

PREVENCE

PRO ZDRAVOTNÍ
LABORANTY a
STUDENTY V
KOMBINOVANÉ
FORMĚ

ZDRAVÍ

- NEPŘÍTOMNOST NEMOCI
 - PSYCHICKÁ POHODA
 - SOCIÁLNÍ ZAČLENĚNÍ
-
- ZDRAVÍ I NEMOC MAJÍ DIMENZE
 - MEZI ZDRAVÍM A NEMOCÍ PLYNULÝ PŘECHOD

DETERMINANTY NEMOCÍ

- JEN GENETICKÉ (např. Downův sy., hemofilie)
- JEN ZE VNÍ (např. úrazy, infekce)
- KOMBINACE

GENETICKÉ PREDISPOZICE + ZE VNÍ
FAKTORY = geno-environmentální
interakce

PREVENCE OVLIVŇUJE ZDRAVÍ

- PRIMÁRNÍ = zabránit vzniku nemoci
- SEKUNDÁRNÍ = zjistit začátek n.
- TERCIÁLNÍ = zpomalit další průběh, zabránit recidivě
- SPECIFICKÁ = ochrana zdraví
- NESPECIFICKÁ = podpora zdraví

ZAJIŠTĚNÍ PREVENCE

- PRIMÁRNÍ: STÁT, SPOLEČNOST, ŠKOLY, INSTITUCE, ZDRAVOTNÍCI, KAŽDÝ ČLOVĚK
- SEKUNDÁRNÍ: ZDRAVOTNÍCI, STÁT
- TERCÍÁLNÍ: ZDRAVOTNÍCI, KAŽDÝ PACIENT

„CIVILIZAČNÍ“ NEMOCI

- N. SRDCE A CÉV
- ZHOUBNÉ NÁDORY
- DIABETES MELLITUS
- OSTEOPORÓZA
- ALERGIE

CO PŘINESLA CIVILIZACE?

- **TECHNIKU** = mikrobiologie, virologie, histologie
- **HYGIENU** = protiinfekční opatření
- **CHEMII** = léky, diagnostické markery
- **TECHNIKU** = diagnostické a léčebné postupy
- **GENETIKU**

CIVILIZACE

- PRODLOUŽILA LIDSKÝ ŽIVOT:
- od poloviny 20. Století v průměru
- o 20 LET
- STŘEDNÍ DÉLKA ŽIVOTA SE DÁLE PRODLUŽUJE
- ŽENY ŽIJÍ V PRŮMĚRU o 5 LET DÉLE

CIVILIZACE

- ZMĚNILA STRUKTURU NEMOCNOSTI A ÚMRTNOSTI:
- Cca 52 % KARDIOVASKULÁRNÍ N.
- Cca 23 % ZHOUBNÉ NÁDORY

VÝHLEDY DO R. 2060

- ÚMRTNOST NA PŘENOSNÉ NEMOCI SE SNÍŽÍ O 50 %
- ÚMRTNOST NA NEPŘENOSNÉ NEMOCI a ÚRAZY SE ZDVOJNÁSOBÍ
- NEJVĚTŠÍ SNÍŽENÍ MORTALITY V ZEMÍCH JIŽŠÍ ASIE

PREVENTABILNÍ PŘÍČINY

■ KVN:

■ KOUŘENÍ 25 %

■ VÝŽIVA + 50 %

■ alkohol, pohyb

■ STRES

■ DIABETES

■ RAKOVINA:

■ KOUŘENÍ 30 %

■ VÝŽIVA 35 %

■ ALKOHOL 5 %

■ INFEKCE 17 %

■ PP + ŽP 10 %

OXIDATIVNÍ STRES

- VÝŽIVA, KOUŘENÍ, INFEKCE, ZÁŘENÍ JSOU ZDROJEM
- VOLNÝCH RADIKÁLŮ, které
- PŮSOBÍ TOXICKY, MUTAGENNĚ, KARCINOGENNĚ

JAK TO VÍME?

- EPIDEMIOLOGICKÉ STUDIE:
 - DESKRIPTIVNÍ
 - ANALYTICKÉ: PRŮŘEZOVÉ
 - LONGITUDINÁLNÍ:
 - RETROSPEKTIVNÍ
 - PROSPEKTIVNÍ
 - EXPERIMENTÁLNÍ

KOUŘENÍ

- JE NEJVÝZNAMNĚJŠÍ JEDNOTLIVÝ PREVENTABILNÍ RIZIKOVÝ FAKTOR NEMOCNOSTI A ÚMRTNOSTI
- PŘISPÍVÁ KE 25 NEMOCEM
- UMÍRÁ KAŽDÝ DRUHÝ KUŘÁK
- POLOVINA Z NICH PŘEDČASNĚ
- ZABÍJÍ I NEKUŘÁKY

OBĚTI KOUŘENÍ

- 60 milionů ve 20. Století
 - 5,3 milionů ročně nyní
 - 10 milionů ročně ve 2020
 - 1 miliarda ve 21. Století
-
- Rozdíly v úmrtnosti se projevují už po 20 letech kouření

NA CO UMÍRAJÍ KUŘÁCI

- 1,8 mil. ... KARDIOVASKULÁRNÍ
- 1 milion .. CHRONICKÁ PLICNÍ
OBSTRUKČNÍ N.
- 850 tis. ...RAKOVINA PLIC

KOUŘENÍ a KVN

- AKUTNÍ: koronární vazokonstrikce
zvýšení Tf a TK
zvýšení trombogenní aktiv.
- CHRONICKÉ:
krevní lipidy
zánětlivé procesy
ateroskleróza

KOUŘENÍ a RAKOVINA (AR)

- PLIC 90 %
- HLAVY A KRKU..... 50-70 %
- MOČOVÉHO Ú. 30-50 %
- DĚLOŽNÍHO ČÍPKU ... 30 %
- SLINIVKY BŘIŠNÍ, TLUSTÉHO STŘEVA, ŽALUDKU, PRSU, LEUKEMIE

OSTATNÍ NEMOCI

- VŘEDOVÁ CHOROBA
- STŘEVNÍ POLYPY, CROHN. N.
- PORUCHY IMUNITY
- OČNÍ
- KOŽNÍ
- PSYCHIATRICKÉ
- ZUBNÍ

PORUCHY REPRODUKCE

- MUŽI: IMPOTENCE, NEPLODNOST
- ŽENY: PORUCHY MENZES,
ČASNĚJŠÍ MENOPAUZA
NEPLODNOST
KOMPLIKACE TĚHOTENSTVÍ
POTRATY

PRENATÁLNÍ EXPOZICE

- HYPOTROFICKÝ PLOD
- VROZENÉ VÝVOJOVÉ VADY
- PROGRAMING METABOLICKÝCH PORUCH V DĚTSTVÍ a DOSPĚLOSTI
- PORUCHY CHOVÁNÍ, ADHD
- NÁDORY V DĚTSTVÍ (leukemie, nádory mozku)

ZÁVISLOST - Dg. F17

- NIKOTIN JE POTENTNÍ DROGA (heroin, kokain) – cca 80% kuřáků je závislých
- NIKOTIN ODMĚŇUJE DECENTNĚ (dopamin)
- JE TO PEDIATRICKÝ PROBLÉM
- ODVYKÁNÍ VELMI OBTÍŽNÉ

CIGARETOVÝ KOUŘ

- OBSAHUJE cca 5.000 CHEM. LÁTEK
- MNOHÉ SE METABOLICKY AKTIVUJÍ
- GENETICKÝ POLYMORFISMUS
OVLIVŇUJE METABOLISMUS
- POŠKOZUJÍ RŮZNÉ CÍLOVÉ ORGÁNY
- => **ŠIROKÁ ŠKÁLA POŠKOZENÍ
ZDRAVÍ**

„PASIVNÍ“ KOUŘENÍ

- SECONDHAND a THIRDHAND SMOKE
- ZDROJ DRÁŽDIVÝCH, TOXICKÝCH, KARCINOGENNÍCH LÁTEK (67ze 73)
- VZNIKAJÍ NEDOKONALÝM HOŘENÍM a VZÁJEMNOU INTERAKCÍ
- OHROŽENY HLAVNĚ DĚTI

ZÁVĚR:

- KOUŘENÍ ZABÍJÍ KUŘÁKY I NEKUŘÁKY
- ZATĚŽUJE EKONOMIKU STÁTU
- PŘESTAT KOUŘIT SE VYPLATÍ
- NEJLEPŠÍ JE NIKDY NEZAČÍT
- TOLERANCE ČESKÉ SPOLEČNOSTI VEDE K POSUNU ZAČÁTKŮ KOUŘENÍ U DĚTÍ DO STÁLE MLADŠÍHO VĚKU

DOPORUČENÍ

- NEKUŘTE
- NEDOVOLTE KUŘÁKŮM, ABY VÁS
OBTĚŽOVALI A OHROŽOVALI
- BRAŇTE DĚTI PŘED NEBEZPEČNOU
CHEMICKOU EXPOZICÍ, i
- PŘED NEVHODNÝMI VZORY
RIZIKOVÉHO CHOVÁNÍ

NAŠE TĚLO

- NÁM UMOŽŇUJE ŽÍT.
- MĚJME JE RÁDI a
- PEČUJME O NĚ