

Naši odborníci



► MUDr. MARTIN LEŠŤAN
imunoalergiológ
alergioimunologické
centrum v Prešove
a Sabinove



FOTO Shutterstock



► MUDr. VERONIKA MANDUCHOVÁ
kožná lekárka
Dermatovenerologická klinika
UNM v Martine

Aký proteín môžem piť?

Zistili mi alergiu na vaječný bielok a na bielkovinu kravského mlieka – betalaktoglobulín. Existuje proteínový nápoj v prášku, ktorý by bol pre mňa vhodný?

Erik

Na prvý pohľad ide o jednoduchú otázku, skrýva sa však za ňou niekoľko problémov. V praxi som sa veľa krát stretol so zle diagnostikovanou potravinovou alergiou. Laboratórne výsledky aj kožné testy totiž môžu byť falošne

pozitívne alebo falošne negatívne. Lekár by mal potravinovú alergiu riadne diagnostikovať a po čase ju prehodnotiť pre možné vyhasínanie. Spomínaný betalaktoglobulín je výrazne alergénny, ale horšie odoláva tepelnému spracovaniu, takže po tepelnej úprave ho mnohí ľudia často dobre tolerujú. Aj alergia na vaječný bielok je pomerne široký pojem. V súčasnosti diagnostikujeme viacero alergénových zložiek vaječného bielka, napríklad ovomukoid, ovalbumín, conalbumín, lyzozým. Každá zložka má iný alergický potenciál, inak reaguje na tepelnú úpravu a tráviace enzýmy. Z toho vyplýva, že v klinických prejavoch pacientov precitlivených na vaječný bielok sú veľké rozdiely – od prudkých reakcií až po tolerovanie upraveného bielka.

Pýtate sa na proteínové nápoje bez obsahu mlieka a vajčiek. Na trhu sú nápoje s obsahom konope, hnedej ryže, hrášku či iných strukovín, sóje alebo spiruliny. Odporúčam vám znovu absolvovať alergiológické vyšetrenie, tentoraz dôkladné, a ak máte takú možnosť, aj dietologické vyšetrenie u nutričného špecialistu.



Píšte nám!

Máte zdravotný problém a neviete si rady? Zistili vám diagnózu, ale lekár vám dostatočne nevyvetlil, čo vám vlastne je a ako sa máte liečiť? Alebo ste našli vo svojej prepúšťacej správe či zdravotnej karte množstvo odborných výrazov, ktorým vôbec nerozumiete? Naši odborníci vám jednoducho vysvetlia, o akú chorobu ide, a poradia vám, ako by ste mali postupovať.

Otázky píšete na

poradna.zdravie
@newsandmedia.sk

Suchá koža

V puberte som mala bezchybnú pleť. Teraz mám dvadsaťtri rokov a posledné dva roky je moja pokožka veľmi suchá, stále sa mi robia červené vyrážky, ktoré pália. Kožná lekárka mi povedala, že to mám zo stresu. Ale ja žiadny nepociťujem. Čo mám robiť?

Simona

Z prejavov, ktoré opisujete, usudzujem, že pravdepodobne ide o neinfekčnú zápalovú dermatózu. Vyznačuje sa pestrým klinickým obrazom so sklonom k dlhotrvajúcemu priebehu a recidívam. Vaše problémy s pleťou môžu súvisieť s alergickými alebo nealergickými zápalovými kožnými procesmi. Alergický zápalový kožný proces vyvoláva pôsobenie alergénu na podklade imunitnej reakcie organizmu. Najčastejšou nealergickou príčinou býva fokálne skrytá infekcia, napríklad chronický zápal mandlí, priedušiek, zápal močových ciest či tráviaceho traktu. Mali by ste navštíviť kožného lekára, ktorý vás odporučí na vyšetrenia k ďalším špecialistom a na základe ich výsledkov určí vhodnú liečbu.



► MUDr. ĽUBICA SLÁDKOVIČOVÁ
internistka
Poliklinika Mýtna, Bratislava



► MDDr. MICHAL KORENAČKA
súkromná zubná ambulancia,
Bratislava

Môže nakaziť iných

Pri darovaní krvi zistili, že som prekonala hepatitídu typu B. Ako sa mám ďalej správať k svojmu okoliu a stálemu partnerovi? Som ešte aj teraz infekčná, mám stále vírus v tele?

Denisa

Nepíšete, koľko času uplynulo od zistenia, že ste prekonali hepatitídu typu B. Túto infekčnú chorobu spôsobuje vírus hepatitídy typu B, ktorý má predĺženú inkubačnú lehotu – štyri až dvadsaťšesť týždňov, priemer je šesť až osem týždňov. Po inkubačnej lehote nasleduje akútne štádium choroby, ktoré trvá mnoho týždňov až mesiacov. Vírus zostáva v krvi počas aktívnej periódy akútnej aj chronickej infekcie. Môže sa šíriť kontaktom s telesnými tekutinami, ako sú sliny, pot, slzy, mlieko a patologické výpotky. U jednej tretiny pacientov sa zdroj nákazy neobjasní.

Ak máte chronickú hepatitídu, ste nosičkou aktívne sa replikujúceho vírusu, preto môžete byť hlavným zdrojom nákazy pre iných ľudí. Na zhodnotenie fázy infekcie vírusom hepatitídy typu B, ako aj na potvrdenie, či ste infekčná pre svoje okolie, treba absolvovať vyšetrenie na antigény a protilátky, podľa ktorých sa dá určiť štádium ochorenia a jeho ďalší vývoj. S výsledkom, ktorý vám zistili pri odbere krvi, sa čo najskôr objednajte k špecialistovi v mieste svojho bydliska. Môže to byť gastroenterológ, hepatológ, prípadne lekár z infekčnej ambulancie.

Stojí to za to?

Namiesto horného ľavého rezáka mám umelý zub, teda korunku na vlastnom obrúsenom zube, z ktorého ostal už len kolík. Robili mi ju už dávno. Mám dosť žlté zuby, chcela som si ich dať vybieliť. Lekárka mi však povedala, že by som si musela dať spraviť novú korunku. Je to tak?

Ľubica

Áno. Účinné látky, ktoré sa používajú pri bielení zubov, pôsobia iba na tvrdé zubné tkanivá. Náhrady zubných tkanív, akými sú plomby, korunky či fazety, sa nedajú bielením zosvetliť. Preto môže po bielení nastať situácia, že korunka v prednom úseku chrupu bude tmavšia než susedné vybielené zuby, čo môže pôsobiť esteticky rušivo. V takom prípade by ste si mali dať zhotoviť novú korunku, ktorá bude farebne korešpondovať so zvyškom chrupu. Samozrejme, výsledná suma za bielenie tak môže niekoľkonásobne narásť, keďže by ste si museli dať vymeniť zubnú náhradu.

Celý postup je vhodné podrobne naplánovať, dôkladne vyšetriť stav náhrady a zvážiť nutnosť jej výmeny aj z iných ako len estetických dôvodov. Ak by ste sa napokon rozhodli pre výmenu, odporúčam ju realizovať s odstupom minimálne dvoch týždňov po bielení. Odtieň zubov sa totiž môže ešte pred konečnou stabilizáciou mierne zmeniť.



Odteraz udávame trendy my.



NAŠA NOVÁ
dm ZNAČKA

dm značka

trend IT UP

Double Volume&Shine
lak na nechty
viac odtieňov

2⁴⁹
€



www.dm-drogeriemarkt.sk

www.facebook.com/dm.Slovensko