Článkov: 6 4. november 2026

INO-HUB Energy predstavila klientom a partnerom vlastnú vanádiovú prietokovú batériu . . . 2

Online, sportdnes.sk, 1. 11. 2026, 19:11

PBC v širšom kontexte: Od prvých signálov k personalizovanej liečbe | Úvod . . . 3

Online, amedi.sk, 3. 11. 2026, 9:21

Nový moderátor rannej šou Rádia Expres – Hemendex: Vlado Varecha . . . 4

Online, lipany.sk, 3. 11. 2026, 11:32

Moderné prístupy k liečbe myómov maternice: Fakultná nemocnica AGEL Košice-Šaca zaviedla rádiofrekvenčnú abláciu . . . 5

Online, vysetrenie.zoznam.sk, 3. 11. 2026, 12:00

Univerzitné majstrovstvá Slovenskej republiky v šachu premiérovo v Ružomberku . . . 7

Online, ku.sk, 3. 11. 2026, 12:33

Slabá menštruácia: Aké sú jej príčiny a kedy spozornieť? . . . 7

Online, lekar.sk, 3. 11. 2026, 22:47

INO-HUB Energy predstavila klientom a partnerom vlastnú vanádiovú prietokovú batériu

1. 11. 2026, 19:11, Zdroj: **sportdnes.sk**, Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Univerzita Pavla Jozefa Šafárika**
Dosah: **18** GRP: **0,00** OTS: **0,00** AVE: **30 EUR**

INO-HUB Energy predstavila klientom a partnerom vlastnú vanádiovú prietokovú batériu

4.11.2026 (SITA.sk) - Technológia rozširuje možnosti ukladania energie s dôrazom na dlhú životnosť, bezpečnosť a flexibilitu.

Na podujatí INO-HUB Energy Tech Day v Bratislave spoločnosť za účasti zástupcov Európskej komisie predstavila vlastný komerčný prototyp batériového úložiska pre priemysel a energetickú infraštruktúru.

Slovenská inovatívna technologická spoločnosť INO-HUB Energy predstavila na svojom prvom Tech Day v Bratislave klientom, technologickým partnerom a potenciálnym investorom vlastný komerčný prototyp vanádiovej redoxnej prietokovej batérie (VRFB). Technológia slúži na dlhodobé ukladanie elektrickej energie a významne prispieva k stabilite energetických sietí a efektívnejšiemu využívaniu obnoviteľných zdrojov energie.

Predstavenie prototypu bolo hlavným bodom podujatia, na ktorom spoločnosť prezentovala výsledky svojho výskumu a vývoja a možnosti ich praktického využitia v priemysle a energetike. Súčasťou programu bola aj technická prehliadka batériového úložiska.

"Predstavenie vlastného komerčného prototypu vanádiovej batérie je pre nás významným krokom. Naším cieľom nie je vyvíjať technológie iba na úrovni laboratórneho výskumu, ale pretaviť ich do konkrétnych riešení pre priemysel a energetiku. Európa bude potrebovať čoraz väčšie kapacity na ukladanie energie a zároveň technológie, ktoré budú bezpečné, ekonomicky efektívne a spoľahlivé z dlhodobého hľadiska. Práve v tejto oblasti vidíme významný potenciál nášho vývoja," uviedol Rudolf Sihlovec, generálny riaditeľ spoločnosti INO-HUB Energy.

Európske technológie pre bezpečnejšiu energetiku

Vývoj technológií na ukladanie energie má významné postavenie v európskej energetickej transformácii. Prispieva k efektívnejšiemu využívaniu obnoviteľných zdrojov, stabilite elektrizačných sústav a posilňovaniu energetickej bezpečnosti. Výskumný projekt INO-HUB Energy bol notifikovaný Európskou komisiou ako dôležitý projekt spoločného európskeho záujmu (IPCEI).

"Prechod na čistú a udržateľnú energiu je jednou z hlavných priorít Európskej únie. Aby sme však dokázali naplno využívať potenciál obnoviteľných zdrojov, potrebujeme inovatívne riešenia, ktoré zabezpečia stabilitu a bezpečnosť našich energetických sietí. Projekt spoločnosti INO-HUB Energy je skvelým príkladom toho, ako môžu investície Európskej únie podporovať vývoj prelomových technológií priamo na Slovensku. Vďaka európskym prostriedkom vo výške viac ako 17 miliónov eur vznikajú riešenia, ktoré môžu byť inšpiráciou pre celú Európu. Slovensko tak ukazuje, že má potenciál byť lídrom v oblasti zelených technológií a inovácií, ktoré posilňujú našu energetickú bezpečnosť a konkurencieschopnosť," uviedol Peter Stano, vedúci Zastúpenia Európskej komisie na Slovensku.

Vanádiová technológia ako alternatíva k lítium-iónovým batériám

Vanádiové redoxné prietokové batérie rozširujú možnosti ukladania energie s dôrazom na bezpečnosť a dlhý životný cyklus. Energia sa ukladá v elektrolyte na báze vody s obsahom vanádiových solí. Technológia umožňuje nezávisle dimenzovať energetickú kapacitu a výkon úložiska, a tak ho flexibilne prispôsobiť potrebám konkrétneho zákazníka.

Medzi hlavné výhody patrí dlhá životnosť, ktorá môže pri vhodných prevádzkových podmienkach dosahovať aj viac ako 25 rokov, a schopnosť opakovaného nabíjania a vybíjania bez výraznej straty kapacity. Významným benefitom vanádiových prietokových batérií je aj vysoká úroveň bezpečnosti, keďže je eliminované riziko thermal runway, ako aj riziko explózie.

"Vanádiové batérie ponúkajú zaujímavú kombináciu dlhej životnosti, bezpečnosti a flexibility. Z ekonomického pohľadu je dôležité hodnotiť nielen vstupnú investíciu, ale aj celkové náklady na ukladanie energie počas životnosti systému. Po zohľadnení sekundárneho využitia elektrolytu sú tieto náklady porovnateľné aj s inými elektrochemickými technológiami na ukladanie energie," vysvetlil Rudolf Sihlovec.

Význam ukladania energie v Európe rastie spolu s rozvojom obnoviteľných zdrojov pre jej výrobu. Podľa prognózy asociácie SolarPower Europe z júna 2026 presiahla celková prevádzkovaná kapacita batériových úložísk v Európe na konci roka 2025 hranicu 100 GWh. Do roku 2030 by sa podľa stredného prognostického scenára mohla zvýšiť na približne 582 GWh. S rastúcim podielom obnoviteľných zdrojov v energetickom mixe zároveň rastie potreba technológií, ktoré dokážu ukladať elektrickú energiu a dodávať ju v čase, keď je potrebná.

Od vývoja batérií k inteligentnému riadeniu energie

Súčasťou riešení INO-HUB Energy je aj vlastný softvér AORTA+, ktorý využíva umelú inteligenciu na simuláciu, optimalizáciu a riadenie energetických systémov. Softvér analyzuje profily výroby a spotreby elektrickej energie konkrétneho zákazníka a na základe získaných dát DigiTwin optimalizuje návrh riešenia podľa konkrétnych potrieb zákazníka. Pomáha tak optimalizovať využitie energie, prevádzkové

náklady a ekonomickú efektívnosť investície.

Spoločnosť na podujatí predstavila aj možnosti praktického využitia svojich riešení v priemysle.

Prepojenie vlastného technologického vývoja batériových úložísk a inteligentného softvéru je základom stratégie INO-HUB Energy pri rozvoji komplexných energetických riešení pre priemyselných zákazníkov a prevádzkovateľov energetickej infraštruktúry.

DOPORUČUJEME PREČÍTAŤ TIEŽ

O spoločnosti INO-HUB Energy

INO-HUB Energy je slovenská inovatívna technologická spoločnosť, ktorá vyvíja vlastné batériové technológie a integruje komerčné batériové systémy na ukladanie energie (BESS) určené na optimalizáciu prevádzky obnoviteľných zdrojov a stabilizáciu rozvodnej a distribučnej sústavy.

Spoločnosť bola založená v roku 2019. Prepája výskum a vývoj pokročilých batériových technológií s vývojom inteligentných softvérových systémov na riadenie energie.

V oblasti výskumu a vývoja spolupracuje s **Univerzitou Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Technickou univerzitou v Košiciach a Žilinskou univerzitou na vývoji novej generácie prietokových batérií. Súčasťou výskumu je aj vývoj a testovanie batériových článkov s cieľom zvyšovať ich spoľahlivosť a účinnosť.

Výskumný projekt INO-HUB Energy bol notifikovaný Európskou komisiou ako dôležitý projekt spoločného európskeho záujmu (IPCEI).

Kľúčovou súčasťou ďalšieho rozvoja spoločnosti je plánovaná výstavba výrobného závodu v Kysuckom Novom Meste, pre ktorý už bolo vydané právoplatné stavebné povolenie a dokončená realizačná projektová dokumentácia. Závod bude určený na výskum, vývoj a výrobu batériových zostáv a výkonových jednotiek.

Informačný servis

PBC v širšom kontexte: Od prvých signálov k personalizovanej liečbe | Úvod

3. 11. 2026, 9:21, Zdroj: **events.amedi.sk**, Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **Sylvia Dražilová**
Dosah: **429** GRP: **0,01** OTS: **0,00** AVE: **88 EUR**

PBC v širšom kontexte: Od prvých signálov k personalizovanej liečbe | Úvod

PBC v širšom kontexte: Od prvých signálov k personalizovanej liečbe

9. 12. 2026

Potrebujete poradiť?

+421 910 413 070

Odborný garant:

doc. MUDr. **Sylvia Dražilová**, PhD.

Termín:

9. 12. 2026 o 16:00 hod.

Akreditácia:

1. Podujatie je určené pre lekárov a je akreditované na SLK komore.

2. Účastníkom, ktorí sa zaregistrujú a absolvujú celý webinár, sa kredity pripíšu do CME systému do 14 pracovných dní od skončenia webinára.

3. Webinár je súčasťou kontinuálneho medicínskeho vzdelávania a má pridelené 2 kredity CME.

Informácie:

1. Webinár je bezplatný.

Diskusia:

Do diskusie sa môžete zapojiť prostredníctvom chatu počas celého trvania webinára. Chat nájdete v sekcii LIVE STREAM pod videom.

Partneri:

Autor: A-medi management, s.r.o.

Nový moderátor rannej šou Rádia Expres – Hemendex: Vlado Varecha

3. 11. 2026, 11:32, Zdroj: **lipany.sk**, Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **UPJŠ**
Dosah: **92** GRP: **0,00** OTS: **0,00** AVE: **44 EUR**

Nový moderátor rannej šou Rádia Expres – Hemendex: Vlado Varecha

• Počet videní: 68

Spýtali sme sa za vás...

Koncom augusta nás milo prekvapila správa, že od septembra novým moderátorom rannej šou Rádia Expres – Hemendex bude Vlado Varecha. A v tej súvislosti sa spomínajú aj Lipany, jeho rodné mesto. Aj keď zvyčajne v rámci svojej profesie kladie otázky on, teraz sme pripravili niekoľko otázok preňho.

1. Na lipianskom gymnáziu si maturoval v roku 2008, teda skoro pred dvadsiatimi rokmi. Akým smerom sa uberal tvoj život potom?

"Priznám sa, že bezprostredne po maturite som chvíľu hľadal správnu cestu. Ja som vedel, že chcem ísť študovať ďalej, ale na masmediálny odbor na vysokú školu do Trnavy, kam som chcel ísť, ma nevzali. A tak som išiel na mesiac pracovať do reštaurácie do Grécka. Tam som si zlepšil anglický jazyk, po mesiaci som sa pohádal s majiteľmi, vyhodili ma, vrátil som sa na Slovensku a bol to osud. Lebo práve otvárali nový odbor na **UPJŠ** v Košiciach a boli to masmediálne štúdiá. Vzali ma, založili sme so spolužiakmi školský časopis, začal som robiť v študentskom rádiu, vyštudoval som s Cenou dekana a už pred promóciami som musel odísť do Bratislavy, pretože som začal pracovať v Rádiu Viva."

2. Mnohým Lipancom sa spája tvoje meno s futbalom, pretože meno Varecha a futbal, to jednoducho v Lipanoch patrí k sebe. Ako to bolo u teba?

"Ja som vďačný za to, že mnohí ľudia poznajú meno Varecha. A to nie kvôli mne, ale kvôli môjmu ocinovi. Často, keď moderujem futbalové akcie, za mnou ľudia chodia a spomínajú mi svoje zážitky s ním. A je to pre mňa krásne, že bez toho, aby bol známy práve vďaka médiám, tak ho mnohí ľudia poznali. A nielen to. Stále na ocina v dobrom spomínajú. Ale teda čo ja a futbal? Dlho som si myslel, že budem navždy futbalista. Ale postupne prišli zranenia, mám za sebou už 6 operácií kolien a postupne som zistil, že ma viac láka iná cesta. Aj keď futbal je naozaj stále súčasťou môjho života, moderujem aj rôzne akcie pre Slovenský futbalový zväz a vždy sa dívam, ako hrali Lipany, pretože im neprestanem nikdy fandiť."

3. Ale posledných viac ako 10 rokov ťa počujeme a vidíme ako moderátora v rôznych médiách. Bol to tvoj životný sen, tvrdá práca alebo náhoda, ktoré ťa priviedli do tohto mediálneho priestoru?

"Tak ako som už spomenul, po gymnáziu to bola aj trochu náhoda. Chcel som ísť týmto smerom, ale mal som aj trochu šťastia na správne načasovanie. Keby ma v Grécku nevyhodili z práce, nestihol by som si dať prihlášku na školu v Košiciach a ktovie, ako by to dopadlo... A potom už to bolo o skutočnej drine, snahe a neustálom skúšaní a dokazovaní, že na to mám. Nie je to v tých médiách jednoduché. Hlavne nie, keď sa tam objaví niekto len tak, bez kontaktov, bez známych. Ale presne tou snahou som si postupne získal ľudí a dostal sa k ďalším a ďalším možnostiam. A aj keď mi stále občas príde nefér, keď vidím, kam všade vás dokážu dostať kontakty, vždy som spokojnejší, keď si môžem povedať, že ja som sa niekde naozaj dostal len tým, čo vo mne je."

4. V ktorých televíznych či rozhlasových reláciách ťa môžeme vidieť, resp. počuť?

"Je toho aktuálne viacero, sám sa v tom občas strácam. Momentálne som si splnil jeden z mojich cieľov a začal som vysielať rannú šou v najpočúvanejšom rádiu na Slovensku, na Exprese. Do toho moderujem na STVR každú sobotu súťaž pre deti – Duel Junior, natáčame druhú sériu investigatívnej relácie Koniec hry pre TV JOJ, kde pátrame po podvodníkoch a na Markíze som zase hlasom relácie Smotánka. Okrem toho dosť dabujem. Najčastejšie dokumenty pre JOJ Svet, ale počuť ma môžete aj v rôznych traileroch, hlavne na rozprávky. A s kolegami v rádiu máme aj podcast Men in vek. Snáď je to všetko."

5. Projekty, v ktorých pôsobíš, sú naozaj rôznorodé, pracuješ s rôznymi cieľovými skupinami. Je to náročné?

"Každý projekt je iný a jedinečný. A mňa práve to na tom najviac baví, že sa nikdy nenudím a nie je to stereotyp. Ale hej, je to často náročné pri mnohých z nich. Napríklad, keď točíme Koniec hry a pátrame po podvodníkoch, musíme často cestovať za hranice, ísť na

miesta, ktoré nie sú úplne bezpečné. A ani nikdy dopredu nevieme, kam nás pátranie zavedie. Pri relácii Duel Junior je to zase úplne iné. Pri deťoch je občas náročné pracovať s emóciami. Vždy niekto vyhrá a niekto prehrá. A každý to prežíva a zvláda inak. A my točíme 5 dielov v jeden deň a musíme udržať v štúdiu dobrú atmosféru."

6. Čo ťa inšpiruje pri príprave jednotlivých relácií?

"Každodenný život. To hlavne pri práci v rádiu, kde som každé ráno. Tam sa snažím hlavne žiť s ľuďmi, žiť s poslucháčmi, veď aj ja som ako všetci ostatní. A všetkých nás môže trápiť aj baviť to isté. Pri relácii o podvodníkoch ma motivuje hlavne to, aby sme čo najviac podvodom zabránili. Už len tým, že ich ukážeme na kameru. Ľudia si dnes musia dávať obrovský pozor, pretože na každého to podvodníci skúsia niekoľkokrát. A stačí malé zaváhanie a môžu prísť o peniaze. Pri detskej relácii ma zase inšpiruje fakt, koľko detí sa do súťaže hlási. Popri tom všetkom, čo dnes ponúka internet a sociálne siete, tak my ponúkame reláciu, pri ktorej sa deti môžu aj niečo naučiť a je o ňu záujem. A to ma veľmi teší."

7. Na sociálnych sieťach niekedy zdieľaš aj krátke, ale veľmi vtipné videá aj zo svojho súkromného života. Čo ti priniesla nová životná rola manžela a otca do tvojho osobného aj profesionálneho života?

"Do profesionálneho života mi priniesla menej času. Stále sa snažím byť čo najviac doma s rodinou. Mám so synom aktuálne skvelý vzťah a to si chcem udržať. Nechcem prísť o žiadne zaujímavé momenty z jeho života. A menej spím, ale verím, že raz v budúcnosti... Keď pôjde na internát alebo neviem kedy, si zase raz dobre pospím! Ale snažím sa často brávať aj rodinku so sebou na akcie, ak je to možné. Ak mám event niekde v hoteli cez víkend, tak tam ideme všetci a sme spolu. Nechcem úplne deliť život na prácu a súkromie, ale ak sa to dá, snažím sa o to, aby som tieto dva svety spája."

8. Vraciaš sa občas aj do rodných Lipian? Čo ťa s nimi spája?

"Ja Lipany milujem, to tam musíte povedať. Vyrastal som tam, zažíval mnoho dôležitých momentov, poznám každý ich kút, vždy to bude MOJE mesto. Vraciam sa však do Lipian stále menej, momentálne aj kvôli komplikovanejšiemu cestovaniu so synom, ale vždy, keď mám aj moderovačku niekde na východe, zastavím sa doma aspoň na noc. Stále tam mám maminu, stále tam má ocino hrob, stále tam mám mnoho kamarátov. Ak sa nájde príležitosť, vždy sa rád vrátim. Stačí len povedať."

9. A možno tvoj odkaz Lipancom...

"Buďte hrdí na to, odkiaľ ste. Aj ja som. Lipany sú úžasné mesto, plné hlavne skvelých ľudí. A možno by som ešte pridal odkaz, ktorý som si ja vzal od toho najlepšieho človeka, ktorého som poznal, od môjho otca... Buďte k sebe dobrí. A ak niekto druhý potrebuje vašu pomoc a je to vo vašich silách, pomôžte mu. Keby sme sa k sebe všetci správali lepšie, viete, aký pekný svet by to mohol byť..."

Viera Urdová

Prihláste sa na odber noviniek

Zostaňte v obraze

Prihláste sa k odberu newslettera a buďte informovaný o aktuálnych novinkách raz za týždeň mailom.

Vaša e-mailová adresa

Ďakujeme za prihlásenie!

Takmer hotovo! Na zadanú e-mailovú adresu sme poslali potvrdzovací e-mail s odkazom. Kliknutím na odkaz definitívne potvrdíte svoj záujem o odoberanie noviniek.

Autor: EWORKS.sk - Tvorba www stránok, info@eworks.sk

Moderné prístupy k liečbe myómov maternice: Fakultná nemocnica AGEL Košice-Šaca zaviedla rádiofrekvenčnú abláciu

3. 11. 2026, 12:00, Zdroj: **vysetrenie.zoznam.sk**, Vydavateľ: **Zoznam, s.r.o.**, Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **UPJŠ**
Dosah: **17 006** GRP: **0,38** OTS: **0,00** AVE: **520 EUR**

Moderné prístupy k liečbe myómov maternice: Fakultná nemocnica AGEL Košice-Šaca zaviedla rádiofrekvenčnú abláciu

Zdieľať

Tlačová správa

Vypočuť článok

Silné menštruačné krvácanie, bolesti či nepríjemný tlak v podbrušku môžu súvisieť s myómami maternice. Gynekologicko-pôrodnícka klinika **UPJŠ** LF a Fakultnej nemocnice AGEL Košice-Šaca rozšírila možnosti ich liečby o rádiofrekvenčnú abláciu. Miniinvazívna metóda je na pracovisku určená pre vybrané pacientky s malými myómami. Odborne vyškolený tím už úspešne vykonal prvé zákroky.

Myómy patria medzi nezhubné nádory vyrastajúce zo svalovej vrstvy maternice. Niektorým ženám nespôsobujú žiadne ťažkosti, u iných však výrazne ovplyvňujú každodenný život. Prejavovať sa môžu silným alebo predĺženým menštruačným krvácaním, bolesťami a pocitom tlaku v panve. V závislosti od veľkosti a uloženia môžu tlačiť na močový mechúr alebo črevo a v niektorých prípadoch súvisieť aj s problémami s otehotnením. „Pri liečbe myómov je rozhodujúce správne posúdiť nález a potreby konkrétnej pacientky. Zaujíma nás, aké má ťažkosti, kde sa myómy nachádzajú, aké sú veľké a či žena plánuje tehotenstvo. Rozšírenie možností liečby nám umožňuje vybrať postup, ktorý najlepšie zodpovedá jej zdravotnému stavu," vysvetľuje MUDr. Zuzana Ballová, PhD. z Gynekologicko-pôrodníckej kliniky **UPJŠ** LF a Fakultnej nemocnice AGEL Košice-Šaca.

Pri rádiofrekvenčnej ablácii, označovanej skratkou RFA, lekár cielene pôsobí tepelnou energiou na tkanivo myómu s cieľom šetriť okolité zdravé tkanivo maternice. Ošetrený myóm sa následne postupne zmenšuje, čo môže viesť k zmierneniu krvácania a ďalších ťažkostí. Účinok sa rozvíja počas nasledujúcich mesiacov a výsledok liečby lekári hodnotia pri kontrolných vyšetreniach. „U vhodne vybraných pacientok ide z technického hľadiska o jednoduchší operačný výkon než laparoskopická alebo roboticky asistovaná myomektómia. Pri rádiofrekvenčnej ablácii myóm nevyrezávame, ale jeho tkanivo cielene tepelne ošetríme. Aj tento výkon však vyžaduje správny výber pacientky, odbornú prípravu a skúsenosti operačného tímu," približuje MUDr. Ballová, PhD.

Zásadnou podmienkou je vhodná veľkosť a uloženie myómu. Na šačianskom pracovisku RFA ponúkajú len vybraným pacientkam s malými myómami, ktoré spĺňajú ďalšie indikačné kritériá. Pacientky s väčšími myómami preto nemajú očakávať, že táto metóda v rámci ponuky pracoviska nahradí ich chirurgické odstránenie, ak je operačná liečba potrebná. „Pacientkam vopred jasne vysvetľujeme možnosti aj hranice tejto liečby. Chceme predísť nesprávnym informáciám a nereálnym očakávaniam, že rádiofrekvenčnou abláciou dokážeme vyriešiť každý myóm. Pri väčších myómoch, ktoré vyžadujú operačnú liečbu, odporúčame chirurgické odstránenie. Rozhodnutie vždy vychádza z konkrétneho nálezu a ťažkostí pacientky," zdôrazňuje lekárka.

RFA tak dopĺňa etablované liečebné postupy vrátane myomektómie, pri ktorej sa myóm chirurgicky odstráni a maternica zostáva zachovaná. Podľa charakteru nálezu sa myomektómia môže vykonať hysteroskopicky, laparoskopicky, otvorenou operáciou alebo roboticky asistovane. Každá z možností má svoje miesto a výber závisí od individuálneho posúdenia zdravotného stavu, príznakov, veľkosti, počtu a uloženia myómov aj reprodukčných plánov pacientky. Dôležitým rozdielom je aj možnosť histologického vyšetrenia. Pri chirurgickom odstránení možno získané tkanivo vyšetriť, zatiaľ čo pri samotnej rádiofrekvenčnej ablácii sa tkanivo myómu na histológiu nezískava. Dôslednému predoperačnému vyšetreniu preto patrí zásadná pozornosť. Osobitne sa posudzujú ženy, ktoré plánujú tehotenstvo. Zachovanie maternice samo osebe nezaručuje zachovanie plodnosti. Pri rozhodovaní treba zohľadniť aj dostupné poznatky o reprodukčných výsledkoch, ktoré sú pri RFA zatiaľ menej rozsiahle než pri myomektómii.

Zavedeniu novej metódy v šačianskej nemocnici predchádzala príprava celého operačného tímu. Lekári, inštrumentárne sestry aj ďalší spolupracujúci personál absolvovali odborné zaškolenie. Súčasťou certifikačnej prípravy bol aj praktický tréning na modeloch priamo na operačnej sále pod odborným vedením.

Nečakaná diagnóza - nečakané výdavky

Ročne pribudne na Slovensku približne 40 tisíc onkologických pacientov. Drvivej väčšine z nich drahá liečba a práceneschopnosť spôsobuje výrazné finančné problémy. Mali by ste záujem získať viac informácii o poistení onkologických chorôb pre pacientov mladších ako 65 rokov?

Áno

Muž

Žena

Vyplnením formulára súhlasím so spracovaním mojich osobných údajov spoločnosťou Crystal Call, a.s., so sídlom Hálkova ul. č. 1/A, 831 03 Bratislava, IČO: 35 880 805, spoločnosť zapísaná v obchodnom registri Mestského súdu Bratislava III, oddiel: Sa, vložka číslo: 4346/B a to v rozsahu meno, priezvisko, vek a telefónne číslo a za podmienok uvedených v Podmienkach spracúvania osobných údajov, na účel všeobecného informovania ma o možnostiach poistenia onkologických chorôb. Váš súhlas je dobrovoľný a máte možnosť ho kedykoľvek odvolať.

Zdieľať

Tento článok si môžete aj vypočuť. Je nahovorený umelou inteligenciou.

Ospravedlňte prosím prípadné nedostatky.

Autor: Tlačová správa || Zoznam s.r.o. || © Zoznam/ || © Zoznam/ | Tlačová správa

Univerzitné majstrovstvá Slovenskej republiky v šachu premiérovo v Ružomberku

3. 11. 2026, 12:33, Zdroj: **ku.sk**, Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Univerzita Pavla Jozefa Šafárika**
Dosah: **2 502** GRP: **0,06** OTS: **0,00** AVE: **238 EUR**

Univerzitné majstrovstvá Slovenskej republiky v šachu premiérovo v Ružomberku

Dňa 23. októbra 2026 sa priestory Univerzitnej knižnice Katolíckej univerzity v Ružomberku stali dejiskom Univerzitných majstrovstiev Slovenskej republiky v šachu. Podujatie, ktoré sa na pôde Katolíckej univerzity uskutočnilo po prvýkrát, prinieslo napínavé šachové súboje, kvalitné športové výkony a príjemnú atmosféru v duchu fair play.

Organizáciu turnaja zabezpečila Katedra telesnej výchovy a športu Pedagogickej fakulty Katolíckej univerzity v Ružomberku pod vedením doktoranda Mgr. Jakuba Kovaľa a vedúceho katedry PaedDr. Andreja Hubináka, PhD. Majstrovstvá sa konali pod záštitou rektora Katolíckej univerzity doc. Jaroslava Demka, CSc. a dekana Pedagogickej fakulty KU PaedDr. Petra Kršku, PhD.

Slávnostného otvorenia sa ujal prodekan Pedagogickej fakulty KU doc. ThDr. Branislav Kľuska, PhD., spolu s riaditeľom Šachového klubu Ružomberok Marekom Zelnickým a hlavným rozhodcom turnaja Karolom Pekárom. K úspešnej realizácii podujatia významne prispeli aj Univerzitná knižnica KU a spoločnosť Corageo, ktorým patrí úprimné poďakovanie za spoluprácu a podporu.

Do bojov o titul univerzitného majstra Slovenska sa zapojilo 16 šachistov z ôsmich slovenských univerzít. Turnaj sa odohral švajčiarskym systémom na sedem kôl, pričom každý hráč mal k dispozícii 15 minút na partiu s časovým prídavkom päť sekúnd za každý vykonaný ťah. Jednotlivé partie trvali približne 40 minút a priniesli množstvo zaujímavých šachových momentov, taktických kombinácií i napínavých koncoviek.

Po siedmich kolách náročných súbojov na 64 šachových políčkach sa celkovým víťazom a univerzitným majstrom Slovenskej republiky stal Pavel Aliev z Technickej univerzity v Košiciach. Výborný výsledok dosiahol aj domáci reprezentant Jakub Kovaľ z Katolíckej univerzity v Ružomberku, ktorý obsadil druhé miesto. Bronzovú priečku si vybojoval Lukáš Varga z **Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**.

Celé podujatie sa nieslo v duchu športového rešpektu, fair play a priateľskej atmosféry. Príjemné prostredie Univerzitnej knižnice vytvorilo dôstojné podmienky na konanie univerzitného šampionátu a poskytlo priestor nielen na športové súperenie, ale aj na vzájomné stretnutia a nadväzovanie nových kontaktov medzi študentmi slovenských univerzít.

Hoci Katolícka univerzita v Ružomberku hostila tieto majstrovstvá po prvýkrát, pozitívne ohlasy účastníkov a organizačného tímu potvrdili, že šach má v univerzitnom prostredí svoje pevné miesto. Veríme, že úspešný premiérový ročník položil základy novej tradície, ktorá bude aj v budúcnosti spájať študentov prostredníctvom tejto kráľovskej hry.

Ďakujeme všetkým účastníkom, organizátorom a partnerom za vydarené podujatie. Víťazom srdečne blahoželáme a tešíme sa na ďalšie ročníky i nové športové úspechy univerzitných šachistov.

Jakub Kovaľ

Katedra telesnej výchovy a športu PF KU

Slabá menštruácia: Aké sú jej príčiny a kedy spozornieť?

3. 11. 2026, 22:47, Zdroj: **lekar.sk**, Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Univerzita Pavla Jozefa Šafárika**
Dosah: **2 040** GRP: **0,05** OTS: **0,00** AVE: **217 EUR**

Slabá menštruácia: Aké sú jej príčiny a kedy spozornieť?

Je vaše menštruačné krvácanie výrazne slabšie, kratšie alebo trvá menej dní než zvyčajne? Môže ísť o prirodzenú zmenu cyklu, ale aj o dôsledok hormonálnych výkyvov či zdravotných ťažkostí. Aké sú najčastejšie príčiny slabej menštruácie a kedy je vhodné navštíviť gynekológa?

Čo si zapamätať

Slabá menštruácia znamená výrazne menšie množstvo krvi, kratšie krvácanie alebo len mierne špinenie.

Medzi najčastejšie príčiny patria hormonálne zmeny, stres, nízka telesná hmotnosť, nadmerné cvičenie, hormonálna antikoncepcia či poruchy štítnej žľazy.

Slabá menštruácia bez bolesti nemusí znamenať zdravotný problém. Hnedé špinenie sa môže prirodzene objaviť na začiatku alebo na konci menštruácie.

Náhla alebo dlhodobá zmena cyklu si zaslúži pozornosť, najmä ak menštruácia vynecháva, je nepravidelná alebo sa objavujú bolesti v podbrušku.

Liečba závisí od príčiny. Pri opakovaných zmenách menštruácie navštívte gynekológa, ktorý môže odporučiť hormonálne vyšetrenia alebo ultrazvuk. Ak existuje možnosť tehotenstva, urobte si tehotenský test.

Čo je to slabá menštruácia?

Slabá menštruácia, odborne nazývaná hypomenorea, znamená, že počas menštruácie krvácate výrazne menej než zvyčajne. Krvácanie môže byť nielen slabšie (spravidla menej ako 30 ml krvi počas jedného cyklu), ale aj kratšie a môže trvať len niekoľko dní. Na rozdiel od bežnej menštruácie si môžete vystačiť s menším počtom vložiek či tampónov.

„Za bežne menštruačné krvácanie sa považuje strata približne 40 až 60 ml krvi," vysvetľuje medička a autorka článku Michaela Bohušová. „Pri menštruácii sa sliznica maternice každý mesiac odlupuje a odchádza z tela cez pošvu. Cyklus zvyčajne trvá 21 až 35 dní, pričom samotné menštruačné krvácanie 3 až 7 dní. Intenzita a dĺžka menštruačného krvácania sa môžu z mesiaca na mesiac líšiť a v niektorých mesiacoch môže byť krvácanie slabšie než v iných." "

Slabšia menštruácia nemusí byť hneď dôvodom na obavy, no pretrvávajúca zmena oproti vášmu obvyklému menštruačnému krvácaniu si zaslúži pozornosť.

Hlavné príznaky slabej menštruácie

Slabá menštruácia sa prejavuje nielen menším množstvom krvi, ale aj zmenami v dĺžke krvácania, jeho vzhľade či sprievodných príznakoch.

Medzi najčastejšie prejavy patria:

Malé množstvo krvi: Krvácanie je výrazne slabšie než zvyčajne. Niekedy ide len o jemné špinenie, ktoré sa prejavuje ružovými, červenými alebo hnedými škvrnami na spodnej bielizni či toaletnom papieri.

Krátke trvanie: Menštruácia trvá len 1 až 2 dni namiesto obvyklých 3 až 7 dní.

Zmena farby krvi: Krv môže byť svetloružová, svetločervená alebo hnedá a môže mať redšiu, vodnatejšiu konzistenciu.

Mierne alebo žiadne kŕče: Menštruačné bolesti v podbrušku môžu byť slabšie alebo sa nemusia objaviť vôbec.

Nepravidelný cyklus: Menštruácia môže prichádzať skôr alebo neskôr, prípadne sa jej termín často mení.

Únava a nedostatok energie: Niektoré ženy môžu pociťovať väčšiu únavu alebo celkovú slabosť, napríklad v dôsledku hormonálnych zmien.

Problémy s otehotnením: Slabá menštruácia sa niekedy spája s poruchami ovulácie, teda s tým, že sa z vaječníka neuvoľní vajíčko. To môže sťažiť otehotnenie.

Čo všetko považujeme za slabú menštruáciu?

Krátka a slabá menštruácia

Slabé a krátke menštruačné krvácanie znamená, že krvácanie trvá 2 dni alebo menej, prípadne je celková strata krvi veľmi nízka. Ak je takéto krvácanie pre vás náhlou zmenou oproti vašej bežnej menštruácii a opakuje sa, pátrajte po príčine.

Slabá menštruácia bez bolesti

„Počas menštruácie sa maternica sťahuje, aby sa zbavila svojej sliznice. Tieto sťahy ovplyvňujú prostaglandíny, látky, ktoré si telo prirodzene vytvára a ktoré sa podieľajú na vzniku menštruačných kŕčov. Čím viac ich telo produkuje, tým silnejšie môžu byť bolesti. Ak sú kŕče mierne alebo chýbajú, môže to súvisieť s nižšou tvorbou prostaglandínov alebo tenšou sliznicou maternice. Menštruácia bez bolesti je preto úplne normálna," vysvetľuje medička Michaela Bohušová.

Slabá menštruácia a hnedý výtok

Hnedý výtok najčastejšie vzniká vtedy, keď krv odchádza z maternice pomalšie a nestihne byť vylúčená čerstvá. Po kontakte so vzduchom postupne mení farbu z červenej na hnedú až hrdzavú. Zvyčajne ide o prirodzený jav, ktorý sa objavuje najmä na začiatku alebo na konci menštruácie. Môže sa vyskytnúť aj počas ovulácie alebo pri hormonálnych zmenách.

Ak sa však k hnedému výtoku pridá silná bolesť, nepríjemný zápach, horúčka či svrbenie, je vhodné navštíviť gynekológa. Lekárske vyšetrenie je potrebné aj vtedy, ak výtok pretrváva niekoľko týždňov, opakovane sa vracia alebo sa objaví pri podozrení na tehotenské komplikácie.

Slabá menštruácia pri antikoncepcii

Počas užívania antikoncepcie môže byť menštruácia slabšia a kratšia než zvyčajne. Hormonálna antikoncepcia spôsobuje stenčenie sliznice maternice, čo vedie k výrazne slabšiemu krvácaniu alebo vynechaniu menštruácie.

Slabá menštruácia a špinenie

Špinenie je veľmi slabé krvácanie mimo bežnej menštruácie. Môže sa prejaviť ružovými červenými alebo hnedými škvrnami na spodnej bielizni či toaletnom papieri. Rôzne faktory narúšajú hormonálnu rovnováhu, čo môže viesť k špineniu aj namiesto bežného menštruačného krvácania, vrátane:

tehotenstva

polyendokrinného metabolického ovariálneho syndrómu (PMOS)

porúch štítnej žľazy

Najčastejšie príčiny slabej menštruácie

Slabá menštruácia môže mať viacero príčin. Najčastejšie súvisí s hormonálnymi zmenami, životným štýlom alebo prirodzenými obdobiami, počas ktorých sa mení fungovanie ženského tela.

Nízka telesná hmotnosť alebo nadmerné cvičenie: Prísne diéty, výrazné chudnutie či intenzívny tréning môžu znížiť hladinu estrogénu a spôsobiť slabšiu alebo vynechanú menštruáciu.

Stres a životný štýl: Dlhodobý stres, nedostatok spánku, časté cestovanie či výrazné zmeny denného režimu môžu narušiť hormonálnu rovnováhu a ovplyvniť menštruačný cyklus.

Perimenopauza a dospievanie: V období dospievania aj pred menopauzou dochádza k prirodzeným hormonálnym výkyvom, ktoré môžu spôsobovať slabšiu alebo nepravidelnú menštruáciu.

Hormonálna antikoncepcia: Hormonálne tabletky, vnútromaternicové telieska či implantáty môžu stenčovať sliznicu maternice, a tým znižovať intenzitu krvácania.

Dojčenie a zmeny po pôrode: Zvýšená hladina hormónu prolaktínu počas dojčenia môže potláčať ovuláciu a spôsobovať slabšiu alebo úplne vynechanú menštruáciu.

Polyendokrinný metabolický ovariálny syndróm (PMOS): Hormonálna porucha môže narúšať ovuláciu a spôsobovať nepravidelnú, zriedkavú alebo slabú menštruáciu.

Poruchy štítnej žľazy: Znížená aj zvýšená činnosť štítnej žľazy môžu ovplyvňovať reprodukčné hormóny a meniť intenzitu menštruačného krvácania.

Ashermanov syndróm: Zrasty a jazvové tkanivo v maternici môžu brániť normálnemu rastu a odlupovaniu sliznice, čo vedie k veľmi slabej alebo chýbajúcej menštruácii.

Lieky a iné zdravotné ťažkosti: Niektoré lieky a ochorenia môžu ovplyvňovať hormonálnu rovnováhu alebo priebeh menštruačného cyklu.

Dôležité: Ak sa intenzita menštruácie výrazne zmení, zmena pretrváva alebo sa pridajú ďalšie príznaky, je vhodné poradiť sa s gynekológom.

Zdroj: magnific.com

Kedy zájsť za lekárom pri slabej menštruácii?

Ak si opakovane všímate, že je vaša menštruácia výrazne slabšia než zvyčajne alebo sa váš cyklus mení bez zjavnej príčiny, je vhodné navštíviť gynekológa. Vyšetrenie neodkladajte najmä vtedy, ak menštruácia úplne vynechá, je dlhodobo nepravidelná, objaví sa bolesť v podbrušku, krvácanie medzi menštruáciami alebo máte problémy s otehotnením.

„Konzultácia s gynekológom je dôležitá aj v prípade, že sa vám dlhodobo nedarí otehotnieť a zároveň máte nepravidelný menštruačný cyklus," upozorňuje medička Michaela Bohušová.

Sledujte si svoj menštruačný cyklus a všímajte si, kedy krvácanie prichádza, ako dlho trvá a či sa nejako líši od vašej bežnej menštruácie. Ak máte podozrenie na tehotenstvo, urobte si tehotenský test.

Návštevu gynekológa neodkladajte, ak:

Menštruácia trvá menej ako 2 dni alebo sa objavuje len dlhodobé špinenie.

Vynechajú vám tri alebo viac menštruácií a tehotenstvo je vylúčené.

Slabé krvácanie sprevádza bolesť v podbrušku alebo panve.

Menštruačný cyklus je dlhodobo nepravidelný.

Objaví sa výrazná únava, návaly tepla, nevysvetliteľné zmeny hmotnosti alebo bolesť pri pohlavnom styku.

Snažíte sa otehotnieť, no menštruácia je dlhodobo slabá alebo zriedkavá.

Ako sa slabá menštruácia lieči?

Liečba slabého menštruačného krvácania závisí od jeho príčiny, príznakov a individuálnych okolností. Niektoré ženy majú prirodzene slabšiu menštruáciu a nemusia absolvovať žiadnu liečbu, zatiaľ čo iné môžu potrebovať liečbu hormonálnych porúch, ochorení štítnej žľazy, PMOS alebo anatomických zmien reprodukčných orgánov.

Hormonálne lieky nezačínajte užívať ani ich neprestávajte užívať bez konzultácie so zdravotníckym pracovníkom.

Úvodné vyšetrenie

„Lekár zhodnotí vašu gynekologickú anamnézu, životný štýl, mieru stresu a aktuálne užívané lieky," približuje autorka článku Michaela Bohušová. , ,Následne môže odporučiť krvné testy na kontrolu hladín hormónov, ako sú estrogén, progesterón, hormóny štítnej žľazy a prolaktín. Na posúdenie maternice a vaječníkov sa môže vykonať aj ultrazvukové vyšetrenie panvy.

Zdroj: magnific.com

Výber liečby vždy závisí od konkrétnej príčiny slabej menštruácie a zdravotného stavu ženy.

Možnosť liečby

Vyvážená strava, dostatok spánku, zvládanie stresu, zdravá hmotnosť a primeraný pohyb.

Hormonálna liečba

Hormonálna antikoncepcia alebo iná hormonálna liečba na úpravu menštruačného cyklu.

Liečba základného ochorenia

Liečba príčiny ťažkostí, napríklad porúch štítnej žľazy alebo PMOS.

Podpora plodnosti

Lieky na podporu ovulácie a uvoľňovania vajíčka pri problémoch s otehotnením.

Pravidelné kontroly

Sledovanie menštruačného cyklu a prípadné ďalšie vyšetrenia, napríklad hysteroskopia.

Kedy je slabá menštruácia problém?

Príklad č. 1: Slabá a nepravidelná menštruácia počas niekoľkých mesiacov

24-ročná žena má menštruáciu len každých 45 až 60 dní. Krvácanie je slabé a niekedy menštruácia úplne vynechá. Okrem toho si všimla zhoršenie akné a výraznejšie ochlpenie na tvári.

Gynekológ jej odporučil hormonálne vyšetrenia a ultrazvuk vaječníkov. Na základe príznakov a výsledkov diagnostikoval polyendokrinný metabolický ovariálny syndróm (PMOS), ktorý môže narúšať ovuláciu a spôsobovať nepravidelnú alebo slabú menštruáciu.

Príklad č. 2: Slabé krvácanie namiesto bežnej menštruácie

Žena, ktorá má zvyčajne päťdňovú menštruáciu, tentoraz zaznamenala iba jednodňové slabé krvácanie alebo špinenie. Takáto zmena nemusí automaticky znamenať zdravotný problém. Niekedy totiž nejde o menštruáciu, ale o krvácanie, ktoré sa môže objaviť na začiatku tehotenstva.

Ak existuje možnosť tehotenstva, je vhodné urobiť si tehotenský test. Najspoľahlivejšie je testovať od prvého dňa vynechanej menštruácie, prípadne aspoň 21 dní po nechránenom pohlavnom styku, ak neviete, kedy mala menštruácia prísť.

Skúsenosti so slabou menštruáciou

Slabá menštruácia je problém, s ktorou sa ženy stretávajú pomerne často. Niektoré uvádzajú, že sa im krvácanie zmenilo zo silného na veľmi slabé, pričom namiesto niekoľkých dní menštruácie majú len jednodňové krvácanie alebo hnedé špinenie. Iné sa stretávajú so slabou menštruáciou, ktorú sprevádzajú bolesti v podbrušku a krížoch.

Častou témou je aj obava z tehotenstva, najmä ak sa krvácanie objaví v nezvyčajnom termíne alebo je výrazne slabšie než zvyčajne.

Medzi skúsenosťami žien sa objavujú aj rôzne domáce tipy na liečbu slabej menštruácie:

viac oddychu

pravidelne jesť

vyhnúť sa nadmernému cvičeniu.

Pri menštruačných bolestiach ženám často pomáha teplý obklad na podbruško, teplý čaj alebo jemný pohyb, napríklad prechádzka či joga. Tieto rady môžu pomôcť najmä pri celkovom komforte, nie je však dokázané, že dokážu priamo zvýšiť množstvo menštruačnej krvi.

Ženy, ktoré zaznamenali dlhodobejšiu zmenu cyklu, často spomínajú aj návštevu gynekológa, hormonálne vyšetrenia a ultrazvuk. Práve hľadanie príčiny považujú za dôležité, najmä ak sa slabá menštruácia opakuje, vynecháva alebo ju sprevádzajú bolesti.

Ak existuje možnosť tehotenstva, odporúčajú si urobiť tehotenský test. Každá žena totiž môže mať inú príčinu slabého krvácania a to, čo pomohlo jednej, nemusí fungovať u druhej.

Autor článku

Medička

Študentka 4. ročníka Lekárskej fakulty **Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach** Popri štúdiu pracuje v patologickom laboratóriu, kde si prehlbuje vedomosti z histológie, patológie a získava cenné skúsenosti z praxe.

Zdieľať článok

Vinmec. (2025, May 22). Príčiny, prečo je vaša menštruácia kratšia a slabšia

Súvisiace články

Prvá menštruácia u dievčat je prirodzenou súčasťou puberty a zvyčajne prichádza okolo 12. roku života. Jej priebeh, intenzita aj farba…

29.10.2026

Každá žena prežíva menštruáciu inak. Ak je však krvácanie silnejšie, musíte si častejšie meniť vložku či tampón alebo vám menštruácia…

15.10.2026

Vedeli ste, že ovulácia nemusí prísť presne v 14. deň vášho cyklu a u mnohých žien nastáva úplne inokedy? Napriek…

06.10.2026

Autor: tonhajzerova