



## Mezinárodní průzkum o zvládnutí astmatu

Rozsáhlý průzkum, který měl zmapovat, jak zvládají astma malí pacienti, jejich rodiče a lékaři, provedla loni marketingová společnost Medimix Int. ve spolupráci s výzkumnou farmaceutickou firmou MSD. Z 1207 respondentů z různých zemí světa bylo 450 lékařů. Z výzkumu například vyplynulo, že o úspěšném zvládnutí astmatu nejvíce rozhoduje spouštěč, léčba a dodržování léčby. Pediatri si stěžovali na nedodržování léčby pacienty, rodiče uváděli potíže s přetrváváním spouštěčů astmatu (prach, pyl). Rodiče dále za závažný důsledek astmatu považovali omezení denních činností (sport, spánek) a největší problém měli s určením spouštěčů astmatu. Z výsledků vyplynulo, že by se rodiče měli více radit s lékařem o spouštěčích a o postupech potlačení příznaků. Astmatem v Česku trpí 130 000 dětí.



## Pomoc při hubnutí

Hubnutí je dlouhodobý proces, u kterého nefungují zázračné metody. Nový lék alli od GlaxoSmithkline slouží při hubnutí jako podpůrný prostředek. Podle klinických studií působí aktivní látka Orlistat lokálně v trávicím traktu a zabraňuje vstřebávání tuků ze střeva. Součástí balení je také vhodná nízkokalorická kuchařka a nejrůznější rady pro hubnutí. [www.triomar.cz](http://www.triomar.cz)

## V Česku kouří až 1 150 000 dětí

Česká tisková kancelář na začátku roku publikovala statistiky za rok 2007, podle kterých v ČR aktivně kouří 2 300 000 lidí, z toho polovinu tvoří děti a mladiství do 18 let, což je dvakrát více než před 12 lety. Klesá také věk, kdy děti poprvé sáhnou po cigaretách – nejčastěji okolo 10 let věku.

Odborníci vidí problém hlavně v naší legislativě: užívání (nikoli prodej) tabáku dětmi je legální, zabavení cigarety dítěti je přečin a nikotin není v seznamu návykových látek.



## Jetelem proti ekzému

Jetel luční kvete od května do října po celé Evropě. Při užití vnitřně snižuje svalovou křeč a napětí, podporuje vykašlávání a pomáhá při klimakterických obtížích. Dále působí léčivě při chronických kožních problémech, jako jsou psoriáza či ekzém.



## Prevence rakoviny

Důležitou součástí prevence rakoviny jsou lékařské prohlídky. Které jsou bezplatné? Od 18 let 1x za 2 roky prohlídka u praktického lékaře (PL) a 1x ročně stomatologická prohlídka, od 50 let 1x za 2 roky test na krvácení do stolice u PL, pro ženy od 15 let každoroční gynekologické vyšetření, vyšetření prsů pohmatem, regionálních mízních uzlin, stěr z děložního čípku, pro ženy od 45 do 69 let 1x za 2 roky mamografické vyšetření, pro muže nad 50 let vyšetření prostaty.

*Chodme na prohlídky, ušetříme si budoucí problémy*



## Nezbytnost vitamínu D

Osteoporóza neboli řídnutí kostí se většinou začíná projevovat kolem padesátky. Postihuje 6% populace. Ideální prevencí je pohyb nejméně dvě hodiny denně, pestrá strava a nekuřáctví. Aby člověk dobře vstřebal vápník pro kosti, potřebuje vitamin D v množství 800 jednotek denně. Je proto na místě se na jeho dostatečný příjem ze stravy či jejich doplňků zaměřit.

## Novinka VZP

Všeobecná zdravotní pojišťovna zahájila pilotní preventivní program odhalující onemocnění štítné žlázy u těhotných žen. Jejich včasný záchyt pomůže odstranit negativní vlivy na plod. Cílem projektu je ověřit efektivitu screeningu a funkčnost nastaveného schématu mezi spolupracujícími obory – gynekologie, laboratoř a endokrinologie. Více informací na [www.vzp.cz](http://www.vzp.cz).



## Cena zdraví

Ocenit projekty šetrné k životnímu prostředí a přispívající k našemu zdraví – tak zní cíl sdružení Business Leaders Forum. Jeho letošní Ekologickou cenu získal Obecní úřad Kněžice a společnost Rokospol. Vedlejší ceny získaly také základní školy nebo soukromý zemědělec. [www.blf.cz/cena](http://www.blf.cz/cena)