



# Obsah

- 8 Přehled příznaků
- 52 Medicína a zdraví od A do Z
- 592 První pomoc
- 638 Užitečné adresy
- 639 Rejstřík
- 672 Poděkování

## Důležité

I když autoři této publikace udělali vše pro to, aby vám poskytli co nejpřesnější a nejsoučasnější informace, lékařské a farmaceutické poznání se neustále vyvíjí. Doporučujeme čtenářům, aby se pro specifickou radu obrátili na kvalifikovaného odborníka. Autoři, výzkumní pracovníci ani redaktori této publikace nemohou zodpovídat za jakékoli chyby a opomenutí nebo jednání učiněná na základě informací obsažených v této publikaci.

# Vaše rodina, vaše zdraví

Nikdo z nás nemá záruku pevného zdraví po celý život, ale pro udržení vlastního zdraví a zdraví našich blízkých toho můžeme hodně udělat. Je dobré mít představu o tom, jak naše tělo pracuje a vědět co dělat, když se objeví nemoc, nicméně péče o zdraví může být matoucí úkol plný náročných rozhodnutí.

*Rodinná encyklopedie medicíny a zdraví* si klade za cíl pomoci vám starat se zodpovědně o zdraví a umožnit vám činit jasná a podložená rozhodnutí o vaší léčbě i o životě.

## Příznaky a řešení

S knihou se můžete poradit, když máte zdravotní potíže a potřebujete si ujasnit, co dělat. Povědomí o tom, jak chápat a vyhodnocovat příznaky, vám pomůže dosáhnout odpovídající léčby v ten pravý čas. *Přehled příznaků* je sestaven tak, abyste porozuměli nejčastějším příznakům a zjistili pravděpodobnou příčinu. Dozvíte se, máte-li vyhledat neodkladnou lékařskou péči, nebo si dohodnout běžnou prohlídku u svého praktického lékaře. Více informací si můžete vyhledat v příslušných heslech části *Medicína a zdraví od A do Z*.

# Přehled příznaků

**Jako příznaky nemoci označujeme soubor určitých znamení svědčících o možné přítomnosti daného onemocnění. Když víte, jak příznakům rozumět a jak je zařadit, bude pro vás snazší zařadit včas vhodnou léčbu.**

**P**řehled příznaků je sestaven tak, aby vám pomohl porozumět nejběžnějším příznakům a vyhledat vhodnou lékařskou pomoc. **Rychlé hledání** na str. 50 a 51 zahrnuje další důležité příznaky a rady, co byste v takových případech měli podniknout.

## Jak hledat v Přehledu příznaků?

V každém oddílu najdete krátký úvod, který příznaky popisuje. Nejběžnější příčiny jsou pak rozebrány ve sloupci nadepsaném **Běžné příčiny**. Vedle něho najdete sloupec **Postup**, který vám radí, co a jak rychle máte podniknout.

Rovněž tu najdete seznamy **občasných** příčin a **vzácných** příčin. Je důležité je mít na paměti, ale je zde menší pravděpodobnost, že zmíněné příznaky způsobují. Přehled příznaků je pouze stručný návod, nemůže nahradit radu či pomoc lékaře.

## Volně prodejné léky

K léčbě některých příznaků sloupec **Postup** doporučuje užívání volně prodejných léků — dostanete je v lékárnách bez předpisu. Pokud takový lék kupujete, vždycky se poraďte s lékárníkem a přečtěte si kontraindikace v příbalovém letáčku. Pokud máte pochybnosti, poraďte se se svým praktickým lékařem.

## Doporučený postup

Rady poskytované ve sloupci **Postup** jsou roztříděny do následujících stupňů naléhavosti.

**Vytočte 155:** v případech, kdy jde o život, zavolejte rychlou lékařskou pomoc. Řiďte se instrukcemi operátora a poskytněte mu požadované informace. Snažte se zůstat klidní a mluvit jasně.

**Vyhledejte okamžitě lékaře:** navštivte svého lékaře ještě týž den. Pokud by byl zcela zaneprázdněn, vyžádejte si konzultaci s jakýmkoli praktickým lékařem, abyste zjistili, jak naléhavě byste se měli dát prohlédnout. V mimopracovní době zajišťuje tyto služby lékařská pohotovost.

**Vyhledejte co nejdříve lékaře:** navštivte lékaře v nejbližším možném termínu.

**Vyhledejte příležitostně lékaře:** navštivte lékaře během jednoho či dvou týdnů.

**Obraťte se na místní protidrogovou a protialkoholickou poradnu, na venerologickou, urologickou či kožní kliniku, poradenskou službu:** můžete si sami zařídit návštěvu, aniž by vás posílal váš praktický lékař. Najdete je v telefonním seznamu, na internetu nebo zavoláte na polikliniku či do nejbližší nemocnice.

## První pomoc

Jak sami pomoci v naléhavých případech sobě nebo druhým najdete v kapitole **První pomoc** na straně 592.

**Přehled příznaků není určen k tomu, abyste si sami stanovili diagnózu a nemůže nahradit objektivní odborné lékařské vyšetření.**

Snažili jsme se, aby veškeré informace zde poskytované byly správné a na úrovni soudobých znalostí. Najdete zde návod, jak příznakům porozumět a co byste měli dělat, pokud se objeví. Tento přehled je podložen důkladným výzkumem a postaven na každodenních praktických zkušenostech a znalostech praktických lékařů. Pokud máte pochybnosti o důležitosti či naléhavosti zdravotního problému, rozhodně se poraďte se svým lékařem nebo vyhledejte ambulanci místní nemocnice.

## Obsah

9–12 všeobecné příznaky

13–15 obtíže na hrudi

16–22 kůže a vlasy

23–26 horní a dolní končetiny

27–32 hlava, obličej, krk

33–38 žaludek, střeva a břicho

39–44 ženské obtíže

45–47 mužské obtíže

48–49 močové obtíže

50–51 rychlé hledání

## Naléhavé případy

**Volejte rychlou lékařskou pomoc, pokud máte vy nebo osoba ve vaší péči následující příznaky:**

- náhlou, úpornou, tlakovou nebo palčivou bolest na hrudi;
- velmi obtížné dýchání;
- náhlou či trvalou zmatenost nebo jinou poruchu vědomí;
- náhlou bolest hlavy či tuhnutí šíje, zvláště pokud jsou spojeny s bolestí v očích při pohledu do normálního světla;
- náhlou ztrátu vidění;
- úpornou a trvalou bolest v podbřišku;
- krev ve zvracích;
- černou stolicí;
- průjmem a zvracením delší než 24 hodin;
- úpornou bolest v zádech s bolestí či necitlivostí dolních končetin a s poruchou močení.