

Anna Nowak

# RAPORT

indywidualny

02-04-2013

[naszlekarz.net](http://naszlekarz.net)

**Poniższy raport przedstawia prawdopodobieństwo występowania danych jednostek chorobowych w Twoim organizmie.**

**Dowiesz się, czy symptomy Ci towarzyszące wymagają pilnej konsultacji z lekarzem. Przeczytasz najważniejsze informacje o chorobach, które mogą Ci dolegać. Poznasz ich objawy, możliwości i sposoby leczenia, oraz zachowania prewencyjne, które pozwolą Ci uniknąć ich w przyszłości.**

### Suche oko

#### **Prawdopodobieństwo: 70%**

Łzy wydzielane są przez gruczoł łzowy. Odpowiadają one za prawidłowe funkcje optyczne oka, dostarczają również składników odżywczych do rogówki i odpowiadają za jej metabolizm, chronią przed infekcjami, umożliwiają mruganie. W okulistyce istnieje pojęcie filmu łzowego który składa się z trzech warstw: tłuszczowej, śluzowej, wodnej. Do zaburzeń warstw filmu łzowego dochodzi po oparzeniach chemicznych oczu, w trakcie przewlekłych, bakteryjnych, wirusowych lub alergicznych zapaleń spojówek i rogówki w chorobach z autoagresji (np. łuszczyca, pemfigoid, pęcherzyca). Dużą rolę odgrywają także długotrwała praca przed komputerem, oglądanie telewizji, przebywanie w pomieszczeniach klimatyzowanych, zbyt długie czytanie, noszenie soczewek kontaktowych. Gdy dochodzi do zaburzeń ilościowych i jakościowych filmu łzowego odczuwamy dyskomfort określany jako "zespół suchego oka". Skutkiem tego schorzenia może być trwałe uszkodzenie rogówki i spojówki, spowodowane niewystarczającym nawilżeniem powierzchni oka. Podstawowe objawy to: uczucie dyskomfortu, pieczenia, łzawienia, nadwrażliwość na światło, uczucie zmęczenia, ciężkości powiek, suchości w oczach i tendencja do sklejanía powiek. Objawy szczególnie nasilają się w nocy i rano po przebudzeniu.

### Anemia

#### **Prawdopodobieństwo: 35%**

Anemia to potoczna nazwa niedokrwistości, czyli zbyt małej ilości hemoglobiny w erytrocytach (krwinkach czerwonych), bądź zbyt małej ilości samych tych krwinek. Wyróżnia się różne rodzaje anemii. Przyczyn anemii jest bardzo wiele. Może być ona spowodowana utratą dużej ilości krwi, zbyt małą ilością czerwonych krwinek lub skończonym czasem ich życia z powodu niedoborów pewnych substancji takich jak żelazo, witamina B12, kwas foliowy. Anemia może także wynikać z wrodzonych predyspozycji i nieprawidłowej budowy erytrocytów. Anemia częściej występuje u kobiet z powodu utraty u nich dużej ilości krwi podczas miesiączki. Anemia to także częsta przypadłość kobiet w ciąży za co winić należy spadek androgenów niezbędnych w produkcji czerwonych krwinek. Do charakterystycznych objawów anemii należy zaliczyć błądź, osłabienie, bóle głowy, zmęczenie, spadek odporności, mroczki przed oczami, duszności, omdlenia czy stany podgorączkowe. Mogą wystąpić krwawienia z nosa, mocz o ciemnym zabarwieniu i krew w stolcach. Bardzo często niedokrwistość towarzyszy chorobom przewlekłym: nowotworom, przewlekłym zakażeniom bakteryjnym, pasożytniczym, grzybiczym, chorobom o podłożu autoimmunologicznym. Przyjmowanie preparatów zawierających żelazo wymaga konsultacji z lekarzem, ponieważ jego przedawkowanie jest szkodliwe dla organizmu, objawia się wymiotami, krwawą biegunką, podwyższeniem temperatury, żółtaczką, śpiączką, lub drgawkami. Wchłanianie żelaza utrudniają kofeina, napoje gazowane, czarna herbata i preparaty wapnia, a ułatwia witamina C dlatego też podczas leczenia anemii zaleca się picie dużej ilości soków owocowych, szczególnie cytrusowych. Anemię można zdiagnozować wykonując morfologię krwi. W przypadku potwierdzenia anemii lekarz zaleci leczenie, które najczęściej polega na suplementacji żelazem i witaminą B12. Konieczne jest zastosowanie diety bogatej w te składniki (mięso, ryby, podroby, jaja, kasze), dodatkowo należy włączyć do diety produkty bogate w

kwas foliowy (zielone warzywa liściaste - kapusta, szpinak, cytrusy) i witaminę C ułatwiającą przyswajanie żelaza.

Wideo URL: <http://medtube.pl/content/player/3295>

## **Info Ból głowy wynikający z wady wzroku**

### **Prawdopodobieństwo: 35%**

Przewlekłe bóle głowy mogą być efektem nie skorygowanej wady wzroku lub objawem jaskry, zwłaszcza jeśli dodatkowo pojawiają się zaburzenia widzenia.

## **Info Działanie alkoholu**

### **Prawdopodobieństwo: 35%**

Inaczej reaguje na alkohol organizm człowieka, któremu dostarczamy trunki regularnie, a inaczej, gdy wypijemy tylko kieliszek wina przed snem raz na dwa lub trzy tygodnie. Osoby uzależnione od alkoholu mają trudności z zasypianiem, a jeśli im się uda zasnąć, często wybudzają się w ciągu nocy. Po odstawieniu alkoholu pojawia się zespół abstynencyjny, który jest także naznaczony zaburzeniami snu. Sen alkoholika może już nigdy nie wrócić do stanu sprzed okresu uzależnienia, nawet po kilku latach od rozpoczęcia leczenia. Jednak alkohol nie zaburza tylko snu osób od niego uzależnionych. Wpływa on również na sen tych, którzy nie są dotknięci chorobą alkoholową. Okazuje się bowiem, że nawet lampka wina na kolację wystarczy, żeby mieć problemy ze snem. Zaburzenia polegają na częstych pobudkach w ciągu nocy i trudnością z ponownym zaśnięciem.

## **info Nagła abstynencja**

### **Prawdopodobieństwo: 35%**

Nagła abstynencja po okresie intensywnego picia może powodować wystąpienie niekontrolowanych drgawek. Jest to objaw uzależnienia od alkoholu. Należy zasięgnąć porady lekarza.

## **Info Podrażnienie oka**

### **Prawdopodobieństwo: 35%**

Łzawienie oka może być wynikiem narażenia oka na wyziewy drażniących substancji chemicznych lub reakcji uczuleniowej np. na pyłki kwiatów i traw. Łzawienie może być także spowodowane wirusowym zapaleniem spojówek. Aby przerwać dolegliwość należy w pierwszej kolejności przerwać działanie środka drażniącego. W przypadku reakcji alergicznej konieczne jest zidentyfikowanie alergenu, jednak czasem bywa to trudne. W przypadku wirusowego zapalenia spojówek dolegliwości miną bez specjalnego leczenia, ale w czasie trwania choroby należy uważać by nie rozprzestrzeniać infekcji. Dolegliwości mogą łagodzić okłady z rumianku.

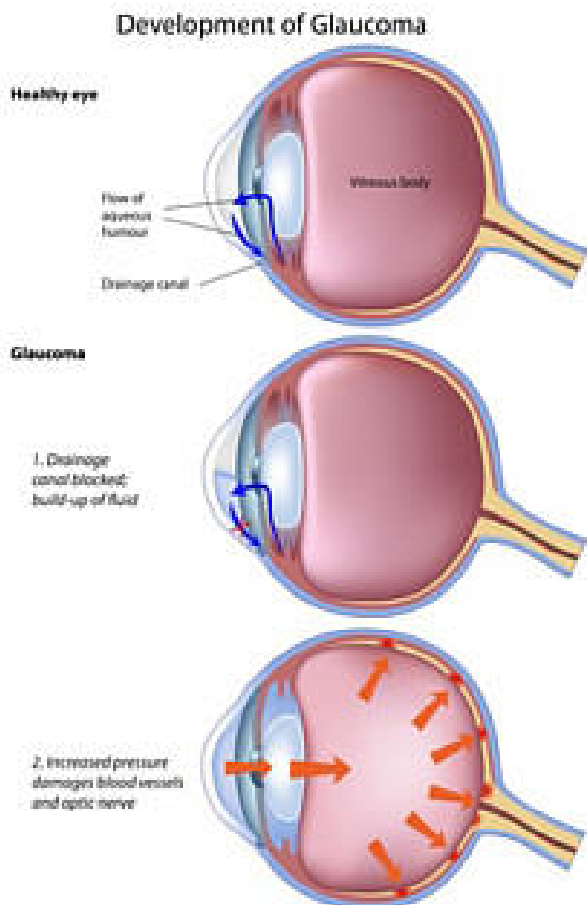
## **Info Zmęczenie podczas odchudzania**

### **Prawdopodobieństwo: 35%**

Dieta odchudzająca, zwłaszcza jeśli jest podejmowana na własną rękę, bez konsultacji z dietetykiem powoduje powstaniem braków w organizmie potrzebnych substancji odżywczych, takich jak witaminy i składniki mineralne. Niedobory odżywcze skutkują zmęczeniem, apatią, złym stanem skóry, włosów i paznokci. Dieta odchudzająca powinna być tak dobrana, aby dostarczyć organizmowi niezbędnych składników odżywczych, witamin i minerałów przy jednoczesnym ograniczeniu liczby kalorii do możliwego minimum. Można to osiągnąć wybierając produkty bogate pod względem wartości odżywczych, a

jednocześnie niskokaloryczne. Przy znacznej nadwadze dieta powinna być odpowiednio dobrana i prowadzona przez specjalistę dietetyka. Odchudzanie podejmowane na własną rękę może mieć niekorzystne skutki dla organizmu w postaci niedoborów żywieniowych i efektu jo-jo pojawiającego się w pewnym okresie po zakończeniu kuracji. Stosując się do zaleceń dietetyka, przy udziale własnej motywacji i silnej woli można osiągnąć trwały, zadowalający efekt. Aby utrzymać efekt odchudzania należy liczyć się z koniecznością zmiany trybu życia i nawyków żywieniowych.

## Jaskra



Prawdopodobieństwo: 35%

Jest to choroba oczu, która powoduje wzrost ciśnienia we wnętrzu gałki ocznej, co w efekcie może spowodować uszkodzenie nerwów wzrokowych oraz zmniejszenia pola widzenia. Jako główną przyczynę uważa się niedostateczny odpływ wodnistej cieczy, co powoduje wzrost ciśnienia w przedniej komorze oka, położonej między rogówką a tęczówką. Znaczny wzrost ciśnienia w przedniej komorze powoduje ucisk na małe naczynia krwionośne, odżywiające nerw wzrokowy, co w końcu może prowadzić do jego zaniku. Istnieją dwie postaci jaskry: przewlekła, otwartego kąta (85% przypadków) i zamykającego się kąta (zastoinowa - 10% przypadków). Jaskara zastoinowa rozwija się bardzo szybko i prowadzi do całkowitego zablokowania odpływu płynu. W ciągu kilku dni oko staje się czerwone i twarde, pojawiają się nudności, bóle głowy, zaburzenia widzenia. Taki napad wymaga natychmiastowej interwencji lekarskiej gdyż zagraża trwałą ślepotą. Jaskra otwartego kąta rozwija się powoli i nie daje wyraźnych objawów, aż do chwili uszkodzenia oka. Istnieje jeszcze rzadka wrodzona, postać jaskry zwana dziecięcą, która wymaga wczesnego leczenia, ponieważ nieleczona prowadzi do ślepoty. Jeśli w rodzinie odnotowano zachorowania na jaskrę, pozostali członkowie rodziny powinni okresowo wykonywać badania okulistyczne. WHO w swoim raporcie zaliczyła jaskrę jako chorobę społeczną. Osoby po 35 roku życia w ramach profilaktyki powinny przynajmniej dwa razy w roku wykonywać badanie zwane tonometrią, polegające na pomiarze ciśnienia w przedniej części oka oraz inne badania dotyczące oceny pola widzenia.

Wideo URL: <http://naszlekarz.net/uploads/videos/jaskra.flv>

## Zapalenie spojówek



**Prawdopodobieństwo: 35%**

Zapalenie spojówek to stan zapalny cienkiej błony śluzowej, która tworzy wewnętrzną powierzchnię powieki i pokrywa część gałki ocznej. Jest to jedna z najczęściej występujących chorób oczu. Charakteryzuje się zaczerwienieniem, swędzeniem, łzawieniem i pieczeniem. Cieknąca z oczu wydzielina powoduje zlepianie się powiek podczas snu. Niektóre osoby wykazują ponadto wrażliwość na światło i odczuwają silny świąd. Najczęstszą przyczyną zapalenia spojówek jest zakażenie wirusowe, w sporadycznych przypadkach wywołują je bakterie, bardzo rzadko jest skutkiem chorób przenoszonych drogą płciową. Do innych przyczyn tego schorzenia należą np. kurz, pyłki, leki, środki chemiczne, nadfioletowe promieniowanie słoneczne, oddziaływanie silnego światła lub ciało obce. Przyczyną jest także długotrwałe wpatrywanie się w ekran lub czytanie. Wirusowemu zapaleniu spojówek towarzyszą często objawy zaziębienia i ból gardła a także zapalenie ucha środkowego wywołane przez bakterie. Zapalenie spojówek jest chorobą bardzo zakaźną, przenoszoną zwykle przez dotyk. Aby zapobiec rozprzestrzenianiu i nawrotom należy często myć ręce. Jeśli w oczach jest wydzielina należy unikać ich dotykania. Wydzielinę usuwamy delikatnie za pomocą jednorazowej chusteczki. Jeżeli zachodzi podejrzenie, że przyczyną zapalenia spojówek jest makijaż należy wymienić kosmetyki na hipoalergiczne.

**naszlekarz.net**

**Nota prawna.**

Raport dotyczący diagnozy jak i raport dotyczący profilaktyki, generowany przez Nasz portal ma wyłącznie charakter informacyjny i nie może być traktowana jako profesjonalna konsultacja lekarska. Pamiętaj, uprawnionym do postawienia wiążącej diagnozy dotyczącej Twojego stanu zdrowia jest tylko lekarz. Korzystając z Naszego portalu zgadzasz się z warunkami przedstawionymi w regulaminie <http://naszlekarz.net/content/page/regulamin.html>