

■ Játra

Játra jsou uložena pod pravým žeberním obloukem. Jsou centrálním orgánem metabolismu celého organismu. Zásahují do metabolismu cukrů, tuků i bílkovin. Játra ovlivňují transport látek po celém organismu, mohou zasahovat do metabolismu hormonů, tvoří hemokoagulační faktory (účastní se při srážení krve).

■ Poškození jater

Spektrum látek či činností, které mohou negativně ovlivnit jejich funkci je poměrně mnoho (alkohol, obezita, některé léky). Důsledky jaterního poškození se projeví v celém organismu, neboť játra jsou jedním z jeho klíčových orgánů. Vzhledem k velké funkční rezervě jater lze projevy jaterní nedostatečnosti objevit až při rozsáhlejším poškození. Za určitých podmínek mají játra poměrně dobrou regenerační schopnost. Pokud dochází ke kontinuálnímu působení negativních vlivů nebo působením některých onemocnění (hepatitida, cysty, steatóza) dojde k trvalému poškození jater.



Zpracovala:

Čechová Veronika

Odborný konzultant:

Mgr. Zdena Kolaříková

Odborný garant:

MUDr. Hamed Al Kirbi

Ilustrace:

public.fnol.cz, www.obrazky.cz

Doporučené zdroje informací:

Klener, P. a kol.: Vnitřní lékařství. Galén, Praha 2011, 4.vyd, str.1051-1052. ISBN 978-80-762-705-9

Svačina, Š a kol.: Klinická dietologie. Grada Publishing, Praha 2008. str. 227-228. ISBN 978-80-247-2256-6.

Fm-L009-027-EM-083(v1)

Kontakt

Otolaryngologická klinika
Fakultní nemocnice Olomouc
I. P. Pavlova 185/6, 779 00 Olomouc
spojovatelka: tel.. 588 441 111
e-mail: info@fnol.cz www.fnol.cz



Fakultní nemocnice Olomouc
profesionalita a lidský přístup

Infekční mononukleóza

Průvodce pacienta

edukační materiál pro pacienty



■ Co je infekční mononukleóza

Jedná se o infekční onemocnění, jehož původcem je virus Epstein-Barr. Přenos z člověka na člověka je možný pouze přímým kontaktem. Virus je vylučován do slin, a proto nejčastější způsob přenosu je slinami. Někdy je také infekční mononukleóza nazývána jako „choroba z líbání“. Další, méně častý, způsob přenosu je krevní cestou.

■ Koho nejčastěji postihuje

Infekční mononukleóza se nejčastěji vyskytuje u malých dětí, dospívajících a mladších dospělých. Více vnímaví k nákaze bývají lidé pod vlivem stresu a s oslabenou imunitou.

■ Projevy onemocnění

Mezi nejčastější příznaky patří:

- horečka
- únava
- bolest hlavy
- bolest v krku
- zvětšení patrové mandle s výskytem povlaku
- zduření lymfatických uzlin v oblasti hlavy a krku
- ztížené polykání vzhledem ke zduření uzlin
- zvětšení jater
- zvětšení sleziny

■ Dietní opatření

Strava je nedílnou součástí léčebného režimu. Při infekční mononukleóze se doporučuje tzv. jaterní dieta. Příprava jídla by měla probíhat vařením nebo dušením. K tepelné úpravě je vhodné použití tlakový hrnec, zapékač, misku, teflonovou pánev bez použití tuku nebo vaření v alobalu.

■ Které potraviny upřednostnit

- mléko - nízkotučné jogurty, tvarohy, sýry
- maso - libové vepřové, kuřecí, krůtí, netučné ryby, králičí, dušená šunka, filé, štika
- pečivo – chléb, výrobky z bramborového a tvarohového těsta, starší pečivo
- tuky – olivový, slunečnicový olej
- koření – bazalka, petržel, pažitka, majoránka
- zelenina – kořenová, brokolice, rajčata
- ovoce – téměř všechno



■ Nevhodné potraviny

- mléko - smetanové jogurty, sýry s obsahem tuku 40% a více
- maso - vnitřnosti, zabijačkové výrobky, tučná masa, suché salámy
- pečivo - z listového a kynutého těsta a jakékoliv teplé
- tuky - sádlo, máslo
- koření - ostré koření: chiles, pálivá paprika
- zelenina - česnek, sterilovaná zelenina, kapusta, luštěniny
- ovoce – kokos, kompotované ovoce, marmelády
- tatarka, majonéza
- alkohol
- ořechy, mandle, mák

■ Léčba onemocnění

V případě infekční mononukleózy neexistuje očkování, které by zabránilo vzniku nákazy. Léčba pacientů se zaměřuje na potlačení jednotlivých příznaků onemocnění. Pacientovi jsou většinou podávány antipyretika, doporučena dietní opatření a klidový režim. V případě těžšího průběhu onemocnění jsou lékařem ordinována antibiotika, kortikoidy nebo hospitalizace v nemocnici.

Po prodělaném onemocnění zůstává celoživotní imunita.