

Prevencia v ambulanci všeobecného lekára

MUDr. Jana Bendová

Čo je to prevencia?

Prevencia

- predchádzanie chorobám
- (v širšom zmysle) **preventívna starostlivosť**
- t.j. súbor opatrení (a činností) na predchádzanie chorôb, chýb, zranení a ich následkov a udržovanie optimálneho stavu zdravia, jeho posilňovania a rozvoja

Zdroj: Wikipédia

Ambulancia VLD

- Najvhodnejšie miesto na prevenciu
- Prichádzajú zdraví občania
- Znalosť rodinnej, osobnej, pracovnej anamnézy, sociálnej situácie, abúзов (fajčenie, príjem alkoholu...)

Prevencia v ambulancii VLD



masovosť

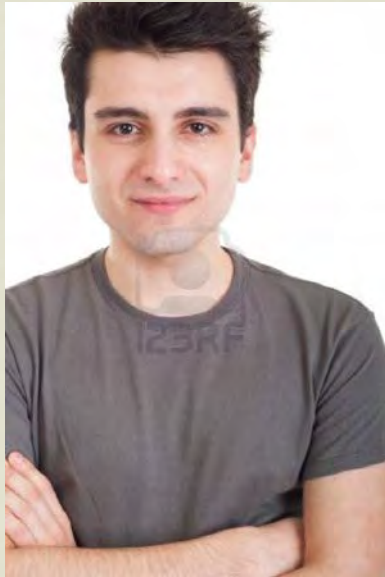
versus



priama interakcia

Individuálny
(psychologický a pedagogický)
prístup „ušíty na mieru“

Prevencia v ambulancii VLD



Časový rozsah
zdravotno-výchovného pôsobenia

PREVENCIA - delenie



- **Onkologická**
- **Kardiovaskulárna**
- Iná

(napr. prevencia pred infekciami, úrazmi, neželaným otehotnením...)

- **Primárna**
- **Sekundárna**
- **Terciárna**
- **Kvartérna**

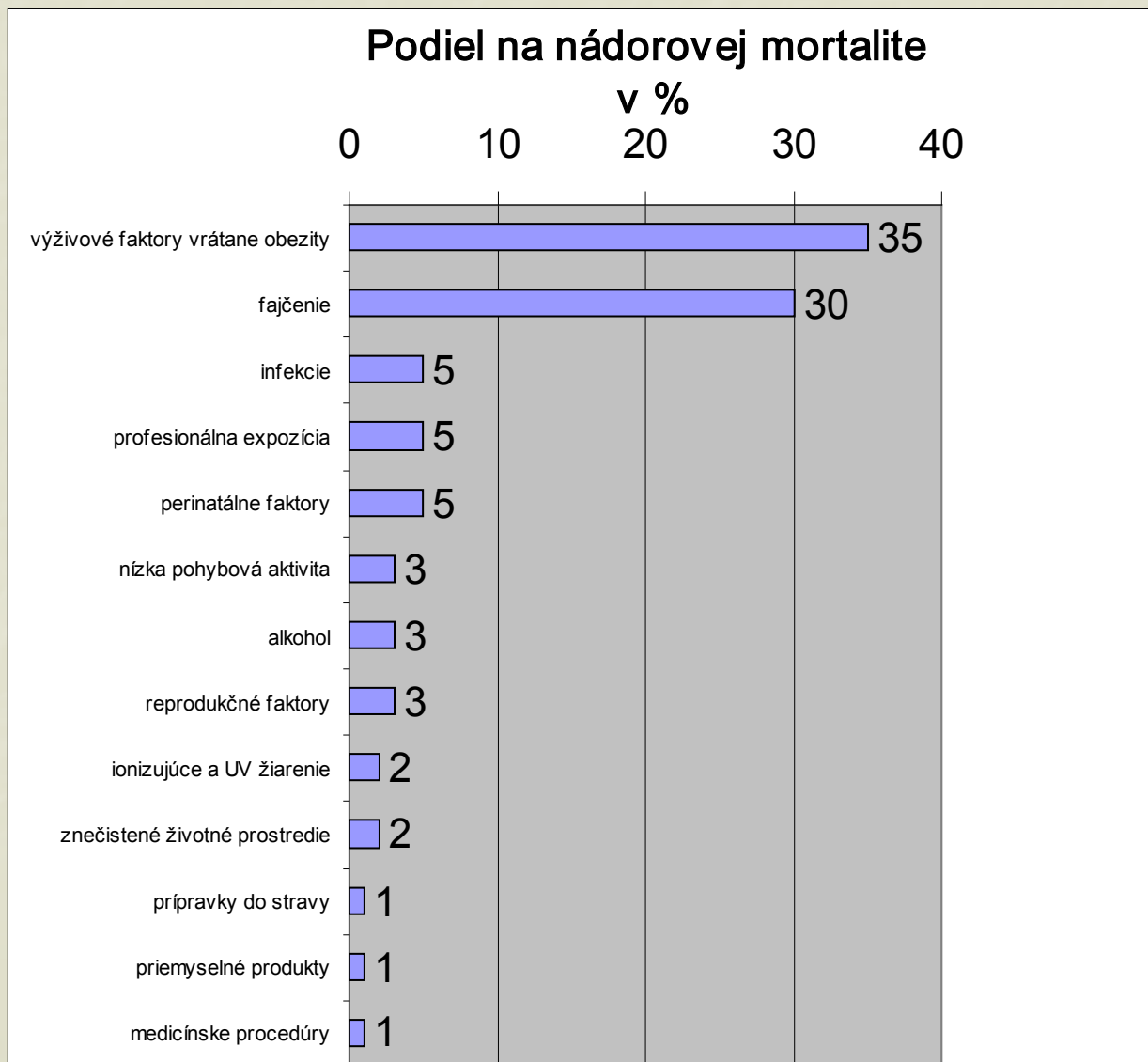
Primárna prevencia

- predchádzanie chorobám
- znižovanie až eliminácia **rizikových faktorov**, ktoré majú preukázateľný a priamy vplyv na vznik ochorení

O aké faktory ide ?

- pri kardiovaskulárnej prevencii?
 - pri onkologickej prevencii?

Rizikové faktory



Rizikové faktory a ich podiel na nádorovej mortalite



Primárna prevencia v rukách VL

- VL má komplexný prehľad o živote pacienta:
- rodinná a osobná anamnéza
- pracovné riziká
- abúzy (fajčenie, alkohol...)
- stravovacie návyky,
- životospráva
- iné rizikové faktory...



Primárna prevencia v rukách VL

- Odvykanie od **fajčenia**
- Boj s nadmerným požívaním **alkoholu**
- Výchova k zdravej výžive a zdravému životnému štýlu
- Prevencia a liečba **obezity**
- Osveta o ochrane pred intenzívnym slnečným žiarením



Primárna prevencia v rukách VL

- Eradikácia infekcií žalúdka **H. pylori**
- Očkovanie proti **hepatitíde B**
- Očkovanie proti **HPV**



Sekundárna prevencia

- spočíva v diagnostikovaní ochorení vo včasnom štádiu (s následnou účinnou liečbou)
- **Skríning** ako aktívne a organizované vyhľadávanie včasných štádií ochorení je formou sekund. prevencie.

Skríning ≠ prevencia

Skríning ≠ vyhľadávanie ochorení

Príklady:

- a) **vyhľadávanie** arter. hypertenzie
(potvrdenia, bolesti hlavy, závrate...)
- b) **skríning** karcinómu hr. čreva (bezpríznakoví jedinci)

Skríning

- skríning nádorov je prít'ážlivá téma
- rozvoj techniky a rôznych dg. procedúr (CT, MR, kapsulová endoskopia...)
- Hoci skríning môže zachrániť životy, čo bolo jasne preukázané v prípade karcinómov prsníka, kože a hrubého čreva, je tu aj možnosť mnohých skreslení
- **Včasná diagnostika ešte sama osebe neposkytuje úspech**
- Aby mal skríning význam, musí byť ochorenie zistené vo včasnom štádiu a liečba skorších štádií choroby musí prinášať lepšie výsledky než liečba v pokročilom štádiu (KrCa/Ca pľúc)



Skríning

- Žiadna skríningová metóda nemá 100% senzitivitu a špecifickosť
- môže sa stať, že **falošná pozitivita** vystraší a podrobí ďalším, aj nepríjemným vyšetreniam zdravého človeka
- naopak, niektorých ľudí **falošná negativita** nepravdivo ubezpečí, že sú zdraví.



Internet a zdravie



ZDRAVIE.SK



- **Primárna** prevencia - možnosti ovplyvňovania zdravotného správania obyvateľstva - informácie o rizikových faktoroch, o zdravom stravovaní, športovaní, životospráve...
- **Sekundárna** prevencia – umožňuje pacientom viac vnímať a porozumieť svojim zdravotným problémom...
- **Objem** informácií na internete sa neustále zväčšuje...
- Problémom sa stáva ich **kvalita** a **validita**.
- Nebezpečným dôsledkom môže byť vlastný prístup pacienta k diagnostike, liečbe, či k prístupu v starostlivosti o vlastné zdravie v oblasti prevencie...

Slovenská lekárska spoločnosť
Spoločnosť všeobecného praktického lekárstva
Slovenská onkologická spoločnosť
Liga proti rakovine



VŠEOBECNÉ PREVENTÍVNE A VYHLADÁVACIE POSTUPY PRI NÁDOROVÝCH OCHORENIACH V PRIMÁRNEJ STAROSTLIVOSTI

*Odporučený diagnostický postup
pre všeobecných praktických lekárov*

2011

Autori:

Jana Bendová
Ján Kaňuch

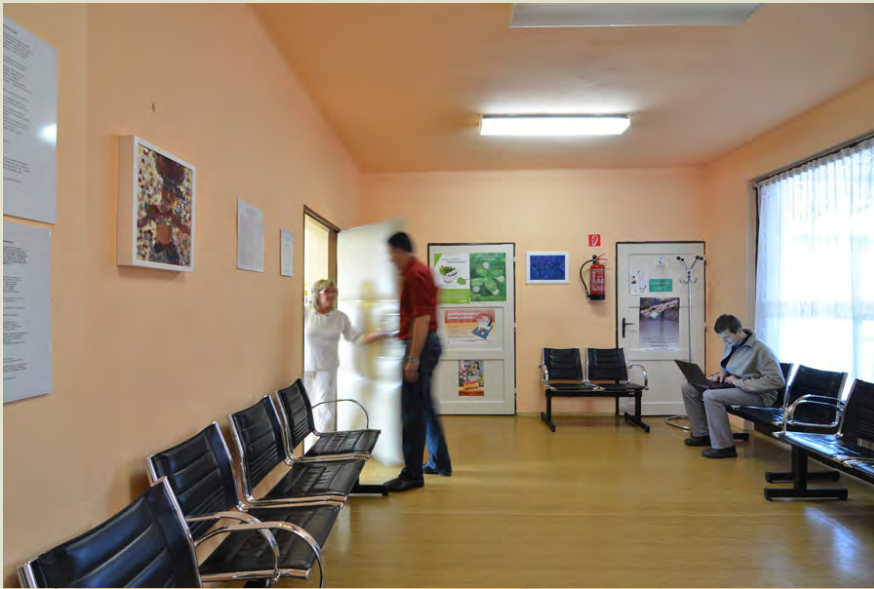
Oponenti:

Mária Černá
Peter Beržinec
Jozef Mardiak

Nájdete na stránke
SSVPL: www.vpl.sk

Alebo na web stránke:
www.jana-bendova.sk

Obsah a periodicitá preventívnych prehliadok



Obsah a periodicitá preventívnych prehliadok

- v súlade so znením prílohy č.2 zákona **577/2004** Z.z. a viacerých noviel, naposledy 41/2013
- **1x za 2 roky** od dovŕšenia 18 roku veku, alebo 1x ročne, ak je darcom krvi
- PP sú bezplatné, hradené zo zdravotného poistenia

Obsah PP

Anamnéza:

- rodinná (DM, včasné KV ochorenia – u mužov ≤ 55 rokov, u žien ≤ 65 rokov, IM, NCMP, Ca hrubého čreva, prsníka...)
- osobná (operácie, ochorenia)
- Subjektívne ťažkosti
- Vitálne funkcie (ťažkosti s močením, stolicou, zmeny hmotnosti +/-)
- Abúzy (fajčenie – ako dlho? Koľko?, alkohol)

PP

- **Stav očkovania** (DiTe, HBV...)
- Výška, hmotnosť, BMI, TK, pulz
- **Fyzikálne vyšetrenie** (kompletne „od hlavy po päty“)



PP

- **Laboratórne vyšetrenia**
- FW
- KO+diff.
- glykémia
- sérový kreatinín
- moč chemicky + sediment
- od veku 40 rokov Cholesterol a Triglyceridy
- CAVE! žiadny z hepat. testov (ALT,AST,GMT,ALP)
(novelou vypustené z rozsahu)



PP

- **EKG** (vo veku 40 rokov a viac)
- Ak VLD EKG prístroj nemá, poisťenka odošle do zariadenia, ktoré ho vlastní



Skríning karcinómu hrubého čreva

- Stolica na prítomnosť skrytého krvácania v stolici (FOB test) vo veku 50 rokov á 2 roky,
- odoslanie na primárnu skríningovú kolonoskopiu á 10 rokov (vo veku nad 50 rokov)
- Osobitný prístup pri pozitívnej rodinnej anamnéze na karcinóm hrubého čreva



PP

- u mužov nad 50 rokov odoslanie na **urologickú** PP á 3 roky
(PP = per rectum + onkomarker PSA)
- u žien kontrola absolvovania **gynekolog.** PP (ster z krčka maternice/ mamografia)
- u žien 40-69 rokov odoslanie na **skrínigovú mamografiu**

Sekundárna prevencia u onkologických pacientov

- **Včasný záchyt iných nádorov** než je ten, pre ktorý je onkologický pacient dispenzarizovaný
- **Dispenzárne vyšetrenia** bývajú celé roky sústredené na skôr liečený orgán a najčastejšie miesta metastázovania, nezriedka chýbajú ostatné preventívne vyšetrenia
- **Napr.** ženám po liečbe KrCa často chýbajú preventívne mamografie, mužom po liečbe Ca prostaty vyšetrenia na OK v stolici a pod.

Terciárna prevencia

- je zameraná na prevenciu progresie ochorenia a zbytočného utrpenia

Kvartérna prevencia

- **Prevencia nadmernej diagnostiky a liečby**
(napr. ATB, hormonálna substitúcia v menopauze...)
- Počas celého obdobia starostlivosti (nielen starostlivosť o terminálne chorých)
- Etické uvažovanie nad diagnostickými procedúrami (aj preventívnymi) a liečbou
- *Primum non nocere* prakticky
- EBM / umenie „nerobiť nič“ zbytočné

3 pazienti



Pacient č. 1

20-ročný zdravý muž

Práve sa prihlásil od detského lekára k „dospeláckemu“

OTÁZKY:

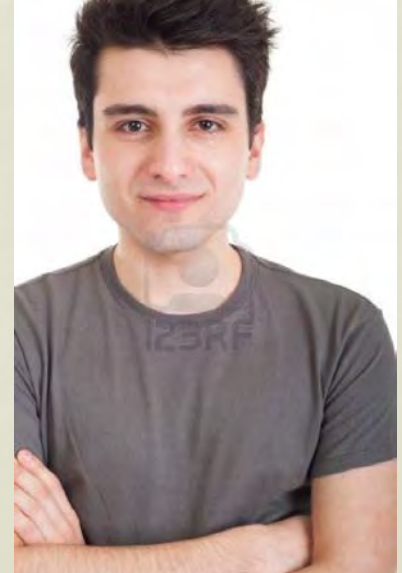
- má prevencia význam?
- aké vyšetrenia navrhnete?



Pacient č. 1

20-ročný muž, ktorý sa práve prehlásil od detského lekára k „dospeláckemu“

- Vstupná preventívna prehliadka
- Zmapovanie rizikového profilu
- Životospráva
- **Primárna prevencia**



Pacient č. 2

42-ročná žena
fajčiarka, bez ťažkostí

OTÁZKY:

- má prevencia význam?
- aké vyšetrenia navrhnete?



Pacient č. 2

42-ročná žena fajčiarka, bez ťažkostí

- Preventívna prehliadka
- Vyšetrenie hladiny cholesterolu a triglyceridov
- EKG
- Skrínigová mamografia
- Životospráva
- Odvykanie od fajčenia? (motivácia)



Pacient č. 3

65-ročný muž, exfajčiar,
diabetik, lieči sa na vysoký tlak
a cholesterol

OTÁZKY:

- má prevencia význam?
- aké vyšetrenia navrhnete?



Pacient č. 3

65-ročný muž, exfajčiar, diabetik,
lieči sa na vysoký tlak a cholesterol

- Preventívna prehliadka + EKG
- Kontrola rizikových faktorov (glykémia, lipidy, TK, hm...)
- Urologická prev. prehliadka
- FOB test (skrining Ca hr. čreva)
- Životospráva (strava, alkohol, pohyb)



Ďakujem za pozornosť

