



Tlačová konferencia SIRIUS – Berme svoju pečeň vážne

Najčastejšou príčinou smrti dospelých na Slovensku je choroba pečene – cirhóza Slovensko je prvé na svete vo výskyte cirhózy pečene



Zľava: doc. MUDr. Emil Martinka, PhD., MUDr. Adriana Šimková, PhD., MUDr. Lubomír Skladaný, PhD., doc. MUDr. Tomáš Koller, PhD., Ing. Angelika Kutišová

Slovensko dosiahlo prvenstvo vo výskyte cirhózy pečene vo svete – uviedol vedecký časopis *Lancet*. Preto vzniklo pod záštitou **prezidenta Slovenskej hepatologickej spoločnosti, MUDr. Lubomíra Skladaného, PhD.** Projekt SIRIUS, ktorého cieľom je včasné odhalenie ochorenia pečene predovšetkým u obyvateľstva, ktorí nemajú žiadne príznaky choroby. Aktívny prístup – teda skrining, hovorí pán prezident Skladaný, pomôže odhaliť ochorenie v takom štádiu, aby sa zabránilo cirhóze a zachránil sa tak ľudský život.

Na cirhózu, ktorá je konečným štádiom ochorenia dnes umierajú mladí ľudia vo veku 25 – 45 rokov. Ochorenie pečene sa vyvíja niekoľko rokov a nebolí. Človek s 10 ročnou cirhózou pečene sa môže cítiť rovnako zdravo, ako človek, ktorý nemá žiadne ochorenie pečene. Práve to je nebezpečné, že ku bolestiam, prípadne ku komplikáciám dochádza až vo vyšších štádiách ochorenia. Doktor Skladaný považuje za mimoriadne dôležité, aby sa dostala do povedomia terminológia fibróza, čo znamená tuhnutie pečene. Keďže liečebné možnosti pri cirhóze sú obmedzené, je dôležité diagnostikovať chorobu pečene vo včasných štádiách fibrózy, kde v týchto štádiách človek väčšinou problém s pečeňou nepociťuje, a preto nehľadá lekársku pomoc. Preto SIRIUS vyzýva obyvateľov, aby sa zapojili do jednoduchého skriningu, ktorý odhalí potrebu ďalšieho vyšetrenia u hepatológa. Každý účastník obdrží „zelenú kartu“, ktorá mu zaručí čo najskoršie vyšetrenie bez zbytočného čakania na termín. Ako hovorí pán doktor, nepotrebuje k tomu nič iné ako vlastnú zdravotnú históriu, kvapku krvi z prsta a sonografické vyšetrenie, ktoré zabezpečí vo vašom meste priamo projekt SIRIUS. Projekt pôsobí aj ambulantne, aj komunitne.

O závažnosti tejto problematiky a úlohe všeobecných lekárov v prevencii ochorení pečene na tlačovej konferencii prednášala aj **MUDr. Adriana Šimková, PhD.**, hlavná odborníčka MZ pre všeobecné lekárstvo. Za najdôležitejšie považuje pani doktorka plošnú spoluprácu všeobecných lekárov a zvýšenie povedomia o tejto chorobe. Zo svojej skúsenosti vie, že ľudia nepovažujú svoju pečeň za rovnako dôležitý orgán ako srdce alebo obličky. Upriamuje pozornosť na fakt, že medzi prvé viditeľné podozrenia ochorenia patrí abdominálna obezita. Tú si každý vie doma od-

merať aj obyčajným krajčírskym metrom. Ak sa ku tomuto parametru pripoja zvýšený cholesterol, glykémia a krvný tlak, odporúča neváhať s ďalšími vyšetreniami.

Diabetológ a prezident OZ Slovenskej diabetologickej asociácie, **doc. MUDr. Emil Martinka, PhD.** upozorňuje na fakt, že cirhózu pečene nespôsobuje iba alkohol, ako je všeobecne známe, ale existuje aj nealkoholová tuková choroba pečene – NAFLD. Stukovatenie pečene úzko súvisí so stravou a s cukrovkou 2. typu. Ako hovorí, žiaľ doposiaľ neexistuje diagnosticko – terapeutický štandard pre spoluprácu diabetológa a hepatológa, no projekt SIRIUS už prináša prvé výsledky vďaka hepalkulačke. Tá je dostupná na internete a ak do nej zadáme pár údajov vrátane výsledkov z krvi, dostaneme jasnú odpoveď o stave pečene.

Doc. MUDr. Tomáš Koller, PhD., gastroenterológ a hepatológ odprezentoval výsledky celosvetového prieskumu o ochoreniach pečene za rok 2020, kde Slovensko stojí na čele tejto smutnej štatistiky. Zároveň vysvetlil aj rozvoj tohto ochorenia, ktoré sa vyvíja 20 rokov a v prípade včasného diagnostikovania je veľká šanca úspešnej liečby. Ako hovorí, ani cirhóza nie je úplne nezvratná do istého štádia, no odhalenie ochorenia v štádiu fibrózy je ľahšie liečiteľná a manažovateľná. Aj tá má niekoľko stupňov a ak spozorníme pri prvých príznakoch – hlavne pretrvávajúcej obezite, vďaka medikamentóze a zmene životného štýlu je veľká šanca na úspešnú liečbu. Docent Koller nezabudol predstaviť ani elastografiu – spôsob diagnostikovania tuhnutia pečene v rámci projektu SIRIUS v slovenských mestách.

O tom, čo jesť a nejесť, čo robiť a nerobiť v záujme zachovania zdravého orgánu a tela porozprávala viac **Ing. Angelika Kutišová**, výživová poradkyňa a lifestyle kouč. Za najdôležitejšie pravidlo považuje naučiť sa variť zo základných surovín a v čo najväčšej miere eliminovať spracované potraviny. Ak postupne vylúčime zo svojej stravy polotovary a výrobky, zlepší sa nám zdravotný stav a dokonca aj tie parametre, ktoré zdanlivo nesúvisia so stravou. Okrem odporúčaných potravín poradila aj to, ako kombinovať jedlá a ako sa čo najjednoduchšie naučiť stravovať sa zdravo bez veľkých zmien v kuchyni a v peňaženke.

Pán doktor Skladaný záverom tejto tlačovej konferencie povzbudil všetkých, aby sa tohto skriningu nebáli. Trvá maximálne pol hodinu, je bezbolestný a je zadarmo. V prípade potreby vám zelená karta zo skriningu zaručí skorý termín na ďalšie vyšetrenie a ak odovzdáte aj vzorku stolice, vyšetří sa vám aj mikrobióm, ktorý napovie viac o zdravotnom stave tráviacej sústavy. Mimoriadne dôležitým poslaním projektu SIRIUS je aj osвета o ochoreniach pečene a snaha zmeniť pohľad na toto ochorenie. Ten totiž stále stigmatizuje človeka s cirhózou ako alkoholika a neberie do úvahy fakt, že toto ochorenie spôsobuje aj obezita, metabolický syndróm a zle nastavený životný štýl.

Zdroj: A-medi management s.r.o. a Slovenská hepatologická spoločnosť



Konalo sa: 16. 06. 2022 o 09:00 hod.
Korzo Café & Restaurant, Hviezdoslavovo nám. 3, Bratislava