

Prevencia v ambulanci všeobecného lékaře

MUDr. Jana Bendová

Prevencia

Čo je to 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 „ušíť 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**

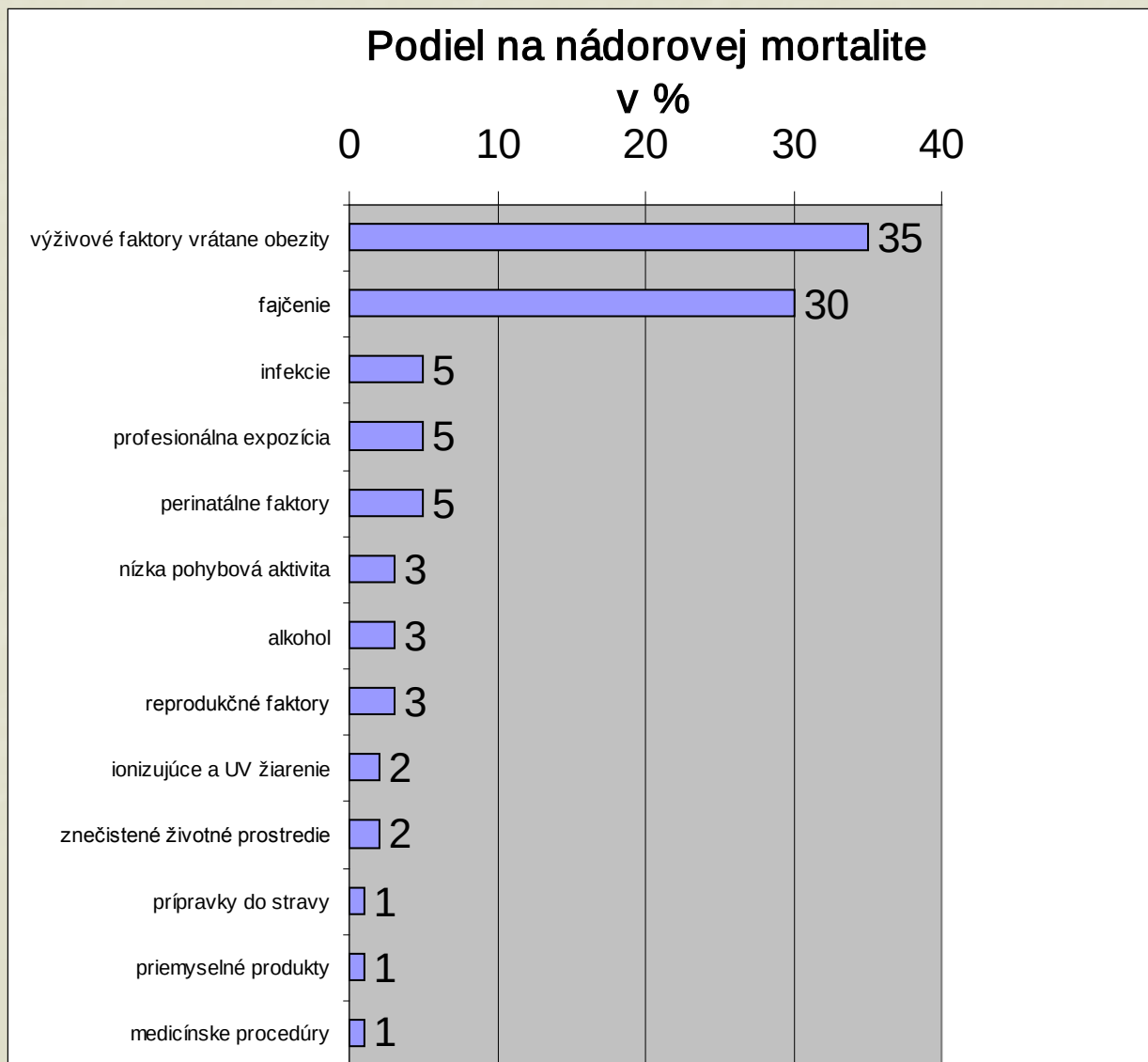
Primárna prevencia

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

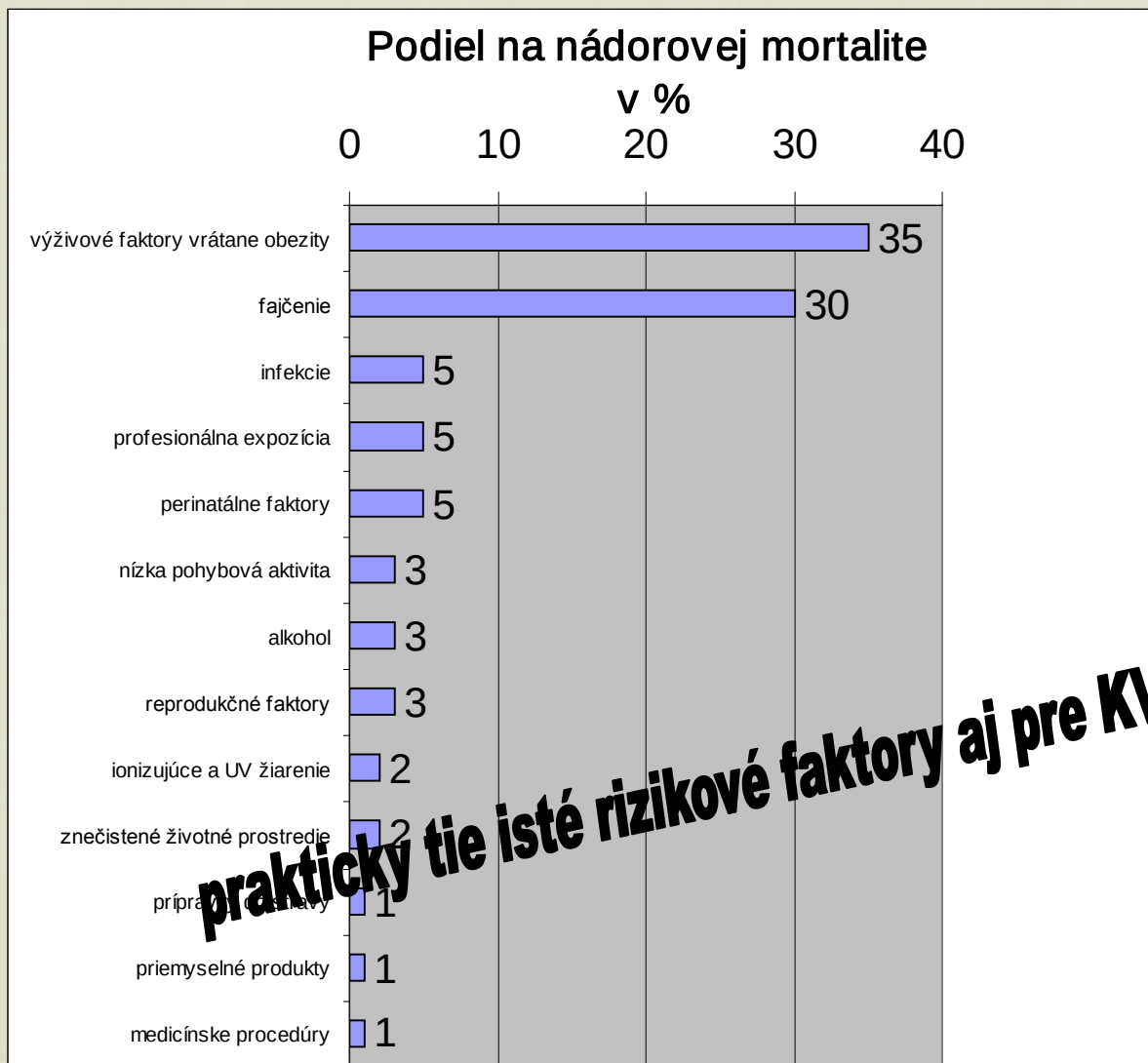
O aké faktory ide ?

- 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.

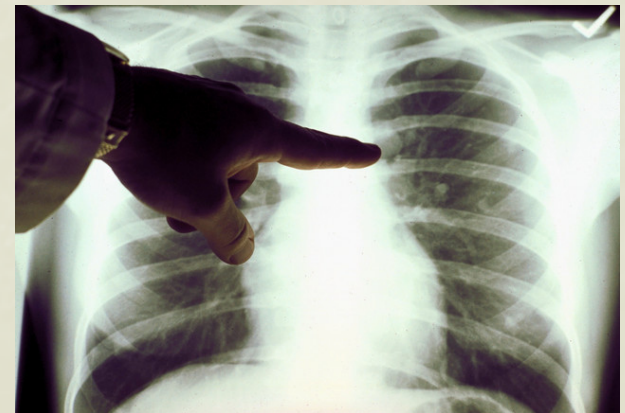
Skríning $\neq$ prevencia
Skríning $\neq$ vyhľadávanie ochorení

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 VYHĽADÁVACIE 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