



magazín pro zdravý životní styl, www.vimcojim.cz



[O zdraví](#) 30. 1. 2018 | Mgr. Martina Karasová

Prevence - půl zdraví. Víte, na co máte nárok?

URL článku: magazin/clanky/o-zdravi/Prevence---pul-zdravi.-Vite,-na-co-mate-narok_s10012x10796.html

Teď nestíhám, mám moc práce! Nic se nestane, když tam půjdu jindy. To jsou nejčastější odpovědi lidí, kteří vynechávají pravidelné prohlídky. Na preventivní prohlídky chodíme poctivě se svými dětmi, v dospělosti však na ně dochází jen 20 % z nás. Přitom preventivní prohlídky mohou včas odhalit zdravotní problém a zahájit tak odpovídající léčbu. Prevence je totiž nedílnou součástí péče o naše zdraví a včasné zachycení počátečního stadia nemoci hraje klíčovou roli. A v neposlední řadě platí že to, co vložíme do prevence, se nám mnohonásobně vrátí v úsporách za léčbu.



Víte, na co máte nárok vy?

- 1x za 2 roky **všeobecnou preventivní prohlídku** u praktického lékaře,

na kterou doražte, i když momentálně nemáte žádné zdravotní obtíže. Její součástí je cílené dotazování lékaře na onemocnění v rodině, na vaše dřívější onemocnění a předpokládaná zdravotní rizika.

- Od 40. roku věku v rámci prohlídky lékař provádí **každé 4 roky vyšetření EKG**. Pokud jste ale absolvovali v loňském roce vyšetření EKG s negativním výsledkem a váš praktický lékař má tento výsledek k dispozici, není důvod vám EKG dělat znovu v rámci preventivní prohlídky. Naopak kdyby k tomu byl zdravotní důvod, pošle vás na vyšetření hned a bez ohledu na zmíněný interval.
- Lékař také při prevenci v přibližně desetiletých intervalech nechá vyšetřit **koncentrace celkového cholesterolu, HDL-cholesterolu, LDL-cholesterolu, triacylglycerolů a hladinu cukrů v krvi**.
- **Nově se vyšetřuje i funkce ledvin** ve čtyřletých intervalech u pacientů nad 50 let věku, kteří trpí diabetem, hypertenzí nebo kardiovaskulárními komplikacemi. V rámci onkologické prevence má být při preventivní prohlídce vyšetřena kůže. Respektive změny na ní.
- **1x ročně gynekologickou preventivní prohlídku**, kde vás váš registrující gynekolog vyšetří pomocí zrcadel a pohmatem. Součástí preventivní prohlídky je v rámci screeningu karcinomu děložního čípku odběr vzorků z děložního čípku k cytologickému vyšetření. Z obliga nejsou ani dámy po menopauze, preventivní prohlídky se jich týkají také, v jejich těle probíhají hormonální změny, které by měly být pod kontrolou

odborníka.

- **2x ročně stomatologickou prohlídku**, kterou provádí registrující zubní lékař a jejímž obsahem by mělo být vyšetření stavu chrupu, sliznic a měkkých tkání dutiny ústní, stavu čelistí a nácvik ústní a zubní hygieny. Případně vám může lékař doporučit návštěvu dentální hygienistky.

Screening zhoubných nádorů

V ČR navíc existují tři organizované programy screeningu zhoubných nádorů, které na preventivní prohlídky navazují a jejichž cílem je včasný záchyt zhoubných nádorů. Patří sem

- nádory tlustého střeva a konečníku
- nádory prsu
- nádory děložního hrdla

Screening nádorů prsu se provádí prostřednictvím mamografie **od 45 let 1x za dva roky**. Mladší ženy si mohou vyšetření na mamografu nebo ultrazvuku zaplatit, jeho cena se pohybuje okolo 400 Kč. Karcinom prsu je nejčastějším zhoubným nádorem diagnostikovaným u žen, ročně touto chorobou onemocní v Česku přibližně každá tisící žena. Málokdo ví, že touto chorobou mohou onemocnět i muži. **Léčba nádorů prsu prsních nádorů je jednou z**

nejúspěšnějších onkologických disciplín, pokud je odhalena včas.

Screening nádorů tlustého střeva a konečníku se provádí prostřednictvím testu na okultní krvácení do stolice od 50 do 55 let 1x ročně, od 55 let 1x za dva roky nebo se doplňuje screeningovou kolonoskopií 1x za 10 let.

Screening nádorů děložního hrdla prostřednictvím cytologického vyšetření stěru z děložního čípku provádí registrující gynekolog u dívek a žen od 15 let věku 1x ročně v rámci preventivní prohlídky.

Jak to mají s prevencí děti?

V prvních měsících života čeká miminko celá řada preventivních prohlídek. První všeobecnou preventivní prohlídku dítě podstoupí krátce po propuštění z porodnice a do konce prvního roku života ho čeká dalších několik návštěv dětského lékaře - ve 14 dnech věku, v 6 týdnech, ve 3 měsících, poté ve 4-5 měsících věku a v 6, 8, 10-11 a ve 12 měsících. Následují prohlídky v odstupu půl roku - v 18 měsících věku, a od 3 let se už preventivní prohlídky konají ve dvouletých intervalech až do 17 let. Poslední všeobecná preventivní prohlídka dětí se pak provádí před ukončením péče u praktického lékaře pro děti a dorost.

Na zubní preventivní prohlídky se s dětmi vydejte dvakrát ročně, přičemž první by mělo dítě absolvovat už v prvním roce života, mezi 6. a 12. měsícem.

Přesné časové rozmezí a obsah preventivních prohlídek stanoví vyhláška ministerstva zdravotnictví č. 70/2012 Sb.

Copyright © 2024

Vím, co jím a piju, o.p.s., www.vimcojim.cz