

„Dni zdravých žíl“ od 2.3.2010 v ambulanciách všeobecných lékařů



www.opuchnutenohy.sk

www.vpl.sk

Peter Lipták, všeobecný lekár,
tlačová konferencia, Bratislava, 2.3.2010

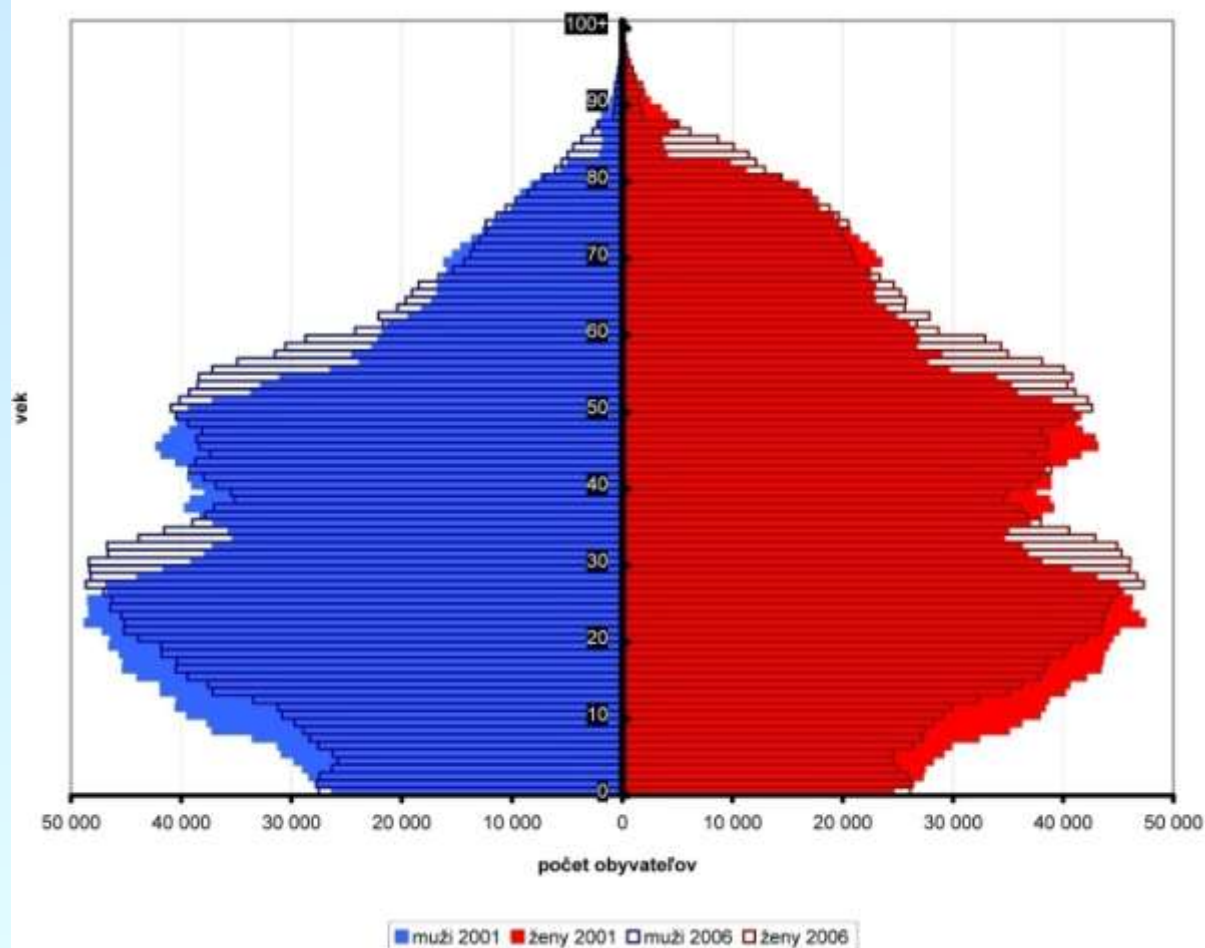
POČÚVAJ
SVOJE NOHY



kým nie je neskoro



Veková štruktúra obyvateľstva Slovenskej republiky, 2001 a 2006 (stav k 31.12.)



POČÚVAJ
SVOJE NOHY

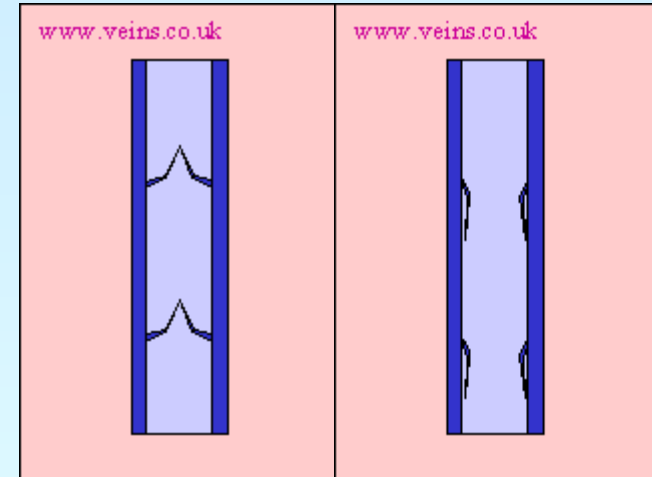
kým nie je neskoro



Čo je CHVO??

Chronické venózne ochorenie (CHVO)

je definované ako abnormálne fungovanie venózneho systému v dôsledku chlopňovej nedostatočnosti s/alebo/bez pridruženej obštrukcie, ktorá môže postihnúť povrchový žilový systém, hlboký žilový systém, alebo obidva.”



POČÚVAJ
SVOJE NOHY



kým nie je neskoro

Chronické Venózne Ochorenie

“Chronické venózne ochorenie (CHVO) zahŕňa všetky príznaky a prejavy vznikajúce v dôsledku ochorenia žíl dolných končatín a progreduje do chronického štádia.”¹

PRÍZNAKY

- ✓ **pocit ťažkých nôh**
- ✓ **bolest'**
- ✓ **svrbenie**
- ✓ **kŕče**
- ✓ **nepokojné nohy**

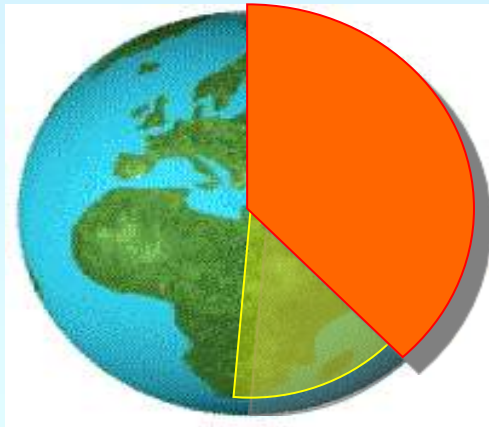
PREJAVY

- ✓ **teleangiektázie**
- ✓ **varikózne žily**
- ✓ **opuch**
- ✓ **kožné zmeny**
- ✓ **vred predkolenia**



CHVO – progresívne ochorenie

- ✓ Príznaky chronického venózneho ochorenia postihujú až 50% slovenskej populácie²
- ✓ Objavujú sa veľmi skoro v procese rozvoja ochorenia , najmä bolesť a pocit ťažkých nôh ^{2,3,4}



**$\frac{3}{4}$ pacientov s chronickým
venóznym ochorením
zostáva neliečených^{3,4}**

POČÚVAJ
SVOJE NOHY

kým nie je neskoro



CHVO – progresívne ochorenie

- ✓ S vekom vzrastá výskyt u oboch pohlaví^{5,6} a aj závažnosť ochorenia⁶
- ✓ Teleangiektázie a retikulárne žily postihujú viac ako 80% pacientov⁷
- ✓ Návšteva u VLD často až vo veľmi závažnom štádiu – vred predkolenia!

**$\frac{3}{4}$ pacientov s chronickým
venóznym ochorením
zostáva neliečených^{3,4}**

POČÚVAJ
SVOJE NOHY

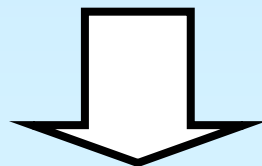
kým nie je neskoro

3. Jantet G and the RELIEF Study Group. *Angiology*. 2002;53:245-256. 4. Jawien A, Grzela T, Ochwat A. *Angiology*. 2003;54(suppl 1):S19-S31. 5. Bradbury A et al. *BMJ*. 1999;318:353-356.

6. Uckley CV et al. *J Vasc Surg*. 2002;36:520-525.



Aká je situácia **CHVO** na Slovensku??



„Dni zdravých žíl“
skríningový a vzdelávací program CHVO



„Dni zdravých žíl“ program proti CHVO

Ciel' :

1. Zvýšiť zdravotné uvedomenie obyvateľstva o CHVO
2. Urobiť prieskum o výskyte CHVO, zachytiť včasné štádiá CHVO (C0 – C2) –zber dát –dotazníky
3. Iniciovať odoslanie závažnejších štádií CHVO (C2 – C6) k angiológovi či cievnemu chirurgovi



Starostlivosť o pacientov s CHVO

Spolupráca 3 odborných spoločností lekárov:



POČÚVAJ
SVOJE NOHY

kým nie je neskoro



1. Cieľ: zvýšiť zdravotné uvedomenie obyvateľstva o CHVO

Pacienti



- ✓ Plagát „Dni zdravých žíl“ v čakárni alebo v ambulancii všeobecných lekárov
- ✓ Vzdelávacia kampaň – VL; A+A; Médiá;
- ✓ Získavanie informácií o CHVO v ambulanciách VL, dotazníky
- ✓ Informačná webstránka:
www.opuchnutenohy.sk



POČÚVAJ SVOJE NOHY

kým nie je neskoro

✓ Informačná webstránka:
www.opuchnutenohy.sk



Úvodná stránka

Otestujte sa

Čo chcú nohy povedať

Nohy hovoria CHŽO

Vznik ochorenia

Chronická žilová
nedostatočnosť

Štádiá ochorenia

Objektívne znaky

Rizikové faktory

Čo urobiť hneď?

Čo sa môže stať?

Kŕčové žily

Hemoroidy

Ťažké stavy

Nový životný štýl

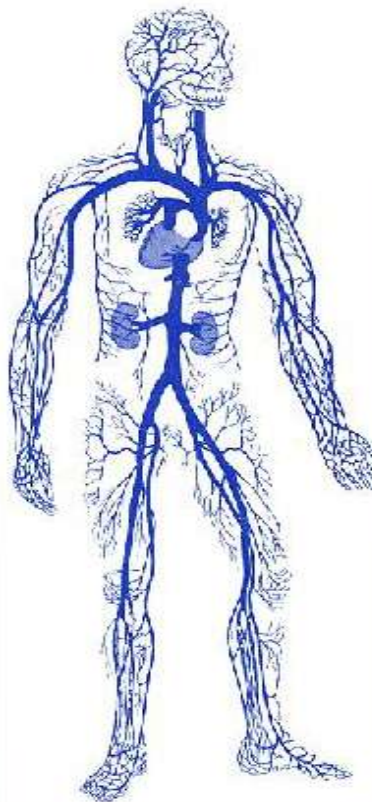
Najčastejšie otázky

Nájdi si lekára

Anketa

Ako často mávate
opuchnuté nohy?

Vznik ochorenia



V dolných končatinách existujú tri žilové systémy

- hlboký
- povrchový
- spojovací

V zdravom cievnom systéme prúdi krv z povrchového systému prostredníctvom spojovacieho až do hlbokého systému.

Žilové ochorenia sa vyskytujú hlavne pri poškodení povrchového žilového systému a jeho rozšírení do kŕčových žíl. Vyskytujú sa kdekoľvek na predkolení, menej na stehne alebo na zadnej strane lýtky.

Prvotnou príčinou chronického žilového ochorenia je **oslabenie žilovej steny** (jej vrodená menejcennosť, resp. poškodenie chorobným procesom), **strata jej pružného napätia** (tonusu) a následné rozšírenie žily. Tento proces urýchľujú aj **rizikové faktory** zhoršením odtoku žilovej krvi z dolných končatín.

Druhotne s rozšírením žilovej steny vzniká nedovieravosť jej chlopni a dochádza k **obráteniu toku krvi v žilách**. Všetko to spôsobuje hromadenie krvi predovšetkým v povrchovom žilovom systéme dolných končatín, kde vzniká vysoký žilový krvný tlak. Ten na úrovni veľkých žíl zvyšuje tlak aj v malých cievach – venulách, kapilárach a lymfatických cievach. Dochádza k spomaleniu krvného prietoku, zhoršuje sa okysličenie cievnej steny, čo spôsobuje poškodenie cievnej výstelky, poruchy jej

funkcií a následné uľahčenie vzniku zápalu.

Prihlásenie

Meno:

Heslo:

Prihlásiť

Nová registrácia ►

Zabudli ste heslo?

Poradňa

Na vaše otázky odpovedajú odborníci z oblasti angiológie a cievnej chirurgie.

Viac

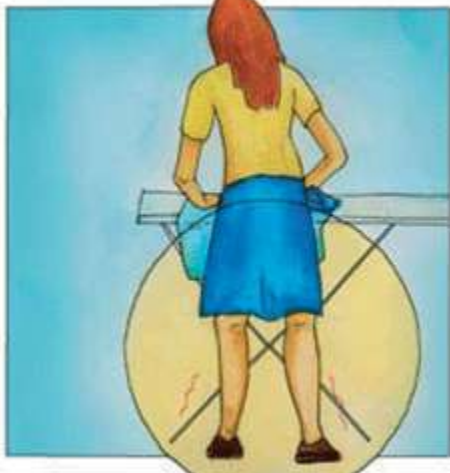
Otestujte sa!



Poznáte svoje nohy? ►

Rýchlost stavu Vášho žilového systému ►

Nový životný štýl - prevencia CHVO

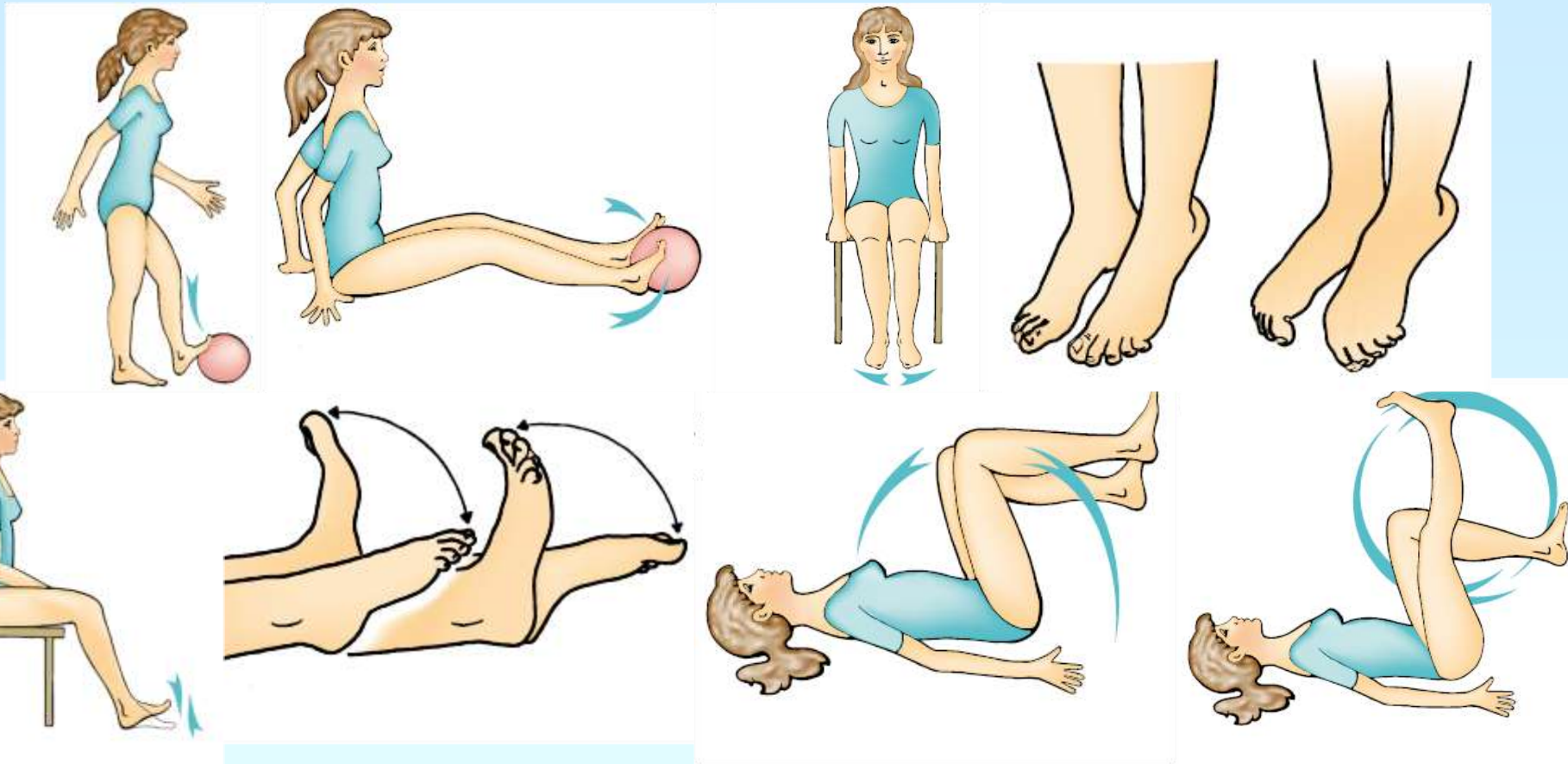


POČÚVAJ
SVOJE NOHY

kým nie je neskoro



Nový životný štýl – cvičenie!!



POČÚVAJ
SVOJE NOHY

kým nie je neskoro



POČÚVAJ SVOJE NOHY

kým nie je neskoro

✓ Informačná webstránka:
www.opuchnutenohy.sk



Úvodná stránka

Otestujte sa

Čo chcú nohy povedať

Čo urobiť hneď?

Čo sa môže stať?

Krčové žily

Hemoroidy

Ťažké stavy

Nový životný štýl

Najčastejšie otázky

Nájdí si lekára

Anketa

*Ako často mávate
opuchnuté nohy?*

pravidelne (takmer denne)

■ 4

často

■ 9

občas

■ 36

vôbec

■ 6

Hlasovalo: 55

Archív ankiet

Úvodná stránka

Ja svoje nohy počúvam. A čo Vy?



Janka Daňová je speváčka, ktorú dobre poznajú milovníci muzikálového divadla najmä v Bratislave. Janka pri svojej náročnej profesii dobre vie, že nohy sa naozaj oplatí počúvať. Prečítajte si jej odkaz pre všetkých, ktorým reč vlastných nôh nie je ľahostajná.

Hemoroidy sa dajú liečiť

22.02.2010



Hemoroidy, ľudovo označované ako „zlatá žila“, sú rozšírenou chorobou. Možno ste vedeli, a možno nie, že ide o chorobu žilového pôvodu, ktorou trpí takmer polovica populácie vo veku nad 50 rokov. Ruku na srdce, nejde o nič príjemné. A navyše, ak sa toto ochorenie nelieči, jeho stav sa zhoršuje. Teórie o tom, že hemoroidy sú neliečiteľné, nemajú s pravdou nič spoločné. V mnohých prípadoch (u počiatočných fáz choroby) efektívne funguje, ak budete...

[Zobraziť celý článok ►](#)

Poruchy žilového systému „dedičstvom“

17.02.2010



Áno, je tomu naozaj tak! Poruchy žilového systému sú dedičné. Ak na ne trpia obaja rodičia, je 89-percentná šanca, že žilové ochorenie zdedí ich potomok. V prípade, že je chorý len jeden rodič, možnosť, že sa prejaví choroba aj u dieťaťa, je 47-percentná. Ak ide o vzdialeného príbuzného, stále zostáva 20-percentné riziko. Neprijemná realita, však? Zdroj:...

Prihlásenie

Meno:

Heslo:

[Prihlásiť](#)

[Nová registrácia ►](#)

[Zabudli ste heslo?](#)

Poradňa

Na vaše otázky odpovedajú odborníci z oblasti angiologie a cievnej chirurgie.

[Viac](#)

Otestujte sa!



[Poznáte svoje nohy? ►](#)

[Rýchlotest stavu Vášho žilového systému ►](#)



Sieť všeobecných lekárov na Slovensku
2 331 VLD, 4 milióny občanov nad 18 rokov

POČÚVAJ
SVOJE NOHY

kým nie je neskoro



2. Cieľ: zachytiť a liečiť včasné štádia CHVO (C0 – C2)

Všeobecní lekári

Diagnostika a liečba:

- ✓ **C0**: Neviditeľné a nehmateľné známky žilového ochorenia
- ✓ **C1**: Teleangiektázie a retikulárne žily
- ✓ **C2**: Kŕčové žily

Získavanie informácií :

dotazníky,
zhromažďovanie dát,
medzinárodné porovnanie.



**„Ak začneme liečbu pacientov
už v prvých štádiách (C0 – C2),
úplne predídeme komplikáciám CHVO...“**

POČÚVAJ
SVOJE NOHY

kým nie je neskoro



CHVO: časté , nediagnostikované a neliečené?

- ✓ počiatkové symptómy sú často neliečené, ale signalizujú, že sa začal zápalový proces (skorá leukocyto-endotelová interakcia)
- ✓ symptómy ukazujú, že sa už začal chronický zápalový stav a časom progres CHVO do závažných štádií
- ✓ **úprava životosprávy, správna kompresívna a farmakologická liečba už u všeobecného lekára predchádzajú progresii ochorenia**



POČÚVAJ
SVOJE NOHY

kým nie je neskoro



Špecialisti... CHVO

ANGIOLÓGOVIA A CIEVNI CHIRURGOVIA



POČÚVAJ
SVOJE NOHY

kým nie je neskoro



3. Cieľ VL: včasné **odoslanie** závažnejších štádií CHVO

(C3–C6) k ŠPECIALISTOVI – ANGIOLÓG a/alebo CIEVNY CHIRURG

- ✓ **C3**: Edém
- ✓ **C4**: Trofické zmeny kože
- ✓ **C5**: Trofické zmeny kože + zhojený vred
- ✓ **C6**: Otvorený vred predkolenia

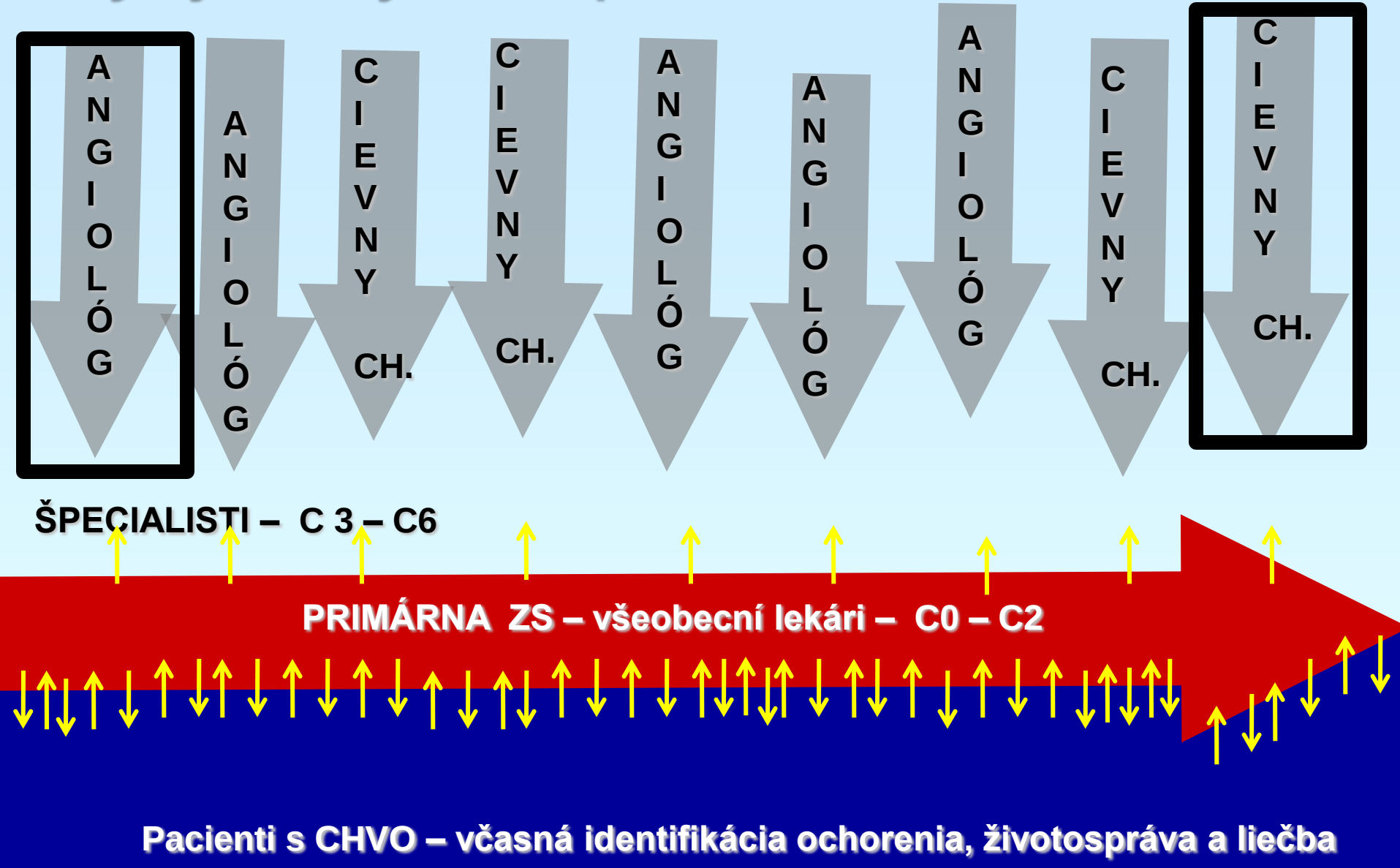


POČÚVAJ
SVOJE NOHY

kým nie je neskoro



Aký by mal byť osud pacienta s CHVO...



Prečo „Dni zdravých žíl?“

- ✓ Identifikácia CHVO ako závažného ochorenia, získanie dôležitých dát zo Slovenska – pacienti, VL
- ✓ Edukácia pacientov (lepšia spolupráca pacientov a lekárov)
- ✓ Správny postup pacientov od všeobecného lekára k špecialistom, od jednoduchých ochorení k zložitejším formám

„Ak začneme liečbu pacientov už v prvých štádiách (C0 – C2), úplne predídeme komplikáciám CHVO...“



Ďakujem vám za pozornosť



lipp@pobox.sk

POČÚVAJ
SVOJE NOHY

kým nie je neskoro

