

# Prevence a Stádia přirozeného vývoje nemoci

Zdroj: WikiSkripta, <https://www.wikiskripta.eu/w/Prevence>

**Prevence** jako nástroj moderní medicíny má přispívat k trvale udržitelnému rozvoji lidstva a života. Podstatou konceptu prevence je představa, že aktivním ovlivňováním [rizikových faktorů](#) bude možné snížit výskyt nemocí.

Dřívější význam slova prevence – tedy „zabránění“ nebo „předcházení“ vzniku nemoci byl díky novému pohledu rozšířen. Dnes, zvláště pokud mluvíme o chronických onemocněních, chápeme prevenci jako „zabždění“ progresu choroby nebo „oddálení“ jejích klinických projevů. Prevence tedy pokrývá všechna stadia přirozeného vývoje nemoci. Pro odlišení prevence v těchto jednotlivých stádiích používáme termíny primordiální, primární, sekundární a terciární prevence.

## Stádia přirozeného vývoje nemoci

- 0. stádium = zdraví;
- 1/2. stádium = hraniční nebo mírně zvýšené hladiny některých rizikových faktorů;
- 1. stádium = preklinické alterace (změny na subcelulární úrovni);
- 2. stádium = subklinické alterace (laboratorními metodami nebo zátěžovými testy lze prokázat biochemické, buněčné nebo fyziologické změny);
- 3. stádium = klinická manifestace (první příznaky vedoucí k diagnóze);
- 4. stádium = orgánové komplikace;
- 5. stádium = smrt.

## Primordiální prevence

Tento druh prevence se týká 0. až 1/2. stádia vývoje nemoci. Účelem je **omezit incidenci onemocnění zabráněním vzniku zvýšených rizik**. Primordiální prevence se může týkat celé populace nebo jen jejích vybraných skupin. Do jejích postupů patří vytváření optimálních životních podmínek. Patří sem opatření týkající se správné stravy, přiměřené tělesné aktivity, relaxace a také boj proti kouření a závislostem na jiných drogách. Efektivita se zvyšuje uplatňováním těchto zásad již od dětství.

## Primární prevence

Primární prevence se zabývá 1/2. až 1. stádiem vývoje nemoci. Cílem je **omezit incidenci onemocnění (nebo alespoň oddálit jeho vznik) odstraněním již vzniklých rizikových faktorů**. Tento typ prevence se týká opět celé populace nebo skupin vystavených zvýšenému riziku, ovšem ještě bez prokazatelné formy nemoci. Její postupy sestávají z intervence pomocí změny režimu nebo medikace. Snažíme se o snížení vlivu rizikových faktorů a zároveň o zvýšení vlivu faktorů protektivních. Prevence zde opět závisí výhradně na aktivitách jedince v riziku – jeho životním stylu, rozhodnutích a motivaci. Důležité je proto informovat jedince o tom, proč a jakým způsobem může snížit rizikové faktory vzniku onemocnění. Aktivní přístup pacienta je zcela nezbytný.

## Sekundární prevence

Týká se 1. až 3. stádia vývoje nemoci. Její podstatou je včasná diagnostika, která vede k **zabránění progresu nebo k vyléčení asymptomatického nebo časného stádia vývoje nemoci**. Cílovou

skupinou jsou pacienti ve stadiu nejlehčí klinické manifestace onemocnění. Jde hlavně o pre- a subklinická stádia. Do metod patří hlavně již zmíněná včasná detekce onemocnění pomocí skrínigových programů nebo preventivních prohlídek. I zde je důležitá informovanost populace, jednak znalost vlastních specifických rizikových faktorů a také znalost časných příznaků poruch zdraví. Většina intervenčních opatření u tohoto druhu prevence však spadá do rukou lékařů.

## **Terciární prevence**

Tento druh prevence se zabývá 3. až 4. stádiem nemoci. Cílem je **omezení progresse onemocnění**, zabránění opakování klinických příhod a zabránění vzniku postižení nebo ztráty soběstačnosti. Tato prevence je zaměřena na pacienty v rozvinutém stádiu onemocnění. Do její náplně spadá léčba a rehabilitace se snahou navrátit pacienta do stavu před vypuknutím onemocnění. Patří sem tudíž i snaha o reintegraci a udržení kvality života.