

1 Měření krevního tlaku

Omron M6W – NOVINKA

S jednou manžetou pro normální i silnou paži (pro obvod 22–42 cm)

- Dvousensorové měření pro nejvyšší přesnost
- Kontrola správného utažení manžety
- Bohatá výbava pro snadné použití
- Velmi rychlé a příjemné měření díky nejnovější technologii Intellisense®
- Zachycení a indikace arytmií (nepravidelného pulsu)
- BHS A/A nejlepší hodnocení přesnosti podle lékařské
- Splňuje doporučení České společnosti pro hypertenzi



5 let záruka

2 Měření krevní glukózy

SD Codefree

Jednoduchá obsluha bez nutnosti kódování

Glukometr pro snadné zjištění krevní glukózy pomocí samonasávacího proužku

- Zlaté elektrody a vysoká přesnost
- Rychlé 5vteřinové měření
- Velmi malá kapka krve (0,9 µl) pro bezbolestný vpich
- Paměť pro 500 naměřených hodnot
- Velký, snadno čitelný displej
- USB připojení k PC
- Upozornění na hypoglykémii
- Alarm pro měření po jídle
- Možnost snadné práce s naměřenými údaji pomocí DMS softwaru – program v češtině



0085758
PLNĚ HRAZENO
VZP ČR

3 Monitorování skladby lidského těla

Omron BF 511

Osmibodové celotělové měření viscerálního tuku a kosterního svalstva

Certifikovaný lékařský přístroj, který přináší maximální přesnost a spolehlivost naměřených hodnot

- Lékařská váha do 150 kg
- Měření tělesného tuku, kosterního svalstva již od 6 let!
- Výpočet klidového metabolismu a BMI
- 9 úrovní viscerálního tuku
- Klinicky ověřená přesnost měření magnetickou rezonancí na univerzitě v Kielu* (*nejpřesnější současná metoda)



4 Monitorování tělesné aktivity

Omron HJ304 – osobní motivátor

Pracuje i ve Vaší kapse nebo batohu

Nový koncept krokoměru, motivující ke zlepšení fyzické kondice.

- Nejnovější 3D MEMS sensor snímá pohyb ve třech rovinách, pro přesné a spolehlivé měření
- Režim intenzivního pohybu
- Ukazatel intenzity pohybu – METs indikátor
- Ukazatel zbývajících týdenních hodnot



V prodeji ve zdravotnických potřebách a lékárnách.

Pouze zde Vám zaškolení odborníci pomohou s výběrem přístroje vhodného pro Vás – přesného a klinicky ověřeného.

Jde o vaše zdraví.

Obchodní zastoupení pro ČR:

CELIMED s. r. o.

infolinka: 417 689 530

info@celimed.cz

www.celimed.cz (e-shop)

www.sd-codefree.cz

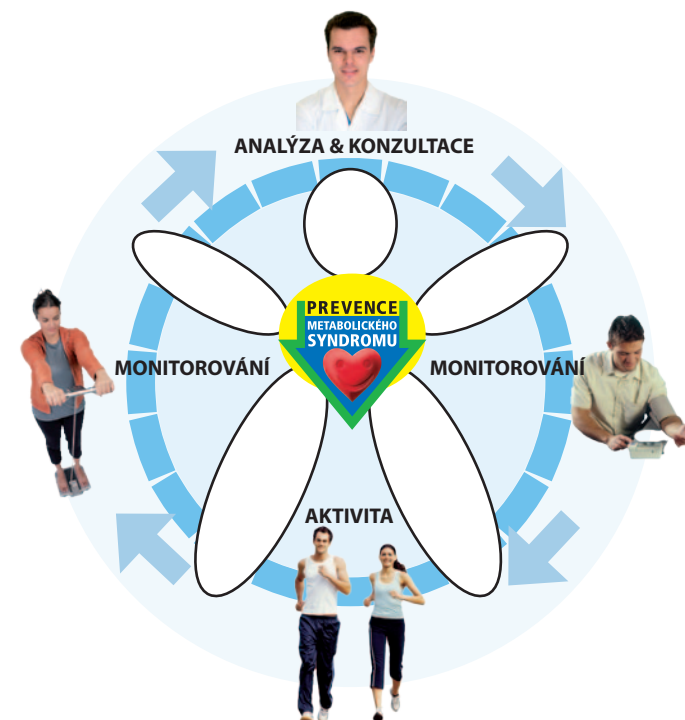


STANDARD DIAGNOSTICS



HEALTHCARE

Víte, co je metabolický syndrom?



Česká společnost
pro hypertenzi doporučuje
pravidelné měření krevního tlaku

Co je metabolický syndrom?

Metabolický syndrom^[1] je kombinace více faktorů představujících vysoké zdravotní nebezpečí.

Hlavním rizikovým faktorem je **zvýšený obvod pasu u mužů ≥ 102 cm a u žen ≥ 88 cm.**^[2]

Dále se musí vyskytovat 2 a více z následujících faktorů:

- **Zvýšené krevní triglyceridy (tukové částice)**
TG $\geq 1,7$ mmol/l
- **Snížený HDL cholesterol („dobrý“ cholesterol)**
HDL-chol muži < 1 mmol/l, ženy $< 1,3$ mmol/l
- **Zvýšený krevní tlak TK $\geq 130/\geq 85$ mm/Hg**
- **Zvýšená glykémie na lačno $\geq 5,6$ mmol/l**^[3]

[1] Dle Mezinárodní Diabetické Federace (IDF), 2006

[2] Etnicky specifické hodnoty dle Mezinárodní diabetické federace (IDF), 2006

[4] Karen I., Souček M., Metabolický syndrom – diagnostika a léčba, Doporučený diagnostický a léčebný postup pro všeobecné praktické lékaře 2007



1 Zvýšený krevní tlak

11 důvodů, proč měřit krevní tlak mimo ordinaci

Proč lékaři doporučují měření krevního tlaku mimo ordinaci?

1. Dojde ke spolehlivému rozlišení trvalé hypertenze od přechodného zvýšení krevního tlaku v ordinaci, tzv. „hypertenze bílého pláště“, tj. hypertenze u lékaře, normální TK doma nebo tzv. „normotenze bílého pláště“, tj. normální TK u lékaře, hypertenze doma.
2. Napomáhá k přesnému zhodnocení reakce na léčbu hypertenze, což je zvláště důležité v počátcích léčby.
3. Obecně se vztah nemocných k léčbě s časem postupně zhoršuje. Již za 4 měsíce od zahájení léčby nebere 30% pacientů léky pravidelně. Domácí měření tlaku je pro pacienta motivací a zlepšuje jeho vztah k léčbě.
4. Dochází k optimalizaci léčby hypertenze. Podle zaznamenaných hodnot tak může ošetřující lékař lépe dávkovat léky, popř. upravit jejich skladbu a omezit případné vedlejší účinky léků i celkové náklady na léčbu. Umožňuje totiž vybrat léky, které jsou skutečně účinné.
5. Reprodukovatelnost – domácí měření tlaku vykazuje proti měření v ordinaci mnohem lepší dlouhodobou reprodukovatelnost!
6. Poskytuje významnou podporu při hodnocení pacientů se zjevnou rezistencí na léčbu nebo s epizodickou hypertenzí.
7. Pomáhá při rozhodování lékaře v hraničních případech, zda je nezbytné zahájit léčbu či nikoliv. Při podezření, že léčba byla zahájena neoddůvodněně, tak při jejím přerušení, poskytuje větší jistotu.
8. Na rozdíl od 24hodinového holtrovského sledování TK umožňuje domácí měření dlouhodobé sledování v řádech dnů až roků, což je vzhledem k chronickému charakteru hypertenze výhodnější.
9. U žen s rizikem rozvoje těhotenské hypertenze upozorní na vzestup krevního tlaku.
10. Hodnoty měřené mimo ordinaci mnohem více korelují s rozsahem orgánového poškození než hodnoty měřené v ordinaci.
11. Při využití domácího měření krevního tlaku je možné snížit celkový počet návštěv pacienta v ordinaci lékaře, které jsou nezbytné k správné diagnostice a léčbě hypertenze.

Obecně lze říci, že měření krevního tlaku mimo ordinaci je spolehlivá, přesná a celosvětově uznávaná metoda, která při správné volbě klinicky ověřeného digitálního tonometru poskytne lékaři cenné údaje pro léčbu hypertenze.

2 Cukrovka / Diabetes skryté nebezpečí

Onemocnění Diabetes mellitus, neboli lidově cukrovka, je onemocnění, které v současnosti postihuje více než 1 milión (10%) českých obyvatel a každý rok se tento počet zvyšuje. Vyskytuje se v každém věku, ale nejčastěji v dospělosti. U cukrovky hraje důležitý význam dědičnost, vrozená dispozice vzniká hned po početí. Tato dispozice může v lidském organismu existovat bez jakýchkoli příznaků i delší dobu a zaktivují ji až další faktory, které způsobí odhalení metabolické poruchy. Těmito faktory mohou být virové infekce, nesprávná strava, obezita, stres, atd.

Cukrovka je poruchou metabolismu cukrů, tuků a bílkovin. Ovlivňuje tedy celkovou přeměnu látek v lidském těle. Vzniká jako následek absolutního nebo relativního nedostatku inzulínu a projevuje se zvýšenou hladinou nemetabolizovaného cukru (glukózy) v krvi – tzv. hyperglykemií. Glukóza je pro tělo hlavním zdrojem energie a pokud inzulín schází, nebo je nedostatečně účinný, hladina cukru v krvi (glykémie) stoupá. Ledviny tuto zvýšenou hladinu cukru nezládají redukovat a začínají cukr propouštět do moči. Organismus začne zvýšeně vylučovat moč a tím se dehydratuje a to způsobuje další zdravotní problémy, které mohou vyústit až v celkové selhání organismu.

Proč doma pravidelně měřit krevní glukózu?

Základem léčby cukrovky je snaha udržet hladinu cukru v krvi pod kontrolou a co možno nejlépe normálním hodnotám. Hladina cukru v krvi by se tedy měla udržovat co nejvíce stabilní. V některých případech je možné dosáhnout zlepšení využitím inzulínu, který se stále vytváří v těle, upravením jídelníčku a zvýšením tělesné aktivity. V případech, kdy tato opatření nedostačují, je nutné začít užívat léky pro zvýšení tvorby inzulínu, a při selhání i této léčby je nutné podávat inzulín ve formě injekcí.

Velká důležitost kontroly cukru v krvi

Nejnovější studie ukázaly, že by si každý diabetik měl pravidelně měřit hladinu cukru v krvi, neboť je pak schopen lépe se přizpůsobovat aktuálnímu stavu a na základě toho si upravovat dávky inzulínu a svůj jídelníček. Je dokázáno, že dobrá kontrola glykémie oddálí, nebo dokonce zamezí vzniku možných komplikací a také, že diabetik, který si pravidelně měří svoji hladinu cukru v krvi a podle toho si upravuje léčbu, se cítí lépe, může vést normální život a dožívá se vyššího věku.

Lékaři doporučují, že by si každý diabetik měl měřit hladinu cukru v krvi nejméně třikrát denně – ráno nalačno, v době oběda po hlavním jídle a před spaním. Diabetik, který si málo nebo vůbec neměří hodnoty glykémie, je pak špatně kompenzovaný, i když si to bezprostředně nemusí uvědomovat, neboť příznaky nemusí nijak výrazně pociťovat. Může u něj však nastat hyperglykémie nebo hypoglykémie a s nimi spojené zdravotní komplikace.^[4]

[4] Citace – Autor: Jiří Hošek

3 Skladba lidského těla, co je důležité

Proč měřit hodnoty viscerálního tuku?

Důležitým ukazatelem zdravotního stavu je hodnota viscerálního (útrobního) tuku. Tento tuk se nachází kolem vnitřních orgánů a je zodpovědný za mnohé z dříve uvedených rizikových faktorů.

Mnoho kardiovaskulárních chorob a diabetes se vyskytují v přímé souvislosti s metabolickým syndromem!



4 Tělesná aktivita a její přínos

10 000 kroků denně

Nejjednodušší formou cvičení a zábavy zároveň je chůze nebo běh. Abychom Vás podpořili při těchto činnostech, vyvinuli jsme v OMRONU nové monitory pohybové aktivity a krokoměry. Sledování Vaší osobní aktivity se rovněž pozitivně promítne na Vašem zdraví zvýšením fyzické kondice.

Je prokázáno, že každodenní pohyb, např. v podobě chůze, významně přispívá ke snížení krevního tlaku i kardiovaskulárního rizika. Pro prevenci a snížení rizika vzniku chronických nemocí a pro udržení dlouhodobého zdraví bychom měli ujit 10 000 kroků denně. Chcete-li úspěšně snížit Vaši hmotnost, měl by tento počet být mezi 12 000–15 000 kroky denně. Pokud chceme budovat svalovou hmotu, měli bychom ujit nejméně 3 000 aerobních kroků denně.^[5]

[5] As stated by David R. Bassett Jr., a professor in the Department of Health and Exercise Science at the University of Tennessee, Knoxville

Aktivní preventivní cyklus OMRONU

Mezinárodní diabetická federace (IDF) doporučuje následující postup: pokud je již metabolický syndrom diagnostikován, mělo by se přistoupit k nekompromisním opatřením, která povedou ke snížení rizika kardiovaskulárních chorob a diabetu II. typu.

Pacient by měl projít celkovým vyšetřením pro zjištění kardiovaskulárního rizika (včetně zjištění, zda se jedná o kuřáka) a následovat by měla tato opatření:

První krok:

- upřednostnění zdravého životního stylu
- přiměřené omezení kalorií
- **přiměřené zvýšení tělesné aktivity**
- změna skladby stravy

Druhý krok:

- medikamentózní léčba