

# Chronická onemocnění

Exkluzivní vydání kampaně Chronická onemocnění se speciální rubrikou

## Bojujeme proti rakovině

 mediaplanet

Více na [info-zdravi.cz](http://info-zdravi.cz)

### Zdenka Pohlreich

Uzdravení znamená,  
že už nebojujeme  
s nikým a ničím.

Co mají  
společného  
srdce a ledviny?  
**str. 5**

Dostupnost  
moderní  
onkologické  
léčby v ČR  
**str. 10**



FOTO: ARCHIVZP

INZERCE



BREAST UNIT  
PRAGUE

MAMMA CENTRUM OPATOV  
Líbalova 2348/1, Praha 4 - Chodov

MAMMA CENTRUM HRADČANSKÁ  
Bubenečská 284/12, Praha 6 - Dejvice

Objednejte se již dnes

Objednání + 420 775 13 11 11  
online na [www.buprague.cz](http://www.buprague.cz)  
f buprague @breastunitprague



Screeningové centrum pro diagnostiku a léčbu onemocnění prsu

[www.buprague.cz](http://www.buprague.cz)

# Kvalita života u žen s epilepsií

Epilepsie výrazně ovlivňuje různé fáze života ženy. Proto její léčba vyžaduje expertní znalosti a multidisciplinární přístup ze strany lékařů.



**Mgr. Květa Janoušková, MA**  
manažerka centra EpiReC a organizace EpiStop, z.s.

**T**oto chronické onemocnění značně ovlivňuje různé fáze života ženy – od dospívání přes reprodukční období až po klimakterium. Proto léčba nemoci vyžaduje expertní znalosti a multidisciplinární přístup s ohledem na aktuální zdravotní stav.

Dospívání s epilepsií přináší řadu potíží. Nemoc a kombinovaná léčba zpomalují fyzické i emoční dozrávání a vyžadují přísný režim (zákaz alkoholu, drog či fotostimulace). Dívky často čelí sociální stigmatizaci – kvůli záchvatům se bojí reakce okolí a vyloučení z kolektivu. Behaviorální či vztahové problémy trápí 40 % žen. Epilepsie komplikuje budování nezávislosti na rodině, volbu povolání a způsobuje potíže i v případě neplánovaného otěhotnění. Proto je klíčová vhodná antikoncepce přizpůsobená zdravotnímu stavu a medikaci dívky.

#### Optimální zdravotní péče

Péče o ženy s epilepsií vyžaduje multidisciplinární přístup. Nemoc a její léčba mohou narušit hormonální rovnováhu. To vede k reprodukčním či endokrinním poruchám (např. **nepravidelný cyklus, sexuální**

**dysfunkce, infertilita**) a také k **psychickým potížím**. Kolísání hormonů ovlivňuje i účinnost léků na kontrolu záchvatů. Riziko nežádoucích účinků však nese i dlouhodobé užívání protizáchvatových léků.

#### Epilepsie a těhotenství

Klíčem k nekomplikovanému těhotenství jsou dostatečné znalosti a včasná příprava. Při plánování těhotenství je nutné snížit možná rizika a vše konzultovat s neurologem i gynekologem. Užívání protizáchvatových léků může mít negativní vliv na prenatální vývoj, ale jejich úplné vysazení může ohrožovat matku i plod. Výskyt komplikací stoupá u neplánovaného těhotenství (př. spontánní potrat, předčasný porod či dekompenzace epilepsie). Proto je stěžejní vyhodnocení epilepsie, nastavení optimální léčby, a to u všech léků (př. na diabetes, arteriální



**I přes jistá rizika pro ženu a plod probíhá většina těhotenství bez komplikací.**

hypertenzi aj.). Před porodem je důležitá koordinace péče neurologické, gynekologicko-porodnické a neonatologické. I přes jistá rizika pro ženu a plod probíhá většina těhotenství bez komplikací.

#### Období postmenopauzy

Toto období mohou doprovázet nepříjemné příznaky, jež vyžadují (ne)hormonální léčbu a změnu životy správy. Riziko úbytku kostní hmoty a náchylnost k frakturám je u žen v této fázi života třikrát vyšší než u mužů. Při prevenci proto doporučujeme přiměřený pohyb, pravidelnou expozici slunečnímu záření a vyváženou stravu s dostatečným příjmem vápníku.

Podrobné informace se můžete dozvědět v publikaci *Žena a epilepsie*, kterou vydal spolek EpiStop v roce 2024.

Ve spolupráci s



PARTNEŘI PROJEKU



Sociální sítě



facebook.com/medinfomp



mediaplanet\_cz



Po přečtení, prosíme, recyklujte

# Probiotika – zázrak, nebo placebo při zažívacích potížích?

Trápí vás zažívací potíže, které ne a ne odeznít? Chronická onemocnění střev mohou mít vážné dopady na vaše zdraví i kvalitu života. Jak je rozpoznat a zda s nimi pomohou probiotika, vysvětluje gastroenteroložka MUDr. Petra Matějková, Ph.D.



**MUDr. Petra Matějková, Ph.D.**  
gastroenteroložka  
a externí posudková  
lékařka, členka  
Pracovní skupiny  
pro IBD a organizace  
ECCO

## Jaké jsou nejčastější příznaky IBD, SIBO a jiných závažných zažívacích onemocnění?

IBD (idiopatické střevní záněty – Crohnova nemoc, ulcerózní kolitida) jsou chronická zánětlivá onemocnění střev. Projevují se průjmy, krví ve stolici, častým nucením na stolicí, bolestí břicha, hubnutím, únavou, u Crohnovy nemoci také vznikem abscesů a píštělí, např. kolem konečníku.

SIBO (syndrom bakteriálního přerůstání) se projevuje nadýmáním, průjmy či zácpou. Predispozicí jsou situace po operacích střev, srůsty a slepé kličky či imunosupresivní léčba.

Zásadní je doba trvání – příznaky chronických onemocnění většinou neodezní samy bez léčby. Také je vždy alarmující jakékoliv krvácení ve stolici a hubnutí, to může značit i nádor střeva.

## Proč tyto problémy s trávením vznikají a co je zhoršuje?

Slovo „idiopatické“ u IBD znamená, že neznáme jejich příčinu. Nejspíše se na nich podílí genetika a kouření, vysoký příjem průmyslově zpracovaných potravin či přemíra antibiotické léčby. Zhoršení onemocnění je často způsobeno stresem. Pro SIBO jsou rizikové výše zmíněné stavy po operacích, srůsty atd.

## Existují nějaké možnosti prevence?

Jelikož neznáme původ, nevíme ani jednoznačnou prevenci. Genetické předpoklady neovlivníme, ale nekouřit, zdravě jíst a dostatečně se hýbat – to ovlivnit můžeme.



FOTO: ARCHIV SYMPROVE



**Zhoršení onemocnění je velmi často způsobeno stresem.**

## Mohou v tomto případě pomoci i probiotika?

Probiotika se řadí mezi potravinové doplňky, takže stačí prokázat jejich neškodnost, není nutné prokazovat, že mají léčebný efekt. Existuje jen

málo studií, které prokazují vyšší efekt daného probiotika oproti placebo. Nicméně je možné je využít jako preparát první volby při různých obtížích. U ulcerózní kolitidy mohou mít dokonce dlouhodobý léčebný efekt srovnatelný s lékem mesalazinem.

## Jak mohou probiotika ovlivnit střevní mikrobiotu u lidí s IBD nebo SIBO?

Vědecké poznatky stále více zdůrazňují důležitost střevní mikrobioty pro celkové fungování organismu, ale střevní mikrobiom nebyl doposud zcela detailně popsán.

# Rakovina jako nový začátek:

## Jak díky ní začít žít

Když jí diagnostikovali rakovinu, její svět se zhroutil – ale zároveň se otevřel. Nemoc jí ukázala realitu bez iluzí a naučila ji vidět život jinýma očima. Z původního boje a strachu se stala cesta k pochopení, radosti a sebelásce. O tom všem napsala **Zdenka Pohlreich** knihu, která pomohla tisícům lidí.

### Jak rakovina změnila vás a váš pohled na svět?

Rakovina mi otevřela oči. Doslova mi pomohla prokouknout tuto realitu, smazala iluzi, kterou jsem brala jako jediný možný fakt. Myslela jsem si, že tenhle svět je krutý, nemá mě rád a je nepřátelský, ani nevím, kde se ve mně tento názor za ta léta nahromadil, ale prostě to tak bylo. Z toho plynulo mé chování, byl to věčný boj, strachy a obrovská frustrace. Když jsem onemocněla, celý tento koncept se zhroutil. Musela jsem zastavit, vše přerovnat a začít znova. Byl to spíš takový úklid v hlavě, protože zpětně vidím, že se toho zase tolik v mém životě nezměnilo. Co se změnilo, je moje vnímání této reality a sama sebe.

Započal velký transformační proces, který trvá dodnes. Deset let sbírám informace a hledám, kdo jsem a co je tento život za fenomén. Dá se říct, že jsem našla odpovědi. Můj život je úplně jiný, cítím lásku, krásu a pochopení. Můj život je nyní přátelský, barevný, nádherný.

### Co vás přimělo napsat knihu?

Když jsem procházela léčbou, bylo to velmi náročné, a protože jsem opustila práci a soustředila se rok jen na léčbu, měla jsem najednou spoustu času. Napadlo mě, že bych se z těch depresí mohla nějak vypsát, a tak jsem si začala dělat poznámky. Měla jsem popsané tři bloky a jednoho dne jsem si řekla, to už by bylo na knihu. A bylo.

Kniha měla obrovský úspěch, dvakrát jsme ji dotiskli a prodalo se jí 30 tisíc výtisků. Na základě toho mi začala psát spousta lidí a chtěli konzultaci, rady nebo si jen popovídat. Bylo jich tolik, že už jsem to nestíhala, a tak jsem v roce 2020 založila mobilní aplikaci SATNAM Zdenka Pohlreich, která se dá stáhnout na



FOTO: ARCHIV ZP

„  
**Uzdravení znamená,  
že už nebojujeme  
s nikým a ničím.**

Goole Play i App Store. V aplikaci je přes 120 videí, kde jsou shrnuty informace, které jsem za těch 10 let nasbírala. Je to takový návod, jak být šťastný. Myšleno s nadsázkou a humorem. Faktem je, že to pomohlo opravdu hodně lidem. Každý den dostávám děkované e-maily.

### Jak to tedy celé přežít a nezbláznit se?

Zjistila jsem, že pokud to máte přežít, tak to prostě přežijete. Osud je

nastavený, a protože se mu vzpíráme, vedeme pak ten boj o přežití. Nechte to být, nechte žít, ať to vymyslí za vás. Uvolněte se a doslova si ještě vychutnejte čas, kdy jste stále naživu. Pořád žijete, tak se pomazlete, dejte si něco dobrého a prostě se začněte hýčkat. Posadte se na trůn, jak říkám, buďte zkrátka vy ti hlavní. Ani děti, práce, manžel nebo rodiče nejsou teď důležití, tahle nemoc vám přišla říci, že vy sami jste to nejcněší, co v životě máte. Zamilujte se do sebe. A uvidíte, budou se dít zázraky. My jsme totiž ten život, jen jsme na to pro spoustu věcí zapomněli. Každému přeji, aby našel své štěstí a uzdravil se. Uzdravení znamená, že už nebojujeme s nikým a ničím. Že už jen milujeme.

# Co mají společného srdce a ledviny?

## Riziko postižení aterosklerózou

Ateroskleróza je onemocnění cév, kdy se ve stěnách tepen a tepének ukládá cholesterol. Usazeniny cholesterolu postupně tyto tepny a tepénky zužují a stěny těchto cév ztrácí pružnost. Tímto procesem dochází ke zhoršenému průtoku krve a sníženému okysličování orgánů – typicky srdce, mozku a ledvin.

### Ateroskleróza nejčastěji postihuje:

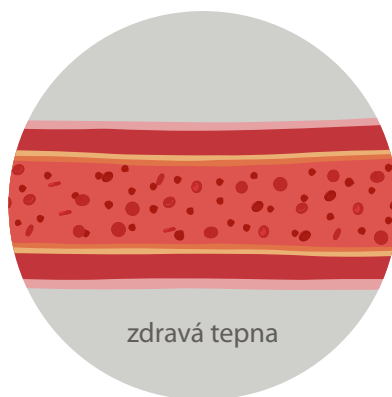
- **Koronární tepny na srdci** – jejich zúžení snižuje prokrvení srdečního svalu a způsobuje bolesti na hrudi, ucpání koronární tepny je příčinou srdečního infarktu.
- **Krční tepny, tzv. karotidy** – postižení karotid aterosklerózou zhoršuje prokrvení mozku a může vést k mrtvici.
- **Tepny dolních končetin** – zde zhoršený průtok způsobuje nedostatečné okysličování svalů dolních končetin, vede k bolestem a křečím při námaze a v extrémním případě až k odumření tkáně s nutností amputace.
- **Tepny a tepénky ledvin** – omezené prokrvení ledvin nebolí a postupně vede k selhávání ledvinové funkce, může být příčinou vysokého krevního tlaku.

### Jaké jsou rizikové faktory pro rozvoj aterosklerózy?

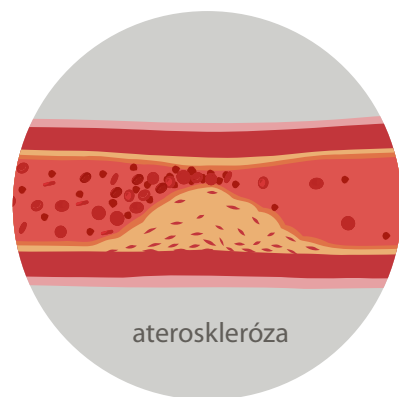
Mezi hlavní neovlivnitelné rizikové faktory patří stoupající věk, mužské pohlaví a dědičnost – **vedle rodinné anamnézy je dobré znát svou hladinu Lp(a) v krvi.**

Mezi hlavní ovlivnitelné rizikové faktory patří kouření, nedostatek pohybu, obezita, vysoký cholesterol, vysoký krevní tlak nebo cukrovka.

ZDROJ: ADOBESTOCK



zdravá tepna



ateroskleróza



**Chronické onemocnění ledvin a srdeční choroby jdou ruku v ruce.**

### Co můžete udělat pro své zdraví? Žijte zdravě a předcházejte vzniku aterosklerózy. Co vám pomůže?

- Zdravě se stravujte, nepijte alkohol a nekuřte.
- Hýbejte se alespoň 150 minut týdně – projděte se 5x v týdnu 30minutovou rychlejší procházkou dle vlastní fyzické zdatnosti a máte splněno.
- Kontrolujte si svou váhu, obvod pasu a krevní tlak.
- Docházejte na preventivní

lékařské prohlídky ke svému praktickému lékaři a na kontroly cholesterolu, cukru a ledvinové funkce. Myslete na to, že snížená funkce ledvin nebolí.

### Poznejte své riziko aterosklerózy

- Máte vy nebo členové vaší rodiny onemocnění srdce, ledvin a/nebo cév?
- Přijďte se zdarma otestovat na kliniku Synexus.
- Zjistěte svou hladinu Lp(a) v krvi.

Zvýšené hladiny Lp(a) jsou spojeny se zvýšeným rizikem onemocnění srdce, ledvin a cév aterosklerózou.

Pro více informací nás kontaktujte na klinice Synexus. Rezervujte si termín bezplatného vyšetření ještě dnes.

# Zpěvačka Tonya Graves:

## Osteoporóza nebolí, ale její důsledky ano

Osteoporóza je nenápadný nepřítel, který může člověka překvapit až při první zlomenině. Americká zpěvačka a herečka **Tonya Graves** ví, jak důležité je pečovat o své zdraví a předcházet problémům včas. V rozhovoru se podělila o svůj přístup k prevenci, pohybu i rovnováze mezi aktivitou a odpočinkem.

### **Osteoporóza se často projeví až při první zlomenině. Jak vy pečujete o své zdraví a prevenci osteoporózy?**

S věkem si i já více uvědomuji, jak je důležité pečovat o své tělo. Snažím se jíst vyváženě, dbám na dostatek vápníku a vitamínu D a také se pravidelně hýbám – ať už jde o chůzi, jógu, nebo jiné cvičení. Navíc si myslím, že prevence znamená i pravidelné kontroly u lékaře, protože včasný záchyt může hodně pomoci.

### **Mnoho žen si neuvědomuje, že právě v období menopauzy se riziko osteoporózy výrazně zvyšuje. Co byste jim vzkázala?**

Řekla bych jim, že zdraví máme jen jedno a že i když se cítíme dobře, je dobré vědět, že některé nemoci přicházejí nenápadně. Osteoporóza nebolí, ale může mít vážné následky. Proto bych ženám doporučila, aby nepodceňovaly prevenci, dopřály si pestrá strava, a hlavně se hýbaly. A pokud mají pochybnosti, ať se poradí s lékařem – dnes už existují vyšetření, která mohou riziko odhalit včas.

### **Vy jste známá svou vitalitou a energií – jaké aktivity vám pomáhají?**

Děkuji! Snažím se být aktivní každý den, i když to nemusí být hned vrcholový sport. Miluji procházky a ráda cvičím jógu. Důležitá je pro mě i rovnováha mezi pohybem a odpočinkem, protože regenerace je stejně důležitá jako aktivita. A přiznám se, že si dopřeji i občasné saunování nebo masáže – protože když se člověk cítí dobře, je to vidět i navenek.



FOTO: ARCHIV TG

### **Jakou roli podle vás hraje osvěta a včasný záchyt osteoporózy?**

Osteoporóza je bohužel stále podceňované téma. MDŽ je skvělou příležitostí mluvit nejen o právech žen, ale i o jejich zdraví. Často jsme tak zaměstnané péčí o druhé, že zapomínáme samy na sebe. Přitom když budeme zdravé a silné, budeme moci být oporou i svým blízkým. Přála bych si, aby se



**Snažím se být aktivní každý den.**

o prevenci mluvilo více a aby ženy věděly, že mohou svůj stav ovlivnit – ať už životním stylem, nebo včasným vyšetřením.

# Prediabetes a diabetes 2. typu

Prediabetes je stav, kdy jsou hladiny krevního cukru vyšší než obvykle, ale ještě nejde o diabetes 2. typu. Metabolismus už nefunguje správně. Pokud se včas nezmění životospráva, prediabetes se obvykle postupně rozvine v cukrovku.



**MUDr. Hana Krejčí, Ph.D.**  
internistka  
a diabetoložka  
na 3. interní klinice  
endokrinologie  
a metabolismu  
1. LF UK a VFN v Praze

Partner projektu



**C**ukrovka může vést k zdravotním komplikacím – onemocněním srdce, cév, poškození zraku, ledvin nebo nervů. Pacienti mají vyšší riziko infarktu, mrtvice, amputace končetiny i některých druhů rakoviny.

## Pomůže změna jídelníčku? Lze cukrovku vyléčit?

Úprava životosprávy může výrazně zlepšit zdravotní stav. Čím lépe máte pod kontrolou krevní cukr, tím nižší je riziko komplikací. Pokud se podaří snížit hmotnost o 10–15 %, většina pacientů zaznamená zlepšení glykémie a často i remisi diabetu. Hladina krevního cukru se dostane do normálních hodnot bez nutnosti užívat léky. Nejedná se však o definitivní vyléčení.



Úprava životosprávy může výrazně zlepšit zdravotní stav. Čím lépe máte pod kontrolou krevní cukr, tím nižší je riziko komplikací.

## Jak by měl vypadat vhodný jídelníček?

Neexistuje univerzální dieta. Klinicky ověřené přístupy zahrnují nízkokalorickou dietu, nízkosacharidovou stravu, středomořský nebo vegetariánský jídelníček. Mnoho lidí se pokusí o drastické změny, které pak nejsou schopní dlouhodobě udržet. Důležité je najít si cestu, která je udržitelná. Připravili jsme ukázkový jídelníček, čtenáři si ho mohou zdarma stáhnout pomocí

odkazu nebo QR kódu v modrém banneru na této stránce.

## Kde hledat kvalitní informace?

Jedním z užitečných zdrojů jsou programy na [www.setresdiabetes.cz](http://www.setresdiabetes.cz), vytvořené ve spolupráci portálu [Jidelniplan.cz](http://Jidelniplan.cz) a 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy. Přínosné mohou být i rekondiční pobyty pořádané pacientskou organizací Aliance pacientů s diabetem ČR.

INZERCE

**STÁHNĚTE SI ZDARMA  
VZOROVÝ JÍDELNÍČEK  
PŘI CUKROVCE 2. TYPU**

[www.setresdiabetes.cz/jidelnicek](http://www.setresdiabetes.cz/jidelnicek)

# Bojujeme proti rakovině

## Pohyb pomáhá

### i onkologickým pacientům

Pohyb a fyzická aktivita jsou důležitou součástí života nás všech. Navíc může mít příznivý dopad i na kvalitu života a vývoj nemoci onkologických pacientů. O šíření osvěty v této oblasti se snaží Hlas onkologických pacientů.



**Petra Adámková**  
předsedkyně výboru  
Hlasu onkologických  
pacientů, z.s.

**D**louhou dobu se předpokládalo, že onkologičtí pacienti se mají šetřit a vyhnout se fyzické námaze. Moderní klinické studie ale ukazují, že pohyb může mít pozitivní dopad nejen na jejich zdraví, kvalitu života, ale také pozitivně ovlivnit vývoj léčby. Hlas onkologických pacientů se tématu pohybu věnuje v rámci projektu ve FN Plzeň a spolupracuje také s projekty OnkoFit a Kondiči proti rakovině.

Fyzická aktivita má pro onkologické pacienty mnoho prokazatelných přínosů:

- 1. Zlepšení fyzické kondice a snížení únavy** – pravidelný pohyb pomáhá zlepšovat svalovou sílu, kardiovaskulární kapacitu a celkovou výdrž, čímž snižuje únavu organismu.
- 2. Podpora psychického zdraví** – cvičení zvyšuje hladinu endorfinů, což přispívá k lepší náladě a celkovému psychickému zdraví.
- 3. Snížení rizika návratu nemoci** – pohyb může snížit riziko recidivy některých typů rakoviny, například rakoviny prsu nebo tlustého



FOTO: ADOBESTOCK



**Fyzická aktivita má pro onkologické pacienty mnoho prokazatelných přínosů.**

střeva. Navíc pomáhá udržovat zdravou váhu a podporuje správné fungování imunitního systému.

- 4. Lepší tolerance léčby** – fyzicky aktivní pacienti mají často lepší toleranci k vedlejším účinkům léčby.

Program cvičení je vždy třeba přizpůsobit individuálním potřebám, zdravotnímu stavu a před jeho zahájením zkonzultovat s lékařem nebo fyzioterapeutem. I malá dávka pohybu může mít pozitivní vliv na průběh léčby a zlepšení kvality života pacientů.

Ve spolupráci s



# Jaké doplňky užívat při onkologické léčbě?

Mnoho onkologických pacientů hledá úlevu od vedlejších účinků léčby v potravinových doplncích. Ty však mohou nejen pomáhat, ale i narušovat účinnost terapie nebo zvyšovat riziko nežádoucích účinků. Jaké látky mohou být skutečně přínosné a na co si dát pozor?



**PharmDr. Irena Štenglová**  
Netiková, Ph.D.  
klinický farmaceut,  
Farmakologický  
ústav VFN a 1. LF UK,  
Onkologická klinika  
VFN a 1. LF UK

## Jaké obtíže nejčastěji provázejí onkologické pacienty během léčby?

Onkologičtí pacienti čelí mnoha výzvám, které zahrnují nejen přijetí závažné diagnózy a změny v dosavadním způsobu života, ale také zvládnání obtíží spojených s léčbou. Mezi nejčastější vedlejší účinky protinádorové terapie patří únava, nechutenství, nevolnost, průjemy, zácpa nebo bolesti, které mohou být způsobeny samotnou nemocí či nežádoucími účinky léčby. Kromě toho se pacienti často potýkají s psychickou zátěží, jako je úzkost, deprese nebo strach z budoucnosti.

## Jak mohou potravinové doplňky ovlivnit účinnost onkologické léčby?

Pacienti často hledají podporu v podobě různých doplňků právě v reakci na zmíněné obtíže. Očekávají zmírnění příznaků nebo i podporu onkologické terapie. Nabídka je velmi široká, přičemž jejich regulace je minimální. Mnoho z nich slibuje zlepšení zdravotního stavu, často bez racionálního podkladu. Navíc aktivní látky v potravinových doplncích mohou ovlivňovat metabolismus léků, což může vést ke snížení účinnosti onkologické léčby (někdy při lepší snášenlivosti) nebo zvýšení

rizika jejích nežádoucích účinků zpomaleným odbouráváním.

## Které látky mohou být pro onkologické pacienty přínosné a jaké účinky mají?

Přínosem jsou v zásadě pouze takové doplňky stravy, které neinterferují s onkologickou léčbou. Jejich výběr se tedy v průběhu vývoje choroby a změny medikace mění. Za vhodné doplňky lze obecně považovat užívání nízkých dávek jednotlivých vitamínů (C, D, vitamíny řady B vyjma B12), které doplňují deficity spojené se sníženým příjmem potravy. Multivitaminové přípravky a vysoké dávky jsou naopak nevhodné. Omega-3 nenasycené mastné kyseliny jsou příznivé pro kardiovaskulární systém, imunitu a nervový systém. Podávání prebiotik, probiotik a postbiotik podporuje správnou funkci zažívacího ústrojí, používání sippingu (tzv. pitíček) zase zajišťuje doplnění živin při sníženém příjmu potravy.

## Existují přípravky, které pomáhají při opravě buněk po podání chemoterapie?

Ano, určitý reparační účinek bez lékových interakcí s farmakoterapií mají například fosfolipidy, základní součást buněčných membrán.

Můžeme je využívat k podpoře regenerace jaterních buněk při polékovém poškození. Dále můžeme využít tzv. biologicky aktivní fosfolipidy vaječného žloutku, které mají pozitivní účinek na normální činnost imunitního systému a reparaci poškozených buněčných membrán. Na základě publikovaných experimentálních výsledků lze usuzovat, že tak mohou podpořit dobrou toleranci a výsledky onkologické léčby.

## Proč je důležité konzultovat užívání potravinových doplňků s odborníkem?

Vždy je potřeba být obezřetný. Např. fytofarmaka sice mohou nabídnout benefity, ale zároveň vykazují vysoký potenciál lékových interakcí. Proto je důležité užívat doplňky stravy po konzultaci s ošetřujícím onkologem nebo klinickým farmaceutem/farmakologem, kteří posoudí vybraný přípravek z hlediska individuálního stavu pacienta, podávané onkologické léčby a další medikace tak, aby byl pro pacienta bezpečný a efektivní.

INZERCE

**OVOSAN-DOPLNĚK STRAVY  
S BIOLOGICKY AKTIVNÍMI  
FOSFOLIPIDY  
K DOSTÁNÍ VE VAŠÍ LÉKÁRNĚ**



# Dostupnost moderní onkologické léčby v ČR:

## Jsme na úrovni západní Evropy?

Rakovina prsu je jedním z nejčastějších nádorových onemocnění žen a včasná diagnóza hraje klíčovou roli v úspěšnosti léčby. Česká republika disponuje moderními terapeutickými metodami, ale ne všude jsou dostupné ve stejné míře. Jaká léčebná centra zde fungují, kdo rozhoduje o tom, kde se pacientka bude léčit, a jaké výhody by přineslo rozšíření dostupnosti inovativní léčby i do regionálních center?



**prim. MUDr. Kateřina Jirsová**  
primářka Onkologického oddělení,  
Nemocnice na Pleši

### **Jakou skupinu žen postihuje rakovina prsu nejčastěji a co jsou rozhodující faktory úspěšné léčby?**

Rakovina prsu patří mezi nejčastější nádorová onemocnění u žen, nejčastěji se vyskytuje mezi 60 a 75 lety věku, ale bohužel není vzácné, že se objeví i u velmi mladých žen. Rozhodující pro úspěšnou léčbu je včasná diagnóza, je tedy naprosto zásadní chodit na preventivní prohlídky a mamografii.

### **Na jaké úrovni je v ČR dostupnost moderní inovativní léčby v porovnání se světem?**

V České republice je obecně medicína na velmi vysoké úrovni a v rámci onkologie máme k dispozici většinu moderních preparátů. Myslím, že i když často slyšíme nespokojenost veřejnosti, je dostupnost léčby nádorových onemocnění srovnatelná se zeměmi západní Evropy, v některých ohledech jsou na tom naši pacienti dokonce lépe.

### **V jakých zařízeních v ČR se mohou pacientky s rakovinou prsu léčit a jaký je mezi nimi rozdíl?**

Léčba rakoviny prsu zahrnuje nejen systémovou léčbu (chemoterapie, hormonální, biologická léčba, imunoterapie), ale také chirurgii, ozařování. Obecně je léčba zejména inovativními postupy centralizovaná do tzv. komplexních onkologických center (KOC), která jsou většinou v krajském městě. Existuje ale také celá

řada tzv. regionálních onkologických center (ROC), kde jsou léčeni pacienti s častými diagnózami. V posledním roce byly možnosti léčby v ROC rozšířeny o některé preparáty, které jsou nyní pacientům lépe dostupné.



**Dobře informovaná pacientka má větší jistotu během léčby.**

### **Jaké výhody by přineslo, pokud by byly možnosti léčby stejné jak v ROC, tak v KOC?**

Kvalita léčby je v KOC a ROC, co se týče přístupu a kvality odborníků, na stejné úrovni. Mezi hlavní rozdíly patří dostupnost inovativní léčby a vzdálenost od bydliště pacientky. V KOC je dostupná aktuálně nejmodernější léčba, kterou zatím v ROC nasadit nemůžeme, na druhou stranu může být ale vzdálenost pro některé pacientky komplikací. Hlavní výhodou léčby v ROC je, že pacient má léčbu dostupnou blíže svému bydlišti, netraví čas mnohdy komplikovaným cestováním do komplexního onkologického centra. Mnoho preparátů cílené (biologické) léčby pacienti snášejí dobře, užívají je dlouhou dobu a možnost léčit se

v místě bydliště je pro kvalitu jejich života velmi důležitá. Cílem je do budoucna rozšířit možnosti nejmodernější léčby do všech pracovišť, blíž k pacientkám.

### **Kdo rozhoduje o tom, kde se bude pacientka léčit, a jaká kritéria rozhodují?**

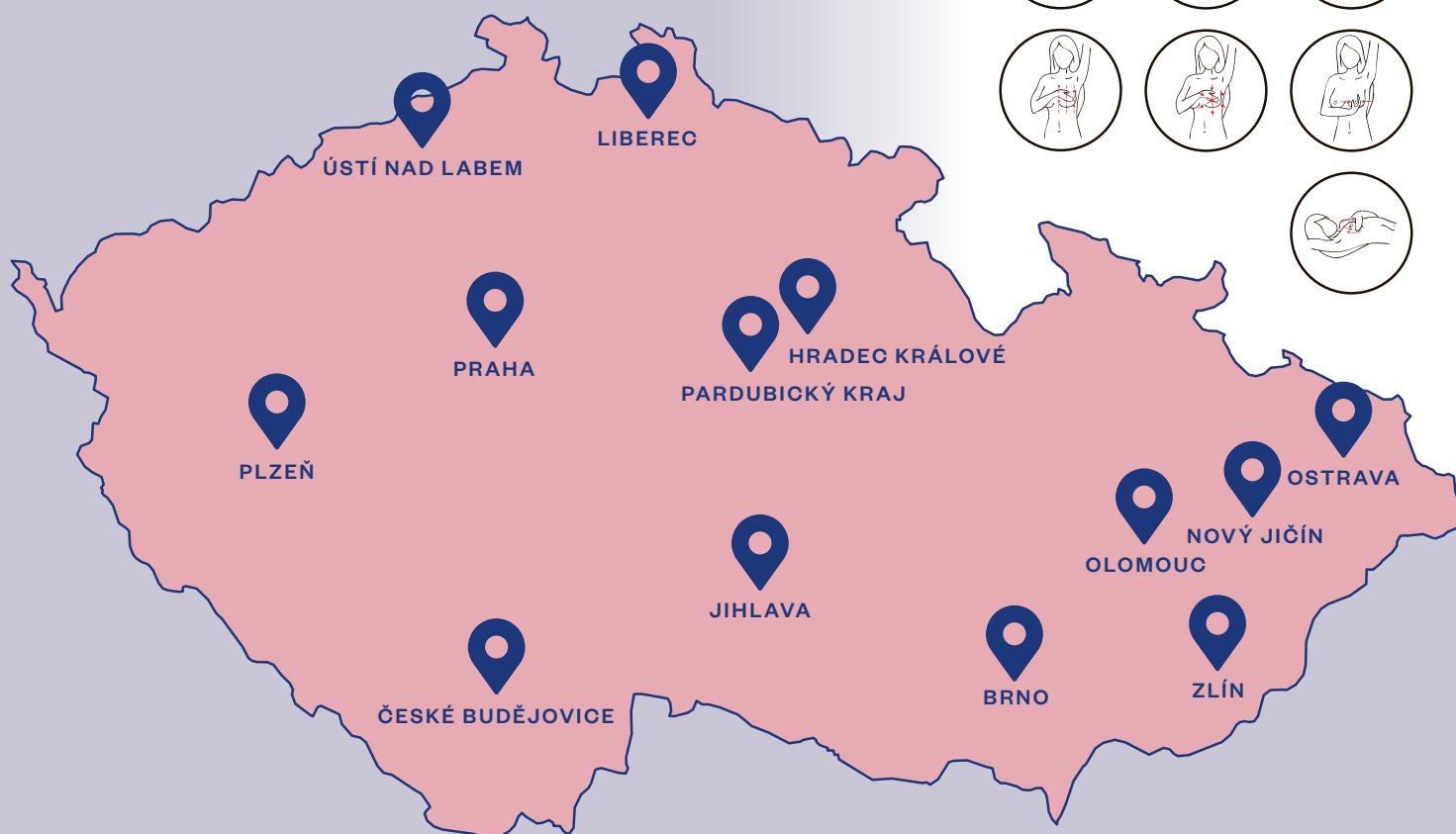
Rakovina prsu není jedno onemocnění, jsou různé podtypy, rozhodující je také rozsah, tzv. stadium onemocnění. Většina pacientek v průběhu léčby podstoupí různé modalitativní (operace, radioterapie, chemoterapie, hormonální léčba, imunoterapie, biologická léčba), a je proto velmi důležité stanovit léčebný plán. To se děje v tzv. multidisciplinárním týmu, kde jsou přítomni lékaři různých specializací (onkolog, radioterapeut, chirurg, rentgenolog, patolog...) a společně určí optimální postup pro konkrétního pacienta.

### **Proč je podle vás důležitá dobrá informovanost pacientek o všech možnostech léčby?**

Otevřená komunikace je naprosto klíčová. Názor pacientky, její preference jsou při spolurozhodování a plánování péče velmi podstatné. Z mojí zkušenosti dobře informovaná pacientka má větší pocit jistoty během léčby, často ji i lépe zvládá a trpí menší úzkostí. Proto bych doporučila všem pacientkám, aby se informovaly u svého ošetřujícího onkologa o všech možnostech léčby a byly aktivní ve vyhledávání informací.

# Seznam komplexních onkologických center (KOC) v České republice

- Rakovina prsu se nejčastěji vyskytuje u žen ve věku 60–75 let
- Rozhodujícím faktorem pro úspěšnou léčbu je včasná diagnóza
- Ženy by měly chodit na pravidelné preventivní prohlídky a mamografii
- Důležité je i samovyšetření



- Fakultní nemocnice Královské Vinohrady
- Fakultní nemocnice Hradec Králové
- Fakultní nemocnice Olomouc
- Fakultní nemocnice Plzeň
- Fakultní nemocnice s poliklinikou Ostrava
- Fakultní nemocnice v Motole ve spolupráci s Ústřední vojenskou nemocnicí, Nemocnicí na Homolce a Proton Therapy Center (Praha)
- Nemocnice České Budějovice, a.s.

- Krajské nemocnice Liberec, a.s.
- Krajské nemocnice T. Bati, a.s. Zlín
- Masarykův onkologický ústav v Brně ve spolupráci s Fakultní nemocnicí Brno a Fakultní nemocnicí U svaté Anny
- Masarykovy nemocnice v Ústí nad Labem, o.z.
- Nemocnice Na Bulovce ve spolupráci se Všeobecnou fakultní nemocnicí a Thomayerovou nemocnicí s poliklinikou

- Nemocnice Jihlava, p.o.
- Nový Jičín, Radioterapie, a.s.
- Komplexní onkologické centrum Pardubického kraje

**Kompletní seznam komplexních onkologických center najdete zde:**



# VÍM, PROČ MĚŘÍM KREVNÍ TLAK

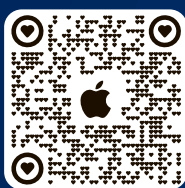
Vaše dnešní  
péče o zdraví má vliv  
na kvalitu Vašeho  
života v budoucnosti.



Stáhněte si  
**Vím, proč  
měřím krevní tlak,**  
zapisujte si hodnoty  
a sdílejte je!

Stáhnout v  
App Store

ROZJEĎTE TO  
Google Play



Aplikace je zdarma a bez reklam.

*Nechte se inspirovat a začněte s měřením  
krevního tlaku již dnes.*



PRO.MED.CS  
Praha a. s.

PRO.MED.CS Praha a. s.  
Telčská 377/1, Michle, 140 00 Praha 4, Česká republika, [www.promed.cz](http://www.promed.cz)

