



<b>Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach</b> . . . . .	2
<b>Preťažená fabrika</b> . . . . .	3
Tlač, Téma (SK), 31. 12. 2021	
<b>ako je to naozaj</b> . . . . .	8
Tlač, HN magazín, 31. 12. 2021	
<b>Dekani lekárskeho fakúlt: Krst ohňom absolvovali aj naši študenti. Od počiatku pandémie boli v prvej línii</b> . . . . .	10
Online, mediaweb.hnonline.sk, 30. 12. 2021, 9:00	
<b>Fakulty a ústavy UPJŠ</b> . . . . .	12
<b>Preťažená fabrika</b> . . . . .	13
Tlač, Téma (SK), 31. 12. 2021	
<b>ako je to naozaj</b> . . . . .	18
Tlač, HN magazín, 31. 12. 2021	
<b>Dekani lekárskeho fakúlt: Krst ohňom absolvovali aj naši študenti. Od počiatku pandémie boli v prvej línii</b> . . . . .	20
Online, mediaweb.hnonline.sk, 30. 12. 2021, 9:00	



Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach



## Preťažená fabrika [🔗](#)

📅 31. 12. 2021, Zdroj: **Téma (SK)**, Strán: [44](#), [46](#), [47](#), [48](#), [49](#), [50](#), Vydavateľ: **MAFRA Slovakia, a.s.**, Autor: **Dan Himič**, Sentiment: **Negatívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **UPJŠ**

Dosah: **23 430 GRP: 0,52 OTS: 0,01 AVE: 35399 Eur**

Rubrika: rozhovor

Ak je pečeň poškodená, trebA odstrániť príčinu

V týchto dňoch je v nej poriadny frmol a prevádzka beží naplno. Naša pečeň totiž už tradične dostáva na prelome rokov poriadne zabrat a o súčasných lockdownových gastronomických a alkoholových náporoch ani nehovoriac. „Pečeň je pre organizmus čosi ako továreň, ktorá spracúva všetky živiny a okrem toho zastáva aj detoxikačnú funkciu. Podľa orientálnej medicíny je pečeň generálom v organizme,“ vraví hepatológ prof. MUDr. ŠTEFAN HRUŠOVSKÝ, CSc., Dr. SVS. (67). Ako dlho by sme bez nej prežili? Kedy vzniká cirhóza? Prečo ju môžu poškodiť aj lieky užívané podľa predpisu lekára? Čo zaberá na to, aby sa opäť „postavila na nohy“?

• Pečeň je taký tichý orgán. Srdce tlčie, pľúca dýchajú, v črevách nám škvрка... Ako sa prejavuje pečeň, môžeme ju nejako cítiť?

Nemôžeme. Vlastne ani nevieme, že ju máme, a pritom je to najväčší orgán v tele, má 1,2 až 1,5 kilogramu. Pečeň je v pravom podrebrí, pravý lalok má približne dvanásť krát dvanásť centimetrov a celá pečeň má priemerne osemnásť až devätnásť centimetrov. Má tvar akoby poglobule.

• Môže nás pečeň bolieť?

Je zaujímavé, že pečeň nemá senzitivne nervy, čiže nebolí. Ale môžu nastať bolesti, ak sa pomerne rýchlo zväčší a tlačí na svoj obal, ktorý už má nervy prenášajúce bolestivé vnemy. Vtedy pociťujeme tupú bolesť, ktorú spôsobuje zväčšená pečeň. Naopak, pri žlčkových kameňoch nastáva poškodenie žlčového systému, a to vyvoláva prudkú bolesť. Takto vzniká žlčková kolika.

• Čo všetko sa v pečeni deje? Hovorí sa o nej, že je to akási fabrika, ktorá detoxikuje organizmus.

To je také pekné prirovnanie a naozaj, pečeň je pre organizmus čosi ako továreň, ktorá spracúva všetky živiny. Všetko, čo zjeme, dostáva sa do tráviacej trubice, prechádza cez stenu čreva do krvi a odtiaľ do tzv. portálneho riečiska. Toto riečisko vedie krv z čreva do pečene, kde sa živiny spracúvajú na všetko, čo organizmus potrebuje. Čiže jednou z funkcií pečene je syntetická úloha, syntetizuje rozličné bielkoviny, tuky a zložené stavebné látky potrebné pre organizmus. Pečeň rozličnými formami produkuje pre telo energiu. Okrem syntetickej funkcie pečeň zastáva aj detoxikačnú funkciu. Cez veľký krvný obeh vychytáva splodiny metabolizmu – produkty látkovej premeny a dokončuje ich premenu tak, aby sa mohli ako odpadové látky vylučovať. Takže všetky živiny pretvára na aktívne látky potrebné pre výživu a zároveň čistí organizmus od splodín.

• Čiže ona v podstate funguje ako filter?

Áno, a popritom prebieha množstvo chemických reakcií. Žlč z pečene odteká do tráviacej trubice a žlčou sa vylučujú do čreva splodiny, ktoré organizmus už nedokáže využiť a ktoré sa potom vylučujú stolicou. Žlč taktiež slúži na spracovanie živín, ktoré prišli z tráviacej trubice do tenkého čreva, konkrétne tuky. Pripravuje ich na to, aby sa mohli vstrebávať.

• Žlč si však ľudia často spájajú so žlčníkom a myslia si, že sa tvorí v ňom...

Žlč sa tvorí v pečeni. Do žlčníka sa dostáva žlčovodmi a tu sa zahusťuje, čím vzniká zásobáreň hustej, účinnej žlče. Ak napríklad zjeme niečo masné, žlčník sa skontrahuje – scvrkne a vypudí koncentrovanú žlč, ktorá perfektne spracúva tuky v tráviacej trubici.

• Obišli by sme sa vôbec bez pečene? Ako dlho by sme bez nej vydržali?

Sú známe extrémne situácie pri transplantáciách pečene, keď pacient prežil bez pečene aj štyridsaťosem hodín. Podľa orientálnej medicíny je pečeň generálom v organizme. Je to zaujímavé označenie. Mozog, srdce, takmer každý orgán je životne dôležitý, ale pečeň sa považuje za generála, pretože rozvrhuje energie, výživu, organické tekutiny, stavebné látky pre telo, stará sa o odpad. Generálske pomenovanie si teda vyslúžila vďaka dominantnému postaveniu v metabolizme.

• Niektorí ľudia majú v tele orgány uložené obrátene. Môže byť pečeň na ľavej strane, pod ľavým rebrom?

Je to zriedkavosť, ide o situs viscerum inversus – čiže obrátenú polohu orgánov. Niekedy je opačne uložená iba časť orgánov, inokedy všetky.

• Čo všetko okrem nadmerného množstva alkoholu a tukov pečeni škodí?

Pohľad na pečeňové choroby sa v súčasnosti mení. Poškodenie pečene sa pri viacerých príčinách zratúva, alebo dokonca potencuje (umocňuje – pozn. red.). Ak je viac škodlivých pôsobení na pečeň, každá z jednotlivých zložiek prispieva k zhoršeniu funkcie pečene a pri



dlhodobom priebehu aj k rozvoju cirhózy pečene. Alkohol má pritom ústredné postavenie, pretože pečení škodí sám osebe a poškodzuje ju aj pri každej inej chorobe.

- Prečo jej škodí? Veď by sa mohla tým liehom dezinfikovať...

(smiech) Do istej miery. Alkohol však škodí pečení, ak je ním preťažaná. Primerané množstvo alkoholu pečeň hravo spracuje. Pečeň je totiž celkovo fascinujúca. Ak by ste celý týždeň jedli iba rožky, spracuje ich na živiny potrebné pre organizmus. Ak by ste celý týždeň jedli ovocie, tak spracuje ovocie. Mäso takisto. Nezomreli by ste, pečeň totiž zabezpečí, že sa množstvo iných látok vytvorí z tých, ktoré ste konzumovali. Podobne je to aj s alkoholom, pečeň ho využije a spracuje, ale iba do istej miery. Pri rozpade pečeňových buniek nastáva ich regenerácia a tkanivo pečene sa obnovuje do pôvodného stavu. Keď je však pečeň alkoholom preťažaná, pečeňové bunky sa začnú rozpadávať vo veľkom množstve a stratené časti tkaniva sa nahrádzajú menej kvalitným tkanivom, väzivom a v pečeni vznikajú mikroskopické jazvičky. Tento proces sa nazýva väzivovatenie, fibróza. Mikroskopické jazvičky sa kombinujú s regeneračnými uzlami. Veľmi pokročilým štádiom fibrózy je uzlovitá prestavba celého orgánu – cirhóza pečene.

- Lenže cirhózu pečene mávajú aj ľudia, ktorí vôbec nepijú. Prečo?

Medzi rozličnými chorobami pečene sú aj akútne poškodenia, pri ktorých príčina pôsobí jednorazovo alebo krátkodobo, je to akoby úder do pečene. Vyliečenie je spravidla po niekoľkých týždňoch. No séria takýchto úderov môže potom smerovať k fibróze a po niekoľkých desaťročiach k cirhóze pečene. Takisto chronické – dlhodobé poškodzovanie pečene môže viesť k cirhóze, príčiny sú rôzne. Napríklad neliečená chronická vírusová hepatitída dlhodobo poškodzuje pečeň a výsledkom je opäť cirhóza.

- Dokáže človek sám zistiť, že má cirhózu? Má nejaké príznaky?

Cirhóza pečene je chronický a do veľkej miery nezvratný stav poškodenia pečene. Je známych množstvo dobre definovaných a rozlične ťažkých komplikácií. Jeden z pomerne nápadných prejavov akútneho i chronického poškodenia pečene je zožltnutie.

- Prečo práve zožltnutie?

Pečeň odbúrava odpadové látky, medzi nimi aj krvné farbivo, ktoré sa premieňa na žltové farbivo bilirubín. Bilirubín sa v žlči dostáva do tráviacej trubice, kde napomáha vstrebávaniu tukov. Keď pečeň správne nefunguje, bilirubín sa hromadí v krvi, a tak človek ožltne.

- Hovorí sa, že v niekom „vzkypela“ žlč. Má to s tým niečo spoločné?

(smiech) To vychádza nie z čínskej, ale z tradičnej európskej typológie. Už starí Gréci definovali správanie cholerika, ktorý má prudkú povahu a ako šľava v jeho tele dominuje žlč (staroveký lekár Galén rozdelil ľudí podľa prevažujúcich štiav v organizme na sangvinikov, melancholikov, flegmatikov a cholericov – pozn. red.).

- Keďže pečeň funguje ako čistiareň, idú cez ňu aj všetky lieky, čo pojeme. Je napríklad pri bolesti kĺbov pre ňu šetrnejšie natrieť si ich masťou, alebo dať si tabletku? „Ide“ aj masť cez pečeň?

Liečivá masť, krém či gél účinkuje tak, že prenikne cez kožu do podkožných častí, do obalov kĺbu, ba i priamo do kĺbu. Z miesta pôsobenia sa liek alebo jeho spodina dostáva do obehu a krvou do pečene. Cez kožu sa dá aj otráviť, no liečivou masťou je to prakticky nemožné. Nevie, ako by dopadla Marilyn Monroe, keby sa jej splnil sen vykúpať sa vo vani plnej voňavky Chanel 5.

- Občas sa spomínajú prípady ľudí, ktorí sa predávkovali liekom, ktorý obsahoval účinnú látku paracetamol, a zlyhala im pečeň.

Liečili sme veľa pacientov s otravou paracetamolom, ktorá je učebnicovým príkladom na predávkovanie sa liekmi. V odporúčaných dávkach je neškodný, ale ak sa presiahnu, pritom to nie je až tak veľa – už od dávky desať tabliet, najmä v kombinácii s alkoholom – môže to byť veľmi nebezpečné. Aj množstvo liekov, ktoré ľudia správne užívajú, poškodí pečeň, ale iným mechanizmom. Nie je to množstvom účinnej látky, ale nesprávnou imunitnou reakciou v organizme voči pečeni. Čiže môžeme užívať napríklad antibiotikum presne podľa predpisu, a na tretí deň nastane poškodenie pečene, ktoré môže mať niekedy veľmi ťažký priebeh. No nielen antibiotiká, ale i analgetiká, protizápalové lieky a mnohé ďalšie môžu poškodiť pečeň, hoci aj pri predpísaných dávkach.

- Je dobre popri nich užívať aj nejaké lieky na pečeň?

Máte na mysli užívanie hepatoprotektív, to sú lieky, čo chránia pečeň pred poškodením. Toto bolo časté odporúčanie v minulosti, no dnes nemožno povedať, že by bola nejaká účinná ochrana proti poškodeniu pečene. Podobnou zásadou sa riadia ľudia, ktorí pijú veľa alkoholu a pritom užívajú niektoré výživové doplnky, voľnopredajné lieky, alebo im ich predpíše lekár a majú čisté svedomie, že môžu ďalej piť. Poškodenie pečene sa však dá odstrániť iba tak, že sa odstráni jeho príčina. Pri alkohole je to alkohol, pri vírusovej hepatitíde vírus, pri tukovej chorobe pečene nadmerný prísun živín. Cirhóza pečene pretrváva aj po odstránení príčiny, no aj tu sa preruší aspoň ďalšie poškodzovanie a spomalí sa zhoršovanie choroby. Napríklad kortikoidy, ktoré tlmia imunitné reakcie, sa podávajú pri autoimunitnej hepatitíde, pri alkohole sa bezpodmienečne musí dodržiavať abstinencia, tá je na záchranu pečene nevyhnutná. Ak sa to podarí, pečeň sa už potom sama zregeneruje. Ak sa napríklad pri hepatitíde B alebo hepatitíde C odstráni vírus, odstráni sa aj jeho škodlivé pôsobenie.



V súčasnosti už sú takéto lieky všeobecne k dispozícii.

- Ľudia však často robia chybu, že napríklad pri chrípke kombinujú paracetamol s rôznymi šumivými tabletami na zníženie teploty, ktoré však takisto obsahujú paracetamol, a takto sa nevedomky predávajújú.

To je veľmi nebezpečné. Mali sme pacienta, ktorý mal práve pre toto ťažké poškodenie pečene. Užíval naraz lieky s rozličnými názvami proti bolesti, horúčke, nevedomil si, že užíva tú istú látku v rozličných liekových formách, a predávkovoval sa.

- Ako sa prejaví zlyhanie pečene?

Pečeň má rozličné funkcie, ktoré možno rozdeliť na dve základné skupiny: prvá je detoxikačná – odbúrava splodiny, druhá je syntetická – produkuje organické látky. Uvediem príklad: jednou zo syntetických funkcií pečene je tvorba koagulačných faktorov – krvná zrážanlivosť je dobrá iba pri dostatočnej funkcii pečene. Ak pečeň zlyháva, človek začne krváčať z rozličných miest.

- Čiže človek príde na pohotovosť s tým, že krváča, a lekári mu zistia zlyhanie pečene?

Tak to pokojne môže byť. Pri akútnom zlyhaní pečene môže byť neutíchajúce krvácanie po poranení, alebo spontánne sliznicové či podkožné krvácanie. No poruchy zrážanlivosti sú aj pri chronických chorobách pečene, osobitne pri cirhóze, keď môže nastať situácia ohrozenia života. Pacient môže masívne krváčať – i vykrváčať – z pažerákových varixov.

- Ako sa dá pečeň po zlyhaní naštartovať? A kedy je už neskoro?

Ak nastalo zlyhanie pečene, treba okamžite odstrániť príčinu – liek, alkohol, autoimunitný útok či útok vírusu. Treba preklenúť niekoľko dní až týždňov do obdobia, keď v pečeni prevážia regeneračné procesy a pečeň opäť nadobudne svoje funkcie: vysadzujú sa všetky lieky, ktoré by mohli pečeň zaťažiť, a ponechávajú sa iba život zachraňujúce, dodávajú sa živiny, vitamíny, minerály a stopové prvky vo formách, ktoré pečeň ľahko spracúva. Niekedy sa krátkodobo používa eliminačná liečba – tu je analógia s hemodialýzou, ktorú poznáme pri zlyhaní obličiek. Ak sa preklopenie nepodarí, jedinou záchranou je urgentná transplantácia pečene.

- Čo sa deje s pečenoňou pri otrave hubami?

Otravy hubami sú rozličné. Väčšina toxických húb postihuje tráviacu trubicu – žalúdok a črevo, niektoré pečeň a niektoré – pomerne zriedkavo – obličky. Mnohé toxické huby postihujú nervový systém. Najzávažnejšie poškodenie pečene spôsobujú huby, ktoré obsahujú amanitín, resp. amatoxín.

- Napríklad muchotrávka zelená je smrteľne jedovatá, no sú prípady prežitia. Šlo o malú dávku toxínu amanitínu alebo o šťastie?

Pri otrave muchotrávkou zelenou je rozhodujúca dávka toxínu, čiže veľkosť požitého množstva či huby. Druhým faktorom prežitia je rýchlosť prvej pomoci. Liečba otravy je štandardizovaná, má presne určené pravidlá aj súslednosť jednotlivých opatrení: okamžitý výplach žalúdka, vyvolanie hnačky, ak ju nespôsobila sama otrava, živočíšne uhlie, infúzie s megadávkami silibininu, dopĺňajúca liečba. Ak sa pomoc dostane zavčas, pacienta vieme zachrániť. Veľkým problémom je, že príznaky tejto otravy sa zjavujú až po šiestich až dvanástich hodinách od zjedenia húb, čo môže pre pacienta znamenať riziko úmrtia. Výnimočne sa aj tu vykonáva urgentná transplantácia pečene.

- V posledných desaťročiach sa pomerne často spomína pásomnica líščia, ktorá parazituje človeku v pečeni, kde vytvára cysty.

V rámci Slovenska je to zatiaľ pomerne zriedkavá, ale nebezpečná choroba. Ide o dve cystické choroby a o dva príbuzné červy: *Echinococcus granulosus* vyvoláva hydatidózu a *Echinococcus multilocularis* vyvoláva alveolárnu echinokokózu. Druhá z nich, alveolárna echinokokóza, predstavuje veľmi vážny problém, lebo, hoci je to infestácia s usadením červa v pečeni, obrazne povedané, pôsobí vlastne ako veľmi pomaly rastúci zhubný nádor. Môže vytvárať druhotné ložiská vo veľkých cievach, v pľúcach, v mozgu a v ďalších orgánoch, i v koži.

- Nie je to zriedkavé len tým, že mnoho ľudí ani nevie, že to v sebe má?

Presne tak, alveolárna echinokokóza je dlho bezpríznaková. Sú endemické oblasti, kde sa najmä v minulosti vyskytovala veľmi často, ako je to v nízkych Alpách, napríklad vo Franche-Comté vo Francúzsku, kde som v univerzitnej nemocnici pôsobil sedem rokov a kde ochoreli stovky obyvateľov zo zberu lesných plodov v lesoch s nakazenými líškami. Počty podstatne klesli po správnej edukácii obyvateľstva. Na územie Slovenskej republiky sa infikované líšky zrejme dostali prebehnutím z Rakúska.

- Dajú sa takéto cysty z pečene odstrániť?

Odstaňujú sa chirurgicky, ak je to technicky možné. Cysty alebo väzivové tkanivo sa v pečeni rozrastajú. Ak je postihnutie rozsiahle, alebo je v blízkosti veľkých ciev, tak nie.



- Z čoho ešte vznikajú cysty v pečeni?

Sú takzvané biliárne cysty, resp. jednoduché, tenkostenné cysty. Ide o náhodný nález v pečeni pri vyšetrení ultrazvukom. Tieto cysty v drvivej väčšine nespôsobujú nijaké príznaky a, obrazne povedané, sú „ozdobou“ pečene. Je to vývojová anomália. Existuje však aj závažná forma tenkostenných cýst, a to je dedičná choroba, pri ktorej sú polycystické obličky. Táto choroba vedie k zániku obličiek a pri nej sa často nájdu aj početné cysty v pečeni. Zriedka vedú k jej zlyhaniu, ale obličky zlyhávajú pravidelne, takže býva nevyhnutná transplantácia obličiek.

- Môže sa tenkostenná cysta zvrhnúť na rakovinu?

Nie.

- Aká je dĺžka prežitia pri rakovine pečene?

Závisí od štádia, v ktorom sa primárna rakovina pečene zistí a začne liečiť. Keďže sa zvyčajne vyskytuje v cirhóze pečene, závisí to aj od štádia cirhózy. Pri malých nádoroch sa odstraňuje chirurgicky, transplantáciou pečene, alebo sa použije rádiofrekvenčná ablácia – zničenie tkaniva ultrazvukom a horúčavou. Pri väčších nádoroch sa používa liečebná embolizácia cez tepnový systém pečene, protinádorová liečba v infúziách a tabletkách.

- Najmä obézni ľudia majú stukovatenú pečeň. Môže sa pečeň takého tuku zbaviť, teda doslova schudnúť?

Ak obézny človek podstatne schudne, tuk sa z pečene odstráni. Tuk v pečeni je v súčasnosti druhou najčastejšou príčinou závažných chorôb pečene. Prvou príčinou je alkohol a druhou preťaženie pečene tukom, pri ktorom vzniká nealkoholová tuková choroba pečene. Tá ide ruka v ruku s obezitou, cukrovkou a vysokou koncentráciou tukov v krvi.

- Sú ľudia, ktorí nemajú problém jesť čokolívek, často i nezdravé jedlá, a napriek tomu majú dobré hepatálne – pečeňové testy. Ako je to vlastne s tukmi? Je to metabolizmom?

Samozrejme. Hyperlipidémie (zvýšená hladina tukov v krvi – pozn. red.) sú často na dedičnom podklade, a keď sa k tomu pripoja ďalšie faktory, ako sú napríklad obezita, nadmerný prísnut živín, konzumácia veľkého množstva cukrov, vtedy nastanú problémy.

- Je pečeň jediný orgán, ktorý dokáže dorásť?

Medzi ľuďmi sa to tak hovorí. Čo sa týka objemu, pečeň dorastie, ale už nedorastie štruktúra, ktorá tam bola, a architektúra pečene je tak zmenená. Pri niektorých chorobách sa bežne odstraňujú dva segmenty ľavého laloka, pečeň potom dorastie do pôvodného objemu a regenerácia sa sama zastaví. Ale množstvo iných buniek v organizme sa obnovuje, napríklad črevná sliznica.

- Lenže samotná črevná stena nedokáže dorásť...

Nie, ale črevná sliznica áno a denne jej časť, ktorú už organizmus použil, vylučujeme stolicou.

- Z akého najmenšieho kúska by pečeň dokázala dorásť?

Štúdie ukázali, že na to, aby pečeň fungovala, stačí jedna jej sedmina až jedna pätina. Čiže, ak sa zachová jedna pätina, tak sa pečeň zregeneruje.

- Už druhý rok tu máme covid a štatistiky neustále upozorňujú, že sa zvýšila spotreba alkoholu. Aký dosah to môže mať na slovenské pečene?

Z hľadiska formy poznáme dvojaké nadmerné pitie alkoholu. Prvé je každodenné pitie a druhé je nárazové, ak človek napríklad celý pracovný týždeň nepije a zvykne si vypíť nadmerné množstvo alkoholu cez víkend. Z hľadiska kultúrneho alebo spoločenského je tradičné pitie Slovákov, ktoré pramení v tradičnom spôsobe života a vo fyzickej práci. Pálili sme pálenku, dorábali sme víno a u časti ľudí oddávna vznikala závislosť. Okrem toho je tu nový typ spoločenského pitia, ktorý prichádza zo Západu. Klasické slovenské pitie je víno. Koncentrát – pálenka sa pila spoločenským spôsobom, ale i na zahriatie. Pivo sa historicky presadzovalo z Česka so zámerom jednak nahradiť pálenku, jednak zvyšovať jeho odbyť. Moderné spoločenské pitie, to je vplyv reklamy a importu alkoholu, najmä destilátov – dnes sa pijú whisky a rum.

- Myslím si, že problém je aj v tom, že sa zavreli krčmy. Ľudia si narobili zásoby alkoholu a namiesto jedného-dvoch pív po robote ho majú zrazu doma poruke vo veľkom množstve...

Samozrejme, ak je zásoba, tak to láka.

- Máme za sebou vianočné sviatky a silvestrovské oslavy. Existuje nejaká rada, ako by sa mali dať ľudia do poriadku po takýchto záľahoch?



To je ten problém: niektorí ľudia liečia dôsledky svojho konania, pričom najdôležitejšia je prevencia. Odcitujem dvestoročný recept katolíckeho kňaza Juraja Fándlyho: „Užívaj každý deň štyri piluly: dobré svedomie, veselosť srdca, miernosť v jedle a nápoji a mierny pohyb alebo prechádzku.“ Keby sme sa riadili takýmito receptami, koľko vagónov liekov by sa ušetrilo!

- Hovorí sa, že na regeneráciu pečene je výborný tvaroh. Je to pravda?

V rekonvalescencii alebo pri závažnom akútnom poškodení pečene je tvaroh vynikajúca potravina, lebo pečeň ju ľahko spracúva. Je súčasťou aj prísnej pečenej diéty. Na regeneráciu poškodenej pečene však nemá vplyv.

- Niektorí ľudia takto klamú hepatálne testy. Pár dní pred odberom krvi jedia tvaroh a potom majú lepšie výsledky.

(smiech) Robia to, no neviem prečo. Pečeň vie spracovať širokú škálu potravín, no ak je poškodená, treba odstrániť príčinu poškodenia. Namiesto klobásy a piva mať ľahšiu stravu, dať si varené kuracie mäso s varenými zemiakmi. To, že sú sviatky a hostiny, je správne. Hostina znamená, že si doprajeme viac dobrôt než zvyčajne. No vianočné sviatky nie sú iba hostina, predchádza im advent a pôst. To isté je aj na Veľkú noc, predtým sa drží veľký pôst.

- Lenže dnes je pôst skoro cudzím slovom...

Áno, cudzím slovom v konzumnom mediálnom priestore. To je psychologický ťah. Možno aj preto narastá konzumácia jedla i pitia alkoholu. Určite ste si všimli, že vianočné pesničky zaznievajú už dva mesiace pred Vianocami, ale končia sa na Vianoce, keď sa končí nákupná horúčka. Pritom vianočné obdobie je od polnoci Štedrého dňa po Troch kráľov, či nie?

- Internet je plný rôznych „zaručených“ receptov na očistu pečene. Môže si tým človek uškodiť?

Vždy sa nad tým pousmejeme, pretože to by znamenalo, že máme špinavú pečeň, keď ju máme prečistiť. Samozrejme, môžeme ju mať zanesenú tukom či zapratanú alkoholom. Vtedy je prečistenie jednoduché: nejem masné jedlá a nepijem alkohol. Okrem toho, že pečeň prečisťuje organizmus, dokáže sa aj sama očistiť. Je to jej najlepšia vlastnosť.

„Moderné spoločenské pitie – whisky a rum.“ „Tuk v pečeni je druhou najčastejšou príčinou chorôb.“ „Poškodiť pečeň môžu aj lieky užívané podľa predpisu.“ „Liečili sme veľa pacientov s otravou paracetamolom.“ „Využije a spracuje ho iba do istej miery.“

Čo sa týka poškodenia pečene, je na prvom mieste alkohol. Nadmerné množstvo ničí pečenej bunky a ak sa človek nespamätá, v cieľi ho čaká cirhóza.

Pečeň sa nachádza pod pravým rebrom. Sama osebe nebolí, no ak sa zväčší, tlačí na obal, v ktorom sú nervy.

#### ŠTÁDIÁ POŠKODENIA Pečene

zdravá pečeň stukovatená pečeň fibróza pečene cirhóza pečene rakovina pečene Pečeň spracúva všetko, čo zjeme, teda aj lieky. Ak sa napríklad predávkujeme obyčajným paracetamolom, zlyhá a hrozí nám smrť.

Muchotrávka zelená je smrteľne jedovatá, podobne aj muchotrávka biela. Obe obsahujú toxín amanitín, ktorý spôsobuje zlyhanie pečene. Ak máte nadváhu, chuť do jedla ako kobyľka a napchávate sa najmä vysokokalorickými jedlami, vaša pečeň je jednou nohou v hrobe. Je totiž stukovatená, a keby ste ju videli, do smiechu by vám nebolo. V posledných desaťročiach sa aj u nás vyskytla pásomnica líščia, ktorá sa s obľubou vyvíja v pečeni. Môžeme ju získať, ak v lese zjeme napríklad neumyté jahody.

Prof. MUDr. ŠTEFAN HRUŠOVSKÝ, CSc., Dr. SVS. (67)

Zmaturoval na Carnotovom lýceu v Dijone vo Francúzsku a medicínu vyštudoval na LF UK v Bratislave. Pôsobil ako pedagóg na Fakulte medicíny a farmácie, Université Franche-Comté, Francúzsko (1989 – 1996), na Slovenskej zdravotníckej univerzite v Bratislave (1996 – 2017), na Lekárskej fakulte **UPJŠ** v Košiciach (od 2018 doteraz) a na VŠZaSP sv. Alžbety v Bratislave (od 2017 doteraz). Je vedúcim Hepatobiliárneho centra, NsP Štefana Kuku v Michalovciach a pracuje aj v poliklinike v Mlynskej doline v Bratislave. Je členom niekoľkých lekárskejších organizácií, Matice slovenskej a OZ Rastic a v rokoch 2015 až 2018 bol viceprezidentom Slovenskej hepatologickej spoločnosti SLS. Je držiteľom striebornej medaily SLS, Déerovej ceny a ceny Literárneho fondu.

Foto: Peter Mayer Foto: Shutterstock Foto: Shutterstock Foto: Peter Mayer

Autor: Dan Himič



## ako je to naozaj [↗](#)

31. 12. 2021, Zdroj: **HN magazín**, Strany: 12, 13, Vydavateľ: **MAFRA Slovakia, a.s.**, Autor: **Lucia Ležovičová**, Sentiment: **Negatívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **UPJŠ**

AVE: 6500 Eur

Rubrika: ako je to naozaj|

Diskutujeme veľa a prudko Otec je ťažký protivník

Jeden si vie zachovať chladnú hlavu, druhý rýchlo vzplanie. Spája ich láska k medicíne aj manažovanie kliniky. Otec a syn, lekári Andrej st. a Andrej ml. Jenčovci.

### DETSTVO

Andrej st.: Už keď bol Andrej malý, tak som videl, že má záujem o prácu, a navyše, bol veľmi zručný. Zdalo sa mi, že by mohol byť dobrým kardiochirurgom (smiech). Andrej ml.: V roku 1994 prišiel do Košíc legendárny futbalista Pelé. Otec slúžil na štadióne ako lekár záchrannej služby, záchrannej službe a pôsobil na štadióne ako lekár. Ja som tam bol, samozrejme, s ním tiež a Pelé mi podal ruku. Povedal som si, že aj ja chcem byť lekárom a chodiť na futbal.

Andrej st.: Deti všade chodili so mnou. Keď som slúžil, tak som ich bral na záchranku aj do nemocnice. Andrej ml.: Na nemocnici ma úplne fascinoval pach dezinfekcie. Dnes je to kvôli covidu všade, no ako dieťa som si dezinfekciu spájaj práve so zamestnaním mojich rodičov. Andrej st.: Už od malička som na ňom videl, že nech by si vybral akékoľvek zamestnanie, bude z neho šikovný a činorodý človek. Andrej ml.: Pre medicínu som sa nakoniec rozhodol po tom, ako som sledoval záchrannú akciu po dopravnej nehode pri Morskom oku. Na vlastné oči som videl, ako sa vyťahuje jazyk, rieši bezvedomie, zafixovanie.

Andrej st.: Nebál si sa krvi, a kto raz pričuchne k erytrocytom, už mu niet pomoci. Andrej ml.: Okrem toho sme chodili s otcom na poľovačky a tam som sa pri rozoberaní zveri učil anatómiu. Andrej st.: Vidíš, a dnes si práve ty prvotriednym rozoberačom.

### PODOBNÉ A ROZDIELNE

Andrej ml.: Otec je skúsenejší a vie si zachovať chladnú hlavu, ja to často ešte nedokážem. Mnohé veci, často aj hlúposti, ma dokážu vytočiť a zdvihnúť mi tlak. Nemám rád zákulisné hry a ľudí bez chrbtovej kosti.

Andrej st.: Mňa už len tak ľahko niečo nerozháďe. Dlhé roky som bol dekanom fakulty aj predsedom univerzitného senátu na Univerzite Pavla Jozefa Šafárika. Som vychovaný starou školou a absolvoval som aj rôzne manažérske tréningy, kde ma naučili, že to, čo neviem ovplyvniť, tým sa ani nemám trápiť. Treba iba konať a vedieť si priznať chybu.

### (SPOLU)PRÁCA

Andrej st: Bol som prednostom kliniky v štátnej nemocnici. Vzдал som sa svojej funkcie a nastúpil som na post riaditeľa našej súkromnej kliniky, kde je prednostom môj syn, čiže je môj podriadený.

Andrej ml.: A aby toho ešte nebolo málo, v rámci pedagogických aktivít otcovi šéfujem ja. Andrej st.: Na fakulte som iba garantom odboru, syn mi podpisuje dovolenku a musím ho počúvať. A na klinike zase on mňa. Tam máme jedno riadiace pracovisko s dvomi kreslami. Andrej ml.: Ak sa s otcom nezhodneme, musím využiť všetky moje presvedčovacie a argumentačné schopnosti. Je veľmi ťažkým protivníkom. Už sa stal prípad, keď som ho musel presvedčiť, že pre pacienta bude najlepší iný liečebný postup, ako si myslel on. Raz som chcel v maxilofaciálnej chirurgii použiť podtlakový systém, ktorý sa bežne využíva napríklad v brušnej chirurgii, a otec s tým zásadne nesúhlasil. Andrej st.: Rozumiem tomu, že existujú nové, moderné metódy, no pri nich sa nesmie zabúdať ani na osvedčené prístupy. Andrej ml.: Nakoniec som dostal povolenie a všetko sa podarilo a o tomto prípade som prednášal na kongrese. Andrej st.: Treba si všetko vykonzultovať, možno aj prudšie, a pri diskusii sa vygenerujú myšlienky, ktoré nás posúvajú.

### HÁDKY

Andrej ml.: Voláme to skôr veľmi rázne výmeny názorov. Andrej st.: V práci nikdy neriešime naše súkromné problémy, to si nechávame na doma. Andrej ml.: Na druhej strane, doma často riešime problémy z práce. Pri obede alebo na oslave bežne sklzneme do nemocničných debát. Andrej st.: Našťastie, väčšinou nás zastavia naše domáce šéfy – manželky.

### VOĽNÝ ČAS

Andrej st.: Keď si chcem oddýchnuť, mám veľký poklad, a to sú moje vnúčatá. Pri nich mladnem. Andrej ml.: Ja mám voľných dní hrozne málo a manželka sa už na to začína sťažovať... Našťastie, je veľmi trepezlivá a akceptuje moju potrebu ísť občas na poľovačku, kde vypnem a usporiadam si myšlienky. Okrem toho si cez víkend rád zájdem na strelnicu, ktorá na mňa pôsobí antistresovo.

Andrej Jenča st.





Profesor, vedec, vysokoškolský pedagóg a lekár. Na lekárskej fakulte je garantom odboru. V Košiciach riadi súkromnú modernú kliniku stomatológie a maxilofaciálnej chirurgie Akadémia Košice.

Andrej Jenča ml.

Je prednostom Kliniky stomatológie a maxilofaciálnej chirurgie Lekárskej fakulty **UPJŠ** a Akadémia Košice. Špecializuje sa na rekonštrukčnú chirurgiu, výskum a vývoj nových liečebných postupov a materiálov.

Autor: Text: Lucia Ležovičová Foto: Pavol Funtál



## Dekani lekárske fakúlt: Krst ohňom absolvovali aj naši študenti. Od počiatku pandémie boli v prvej línii [✉](#)

📅 30. 12. 2021, 9:00, Zdroj: [mediweb.hnonline.sk](https://www.mediweb.hnonline.sk) [✉](#), Vydavateľ: MAFRA Slovakia, a.s., Autor: Jana Anđelová, Sentiment: Ambivalentný, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach. Kľúčové slová: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach

Dosah: 1 166 GRP: 0,03 OTS: 0,00 AVE: 225 Eur

Covid priniesol do našich životov veľa negatívnych emócií, ako je strach, zlosť, bolesť, sklamanie či znechutenie, a to nielen zo samotného pôvodcu ochorenia a jeho dôsledkov, ale aj zo šíriteľov bludov, z politiky či bežných ľudí okolo nás, ktorým občas prestávame rozumieť, hovorí dekan košickej lekárskej fakulty.

Ako sme vás informovali, pandémia Covid-19 ovplyvnila celý svet. Významne zasiahla do životov zdravotníkov. Tí za svoju obetavosť v starostlivosti o pacientov nedostávajú len slová vďaky.

Poďakovanie im adresovali, napríklad vedenie zdravotných poisťovní či prezidentka Asociácie na ochranu práv pacientov. Prečítať si o tom môžete tu.

Ako vidia situáciu svojich kolegov a čo im odkazujú dekanı slovenských lekárske fakúlt?

Prof. MUDr. Andrea Čalkovská, DrSc.

dekanka Jesseniovej lekárskej fakulty UK v Martine

Čo odkážem zdravotníkom? Že majú môj obdiv. Želám im veľa síl, trpezlivosti a veľa vyliečených pacientov. Mrzí ma len, že sa ocitli v situácii, s ktorou nikto nepočítal a na ktorú ani my svojich študentov nepripravujeme.

Nevďačnosť, egoizmus a agresivita niektorých ľudí, ktorým zdravotníci tiež pomáhajú, sú nepochopiteľné a desivé. Verím, že ten obrovský tlak vydržia, pretože túto pandémiu zvládneme len vďaka nim.

Prof. MUDr. Juraj Šteňo, DrSc., IFAANS

Zdroj: TASR - Dano Veselský

dekan Lekárskej fakulty Univerzity Komenského (UK) v Bratislave

Poskytovanie zdravotnej starostlivosti je často fyzicky a najmä psychicky veľmi namáhavé. V krízových situáciách, napríklad pri prírodných katastrofách, sa záťaž na prechodný čas neúmerne zvyšuje. Pandémia Covid-19 nás však sužuje už takmer dva roky a prinútila mnohých siahnuť až na dno svojich síl.

Počas nočných služieb som opakovane zažil situácie, keď na kliniku boli prijatí dvaja pacienti v urgentnom stave a museli sme sa rozhodnúť, koho budeme operovať skôr a kto môže počkať. Zriedka však okamžitá operácia nutná pre záchranu života bola potrebná u obidvoch pacientov rovnako.

Vtedy sme situáciu riešili tak, že sme urgentne zavolali ďalších lekárov a sestry z ich osobného voľna. Nikdy som nezažil situáciu, že by sme niekomu neposkytli urgentnú pomoc, keď ju potreboval.

S triážou pacientov vo forme neposkytnutia maximálnej možnej lekárskej pomoci som sa v minulosti stretol len teoreticky, a to v rámci absolvovania vojenskej prípravy počas štúdia na LF UK, ktorá bola vtedy súčasťou povinnej základnej vojenskej služby.

Vojenský lekári nás učili, že úlohou lekára (podľa predpisu toho najskúsenejšieho) na prijímacom a triediacom oddelení poľnej nemocnice je rozhodnutie, ktorého zraneného treba ošetriť ihneď, kto na lekársku pomoc počká a koho už netreba ošetrovať, lebo so zraneniami, ktoré utrpel, nemá nádej na prežitie. Pripadalo mi to ako vo filme.

V praxi som sa s rozhodovaním o urgentnom chirurgickom výkone stretával predovšetkým u pacientov s poranením mozgu. Vždy som sa rozhodoval postupovať aktívne, aj vtedy, keď zranený mal už takmer len teoretickú šancu na prežitie. Aj takých pacientov sa nám nezriedka podarilo zachrániť, niekedy aj s dobrou kvalitou ďalšieho života.

Teraz, počas pandémie, si niekedy predstavujem, ako by som znášal situáciu, keby som musel rozhodnúť, že niekto nebude napojený na umelú ventiláciu pľúc, lebo na prístroj treba pripojiť iného pacienta s väčšou pravdepodobnosťou prežitia.

Psychická záťaž lekára je vtedy najvyššia. Zdravotnícki pracovníci, ktorí sú takému enormnému stresu vystavení, si zasluhujú najvyššie uznanie a poďakovanie. Poďakovanie si zaslúžia aj pracovníci z teoretických a predklinických ústavov, tak z našej Lekárskej fakulty UK v Bratislave, ako aj z ostatných lekárske fakúlt.

Do boja proti pandémie sa zapájali počas testovania, pomáhali organizovať prácu ako členovia krízových štábov, či už v rámci fakulty, univerzity alebo aj v celoštátnych komisiách. Prínos vedeckých pracovníkov univerzít a vedeckých inštitúcií pracujúcich v oblasti



biomedicínskeho výskumu mnohí pochopili až teraz, počas obdobia pandémie.

Krst ohňom absolvovali aj naši študenti. Od počiatku prvej vlny pandémie boli v prvej línii. Pracovali v tímoch testujúcich na Covid-19, pomáhali v DSS aj v nemocniciach, pri očkovaní, v súčasnosti sú pripravení nastúpiť priamo na covidové oddelenia. Naši lekári, zdravotné sestry aj ostatní zdravotnícki pracovníci ukázali, že konštatovanie, že zdravotnícka profesia nie je len povoláním, ale poslaním, nie je fráza.

Nesmierne ma však potešil aj postoj študentov našej fakulty. Ani na chvíľu nezaváhali, keď bolo treba pomôcť. Ukázali, že sú aj morálne pripravení na svoje celoživotné poslanie. Som na nich hrdý, zaslúžia si vďaka celej spoločnosti.

Prof. MUDr. Daniel Pella, PhD.

dekan Lekárskej fakulty **Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**

Laická verejnosť si vyťaženosť zdravotníckych pracovníkov bežne neuvedomuje, kým sa s touto situáciou nestretnú tvárou v tvár priamo v nemocnici. Kto už môže lepšie chápať náročnosť práce v zdravotníctve, obzvlášť v tomto období, ak nie my zdravotníci?

Preto veľmi rád využívam tento priestor na podporu všetkých mojich kolegov, ktorí si v týchto náročných dňoch (ale aj týždňoch a mesiacoch, ktoré sa, žiaľ, stále nekončia) vykonávajú svedomito svoju prácu a pomáhajú pacientom, či už na kovidových pracoviskách, alebo na „bielych“ oddeleniach, kde je pre Covid-19 takisto väčší nápor pacientov ako obvykle.

Ďakujem všetkým zdravotníkom za ich každodenný boj s bolesťou a chorobou ako človek a ďakujem im aj ako dekan lekárskej fakulty za to, že popri praktickej medicíne a záchrane ľudského zdravia a životov odovzdávajú ďalej svoje vedomosti a zručnosti menej skúseným kolegom alebo ako lekári pôsobiaci v školstve svojim študentom.

Budeme ich veľmi potrebovať. Obzvlášť ďakujem tým, ktorí si aj v tejto neľahkej situácii zachovávajú nielen chladnú hlavu, ale aj optimistický pohľad na svet a dokážu šíriť pozitívnu energiu aj na ľudí okolo.

Covid totiž priniesol do našich životov veľa negatívnych emócií, ako je strach, zlosť, bolesť, sklamanie či znechutenie, a to nielen zo samotného pôvodcu ochorenia a jeho dôsledkov, ale aj zo šíriteľov bludov, z politiky či bežných ľudí okolo nás, ktorým občas prestávame rozumieť...

Charlie Chaplin povedal: „Priveľa myslíme a primálo cítime. Viac ako stroje potrebujeme rozum. A viac ako rozum potrebujeme láskavosť a miernosť. Bez toho zvlčíme a stratíme všetko.“

Teší ma, že si mnohí zdravotníci aj v tomto období, napriek tomu čo všetko vidia a zažívajú, zachovávajú nielen svoju profesionalitu, ale dobrotu a ľudskosť. Veľká vďaka a česť všetkým!

Autor: Jana Andelová



## Fakulty a ústavy UPJŠ



## Preťažená fabrika [🔗](#)

☐ 31. 12. 2021, Zdroj: **Téma (SK)**, Strán: 44, 46, 47, 48, 49, 50, Vydavateľ: **MAFRA Slovakia, a.s.**, Autor: **Dan Himič**, Sentiment: **Negatívny**, Téma: **Fakulty a ústavy UPJŠ**, Kľúčové slová: **Lekárska Fakulta UPJŠ**

Dosah: 23 430 GRP: 0,52 OTS: 0,01 AVE: 35399 Eur

Rubrika: rozhovor

Ak je pečeň poškodená, trebA odstrániť príčinu

V týchto dňoch je v nej poriadny frmol a prevádzka beží naplno. Naša pečeň totiž už tradične dostáva na prelome rokov poriadne zabrat a o súčasných lockdownových gastronomických a alkoholových náporoch ani nehovoriac. „Pečeň je pre organizmus čosi ako továreň, ktorá spracúva všetky živiny a okrem toho zastáva aj detoxikačnú funkciu. Podľa orientálnej medicíny je pečeň generálom v organizme,“ vraví hepatológ prof. MUDr. ŠTEFAN HRUŠOVSKÝ, CSc., Dr. SVS. (67). Ako dlho by sme bez nej prežili? Kedy vzniká cirhóza? Prečo ju môžu poškodiť aj lieky užívané podľa predpisu lekára? Čo zaberá na to, aby sa opäť „postavila na nohy“?

• Pečeň je taký tichý orgán. Srdce tlčie, pľúca dýchajú, v črevách nám škvŕka... Ako sa prejavuje pečeň, môžeme ju nejako cítiť?

Nemôžeme. Vlastne ani nevieme, že ju máme, a pritom je to najväčší orgán v tele, má 1,2 až 1,5 kilogramu. Pečeň je v pravom podrebrí, pravý lalok má približne dvanásť krát dvanásť centimetrov a celá pečeň má priemerne osemnásť až devätnásť centimetrov. Má tvar akoby plogule.

• Môže nás pečeň bolieť?

Je zaujímavé, že pečeň nemá senzitivne nervy, čiže nebolí. Ale môžu nastať bolesti, ak sa pomerne rýchlo zväčší a tlačí na svoj obal, ktorý už má nervy prenášajúce bolestivé vnemy. Vtedy pociťujeme tupú bolesť, ktorú spôsobuje zväčšená pečeň. Naopak, pri žlčkových kameňoch nastáva poškodenie žlčového systému, a to vyvoláva prudkú bolesť. Takto vzniká žlčková kolika.

• Čo všetko sa v pečeni deje? Hovorí sa o nej, že je to akási fabrika, ktorá detoxikuje organizmus.

To je také pekné prirovnanie a naozaj, pečeň je pre organizmus čosi ako továreň, ktorá spracúva všetky živiny. Všetko, čo zjeme, dostáva sa do tráviacej trubice, prechádza cez stenu čreva do krvi a odtiaľ do tzv. portálneho riečiska. Toto riečisko vedie krv z čreva do pečene, kde sa živiny spracúvajú na všetko, čo organizmus potrebuje. Čiže jednou z funkcií pečene je syntetická úloha, syntetizuje rozličné bielkoviny, tuky a zložené stavebné látky potrebné pre organizmus. Pečeň rozličnými formami produkuje pre telo energiu. Okrem syntetickej funkcie pečeň zastáva aj detoxikačnú funkciu. Cez veľký krvný obeh vychytáva splodiny metabolizmu – produkty látkovej premeny a dokončieva ich premenu tak, aby sa mohli ako odpadové látky vylučovať. Takže všetky živiny pretvára na aktívne látky potrebné pre výživu a zároveň čistí organizmus od splodín.

• Čiže ona v podstate funguje ako filter?

Áno, a popritom prebieha množstvo chemických reakcií. Žlč z pečene odteká do tráviacej trubice a žlčou sa vylučujú do čreva splodiny, ktoré organizmus už nedokáže využiť a ktoré sa potom vylučujú stolicou. Žlč taktiež slúži na spracovanie živín, ktoré prišli z tráviacej trubice do tenkého čreva, konkrétne tuky. Pripravuje ich na to, aby sa mohli vstrebávať.

• Žlč si však ľudia často spájajú so žlčníkom a myslia si, že sa tvorí v ňom...

Žlč sa tvorí v pečeni. Do žlčníka sa dostáva žlčovodmi a tu sa zahusťuje, čím vzniká zásobáreň hustej, účinnej žlče. Ak napríklad zjeme niečo masné, žlčník sa skontrahuje – scvrkne a vypudí koncentrovanú žlč, ktorá perfektne spracúva tuky v tráviacej trubici.

• Obišli by sme sa vôbec bez pečene? Ako dlho by sme bez nej vydržali?

Sú známe extrémne situácie pri transplantáciách pečene, keď pacient prežil bez pečene aj štyridsaťosem hodín. Podľa orientálnej medicíny je pečeň generálom v organizme. Je to zaujímavé označenie. Mozog, srdce, takmer každý orgán je životne dôležitý, ale pečeň sa považuje za generála, pretože rozvrhuje energie, výživu, organické tekutiny, stavebné látky pre telo, stará sa o odpad. Generálske pomenovanie si teda vyslúžila vďaka dominantnému postaveniu v metabolizme.

• Niektorí ľudia majú v tele orgány uložené obrátene. Môže byť pečeň na ľavej strane, pod ľavým rebrom?

Je to zriedkavosť, ide o situs viscerum inversus – čiže obrátenú polohu orgánov. Niekedy je opačne uložená iba časť orgánov, inokedy všetky.

• Čo všetko okrem nadmerného množstva alkoholu a tukov pečeni škodí?

Pohľad na pečeňové choroby sa v súčasnosti mení. Poškodenie pečene sa pri viacerých príčinách zratúva, alebo dokonca potencuje (umocňuje – pozn. red.). Ak je viac škodlivých pôsobení na pečeň, každá z jednotlivých zložiek prispieva k zhoršeniu funkcie pečene a pri



dlhodobom priebehu aj k rozvoju cirhózy pečene. Alkohol má pritom ústredné postavenie, pretože pečení škodí sám osebe **a** poškodzuje ju aj pri každej inej chorobe.

- Prečo jej škodí? Veď by sa mohla tým liehom dezinfikovať...

(smiech) Do istej miery. Alkohol však škodí pečení, ak je ním preťažená. Primerané množstvo alkoholu pečeň hravo spracuje. Pečeň je totiž celkovo fascinujúca. Ak by ste celý týždeň jedli iba rožky, spracuje ich na živiny potrebné **pre** organizmus. Ak by ste celý týždeň jedli ovocie, tak spracuje ovocie. Mäso takisto. Nezomreli by ste, pečeň totiž zabezpečí, že sa množstvo iných látok vytvorí z tých, ktoré ste konzumovali. Podobne je to aj s alkoholom, pečeň ho využije **a** spracuje, ale iba do istej miery. Pri rozpade pečeňových buniek nastáva ich regenerácia **a** tkanivo pečene sa obnovuje do pôvodného stavu. Keď je však pečeň alkoholom preťažaná, pečeňové bunky sa začnú rozpadávať vo veľkom množstve **a** stratené časti tkaniva sa nahrádzajú menej kvalitným tkanivom, väzivom **a** v pečení vznikajú mikroskopické jazvičky. Tento proces sa nazýva väzivovatenie, fibróza. Mikroskopické jazvičky sa kombinujú s regeneračnými uzlami. Veľmi pokročilým štádiom fibrózy je uzlovitá prestavba celého orgánu – cirhóza pečene.

- Lenže cirhózu pečene mávajú aj ľudia, ktorí vôbec nepijú. Prečo?

Medzi rozličnými chorobami pečene sú aj akútne poškodenia, pri ktorých príčina pôsobí jednorazovo alebo krátkodobo, je to akoby úder do pečene. Vyliečenie je spravidla po niekoľkých týždňoch. No séria takýchto úderov môže potom smerovať k fibróze **a** po niekoľkých desaťročiach k cirhóze pečene. Takisto chronické – dlhodobé poškodzovanie pečene môže viesť k cirhóze, príčiny sú rôzne. Napríklad neliečená chronická vírusová hepatitída dlhodobo poškodzuje pečeň **a** výsledkom je opäť cirhóza.

- Dokáže človek sám zistiť, že má cirhózu? Má nejaké príznaky?

Cirhóza pečene je chronický **a** do veľkej miery nezvratný stav poškodenia pečene. Je známych množstvo dobre definovaných **a** rozlične ťažkých komplikácií. Jeden z pomerne nápadných prejavov akútneho i chronického poškodenia pečene je zožltnutie.

- Prečo práve zožltnutie?

Pečeň odbúrava odpadové látky, medzi nimi aj krvné farbivo, ktoré sa premieňa na žltové farbivo bilirubín. Bilirubín sa v žlči dostáva do tráviacej trubice, kde napomáha vstrebávaniu tukov. Keď pečeň správne nefunguje, bilirubín sa hromadí v krvi, **a** tak človek ožltne.

- Hovorí sa, že v niekom „vzkypela“ žlč. Má to s tým niečo spoločné?

(smiech) To vychádza nie z čínskej, ale z tradičnej európskej typológie. Už starí Gréci definovali správanie cholerika, ktorý má prudkú povahu **a** ako šľava v jeho tele dominuje žlč (staroveký lekár Galén rozdelil ľudí podľa prevažujúcich štiav v organizme na sangvinikov, melancholikov, flegmatikov **a** cholericov – pozn. red.).

- Keďže pečeň funguje ako čistiareň, idú cez ňu aj všetky lieky, čo pojeme. Je napríklad pri bolesti kĺbov **pre** ňu šetrnejšie natrieť si ich masťou, alebo dať si tabletku? „Ide“ aj masť cez pečeň?

Liečivá masť, krém či gél účinkuje tak, že prenikne cez kožu do podkožných častí, do obalov kĺbu, ba i priamo do kĺbu. Z miesta pôsobenia sa liek alebo jeho spodina dostáva do obehu **a** krvou do pečene. Cez kožu sa dá aj otráviť, no liečivou masťou je to prakticky nemožné. Nevie, ako by dopadla Marilyn Monroe, keby sa jej splnil sen vykúpať sa vo vani plnej voňavky Chanel 5.

- Občas sa spomínajú prípady ľudí, ktorí sa predávkovali liekom, ktorý obsahoval účinnú látku paracetamol, **a** zlyhala im pečeň.

Liečili sme veľa pacientov s otravou paracetamolom, ktorá je učebnicovým príkladom na predávkovanie sa liekmi. V odporúčaných dávkach je neškodný, ale ak sa presiahnu, pritom to nie je až tak veľa – už od dávky desať tabliet, najmä v kombinácii s alkoholom – môže to byť veľmi nebezpečné. Aj množstvo liekov, ktoré ľudia správne užívajú, poškodí pečeň, ale iným mechanizmom. Nie je to množstvom účinnej látky, ale nesprávnou imunitnou reakciou v organizme voči pečení. Čiže môžeme užívať napríklad antibiotikum presne podľa predpisu, **a** na tretí deň nastane poškodenie pečene, ktoré môže mať niekedy veľmi ťažký priebeh. No nielen antibiotiká, ale i analgetiká, protizápalové lieky **a** mnohé ďalšie môžu poškodiť pečeň, hoci aj pri predpísaných dávkach.

- Je dobre popri nich užívať aj nejaké lieky na pečeň?

Máte na mysli užívanie hepatoprotektív, to sú lieky, čo chránia pečeň pred poškodením. Toto bolo časté odporúčanie v minulosti, no dnes nemožno povedať, že by bola nejaká účinná ochrana proti poškodeniu pečene. Podobnou zásadou sa riadia ľudia, ktorí pijú veľa alkoholu **a** pritom užívajú niektoré výživové doplnky, voľnopredajné lieky, alebo im ich predpíše lekár **a** majú čisté svedomie, že môžu ďalej piť. Poškodenie pečene sa však dá odstrániť iba tak, že sa odstráni jeho príčina. Pri alkohole je to alkohol, pri vírusovej hepatitíde vírus, pri tukovej chorobe pečene nadmerný prísun živín. Cirhóza pečene pretrváva aj po odstránení príčiny, no aj tu sa preruší aspoň ďalšie poškodzovanie **a** spomalí sa zhoršovanie choroby. Napríklad kortikoidy, ktoré tlmia imunitné reakcie, sa podávajú pri autoimunitnej hepatitíde, pri alkohole sa bezpodmienečne musí dodržiavať abstinencia, tá je na záchranu pečene nevyhnutná. Ak sa to podarí, pečeň sa už potom sama zregeneruje. Ak sa napríklad pri hepatitíde B alebo hepatitíde C odstráni vírus, odstráni sa aj jeho škodlivé pôsobenie.



V súčasnosti už sú takéto lieky všeobecne k dispozícii.

- Ľudia však často robia chybu, že napríklad pri chrípke kombinujú paracetamol s rôznymi šumivými tabletami na zníženie teploty, ktoré však takisto obsahujú paracetamol, **a** takto sa nevedomky predávajú.

To je veľmi nebezpečné. Mali sme pacienta, ktorý mal práve **pre** toto ťažké poškodenie pečene. Užíval naraz lieky s rozličnými názvami proti bolesti, horúčke, nevedomil si, že užíva tú istú látku v rozličných liekových formách, **a** predávkoval sa.

- Ako sa prejaví zlyhanie pečene?

Pečeň má rozličné funkcie, ktoré možno rozdeliť na dve základné skupiny: prvá je detoxikačná – odbúrava splodiny, druhá je syntetická – produkuje organické látky. Uvediem príklad: jednou zo syntetických funkcií pečene je tvorba koagulačných faktorov – krvná zrážanlivosť je dobrá iba pri dostatočnej funkcii pečene. Ak pečeň zlyháva, človek začne krváčať z rozličných miest.

- Čiže človek príde na pohotovosť s tým, že krváča, **a** lekári mu zistia zlyhanie pečene?

Tak to pokojne môže byť. Pri akútnom zlyhaní pečene môže byť neutíchajúce krvácanie po poranení, alebo spontánne sliznicové či podkožné krvácanie. No poruchy zrážanlivosti sú aj pri chronických chorobách pečene, osobitne pri cirhóze, keď môže nastať situácia ohrozenia života. Pacient môže masívne krváčať – i vykrváčať – z pažerákových varixov.

- Ako sa dá pečeň po zlyhaní naštartovať? **A** kedy je už neskoro?

Ak nastalo zlyhanie pečene, treba okamžite odstrániť príčinu – liek, alkohol, autoimunitný útok či útok vírusu. Treba preklenúť niekoľko dní až týždňov do obdobia, keď v pečeni prevážia regeneračné procesy **a** pečeň opäť nadobudne svoje funkcie: vysadzujú sa všetky lieky, ktoré by mohli pečeň zaťažiť, **a** ponechávajú sa iba život zachraňujúce, dodávajú sa živiny, vitamíny, minerály **a** stopové prvky vo formách, ktoré pečeň ľahko spracúva. Niekedy sa krátkodobo používa eliminačná liečba – tu je analógia s hemodialýzou, ktorú poznáme pri zlyhaní obličiek. Ak sa preklopenie nepodarí, jedinou záchranou je urgentná transplantácia pečene.

- Čo sa deje s pečeňou pri otrave hubami?

Otravy hubami sú rozličné. Väčšina toxických húb postihuje tráviacu trubicu – žalúdok **a** črevo, niektoré pečeň **a** niektoré – pomerne zriedkavo – obličky. Mnohé toxické huby postihujú nervový systém. Najzávažnejšie poškodenie pečene spôsobujú huby, ktoré obsahujú amanitín, resp. amatoxín.

- Napríklad muchotrávka zelená je smrteľne jedovatá, no sú prípady prežitia. Šlo o malú dávku toxínu amanitínu alebo o šťastie?

Pri otrave muchotrávkou zelenou je rozhodujúca dávka toxínu, čiže veľkosť požitého množstva či huby. Druhým faktorom prežitia je rýchlosť prvej pomoci. Liečba otravy je štandardizovaná, má presne určené pravidlá aj súslednosť jednotlivých opatrení: okamžitý výplach žalúdka, vyvolanie hnačky, ak ju nespôsobila sama otrava, živočíšne uhlie, infúzie s megadávkami silibinínu, dopĺňajúca liečba. Ak sa pomoc dostane zavčas, pacienta vieme zachrániť. Veľkým problémom je, že príznaky tejto otravy sa zjavujú až po šiestich až dvanástich hodinách od zjedenia húb, čo môže **pre** pacienta znamenať riziko úmrtia. Výnimočne sa aj tu vykonáva urgentná transplantácia pečene.

- V posledných desaťročiach sa pomerne často spomína pásomnica líščia, ktorá parazituje človeku v pečeni, kde vytvára cysty.

V rámci Slovenska je to zatiaľ pomerne zriedkavá, ale nebezpečná choroba. Ide o dve cystické choroby **a** o dva príbuzné červy: Echinococcus granulosus vyvoláva hydatidózu **a** Echinococcus multilocularis vyvoláva alveolárnu echinokokózu. Druhá z nich, alveolárna echinokokóza, predstavuje veľmi vážny problém, lebo, hoci je to infestácia s usadením červa v pečeni, obrazne povedané, pôsobí vlastne ako veľmi pomaly rastúci zhubný nádor. Môže vytvárať druhotné ložiská vo veľkých cievach, v pľúcach, v mozgu **a** v ďalších orgánoch, i v koži.

- Nie je to zriedkavé len tým, že mnoho ľudí ani nevie, že to v sebe má?

Presne tak, alveolárna echinokokóza je dlho bezpríznaková. Sú endemické oblasti, kde sa najmä v minulosti vyskytovala veľmi často, ako je to v nízkych Alpách, napríklad vo Franche-Comté vo Francúzsku, kde som v univerzitnej nemocnici pôsobil sedem rokov **a** kde ochoreli stovky obyvateľov zo zberu lesných plodov v lesoch s nakazenými líškami. Počty podstatne klesli po správnej edukácii obyvateľstva. Na územie Slovenskej republiky sa infikované líšky zrejme dostali prebehnutím z Rakúska.

- Dajú sa takéto cysty z pečene odstrániť?

Odstaňujú sa chirurgicky, ak je to technicky možné. Cysty alebo väzivové tkanivo sa v pečeni rozrastajú. Ak je postihnutie rozsiahle, alebo je v blízkosti veľkých ciev, tak nie.



- Z čoho ešte vznikajú cysty v pečeni?

Sú takzvané biliárne cysty, resp. jednoduché, tenkostenné cysty. Ide o náhodný nález v pečeni pri vyšetrení ultrazvukom. Tieto cysty v drvivej väčšine nespôsobujú nijaké príznaky **a**, obrazne povedané, sú „ozdobou“ pečene. Je to vývojová anomália. Existuje však aj závažná forma tenkostenných cýst, **a** to je dedičná choroba, pri ktorej sú polycystické obličky. Táto choroba vedie k zániku obličiek **a** pri nej sa často nájdu aj početné cysty v pečeni. Zriedka vedú k jej zlyhaniu, ale obličky zlyhávajú pravidelne, takže býva nevyhnutná transplantácia obličky.

- Môže sa tenkostenná cysta zvrhnúť na rakovinu?

Nie.

- Aká je dĺžka prežitia pri rakovine pečene?

Závisí od štádia, v ktorom sa primárna rakovina pečene zistí **a** začne liečiť. Keďže sa zvyčajne vyskytuje v cirhóze pečene, závisí to aj od štádia cirhózy. Pri malých nádoroch sa odstraňuje chirurgicky, transplantáciou pečene, alebo sa použije rádioterapeutická ablácia – zničenie tkaniva ultrazvukom **a** horúčavou. Pri väčších nádoroch sa používa liečebná embolizácia cez tepnový systém pečene, protinádorová liečba v infúziách **a** tabletkách.

- Najmä obézni ľudia majú stukovatenú pečeň. Môže sa pečeň takého tuku zbaviť, teda doslova schudnúť?

Ak obézny človek podstatne schudne, tuk sa z pečene odstráni. Tuk v pečeni je v súčasnosti druhou najčastejšou príčinou závažných chorôb pečene. Prvou príčinou je alkohol **a** druhou preťaženie pečene tukom, pri ktorom vzniká nealkoholová tuková choroba pečene. Tá ide ruka v ruku s obezitou, cukrovkou **a** vysokou koncentráciou tukov v krvi.

- Sú ľudia, ktorí nemajú problém jesť čokoládky, často i nezdravé jedlá, **a** napriek tomu majú dobré hepatálne – pečenné testy. Ako je to vlastne s tukmi? Je to metabolizmom?

Samozrejme. Hyperlipidémie (zvýšená hladina tukov v krvi – pozn. red.) sú často na dedičnom podklade, **a** keď sa k tomu pripoja ďalšie faktory, ako sú napríklad obezita, nadmerný prísn živín, konzumácia veľkého množstva cukrov, vtedy nastanú problémy.

- Je pečeň jediný orgán, ktorý dokáže dorásť?

Medzi ľuďmi sa to tak hovorí. Čo sa týka objemu, pečeň dorastie, ale už nedorastie štruktúra, ktorá tam bola, **a** architektúra pečene je tak zmenená. Pri niektorých chorobách sa bežne odstraňujú dva segmenty ľavého laloka, pečeň potom dorastie do pôvodného objemu **a** regenerácia sa sama zastaví. Ale množstvo iných buniek v organizme sa obnovuje, napríklad črevná sliznica.

- Lenže samotná črevná stena nedokáže dorásť...

Nie, ale črevná sliznica áno **a** denne jej časť, ktorú už organizmus použil, vylučujeme stolicou.

- Z akého najmenšieho kúska by pečeň dokázala dorásť?

Štúdie ukázali, že na to, aby pečeň fungovala, stačí jedna jej sedmina až jedna pätina. Čiže, ak sa zachová jedna pätina, tak sa pečeň zregeneruje.

- Už druhý rok tu máme covid **a** štatistiky neustále upozorňujú, že sa zvýšila spotreba alkoholu. Aký dosah to môže mať na slovenské pečene?

Z hľadiska formy poznáme dvojaké nadmerné pitie alkoholu. Prvé je každodenné pitie **a** druhé je nárazové, ak človek napríklad celý pracovný týždeň nepije **a** zvykne si vypiť nadmerné množstvo alkoholu cez víkend. Z hľadiska kultúrneho alebo spoločenského je tradičné pitie Slovákov, ktoré pramení v tradičnom spôsobe života **a** vo fyzickej práci. Pálili sme pálenku, dorábali sme víno **a** u časti ľudí oddávna vznikala závislosť. Okrem toho je tu nový typ spoločenského pitia, ktorý prichádza zo Západu. Klasické slovenské pitie je víno. Koncentrát – pálenka sa pila spoločenským spôsobom, ale i na zahriatie. Pivo sa historicky presadzovalo z Česka so zámerom jednak nahradiť pálenku, jednak zvyšovať jeho odbyť. Moderné spoločenské pitie, to je vplyv reklamy **a** importu alkoholu, najmä destilátov – dnes sa pijú whisky **a** rum.

- Myslím si, že problém je aj v tom, že sa zavreli krčmy. Ľudia si narobili zásoby alkoholu **a** namiesto jedného-dvoch pív po robote ho majú zrazu doma poruke vo veľkom množstve...

Samozrejme, ak je zásoba, tak to láka.

- Máme za sebou vianočné sviatky **a** silvestrovské oslavy. Existuje nejaká rada, ako by sa mali dať ľudia do poriadku po takýchto záľahoch?





To je ten problém: niektorí ľudia liečia dôsledky svojho konania, pričom najdôležitejšia je prevencia. Odcitujem dvestoročný recept katolíckeho kňaza Juraja Fándlyho: „Užívaj každý deň štyri piluly: dobré svedomie, veselosť srdca, miernosť v jedle **a** nápoji **a** mierny pohyb alebo prechádzku.“ Keby sme sa riadili takýmito receptami, koľko vagónov liekov by sa ušetrilo!?

- Hovorí sa, že na regeneráciu pečene je výborný tvaroh. Je to pravda?

V rekonvalescencii alebo pri závažnom akútnom poškodení pečene je tvaroh vynikajúca potravina, lebo pečeň ju ľahko spracúva. Je súčasťou aj prísnej pečenej diéty. Na regeneráciu poškodenej pečene však nemá vplyv.

- Niektorí ľudia takto klamú hepatálne testy. Pár dní pred odberom krvi jedia tvaroh **a** potom majú lepšie výsledky.

(smiech) Robia to, no neviem prečo. Pečeň vie spracovať širokú škálu potravín, no ak je poškodená, treba odstrániť príčinu poškodenia. Namiesto klobásy **a** piva mať ľahšiu stravu, dať si varené kuracie mäso s varenými zemiakmi. To, že sú sviatky **a** hostiny, je správne. Hostina znamená, že si doprajeme viac dobrôt než zvyčajne. No vianočné sviatky nie sú iba hostina, predchádza im advent **a** pôst. To isté je aj na Veľkú noc, predtým sa drží veľký pôst.

- Lenže dnes je pôst skoro cudzím slovom...

Áno, cudzím slovom v konzumnom mediálnom priestore. To je psychologický ťah. Možno aj preto narastá konzumácia jedla i pitia alkoholu. Určite ste si všimli, že vianočné pesničky zaznievajú už dva mesiace pred Vianocami, ale končia sa na Vianoce, keď sa končí nákupná horúčka. Pritom vianočné obdobie je od polnoci Štedrého dňa po Troch kráľov, či nie?

- Internet je plný rôznych „zaručených“ receptov na očistu pečene. Môže si tým človek uškodiť?

Vždy sa nad tým pousmejeme, pretože to by znamenalo, že máme špinavú pečeň, keď ju máme prečistiť. Samozrejme, môžeme ju mať zanesenú tukom či zapratanú alkoholom. Vtedy je prečistenie jednoduché: nejem masné jedlá **a** nepijem alkohol. Okrem toho, že pečeň prečisťuje organizmus, dokáže sa aj sama očistiť. Je to jej najlepšia vlastnosť.

„Moderné spoločenské pitie – whisky **a** rum.“ „Tuk v pečeni je druhou najčastejšou príčinou chorôb.“ „Poškodiť pečeň môžu aj lieky užívané podľa predpisu.“ „Liečili sme veľa pacientov s otravou paracetamolom.“ „Využije **a** spracuje ho iba do istej miery.“

Čo sa týka poškodenia pečene, je na prvom mieste alkohol. Nadmerné množstvo ničí pečenej bunky **a** ak sa človek nespamätá, v cieľi ho čaká cirhóza.

Pečeň sa nachádza pod pravým rebrom. Sama osebe nebolí, no ak sa zväčší, tlačí na obal, v ktorom sú nervy.

#### ŠTÁDIÁ POŠKODENIA Pečene

zdravá pečeň stukovatená pečeň fibróza pečene cirhóza pečene rakovina pečene Pečeň spracúva všetko, čo zjeme, teda aj lieky. Ak sa napríklad predávkujeme obyčajným paracetamolom, zlyhá **a** hrozí nám smrť.

Muchotrávka zelená je smrteľne jedovatá, podobne aj muchotrávka biela. Obe obsahujú toxín amanitín, ktorý spôsobuje zlyhanie pečene. Ak máte nadváhu, chuť do jedla ako kobyľka **a** napchávate sa najmä vysokokalorickými jedlami, vaša pečeň je jednou nohou v hrobe. Je totiž stukovatená, **a** keby ste ju videli, do smiechu by vám nebolo. V posledných desaťročiach sa aj u nás vyskytla pásomnica líščia, ktorá sa s obľubou vyvíja v pečeni. Môžeme ju získať, ak v lese zjeme napríklad neumyté jahody.

Prof. MUDr. ŠTEFAN HRUŠOVSKÝ, CSc., Dr. SVS. (67)

Zmaturoval na Carnotovom lýceu v Dijone vo Francúzsku **a** medicínu vyštudoval na LF UK v Bratislave. Pôsobil ako pedagóg na Fakulte medicíny **a** farmácie, Université Franche-Comté, Francúzsko (1989 – 1996), na Slovenskej zdravotníckej univerzite v Bratislave (1996 – 2017), na **Lekárskej fakulte UPJŠ** v Košiciach (od 2018 doteraz) **a** na VŠZaSP sv. Alžbety v Bratislave (od 2017 doteraz). Je vedúcim Hepatobiliárneho centra, NsP Štefana Kuku v Michalovciach **a** pracuje aj v poliklinike v Mlynskej doline v Bratislave. Je členom niekoľkých lekárskejších organizácií, Matice slovenskej **a** OZ Rastic **a** v rokoch 2015 až 2018 bol viceprezidentom Slovenskej hepatologickej spoločnosti SLS. Je držiteľom striebornej medaily SLS, Déerovej ceny **a** ceny Literárneho fondu.

Foto: Peter Mayer Foto: Shutterstock Foto: Shutterstock Foto: Peter Mayer

Autor: Dan Himič



## ako je to naozaj [↗](#)

☑ 31. 12. 2021, Zdroj: **HN magazín**, Strany: 12, 13, Vydavateľ: **MAFRA Slovakia, a.s.**, Autor: **Lucia Ležovičová**, Sentiment: **Negatívny**, Téma: **Fakulty a ústavy UPJŠ**, Kľúčové slová: **Lekárska Fakulta UPJŠ**

AVE: 6500 Eur

Rubrika: ako je to naozaj|

Diskutujeme veľa **a** prudko Otec je ťažký protivník

Jeden si vie zachovať chladnú hlavu, druhý rýchlo vzplanie. Spája ich láska k medicíne aj manažovanie kliniky. Otec **a** syn, lekári Andrej st. **a** Andrej ml. Jenčovci.

### DETSTVO

Andrej st.: Už keď bol Andrej malý, tak som videl, že má záujem o prácu, **a** navyše, bol veľmi zručný. Zdalo sa mi, že by mohol byť dobrým kardiochirurgom (smiech). Andrej ml.: V roku 1994 prišiel do Košíc legendárny futbalista Pelé. Otec slúžil na štadióne ako lekár záchrannej služby. záchrannej službe **a** pôsobil na štadióne ako lekár. Ja som tam bol, samozrejme, s ním tiež **a** Pelé mi podal ruku. Povedal som si, že aj ja chcem byť lekárom **a** chodiť na futbal.

Andrej st.: Deti všade chodili so mnou. Keď som slúžil, tak som ich bral na záchranku aj do nemocnice. Andrej ml.: Na nemocnici ma úplne fascinoval pach dezinfekcie. Dnes je to kvôli covidu všade, no ako dieťa som si dezinfekciu spájal práve so zamestnaním mojich rodičov. Andrej st.: Už od malička som na ňom videl, že nech by si vybral akékoľvek zamestnanie, bude z neho šikovný **a** čínorodý človek. Andrej ml.: **Pre** medicínu som sa nakoniec rozhodol po tom, ako som sledoval záchrannú akciu po dopravnej nehode pri Morskom oku. Na vlastné oči som videl, ako sa vyťahuje jazyk, rieši bezvedomie, zafixovanie.

Andrej st.: Nebál si sa krvi, **a** kto raz pričuchne k erytrocytom, už mu niet pomoci. Andrej ml.: Okrem toho sme chodili s otcom na poľovačky **a** tam som sa pri rozoberaní zveri učil anatómiu. Andrej st.: Vidíš, **a** dnes si práve ty prvotriednym rozoberačom.

### PODOBNÉ **A** ROZDIELNE

Andrej ml.: Otec je skúsenejší **a** vie si zachovať chladnú hlavu, ja to často ešte nedokážem. Mnohé veci, často aj hlúposti, ma dokážu vytočiť **a** zdvihnúť mi tlak. Nemám rád zákulisné hry **a** ľudí bez chrbtovej kosti.

Andrej st.: Mňa už len tak ľahko niečo nerozháďe. Dlhé roky som bol dekanom fakulty aj predsedom univerzitného senátu na **Univerzite Pavla Jozefa Šafárika**. Som vychovaný starou školou **a** absolvoval som aj rôzne manažérske tréningy, kde ma naučili, že to, čo neviem ovplyvniť, tým sa ani nemám trápiť. Treba iba konať **a** vedieť si priznať chybu.

### (SPOLU)PRÁCA

Andrej st: Bol som prednostom kliniky v štátnej nemocnici. Vzdal som sa svojej funkcie **a** nastúpil som na post riaditeľa našej súkromnej kliniky, kde je prednostom môj syn, čiže je môj podriadený.

Andrej ml.: **A** aby toho ešte nebolo málo, v rámci pedagogických aktivít otcovi šéfujem ja. Andrej st.: Na fakulte som iba garantom odboru, syn mi podpisuje dovolenku **a** musím ho počúvať. **A** na klinike zase on mňa. Tam máme jedno riadiace pracovisko s dvomi kreslami. Andrej ml.: Ak sa s otcom nezhodneme, musím využiť všetky moje presvedčovacie **a** argumentačné schopnosti. Je veľmi ťažkým protivníkom. Už sa stal prípad, keď som ho musel presvedčiť, že **pre** pacienta bude najlepší iný liečebný postup, ako si myslel on. Raz som chcel v maxilofaciálnej chirurgii použiť podtlakový systém, ktorý sa bežne využíva napríklad v brušnej chirurgii, **a** otec s tým zásadne nesúhlasil. Andrej st.: Rozumiem tomu, že existujú nové, moderné metódy, no pri nich sa nesmie zabúdať ani na osvedčené prístupy. Andrej ml.: Nakoniec som dostal povolenie **a** všetko sa podarilo **a** o tomto prípade som prednášal na kongrese. Andrej st.: Treba si všetko vykonzultovať, možno aj prudšie, **a** pri diskusii sa vygenerujú myšlienky, ktoré nás posúvajú.

### HÁDKY

Andrej ml.: Voláme to skôr veľmi rázne výmeny názorov. Andrej st.: V práci nikdy neriešime naše súkromné problémy, to si nechávame na doma. Andrej ml.: Na druhej strane, doma často riešime problémy z práce. Pri obede alebo na oslave bežne sklzneme do nemocničných debát. Andrej st.: Našťastie, väčšinou nás zastavia naše domáce šéfky – manželky.

### VOĽNÝ ČAS

Andrej st.: Keď si chcem oddýchnuť, mám veľký poklad, **a** to sú moje vnúčatá. Pri nich mladnem. Andrej ml.: Ja mám voľných dní hrozne málo **a** manželka sa už na to začína sťažovať... Našťastie, je veľmi trepezlivá **a** akceptuje moju potrebu ísť občas na poľovačku, kde vypnem **a** usporiadam si myšlienky. Okrem toho si cez víkend rád zájdem na strelnicu, ktorá na mňa pôsobí antistresovo.

Andrej Jenča st.



Profesor, vedec, **vysokoškolský** pedagóg **a** lekár. Na **lekárskej fakulte** je garantom odboru. V Košiciach riadi súkromnú modernú kliniku stomatológie **a** maxilofaciálnej chirurgie Akadémia Košice.

Andrej Jenča ml.

Je prednostom Kliniky stomatológie **a** maxilofaciálnej chirurgie **Lekárskej fakulty UPJŠ** **a** Akadémia Košice. Špecializuje sa na rekonštrukčnú chirurgiu, výskum **a** vývoj nových liečebných postupov **a** materiálov.

Autor: Text: Lucia Ležovičová Foto: Pavol Funtál



## Dekani lekárskech fakúlt: Krst ohňom absolvovali aj naši študenti. Od počiatku pandémie boli v prvej línii

30. 12. 2021, 9:00, Zdroj: [mediweb.hnonline.sk](https://www.mediweb.hnonline.sk), Vydavateľ: MAFRA Slovakia, a.s., Autor: Jana Andelová, Sentiment: Ambivalentný, Téma: Fakulty a ústavy UPJŠ, Kľúčové slová: Daniel Pell

Dosah: 1 166 GRP: 0,03 OTS: 0,00 AVE: 225 Eur

Dekani **lekárskych fakúlt**: Krst ohňom absolvovali aj naši študenti. Od počiatku pandémie boli v prvej línii

Covid priniesol do našich životov veľa negatívnych emócií, ako je strach, zlosť, bolesť, sklamanie či znechutenie, **a** to nielen zo samotného pôvodcu ochorenia **a** jeho dôsledkov, ale aj zo šíriteľov bludov, z politiky či bežných ľudí okolo nás, ktorým občas prestávame rozumieť, hovorí dekan košickej **lekárskej fakulty**.

Ako sme vás informovali, pandémia Covid-19 ovplyvnila celý svet. Významne zasiahla do životov zdravotníkov. Tí za svoju obetavosť v starostlivosti o pacientov nedostávajú len slová vďaky.

Poďakovanie im adresovali, napríklad vedenie zdravotných poisťovní či prezidentka Asociácie na ochranu práv pacientov. Prečítať si o tom môžete tu.

Ako vidia situáciu svojich kolegov **a** čo im odkazujú dekanı slovenských **lekárskych fakúlt**?

Prof. MUDr. Andrea Čalkovská, DrSc.

dekanka Jesseniovej **lekárskej fakulty** UK v Martine

Čo odkážem zdravotníkom? Že majú môj obdiv. Želám im veľa síl, trpezlivosti **a** veľa vyliečených pacientov. Mrzí ma len, že sa ocitli v situácii, s ktorou nikto nepočítal **a** na ktorú ani my svojich študentov nepripravujeme.

Nevďačnosť, egoizmus **a** agresivita niektorých ľudí, ktorým zdravotníci tiež pomáhajú, sú nepochopiteľné **a** desivé. Verím, že ten obrovský tlak vydržia, pretože túto pandémiu zvládneme len vďaka nim.

Prof. MUDr. Juraj Šteňo, DrSc., IFAANS

Zdroj: TASR - Dano Veselský

dekan **Lekárskej fakulty** Univerzity Komenského (UK) v Bratislave

Poskytovanie zdravotnej starostlivosti je často fyzicky **a** najmä psychicky veľmi namáhavé. V krízových situáciách, napríklad pri prírodných katastrofách, sa záťaž na prechodný čas neúmerne zvyšuje. Pandémia Covid-19 nás však sužuje už takmer dva roky **a** prinútila mnohých siahnuť až na dno svojich síl.

Počas nočných služieb som opakovane zažil situácie, keď na kliniku boli prijatí dvaja pacienti v urgentnom stave **a** museli sme sa rozhodnúť, koho budeme operovať skôr **a** kto môže počkať. Zriedka však okamžitá operácia nutná **pre** záchranu života bola potrebná u obidvoch pacientov rovnako.

Vtedy sme situáciu riešili tak, že sme urgentne zavolali ďalších lekárov **a** sestry z ich osobného voľna. Nikdy som nezažil situáciu, že by sme niekomu neposkytli urgentnú pomoc, keď ju potreboval.

S triážou pacientov vo forme neposkytnutia maximálnej možnej lekárskej pomoci som sa v minulosti stretol len teoreticky, **a** to v rámci absolvovania vojenskej prípravy počas štúdia na LF UK, ktorá bola vtedy súčasťou povinnej základnej vojenskej služby.

Vojenský lekári nás učili, že úlohou lekára (podľa predpisu toho najskúsenejšieho) na prijímacom **a** triediacom oddelení poľnej nemocnice je rozhodnutie, ktorého zraneného treba ošetriť ihneď, kto na lekársku pomoc počká **a** koho už netreba ošetrovať, lebo so zraneniami, ktoré utrpel, nemá nádej na prežitie. Pripadalo mi to ako vo filme.

V praxi som sa s rozhodovaním o urgentnom chirurgickom výkone stretával predovšetkým u pacientov s poranením mozgu. Vždy som sa rozhodoval postupovať aktívne, aj vtedy, keď zranený mal už takmer len teoretickú šancu na prežitie. Aj takých pacientov sa nám zriedka podarilo zachrániť, niekedy aj s dobrou kvalitou ďalšieho života.

Teraz, počas pandémie, si niekedy predstavujem, ako by som znášal situáciu, keby som musel rozhodnúť, že niekto nebude napojený na umelú ventiláciu pľúc, lebo na prístroj treba pripojiť iného pacienta s väčšou pravdepodobnosťou prežitia.

Psychická záťaž lekára je vtedy najvyššia. Zdravotnícki pracovníci, ktorí sú takému enormnému stresu vystavení, si zasluhujú najvyššie uznanie **a** poďakovanie. Poďakovanie si zaslúžia aj pracovníci z teoretických **a** predklinických ústavov, tak z našej **Lekárskej fakulty** UK v Bratislave, ako aj z ostatných **lekárskych fakúlt**.



Do boja proti pandémie sa zapájali počas testovania, pomáhali organizovať prácu ako členovia krízových štábov, či už v rámci fakulty, univerzity alebo aj v celoštátnych komisiách. Prínos vedeckých pracovníkov univerzít **a** vedeckých inštitúcií pracujúcich v oblasti biomedicínskeho výskumu mnohí pochopili až teraz, počas obdobia pandémie.

Krst ohňom absolvovali aj naši študenti. Od počiatku prvej vlny pandémie boli v prvej línii. Pracovali v tímoch testujúcich na Covid-19, pomáhali v DSS aj v nemocniciach, pri očkovaní, v súčasnosti sú pripravení nastúpiť priamo na covidové oddelenia. Naši lekári, zdravotné sestry aj ostatní zdravotnícki pracovníci ukázali, že konštatovanie, že zdravotnícka profesia nie je len povoláním, ale poslaním, nie je fráza.

Nesmierne ma však potešil aj postoj študentov našej fakulty. Ani na chvíľu nezaváhali, keď bolo treba pomôcť. Ukázali, že sú aj morálne pripravení na svoje celoživotné poslanie. Som na nich hrdý, zaslúžia si vďaka celej spoločnosti.

Prof. MUDr. **Daniel Pella**, PhD.

dekan **Lekárskej fakulty Univerzity Pavla Jozefa Šafárika** v Košiciach

Laická verejnosť si vyťaženosť zdravotníckych pracovníkov bežne neuvedomuje, kým sa s touto situáciou nestretnú tvárou v tvár priamo v nemocnici. Kto už môže lepšie chápať náročnosť práce v zdravotníctve, obzvlášť v tomto období, ak nie my zdravotníci?

Preto veľmi rád využívam tento priestor na podporu všetkých mojich kolegov, ktorí si v týchto náročných dňoch (ale aj týždňoch **a** mesiacoch, ktoré sa, žiaľ, stále nekončia) vykonávajú svedomito svoju prácu **a** pomáhajú pacientom, či už na kovidových pracoviskách, alebo na „bielych“ oddeleniach, kde je **pre** Covid-19 takisto väčší nápor pacientov ako obvykle.

Ďakujem všetkým zdravotníkom za ich každodenný boj s bolesťou **a** chorobou ako človek **a** ďakujem im aj ako dekan **lekárskej fakulty** za to, že popri praktickej medicíne **a** záchrane ľudského zdravia **a** životov odovzdávajú ďalej svoje vedomosti **a** zručnosti menej skúseným kolegom alebo ako lekári pôsobiaci v školstve svojim študentom.

Budeme ich veľmi potrebovať. Obzvlášť ďakujem tým, ktorí si aj v tejto neľahkej situácii zachovávajú nielen chladnú hlavu, ale aj optimistický pohľad na svet **a** dokážu šíriť pozitívnu energiu aj na ľudí okolo.

Covid totiž priniesol do našich životov veľa negatívnych emócií, ako je strach, zlosť, bolesť, sklamanie či znechutenie, **a** to nielen zo samotného pôvodcu ochorenia **a** jeho dôsledkov, ale aj zo šíriteľov bludov, z politiky či bežných ľudí okolo nás, ktorým občas prestávame rozumieť...

Charlie Chaplin povedal: „Priveľa myslíme **a** primálo cítime. Viac ako stroje potrebujeme rozum. **A** viac ako rozum potrebujeme láskavosť **a** miernosť. Bez toho zvlčíme **a** stratíme všetko.“

Teší ma, že si mnohí zdravotníci aj v tomto období, napriek tomu čo všetko vidia **a** zažívajú, zachovávajú nielen svoju profesionalitu, ale dobrotu **a** ľudskosť. Veľká vďaka **a** česť všetkým!

Autor: Jana Andelová