

Projekt Cestou personalizovanej výživy k zdravému tráveniu

SSVPL SLS sa v spolupráci s **Inštitútom pre prediktívnu a preventívnu medicínu (IPPM)** rozhodlo nadviazať na úspešnú edukačnú kampaň *Svetový deň zdravého trávenia* aj v roku 2013. Tento úspešný projekt bol naštartovaný SSVPL SLS od roku 2008 v spolupráci so Svetovou gastroenterologickou spoločnosťou (WGO). Na celosvetovej úrovni sa pripravovali rôzne aktivity pre špecialistov, gastroenterológov, všeobecných/rodinných lekárov a odborníkov na výživu, ktoré sa potom realizovali v jednotlivých krajinách.

Vzhľadom na narastajúci výskyt zápalových ochorení čreva, tráviacich problémov a rizika deficitu zásadných mikroživín v telesných zásobách v populácii chceme upriamiť pozornosť na sledovanie stravovacích návykov a rizikových faktorov u pacientov v ambulanciách všeobecných praktických lekárov. Vytvorili sme vedecký projekt so súčasným edukatívnym zámerom, ktorého základom je vyplnenie priložených dotazníkov pre pacientov. Kladené otázky sú podporené z podobných, už uskutočnených zahraničných štúdií. Sledujeme zásadné faktory životného štýlu z pohľadu „evidence based medicine“. Monitoring odhalí okrem spomínaných rizikových faktorov aj symptómy nedostatku mikronutrientov (prevažne horčíka) a rôznorodých príznakov ochorenia tráviaceho a imunitného systému.

Napriek doteraz realizovanému úsiliu v zmysle všeobecných preventívnych opatrení v boji proti obezite a civilizačným ochoreniam, rastúci výskyt nových prípadov a neustále sa znižujúca veková hranica v danej oblasti poukazuje na neúčinnosť spomínaných postupov. Jedným z možných vysvetlení negatívneho trendu je skutočnosť, že rôzni pacienti, ale s tou istou klinickou diagnózou a s podobnými symptómami môžu reagovať na rovnakú liečbu (odporúčania, liek) rôznym spôsobom. **Personalizovaná výživa** (súčasť tzv. personalizovanej medicíny) je nový odborný prístup v odporúčaníach zdravej výživy, ktorý berie do úvahy individuálne charakteristiky pacienta, ktoré sú ovplyvnené veľkým počtom individuálnych faktorov (genetika, životospráva, osobnostné aspekty, prekonané ochorenia atď.). Liečba všetkých pacientov s podobnými zdravotnými príznakmi a rovnakými diagnózami tzv. hromadným prístupom odporuje týmto individuálnym rozdielom. Okrem liečebného významu personalizovanej výživy sa zdôrazňuje aj jej preventívny aspekt. Personalizovaná a prediktívna medicína sa označuje aj ako „**správna diagnostika, správna liečba pre správneho pacienta v správnom čase**“. Ide práve o to, aby sme našli efektívne riešenie na určitý zdravotný problém dostatočne rýchlo a bez zbytočných nežiaducich, či zaťažujúcich vplyvov na pacienta.

Postup zapojenia sa do projektu:

- **Elektronické prihlásenie** sa zaslaním emailu na adresu vyziva@vpl.sk, prostredníctvom oficiálnej webovej stránky Slovenskej spoločnosti všeobecného praktického lekárstva SLS www.vpl.sk, kde je zriadená podstránka projektu prístupná z hlavnej stránky, do **30. novembra 2013**, alebo **písomné prihlásenie** zaslaním prihlášky na adresu spoločnosti, alebo odovzdaním prihlášky v stánku SSVPL SLS na XXXIV. Výročnej konferencii vo Vysokých Tatrách.
- Po prihlásení sa obdržíte poštou Vami požadovaný počet protokolov (dotazníkov)
- Vyplnené dotazníky bude potrebné zaslať na adresu : SSVPL SLS, Námestie SNP 10, 814 66 Bratislava do **31. januára 2014** (poštovné hradené koordinátorom projektu).

Z lekárov zapojených do projektu bude vylosovaných 5 účastníkov, ktorí obdržia individuálne vybrané zariadenie do ambulancie v hodnote 200 €.

Losovanie sa uskutoční za účasti koordinátorov štúdie SSVPL SLS a IPPM dňa 14. februára 2014 a výhercovia budú zverejnení na webstránke projektu a v časopise Všeobecný praktik.

Na XXXIV. Výročnej konferencii vo Vysokých Tatrách sa uskutoční workshop k tejto problematike 18.10.2013 v piatok popoludní od 15.00 hod v Grandhoteli Starý Smokovec a prednáškový blok je naplánovaný na sobotu 19.10.2013 o 10.40 hod v kongresovej sále Grandhotela Bellevue (pozrite program konferencie).

Pozývame Vás do tohto projektu a tešíme sa na spoluprácu, ktorej dôležitým výsledkom by mali byť naše vlastné dáta o stave výživy slovenskej populácie.

*MUDr. Martina Šintálová IPPM
MUDr. Peter Lipták, SSVPL SLS
Mgr. Janette Čemická
koordinátori projektu*