a konjugovaného bilirubinu) a vašich potíží lze těžko dělat závěr. Bylo by třeba znát i aktivitu jaterních enzymů, možná i sonografické vyšetření jater a další vyšetření, ordinovaná na základě výsledků výše uvedených vyšetření. Vyšetření by měl zajistit váš praktický lékař. I když se potíže objevují po psychické zátěži, je třeba objasnit příčinu zvýšené hodnoty bilirubinu – ty se jen psychickou zátěží vysvětlit nedají.

CA 125 – laboratorní test

Dobrý den, chci se zeptat moje maminka (68) má karcinom ovária s metastázami v břišní dutině. Kde a u koho (gyn. nebo obvod.) si mám nechat udělat preventivní testy CA125, BRCA-1 a BRCA-2. Od jakého věku se mají nechat testovat moje dcery? Na prevenci na gynekologii chodím 1x ročně.

Laboratorní test CA 125 je pozitivní u nemocných s karcinomem ovaria, ale není pro uvedené onemocnění absolutně specifický a navíc nebývá zjištěný včas, tedy v počátečních stádiích onemocnění. Proto se nehodí pro vyhledávání a včasný záchyt karcinomu ovaria, ale spíše pro kontrolu průběhu a léčby již diagnostikovaného onemocnění. Naproti tomu testy BRCA-1 a BRCA-2 ukazují na přítomnost dědičně zvýšeného rizika rozvoje karcinomu prsu a ovaria. Tyto geny získá člověk od svých rodičů a má je tedy po celý život. Nezáleží proto na tom, kdy si je nechá vyšetřit. Vyšetření provádějí příslušná oddělení (ústavy) lékařské genetiky; informaci o nich by vám měl poskytnout váš gynekolog. Jestliže ve vaší rodině má karcinom uvedené lokalizace jen maminka a nikdo jiný, bude nejspíše vyšetření negativní – s jistotou se to však samozřejmě říci nedá.

CEA vyšetření

Dle preventivního onkologického vyšetření mám zvýšenou hladinu CEA na hodnotu 7,31. Lékař mi sdělil, že se může jednat jen o zánět v břišní dutině nikoli o nádor.

Hodnota CEA je skutečně mírně zvýšená; jedná se však o vyšetření nespecifické – zvýšenou koncentraci nacházíme u celé řady benigních onemocnění, vyšší hodnotu mívají i kuřáci, až do 10 ug/l. Z těchto důvodů se vyšetření neprovádí jako screening nádorového onemocnění, ale spíše jako kontrola úspěšnosti léčby u již zjištěného nádoru.

Celkový obraz krve

Dobrý den, dnes mi u praktické doktorky bylo řečeno, že se celkový obraz krve nedělá (jde mi především o zjištění vitamínů, minerálů a ostatních věcí, co by mi mohly chybět). Na internetu jsem se ovšem dočetla, že to jde. Provádíte ho i vy? Popřípadě nevíte, kde by takový test udělali?

Celkový obraz krve je termín poněkud mlhavý a nevím, co si pod ním představit. Vyšetřovat hladinu vitamínů a minerálů, pokud nejsou k tomu důvody (člověk má potíže, trpí poruchou vstřebávání živin např. při střevních zánětech apod.), nemá význam. Snad jedině by se mohl stanovit vitamín D a v případě potřeby ho suplementovat (kapky Vigantol). O screeningu nejčastějších závažných onemocnění se dočtete na stránkách www.laboratornitesty.cz v sekci Screening. Jinými slovy, vaše praktická lékařka měla pravdu.

D-dimery

Dobrý den, v lednu jsem prodělala trombózu. Nyní mi brali krev a hodnota d-dimeru je prý 0.37. Je to skutečně dobré, jak říká pan doktor? Léky už žádné na ředění krve neberu, od 3. 6. je tedy vše v pořádku a nemusím už být hlídaná odběrem krve?

Hodnota D-dimerů, kterou uvádíte, je skutečně normální. D-dimery ukazují, že v organismu před krátkou dobou došlo ke srážení krve (trombóza, embolie apod.). Pokud vám však ordinovali antikoagulační léčbu (pro snížení pohotovosti ke srážení krve, aby se trombóza neopakovala), tato léčba je kontrolována jinak. Nejobvyklejším lékem je warfarin, jeho účinnost se kontroluje sledováním protrombinového času; výsledky se obvykle vydávají jako tzv. INR (international normalised ratio), aby byly srovnatelné ve všech laboratořích.

Jinak od ledna jsem užívala warfarin, jak píšete, ale po každotýdenních kontrolách 5 týdnů se zjistilo, že mi warfarin nezabírá. Dostala jsem následně Xarelto, které jsem již užívala 3 měsíce. Ale bohužel v době užívání Xarelta před koncem dobrání léků jsem otěhotněla, proto jsem se musela podrobit miniinterrupci. Myslíte, že skutečně tyto léky mohou ovlivnit zdraví dítěte jako warfarin?

Přípravek warfarin působí jako antagonista vitamínu K – člověk pak nedovede využít vitamín K, který potřebujeme pro tvorbu aktivních koagulačních faktorů. Naproti tomu Xarelto je přímým inhibitorem koagulačního faktoru Xa, přerušuje tedy vlastní proces srážení. Oba se nesmějí užívat v těhotenství, důvodem je zejména zvýšené riziko krvácení, a to u plodu. Z tohoto důvodu nemohou být žádná takto účinná antikoagulanci v těhotenství podávána.

Cholesterol

Dobrý den, může zvýšit hladinu cholesterolu pupalkový olej v tobolkách s vitamínem E?

V rostlinných produktech není obsažen cholesterol, proto nemůže pupalkový olej s vitamínem E jeho hladinu v krvi zvýšit. Neudělá to ani jiným mechanismem (např. ovlivněním metabolismu cholesterolu).

Mohla bych se ještě zeptat, jestli Vy sám souhlasíte s maximální hodnotou špatného cholesterolu do 3? Slyšela jsem názor, že limity hodnot cholesterolu by se měly navýšit, protože jsou zbytečně vysoké.

Hodnota LDL-cholesterolu („špatného“ cholesterolu) 3 mmol/l se nejspíše nebude zvyšovat, platí, že čím nižší, tím lepší. Ostatně i ty 3 mmol/l jsou dány jen dohodou a neplatí, že pod 3 by bylo riziko nízké, nad 3 vysoké – riziko roste plynule. Záleží i na dalších rizikových faktorech a měla by se ovlivňovat všechna rizika, která se ovlivnit dají (diabetes, nadváha, hypertenze, kouření …). Někdy

se místo LDL-cholesterolu stanovuje tzv. non-HDL cholesterol, protože riziko představují i vyšší hodnoty částic známých jako VLDL (lipoproteiny o velmi nízké hustotě).
Konečně závisí na tom, zda se jedná o prevenci primární (člověk je klinicky zdravý) nebo sekundární (už prodělal např. infarkt myokardu či jinou cévní příhodu); u sekundární prevence jsou cílové hodnoty celkového i LDL-cholesterolu nižší.

Jaterní testy

Již delší dobu mám zvýšené jaterní testy a to AST 0,85, ALT 1,55 a GGT 6,97. Jelikož se s tímto problémem potýkám delší dobu, cca 2 roky, i když jsem nepil žádný alkohol, tak i při opakovaném odběru se hodnota GGT snížila jen nepatrně. Moje doktorka mi pořád říká, že nesmím pít, a tak nepiji a hodnoty jsou pořád stejné. Myslím si, že pes je zakopaný úplně někde jinde. Neberu ani žádné léky a nevím si už rady. Jen mě uráží, že ze mě dělají alkoholika, místo aby mě nechali hloubkově vyšetřit. Nemyslíte?
Hodnoty AST a ALT máte zvýšeny jen mírně, o něco výrazněji je zvýšená aktivita GGT, výsledky dalších metod, mající vztah k játrům, neuvádíte. Nevím, jak jste na tom s váhou, resp. body mass indexem: podobné nálezy vidíme u lidí s nadváhou a jsou způsobeny ukládáním tuku v játrech (steatózou jater).
V každém případě by bylo vhodné kromě laboratorních vyšetření doplnit i sonografické vyšetření jater (ultrazvukem), podle jeho výsledku event. i další zobrazovací metodou.

Kyselina močová

Jaká je správná hodnota kyseliny močové – mám 435.
Koncentrace kyseliny močové v krevním séru u žen by měla být do 360 μmol/l; hodnota, kterou uvádíte je tedy již zvýšená. Příčin může být více, ať už zvýšená tvorba kyseliny močové či její snížené vylučování. Obraťte se na vašeho praktického lékaře, který zná váš zdravotní stav a měl by tedy zjistit příčinu.

Laboratorní vyšetření

Mohu si sama dojít do laboratoře a nechat si udělat test? A kolik to stojí? Nebo musím mít doporučení od lékaře?
Pokud vaše laboratorní vyšetření ordinuje váš praktický lékař nebo lékař-specialista, pošle vás i do patřičné laboratoře na odběr nebo vám odeberou krev přímo v jeho ordinaci. Vyšetření pak hradí vaše zdravotní pojišťovna. Máte samozřejmě možnost požádat o provedení vyšetření sama; provést odběr krve a následně i laboratorní vyšetření může celá řada laboratoří, obvykle nestátních. Jejich seznam k dispozici není, mohl by však poradit příslušný krajský expert podle vašeho bydliště. Seznam expertů v klinické biochemii najdete na adrese http://www.cskb.cz/cskb.php?pg=spolecnost--regionalni--odbornici-konzultanti Počítejte s tím, že si vyšetření budete hradit sama. Cena se odvozuje od seznamu zdravotních výkonů, kde jsou uvedeny body. Obvykle se účtuje 1 Kč za bod.

Marker NT pro BNP

Dobrý deň, chcela by som sa spýtať, pacient 82 ročný má markér NT-proBNP 3083.00 ng/l, čo presne to znamená.
NT-proBNP nebo BNP se stanovují v krvi pacientů, kde je podezření na srdeční slabost nebo přetížení srdce. Tedy např. u nemocných, které trápí dušnost, aby se odlišil její původ v onemocnění plic a při selhání srdce. U NT-pro BNP je horní hranice normálních hodnot asi 125 ng/l, vámi uvedená hodnota je tedy značně zvýšená. Svědčí o přetížení srdce nebo selhávání srdce pacienta.

MSRA screening

Dobrý den, potřebuji na vyšetření žádanku od ošetřujícího lékaře nebo se mohu sám objednat, případně do kterého odběrního místa?
Pokud je vyšetření na přítomnost methicilin rezistentního zlatého stafylokoka (MRSA) indikováno, napíše vám žádanku praktický lékař a vyšetření hradí pojišťovna. V případě, že není jasný důvod (máte sám jen podezření apod.), vyšetření budete muset hradit. Doporučuji kontaktovat mikrobiologické oddělení zdravotního ústavu podle místa bydliště (mělo by být v okresních a samozřejmě krajských městech).

Prostata

Dobrý den, měl bych dotaz ohledně naměřené hodnoty PSA mého otce věk 61. Při první kontrole bylo naměřeno S-PSA – 7,086 a FPSA 2.04, po následné kontrole bylo naměřeno S-PSA 11,98 ug/l. Může se jednat o rakovinu prostaty?
Hodnota celkového PSA je zvýšená a má rostoucí tendenci (bohužel nevím, jaký čas uběhl mezi oběma náběry). Hodnota PSA se může zvyšovat i při zánětu prostaty a roste s věkem (u muže ve věku 60–69 let by měla být do 4,5 ug/l, mezi 70–79 lety věku do 6,5 ug/l, u starších ještě vyšší. Poměr volný PSA/celkový PSA je asi 0,29 (29 %), což je docela dobré – u rakoviny prostaty bývá většinou podíl PSA nižší.
Doporučuji ještě jeden odběr s odstupem několika měsíců a nebude-li hodnota nižší, vyšetření urologem (včetně sonografie a event. biopsie prostaty).

Stopové prvky – test

Dobrý den, chtěla jsem se zeptat, jestli provádí nějaká laboratoř v Brně testy na stopové prvky a zda je možné si tento test uhradit soukromě a případně kolik stojí? Předem děkuji za odpověď.
Široké spektrum stopových prvků stanovuje Oddělení klinické biochemie Fakultní nemocnice Brno (Bohunice). Vedoucím oddělení je doc. Dastych, obraťte se prosím na něj. Jeho e-mailová adresa je: mdast@fnbrno.cz

Štítná žláza

Dobrý den, dnes mi od lékaře přišly výsledky krve, které ukazují hodnoty ... DHEAS – 14,91 a TSH – 0,168 (zítra mě čeká magnetická resonance nadledvin) jinak beru Euthyrox 50. Na co přesně se můžu připravit?
Obávám se, že vás nebudu moci uspokojit. Pro zhodnocení uvedeného nálezu je třeba znát výsledky vlastních hormonů štítné žlázy a jiných než laboratorních vyšetření (např. sonografie). Také neznám důvody, proč vám vyšetření ordinovali. Tak snad jen toto: TSH (thyreotropin) je hormon řídicí funkci štítné žlázy; hodnota, kterou uvádíte, je snížená – je-li to předávkováním léku, který užíváte, těžko posoudím. Co se týká DHEAS (dehydroepiandrosteronsulfát), jedná se o hormon produkovaný v kůře nadledvin; vaše hodnota je zvýšená, příčin však může být více a jistě na ně bude endokrinolog myslet – vyšetření nadledvin magnetickou rezonancí již máte za sebou, další event. naordinuje podle jeho výsledku.

Tg hodnota

Dobrý den, co znamená kolísání hodnoty Tg? Před rokem 0,2, po půl roce 0 a nyní 0,4? Odstranění žlázy před 2 roky.
Kolísání je v podstatě v rámci laboratorní chyby, hodnoty do 2 ug/l se považují za normální resp. negativní.

Thyreoglobulin

Chcem sa opytat, ci je to velmi vysoka hodnota thyreoglobulinu 225, vo stvortok ma caka operacia v Ruzomberku, urobila sa mi cysta okolo

stitnej zlazy a velmi sa bojim ako to dopadne. Moja hodnota toho thyreoglobulinu je 225 a mam strach ci to bude vsetko v poriadku. Mam male deticky a velmi sa bojim, aby to nebolo nieco vaznejsie.

Stanovení thyreoglobulinu se obvykle provádí po odstranění štítné žlázy (např. pro nádorové onemocnění). Jeho nulová hodnota ukazuje, že veškerá tkáň štítné žlázy byla odstraněna. Nevím tedy, proč vám stanovení bylo provedeno ještě před operací. I když normální hodnoty bývají do 70 ug/l, toto číslo samotné nic neřekne, rozhodně ne o podstatě cysty. V každém případě nemějte obavy, cysta ještě neznamená nádor, a i kdyby se o nádor jednalo, dá se léčit. Až budete mít operaci za sebou, dejte mi vědět, jak vše dopadlo. Držím palce!

Hladina lithia

Našli mi hladinu lithia v krvi 0,1 mmol/l. Jak výsledek hodnotit? Je třeba tento prvek suplementovat?

Nevím, proč vám hladinu lithia měřili. Lithium není biogenní prvek, tj. náš organismus ho nepotřebuje – v těle se normálně nenachází. Užívá se jen v psychiatrii při léčbě bipolární poruchy (dříve manicko-depresivní psychózy), ale to není váš případ.

Hodnota 0,1 mmol/l vás nemůže ohrozit, můžeme ji v rámci chyby považovat vlastně za nulovou; divím se vůbec, že vám někdo hladinu lithia měřil. Suplementace samozřejmě nepřipadá v úvahu – lithium nejenže naše tělo nepotřebuje, ale ve vyšších koncentracích je toxické a může vážně poškodit ledviny.

Veganství a urea

Dobrý den, je mi 15 let a jsem už 4 měsíce veganka. Byla jsem na odběru krve. Vše jsem měla v pořádku, až na hladinu urey, která byla nízká (1,45 mmol/l). Proto bych se chtěla zeptat, proč bych hladinu urey měla zvýšit, jak bych hladinu měla zvýšit a jestli mi hrozí nějaké nebezpečí a jaké? Jaký má negativní dopad nízká hladina urey na můj organismus?

Hladina močoviny 1,45 mmol/l je ve vašem věku normální a určitě se nemáte čeho bát. Není potřeba si nějak uměle hladinu močoviny zvyšovat – je to normální produkt metabolismu dusíku aminokyselin a nízká hladina svědčí o tom, že se vám bílkoviny nadměrně neodbourávají.

Asi vás nemusím upozorňovat, že vegani mohou mít nedostatek některých důležitých látek v potravě – je to především vitamín B12, může to být i vápník. Kvalitnější bílkoviny rostlinného původu jsou hlavně v luštěninách. V každém případě nebude od věci, když si občas necháte provést laboratorní vyšetření s ohledem na výše uvedené parametry.