

# Problém treba riešiť hneď

**Energickú Gizku Oňovú potrápili žily na nohách. Keď sa jedna z nich zväčšila ako vajíčko, rozhodla sa konať. Nechcela však vylihovať v nemocnici.**

TEXT Katarína Posluchová  
FOTO Emil Vaško archív P. I.



**P**roblémové žily u pani Gizka zdedila, potrápili jej otecka i babičku, sama si ich však dlho nevedomovala. „Nemala som bolesti žíl a nôh, ale niektoré žily som mala viditeľne väčšie a vystúpené. V jedno ráno však moja dcéra zbadala, že mám v ľavom zákolení zdurenú žilu, bola veľká ako vajíčko. Povedala, že nemám už vyčkávať a ísť s nohami k odborníkovi,“ hovorí pani Gizka, ktorá s energiou jej vlastnou začala ihneď konať.

## Šikovne a rýchlo

Dcéra získala na základe dobrých referencií svojich dvoch priateľiek kontakt na lekára. Jednou z podmienok pani Gizky bolo, aby ťažkosti vyriešili šikovne, rýchlo a bez nemocnice. „Som taký, ako sa hovorí, živší človek, rada pracujem a fungujem. Som nesmierne vďačná za túto genetickú výbavu. Úprimne, nevedela by som si predstaviť vylihovať v nemocnici,“ konštatuje aktívna sedemdesiatnička. Zákroku sa neobávala. Aj v tomto smere sa prejavil jej praktický prístup. „Ak sa vyskytne hocikaký problém, tak ho idem hneď riešiť,“ je jej heslo. „Už dávno mi je jasné, že okrem pestrej stravy, pohybu a pitného režimu potrebujete občas k dobrému

pocitu odborníka. Niekedy je návšteva lekára či chirurga nevyhnutná. Nedá sa všetko riešiť doma,“ povzbudzuje všetkých pani Gizka.

## Domov po svojich

Po dohodnutí termínu sa už zverila do rúk odborníka. Nepátrala po tom, ako bude samotný zákrok prebiehať a čo sa bude diať. „Sadla som si a počas desiatich minút po vyšetrení som dostala od pána doktora zrozumiteľné inštrukcie, čo ma čaká a čo neminie,“ spomína s úsmevom. Počas zákroku bola pri vedomí, umŕtvenie bolo len lokálne. Necítila takmer nič. „Dokonca ani vtedy, keď mi pán doktor zavádzal katéter do žily, aby mohol tú potvoru žilu spáliť. Môže to znieť bolestivo, ale skutočnosť je úplne iná. Netreba sa tohto zákroku absolútne báť. Domov som odišla po vlastných. Pán doktor mi povedal, že skôr ako si sadnem k manželovi do auta, musím sa ešte dvadsať minút prechádzať, a to som aj dodržala,“ približuje priebeh zákroku.

## Obavy sa stratili

Jeden týždeň si pani Gizka dopriala oddychový, to však neznamená, že bez pohybu. Nosila stehennú kompresívnu pančuchu a dodržiavala prechádzky rýchlou chôdzou, ktoré trvali približne trištvrte hodiny. „Možno som mala ísť na tento zákrok aj skôr. Nevieť si to vynachváliť, pretože mám úplne iný pocit a nemusím sa obávať, že by hrozila nejaká embólia. K pánovi

## Recept na sviežosť

„Veľmi rada sa obklopujem nielen rovesníkami, ale aj mladou generáciou. Neverili by ste, že aj od mladých ľudí sa dá veľmi veľa naučiť. Moje rovesníčky sú často iného názoru,“ priznáva pani Gizka. „Podľa nich neexistuje nič nad skúsenosti. Uznávam, je to veľká vec, ale dnes už vzniklo toľko nového, o čom my nemáme ani potuchy. Nosím sedem krížikov na chrbte, ale len čo sa objaví nejaký problém, skutočne ho hneď riešim. Doprajte si luxus pre seba a buďte trošku sebecké. Nehľadte celý život len na to, aby sa mali dobre deti, vnuci, partner. Najskôr sa musíte cítiť v pohode vy.“

doktorovi chodím už tretí rok. Chodím na klasické preventívky, tak prečo by som nechodila aj na preventívne vyšetrenia žíl. Nejakú maličkosť ešte opravujeme, ale dá sa povedať, že hlavný problém je vyriešený. S výsledkom som veľmi spokojná,“ nešetrí slovami chvály.

### Filmy namiesto televízie

Aktívny životný štýl nestopla v prípade Gizky Oňovej ani pandémie koronavírusu. Podľa nej je dobré, že aj starší majú povolené chodiť do prírody. „Bývam blízko Malého Dunaja, takže s manželom pravidelne chodievame na prechádzky. Máme dva okruhy troj- a päťkilometrový. Priznám sa, že v poslednom čase nám stačí aj ten kratší,“ Hovorí o svojich aktivitách. Okrem toho si však našla viac času na čítanie literatúry a pozeranie predstavení, na ktoré ju upozornili kolegovia z divadla Andreja Bagara v Nitre. „S manželom večer čo večer pozeráme film. Televízia momentálne až tak veľa zaujímavého nedáva alebo je všetko o korone. Povedali sme si, že psychiku si musíme chrániť a musíme si nájsť voľníčko pre seba. A skutočne sme si našli viac času jeden pre druhého ako predtým,“ povzbudzuje.



Pani Gizka nedá dopustiť na pravidelné prechádzky s manželom.

NMH202237/01

# naureus

# Žilu zlepí teplo

Po zákroku sa polhodinu poprechádzate a môžete ísť domov. Aký zákrok Gizka Oňová absolvovala, nám odpovedal chirurg MUDr. Pavel Ištók, MBA.

## Náš odborník



► MUDr. PAVEL IŠTOK, MBA  
chirurg

**A**kú metódu ste zvolili na uzavretie ciev?

Vzhľadom na rozsiahlejší nález na ľavej nohe, kde boli refluxom poškodené obe hlavné stehenné žily, sme sa rozhodli pre ambulantný zákrok s použitím rádiovfrekvenčnej ablácie, RFA. Pri tejto metóde sa v lokálnej anestézii, z jedného vpichu, ktorý sa vykonáva pod kontrolou ultrazvuku, zavedie do hlavnej žily ihla. Okrem pichnutia necítite inú bolesť,

je to rovnaké ako napríklad pri podaní infúzie.

### V čom spočíva účinok rádiovfrekvenčnej ablácie?

Do žily sa zavedie rádiovfrekvenčný katéter, okolo ktorého aplikujeme anestéziu, ktorá zabráni, aby sa pôsobením tepla poškodilo okolité tkanivo. Opäť pod kontrolou ultrazvuku zlepujeme katétrom zvnútra žilu, teplota sa pohybuje okolo stodvadsiatich stupňov Celzia. Žila sa zlepí teplom, a tým zvnútra odstránime reflux a krv sa presunie spojками do zdravých povrchových aj hlbokých žíl. Zákrok trvá priemerne polhodinu až hodinu a pol. Potom sa v kompresívnej pančuche postavíte, prezlečiete sa, asi dvadsať až tridsať minút sa poprechádzate a môžete ísť domov.

**S akými inštrukciami odchádza pacient domov a kedy sa účinok naplno rozvinie?**  
Na kontrolu

V lokálnej anestézii z jedného vpichu, ktorý sa vykonáva pod kontrolou ultrazvuku, sa zavedie do hlavnej žily ihla.

prídete o dva dni. Kontrolujeme možné začervenania, pigmentácie kože, či sa koža nad miestom aplikácie nezapálila, a previažeme vpich po katétri. Kompresívnu pančuchu treba v priebehu dňa nosiť desať až štrnásť dní. Od druhého dňa je v nej možná aj športová aktivita. Naplno a bez kompresie sa jej môžete venovať po štyroch týždňoch od zákroku. Vtedy je aj výsledný efekt hojenia.

### Postačí na vyriešenie ťažkostí jedno sedenie alebo treba zákrok opakovať?

Ak sú problémy spôsobené refluxom, tak ambulantný vnútrožilový zákrok RFA stačí. Jedno sedenie vyrieši hlavné žilové kmene. Úspešnosť je 95 až 98 percent. V prípade bočných alebo postranných varixov, ktoré vychádzajú z hlavného kmeňa a ošetrujú sa metódou mikro-RFA alebo formou sklerotizácie penou, sú recidívy častejšie.

**Je tento zákrok vhodný pre každého?**  
Vnútrožilový zákrok RFA je vhodný pre



Popíska

každého s refluxom hlavných žilových kmeňov. Počítajte však s tým, že vnútrožilové zákroky zdravotné poisťovne ambulantným chirurgickým pracoviskám nehradia. Kontraindikáciami sú silný kašeľ, aktívny zápal v tele a akútne trombóza.

### REFLUX V ŽILE

V zdravej žile zaistujú chlopne, že krv tečie jedným smerom. V chorej sa však chlopne nedokážu uzavrieť, nastáva tak spätný tok a hromadenie krvi. Tento jav, keď je tok krvi obrátený, sa nazýva reflux.