

prevence

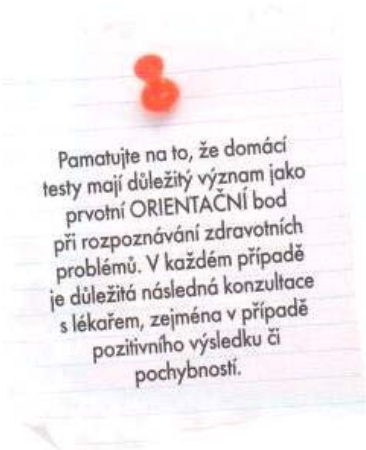


Domácí TESTování



„Testovat doma, či netestovat,“ mohla by znít otázka, odpověď však není černobílá... Některé zdravotní testy pro domácí použití mají své opodstatnění a ani odborníci proti nim nic nenamítají. Rozporuplné reakce pak budí testy, které zkoumají zásadní zdravotní problémy, kdy při případném falešném pozitivním výsledku může dojít ke zkratovému jednání pacienta, což samozřejmě není záměrem výrobce ani účelem testu samotného.





Pamatujte na to, že domácí testy mají důležitý význam jako prvotní ORIENTAČNÍ bod při rozpoznávání zdravotních problémů. V každém případě je důležitá následná konzultace s lékařem, zejména v případě pozitivního výsledku či pochybností.

Testů pro domácí využití není málo a jejich nabídka se rozrůstá rychlým tempem. Dnes už si doma můžete zjistit nejen aktuální stav cukru ve vaší krvi (pomocí glukometrů), což je důležité pro širokou skupinu diabetiků 1. a částečně i 2. typu, ale můžete si zkontrolovat třeba i srážlivost krve, což na doporučení lékaře provádějí pacienti dlouhodobě užívající antikoagulační léčbu (např. warfarin) a prakticky ihned tak zjistí, zda jsou hodnoty v pořádku a není-li třeba léčbu upravit. Objevují se však také testy, které nabízejí rychlé ověření poměrně závažných infekčních onemocnění. Kdy a v jakých případech se spolehnout na svůj „odečet“ domácích testů a kdy raději navštívit lékaře?

U LÉKAŘE stejně JAKO DOMA

(běžně používané testy)

➔ A, B, AB, či nula?

Víte, jakou máte krevní skupinu? Ač se to na první pohled nezdá, je to zcela zásadní otázka. Kolik z nás svou krevní skupinu nezná a spoléhá na to, že v případě vážného ohrožení života zdravotníci tento poměrně jednoduchý test (před případnou transfuzí krve) bleskově provedou? Stát se ovšem může ledačos, a proto opravdu nezaškodí vědět, zda jsem A, B, AB nebo nulka. V případě, že nemáte čas navštívit laboratoř, kde vám na vaši žádost a po zaplacení příslušného poplatku dle aktuálního ceníku test provedou, můžete si zakoupit test na domácí použití. Balíček zpravidla obsahuje sterilní lancetu, pomocí které získáte vzorek vaší krve. Ten přemístíte do čtyř koleček na testovací kartě a smícháte s kapkou vody. Po několika minutách můžete určit svoji krevní skupinu a Rh faktor.

Před použitím je třeba (tak jako u všech domácích testů) pozorně prostudovat přiložený návod a řídit se jím!

➔ Pozor na skryté krvácení

Test na okultní (skryté) krvácení do stolice odhalí i nepatrné množství krve, které je pouhým okem nepoznatelné. Před použitím není třeba držet žádnou dietu, aplikace je naprosto jednoduchá a hygienická. Detekuje se krev ve stolici na principu citlivé a specifické imunochemické reakce lidského hemoglobinu (složka lidské krve) s protilátkami. Přítomnost krve může signalizovat polypy ve střevě, ale také nádorové onemocnění tlustého střeva a konečníku, u něhož bohužel stále patříme do skupiny zemí s nejvyšším výskytem. Proto je třeba odhalit nebezpečí včas – a jedním z příznaků onemocnění je právě skryté krvácení do stolice. Tento test by měli podstoupit především lidé nad 50 let, u nichž riziko onemocnění stoupá. Po pozitivním výsledku by v každém případě mělo následovat vyšetření odborníkem!

➔ Otestujte si moč

Určitě znáte z ordinace (zpravidla praktického lékaře či urologa) situaci, kdy jdete s vyfasovanou nádobkou na toaletu, ostýchavě ji přinesete nazpět a sestříčka či lékař pak vnoří do tekutiny proužek papíru, jehož barevné



spektrum následně vyhodnotí (případný zánět apod.). Tento test si můžete provést i v domácím prostředí, nicméně zde je na místě jistá zkušenost s odečtem barevné škály pro přesný výsledek. Princip je stejný – proužek se vnoří do moči tak, aby všechny reagenční zóny byly smočeny (cca 2 s), pak jej vyjměte, osušte přebytečnou moč a ponechte proužek ve vodorovné poloze. Po cca 60 sekundách lze vyhodnotit barevnou škálu, zónu leukocytů (bílé krvinky, jejichž zvýšený počet signalizuje zánět) cca po 120 sekundách. Opět platí, že v případě kladného výsledku je třeba navštívit lékaře, který doporučí vhodnou léčbu.

Právo pacienta a povinnost lékaře

Lékař vždy odesílá pacienta k odběru krve na základě vyšetření a diagnostické rozvahy. Pokud máme pocit, že potřebujeme vyšetřit ještě něco jiného, co lékař neindikoval, existuje další možnost vyšetření přímo v laboratoři. „Každý má právo nechat se vyšetřit jako samoplátce – buď přímo v laboratoři, nebo si nechá předepsat žádanku lékařem, kde je uvedeno ‚hradí pacient‘. Osobně bych zejména u podezření na infekční chorobu volil variantu raději trochu více zaplatit v laboratoři (rozdíly jsou někdy velmi malé), ale mít vysokou jistotu správnosti vyšetření. Tím pádem mám i jistotu, že chorobu v nevědomosti nešířím (v případě falešně negativního výsledku domácího testu), nebo se naopak vyhnou stresu, že trpím chorobou, kterou ve skutečnosti mít nemusím (například kvůli falešně pozitivnímu výsledku při domácím testování). Osobně jsem vyzkoušel několik jednoduchých a relativně přesných domácích testů – testy na glukózu, papírkový test na moč, test na okultní krvácení, na určení krevní skupiny. Nicméně pokud bych měl podezření na infekční či jiné závažné onemocnění, šel bych k lékaři či přímo na vyšetření do laboratoře, než se stresoval z relativně často chybného výsledku domácích testů.“ dodává k tomu biochemik profesor Tomáš Zíma. Věda a výzkum kráčí mílovými kroky, nabídka testů pro domácí využití se neustále rozšiřuje a zdokonaluje. Jednoduchá rada zní: Pokud se cítíte opravdu nemocní, je nezbytné navštívit odborníka, který určí přesnou diagnózu a postup léčby, byť by tomu třeba předcházela pozitivní výsledek domácího testu. Je to známka vašeho aktivního přístupu ke zdraví. ✦

*Helena Míková
odborná spolupráce: prof. MUDr. Tomáš Zíma, DrSc., MBA
Ústav klinické biochemie a laboratorní diagnostiky
I. LF UK a VFN Praha*

Jaké další domácí testy existují?

Kromě známého a lety praxe prověřeného těhotenského testu je to nově i ovulační test a test na menopauzu (viz *Moje zdraví* 02/2011), test mužské plodnosti, test na syfilis, mononukleózu, celiakii, alergie, na přítomnost chlamydií, cholesterol test, test na vaginální kvosinkovou infekci, alkohol test, test na přítomnost drog v organismu, test na borelii (testuje se klišé, nikoli vy), na HIV-pozitivitu a mnohé další. (Pozn. – např. testy na HIV-pozitivitu lze ovšem v různých laboratořích provést i anonymně.)



FOTO: SHUTTERSTOCK.COM A PROFIMEDIA.CZ



V čem se liší technický postup zpracování v laboratoři a v domácím prostředí?

Tuto problematiku se ve stručnosti pokusí přiblížit přednosta Ústavu klinické biochemie a laboratorní diagnostiky I. LF UK a VFN Praha prof. MUDr. Tomáš Zima, DrSc., MBA:

„Je nutné si uvědomit, že v laboratoři každý den probíhá takzvaná vnitřní kontrola kvality. To znamená, že do stroje, který používáte řadu let, dáte kontrolní materiál (vzorky o definované koncentraci), jenž se přeměří, a díky tomu hned zjistíte, zda systém pracuje správně. Pokud kontrolní vzorek ‚neprojde‘, je na řadě překalibrování či jiný úkon – a to až do momentu, kdy je vše v pořádku. Každý test má dvě základní charakteristiky – specifitu a senzitivitu. To jsou dva důležité parametry, které mají dosahovat určitých, relativně vysokých hodnot. Jednak říkají, jaké procento výsledků vám ‚uteče‘, to znamená, kolik pozitivních pacientů vám nezachytí (jde tedy o falešně negativní výsledky). Druhý paramet naopak říká, kolik negativních pacientů falešně označíte, že jsou pozitivní. Tato čísla vypovídají, nakolik se lze na výsledky spolehnout. U domácích testů zejména na závažná infekční onemocnění je jak specifita, tak senzitivita významně nižší než u testů prováděných v laboratoři. Na trhu je totiž široká nabídka výrobků velmi různé kvality a běžný občan se v ní zpravidla obtížně orientuje.“

