

Zdravie radí

NAŠI ODBORNÍCI



MUDr. Miroslava DUCKOVÁ,
parodontologička,
www.bielezuby.sk



MUDr. Martin LEŠŤAN,
Alergoimunologické
centrum v Prešove
a Sabinove,
www.alergoimun.sk

Alergia na korunky

Na horných jednotkách, kde mi robili keramické korunky, mám paradentózu. Beriem lieky na imunodeficientný stav. Imunologička aj zubná lekárka tvrdia, že paradentózu mám práve preto. Odporúčajú mi spraviť si testy na alergiu. Existuje alergia na keramikú?

MUDr. Miroslava DUCKOVÁ

Bez röntgenovej snímky a vyšetrenia len ťažko zistíme príčinu vašich problémov. Keďže zápal ďasien máte iba nad hornými jednotkami ošetrovanými keramickými korunkami, pravdepodobne to nie je paradentóza. Skôr si myslím, že korunky sú urobené nepresne, ich okraj chronicky dráždi ďasno až na zápal, alebo máte alergiu na niektorú ich zložku. Nepíšete, či máte čisto keramické, alebo kovokeramické korunky. V prvom prípade je alergia veľmi zriedkavá, v druhom sa keramika napáli na kovovú čiapočku, ktorá obsahuje chróm, kobalt, molybdén, kremík a mangán. Táto zliatina síce nie je alergén, vy však aj napriek tomu môžete na niektorú zložku reagovať. Najskôr by ste mali absolvovať profesionálnu ústnu hygienu so zameraním na podďasnový zubný kameň. Na zvládnutie zápalu používajte protizápalové zubné pasty a ústne vody, napríklad Meridol, Lacalut, Parodontax, Listerine, Corsodyl či Curasept. Nezaškodí masáž ďasna Gengi gelom, ktorý podporí regeneračné schopnosti. Pomáha aj homeopatikum Arnica 9 CH, 3-krát denne 5 guľôčok. Ak vám nezaberie ani troj- až štvortýždňová intenzívna kúra, odporúčam korunky strhnúť a urobiť nové, čisto keramické s presnými uzávermi krčka.



Foto: profimedia.sk

Nepríjemné a boľavé

Na ďasnách aj na jazyku sa mi sústavne tvoria afty. Nič na ne nezaberá. Ako mám proti nim bojovať?

MUDr. Martin LEŠŤAN

Opakujúce sa afty postihujú až desať percent populácie, preto medzi ľuďmi kolujú rôzne „zaručene osvedčené recepty“ na ich zvládnutie. Väčšinou sú však neúčinné. Dôvod je jednoduchý: afty môžu byť prejavom rôznych ochorení. Často sa za nimi totiž skrýva alergia na potraviny alebo na stomatologické materiály, prípadne choroby žalúdka a čriev, poruchy imunity, hormonálne zmeny, nedostatok vitamínov alebo minerálov či ochorenie štítnej žľazy. Preto moja rada znie: Dajte sa vyšetriť imunoalergiológovi, ktorý bude pátrať po podstate ochorenia a má veľa diagnostických aj liečebných možností. Tento výpočet som uviedol preto, aby ste zbytočným odkladaním návštevy lekára neoddišlili diagnózu ochorenia. U časti pacientov sa však ich pravú príčinu nepodarí objasniť. Rodinný výskyt nás vedie k podozreniu na určitú genetickú predispozíciu na toto ochorenie. Predpokladá sa aj vírusová etiológia. Klinické štúdie potvrdili možnú súvislosť medzi výskytom áft a užívaním laurylsulfátu. Ide o látku, ktorá zvyšuje

penivosť a nachádza sa v mnohých zubných pastách. Afty pacientov nesmierne obťažujú. Vyskytujú sa na jazyku, mäkkom podnebí, na sliznici ďasien a líca. Prejavujú sa belavým vriedkom, sú ostro ohraničené a obklopené červenkastým lemom. Sú bolestivé, niekedy ich sprevádza opuch pier, občas aj zväčšené lymfatické uzliny či zvýšená teplota. Najmä u malých detí môžu mať dramatický priebeh – sú nepokojné, odmietajú jesť. Kým sa dostanete k lekárovi, vyskúšajte podpornú liečbu a preventívne opatrenia. Venujte čas dostatočnej zubnej hygiene, dajte si odstrániť zubné kazy, snažte sa zabrániť zraneniam sliznic ostrými predmetmi. Kúpte si zubnú pastu bez SLS, laurylsulfátu. Používajte ústne vody s obsahom chlórhexidínu – pozor, bez alkoholu! Jedzte neдрáždivú stravu bez korenín a štiplavých látok. Hľadajte súvislosť medzi konzumáciou určitých potravín a vznikom áft, pomôžete tak lekárovi. Užívajte zinok, vitamíny B, probiotiká, kyselinu listovú. Snažte sa relaxovať a znížiť stres.

Zdravie poradňa
SPÝTAJTE SA NÁS

Neviete si rady?

Opýtajte sa našich spolupracovníkov na všetko, čo vás trápi.

Otázky píšete na adresu:
fabryova@7plus.sk

Grepuový džús môže zmeniť účinok

Som po operácii srdca. V poslednom čase sa stretávam s názorom, že pri užívaní liekov na srdce sa nesmie piť jablkový, pomarančový a grepuový džús. Denne sa snažím piť jablkovú alebo inú šťavu, teraz neviem, či si neškodím.

Prof. MUDr. Ján MURÍN, CSc.

Grapefruitový džús môže meniť účinnosť niektorých liekov na srdce, o jablkovom alebo o pomarančovom však nič neviem. Nepíšete, po akej operácii srdca ste, podľa pravdepodobnosti to najčastejšie býva operácia srdcových ciev, bajpas. Ďalej môže ísť o odstránenie ischémie srdca a zlepšenie jej prognózy alebo o operáciu srdcovej chlopne, teda o jej náhradu či úpravu.

Pacient so srdcovým ochorením dostáva viaceré lieky, zvyčajne dožívotne potrebuje látku na riedenie krvi, warfarín. Tieto lieky podlie-



Prof. MUDr. Ján MURÍN, CSc., kardiológ, I. interná klinika, FNŠP Bratislava



MUDr. Ľubica SLÁDKOVIČOVÁ, internistka, Centrum prevencie a liečby, Poliklinika Mýtňa, Bratislava

hajú metabolickej degradácii, ktorá často vzniká a odohráva sa v pečeni. Enzýmy pečenej bunky liek degradujú, čo znamená, že ho pripravujú na vylúčenie z organizmu. Buď žlčou do črevného systému, teda do stolice, alebo obličkou, teda močom. Pri tejto degradácii však niektoré lieky ovplyvňujú odbúranie iného lieku. Môže sa zvýšiť či znížiť jeho hladina v krvi a zmeniť sa jeho účinok: zvýši sa alebo zníži. V príbalovom letáku lieku si prečítajte, či užívate lieky, ktorých účinok ovplyvňuje grapefruitový džús. Ak nie, pre istotu sa poraďte s lekárom.

Potenie a zimnica

Neskutočne sa potím pod pazuchami. Leje zo mňa cez deň aj v noci. Okrem toho mám stále studené ruky aj nohy. Idem spať a musím sa poriadne zohriať, inak ma zimnica drví aj hodinu. Čo mám robiť? Mám 41 rokov.

MUDr. Ľubica SLÁDKOVIČOVÁ

Lokálne nadmerné potenie, hyperhidrózu, vieme v súčasnosti veľmi efektívne riešiť injekčnou liečbou – preparátmi, ktoré ho potláčajú, napríklad botulotoxínom. Samozrejme, tento zákrok môžete podstúpiť, až keď lekári vylúčia zdravotnú príčinu potenia.

Nadmerné potenie pod pazuchami môžu spôsobovať prirodzené alebo umelo vyvolané hormonálne zmeny, ktoré sa týkajú menštruačného cyklu. Na príčine však môžu byť aj poruchy funkcie štítnej žľazy alebo iných hormónov. Podobne sa prejavujú aj stresové situácie, ktoré nie je možné v krátkom čase vyriešiť. Predtým by ste teda mali ísť na vyšetrenie krvi prípadne hladiny hormónov, ktoré sa vykonáva v špecializovanej internej alebo

endokrinologickej ambulancii. Pri potení a pri stave, ktorý opisujete ako zimnicu, je potrebné sledovať aj telesnú teplotu. Oba tieto príznaky môžu totiž signalizovať celkové ochorenie organizmu, ktoré spôsobuje infekcia v tele, alebo môžu byť prejavom ochorenia krvi. Aj na tieto príčiny sú potrebné krvné vyšetrenia.

Najprv by ste teda mali absolvovať základné vyšetrenie a odber krvi u praktického lekára. Ten vás na základe výsledkov pošle na vyšetrenie k internistovi alebo endokrinológovi, ktorý vám dá odobrať krv na hormóny. Pocit chladu na končatinách môže vyvolávať nedostatočné prekrvenie pri ochorení ciev, ktoré vylúči alebo potvrdí angiológ.

indulona®

**UNIVERZÁLNA
REPELENTNÁ
DEZINFEKČNÁ
KAMILKOVÁ
OLIVOVÁ
NECHTÍKOVÁ
RAKYTNÍKOVÁ**



Krém proti vetru, chladu a slnku:

**INDULONA
RAKYTNÍKOVÁ**

Vychutnajte si zimu bez obáv o zdravie Vašej pokožky a Vašich detí. Spoľahlivo ochráni pokožku pred slnkom, vetrom, chladom a hojí drobné poranenia, omrzliny a popáleniny.

OBRA SK, s.r.o.
Vrbovská cesta 43
921 01 Piešťany

obra@obra.sk
www.obra.sk