

Týždeň prevencie

Žena ako **PILIER**
ZDRAVIA

Kampaň *Žena ako pilier zdravia* **MEDIÁLNE VÝSTUPY**

Tlačová konferencia 19.5.2026

Podujatie pre verejnosť *Žena ako pilier zdravia* v Auparku v Bratislave 30. 5. 2026

Generálny partner



Hlavný partner



Partneri



MagnaPharm
One Team. One Solution.

MERCK

SERVIER
moved by you

teva



TVÁRE KAMPANE



MUDr. Adriana Šimková, PhD.

všeobecná lekárka a internistka, Duo medical, Pezinok



MUDr. Jana Kollerová, PhD.

endokrinologička, endokrinologická ambulancia Bratislava



doc. MUDr. Alexandra Krištúfková, PhD.

gynekologička a pôrodníčka, I. gynekologicko-pôrodná klinika LF UK a UNB



**MUDr. Ronnie Šandorová
Traubnerová**

neurologička



MUDr. Miroslav Tomáš, PhD., MPH

odborný konzultant pre manažment obezity, GLOWW



pani Erika (Ol'ga Belešová)

moderátorka

TELEVÍZIA

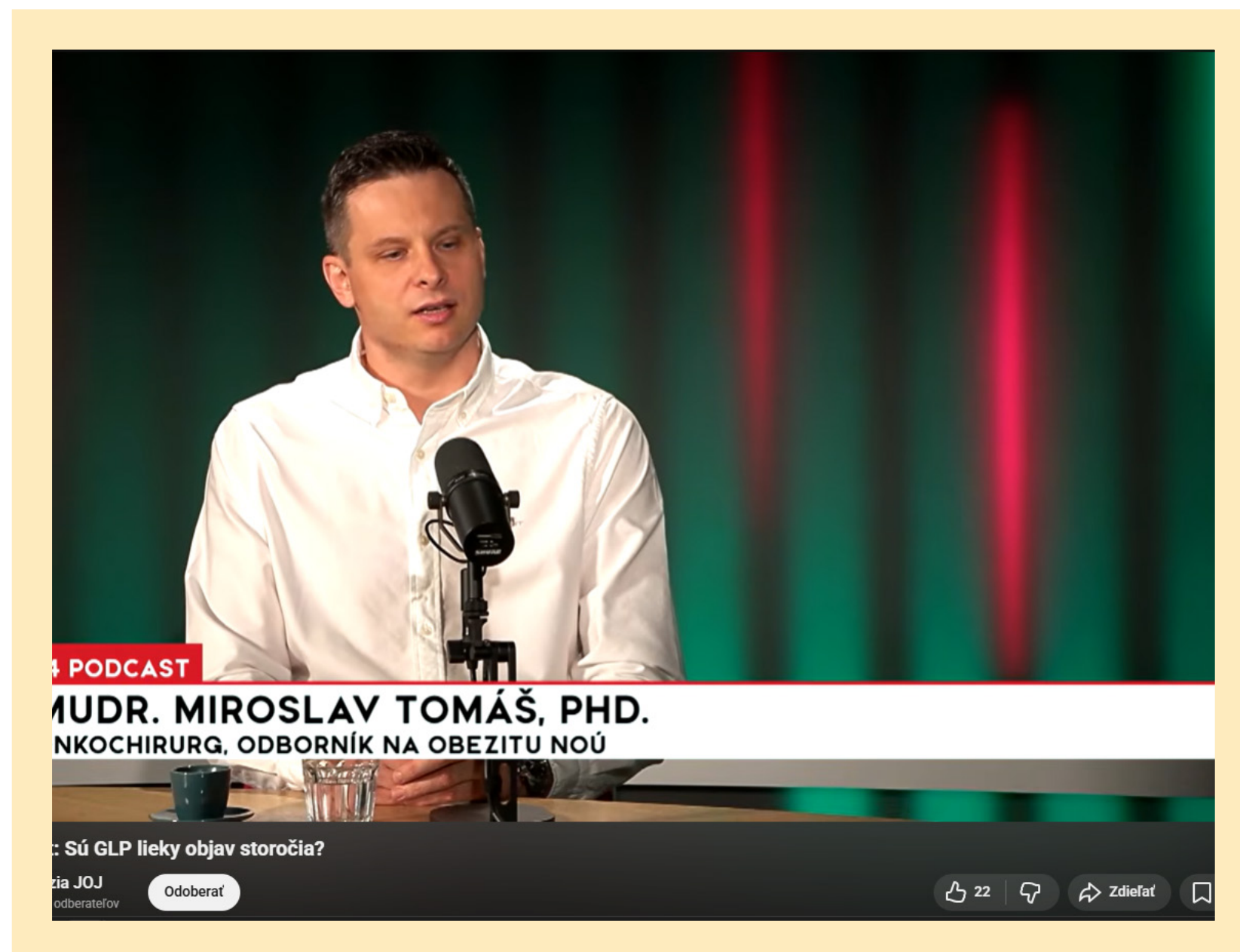
TV JOJ – 24 PODCAST

<https://www.youtube.com/watch?v=o8aqpZAA7s>

STVR – Ranné správy

Reportáž: 19. 5. 2026 – 7 minút

<https://www.stvr.sk/televizia/archiv/14026/598297#2241>



ROZHLAS



Slovensko dnes, magazín o Slovensku Rádio Slovakia International

<https://www.stvr.sk/radio/archiv/1488/2801575>

Reportáž: 20-minútová reportáž o iniciatíve Týždeň prevencie a kampani Žena ako pilier zdravia

radiomelody.sk

Reportáž: 19. 5. 2026 – živé vysielanie 14:45

Rádio SLOVAKIA INTERNATIONAL

<https://skrsi.stvr.sk/clanky/tema-dna/446280/zena-ako-pilier-zdravia>

MS v hokeji Správy STVR Deti Pečie celé Slovensko História E-SHOP STVR.org Pre médiá Kontakty

STVR Televízia Rádio Archiv Program Novinky Hľadať

Rádiá Archiv Archiv Extra Program Relácie Podcasty SOSR DAB+ Galéria SRo

<< späť Slovensko dnes, magazín o Slovensku

Slovensko dnes, podcast v slovenskom jazyku prináša Slovákom žijúcim v zahraničí, a nielen im, najnovšie správy zo Slovenska. Od pondelka do piatku ponúkame aktuálne a zaujímavé príspevky a reportáže zo športu, vedy a techniky, sociálneho života a kultúry. Mapujeme dianie v krajských komunitách na celom svete. S nami sa prejdete po unikátnych miestach Slovenska a spoznáte osobnosti známe za hranicami našej krajiny. Naladte si krajské vysielanie kedykoľvek a kdekoľvek na svete na podcaste Slovensko dnes!

Popis epizódy
Slovakia Int. | Štvrtok 28.05.2026, Publicistika

Predstavíme celoslovenskú iniciatívu Týždeň prevencie, ktorej piaty ročník je venovaný ženám a kampaň nesie názov Žena ako pilier zdravia. Odborníci predstavujú hlavné zdravotné problémy, ktoré ženy trápia a naznačia možné riešenia.

Archív - zvolte dátum
Máj 2026
Po Ut St Št Pi So Ne
1 2 3
4 5 6 7 8 9 10
11 12 13 14 15 16 17
18 19 20 21 22 23 24
25 26 27 28 29 30 31

Reláciu najbližšie vysielame
Piatok 29.05. 17:30
Sobota 30.05. 21:00

RADIO Melody

POČUVAŤ Ruže Z Papiru Brontosauri

Novinky Súťaž

REKLAMA

PRÁVE HRÁME O 7 000 €

STVR Televízia Rádio Archiv Program Novinky Hľadať

Rádiá Archiv Archiv Extra Program Relácie Podcasty SOSR DAB+ Galéria SRo

rádio SLOVAKIA INTERNATIONAL

O rádiu Ľudia Relácie Projekty Kontakty Ako nás počúvať Partneri QSL Program

<< späť Žena ako pilier zdravia

25. 05. 2026 13:32 | Téma dňa

Ženy na Slovensku žijú v priemere o viac ako 6 rokov dlhšie ako muži, no nie vždy zdravšie. Ich zdravie ovplyvňujú hormonálne zmeny, tehotenstvo, menopauza aj rozdielna odpoveď na liečbu. Pri príležitosti 5. ročníka Týždňa prevencie na Slovensku vyzvali odborníci najmä ženy, aby dbali na prevenciu a sledovali zmeny svojho zdravotného stavu.

Žena ako pilier zdravia

00:00 01:47

Máte problém s prehrávaním? Nahlaste nám chybu v prehrávači.

Zdroj: STVR
Soňa Krajčovičová Foto: TASR

Živé vysielanie 14:50

Práve vysielame
Rádio Slovakia Int.
14:20 - Slovensko dnes, ...

Rozhlas
Rádio Slovensko
Rádio Devín
Rádio_FM
Rádio Patria
Rádio Regina Západ
Rádio Regina Stred
Rádio Regina Východ
Rádio Slovakia Int.
Rádio Junior

TLAČOVÉ AGENTÚRY

teraz.sk (TASR)

<https://www.teraz.sk/zdravie/odbornici-zeny-by-mali-poznat-svoje/963849-clanok.html>

sita.sk

<https://sita.sk/vzdravotnictve/prevenia-ma-zohladnovat-vek-hormony-zivotny-styl-aj-rizika-ktore-zeny-casto-prehliadaju-pripomenuli-odbornici/>

MS v hokeji 2026
 Všetky správy
TERAZ.SK
 Spravodajský portál Tlačovej agentúry Slovenskej republiky
 Piatok 29. máj 2026 Henity má Vílna
 Medzinárodný rok dobrovoľníctva
 Všetky správy

< sekcia SEKCIA: Zdravie

Odborníci: Ženy by mali poznať svoje telo a dbať na prevenciu

Zdieľať 0

Najčítanejšie 24h 7d

- 1 Nitriansky kraj udelil ocenenia Zdravotník roka
- 2 Meloniová žiada EÚ o hraničné kontroly v súvislosti s vírusom ebola
- 3 EBOLA: V Keni pozastavili plán na karanténne centrum pre Američanov
- 4 Národný onkologický ústav dokončil rekonštrukciu pavilónu M
- 5 Úrad: Zo SR stahujú dojčenskú vodu Zlatičko a dojčenskú vodu Seguro
- 6 Samária: Ficor na osamelosť ľudí so schizofréniou
- 7 Bój proti ebola v KDR komplikujú aj dezinformácie

Ženy by zároveň podľa lekárov nemali pripisovať únavu, príberanie, búšenie srdca či zmeny nálady automaticky stresu alebo veku.

Autor: TASR
19. máj 2026 11:56

Bratislava 19. mája (TASR) - Ženy často myslia na zdravie celej rodiny, no vlastné príznaky odmietajú. Preto ich odborníci vyzývajú, aby sa viac zohľadňovali a dbali na prevenciu.

S I T A
ZDRAVOTNÍCTVO
 ZDRAVOTNÍCTVO ZDRAVIE ZDRAVOTNÍCKE ZARIADENIA ZDRAVOTNÉ POISŤOVNE FARMÁCIA NÁZORY OSTATNÉ

Prevenia má zohľadňovať vek, hormóny, životný štýl aj riziká, ktoré ženy často prehliadajú, pripomenuli odborníci

Organizmus žien má svoje špecifiká, hormonálne zmeny, inú odpoveď na lieky, vyššie riziko niektorých ochorení aj častejši výskyt atypických príznakov.

30. 05. 2026 | 20:52

Anna Kopčanová
Redaktorka ekonomickej redakcie

4 min. čítania
Redakčne overené informácie

PARTNER PORTÁLU
DŌVERA

NAJČÍTANEJŠIE týždeň | mesiac

- 1 **VIDEO** V uliciach Bratislavy sa objavili nafukovacie slony. Upozorňujú na problém, o ktorom všetci vieme, no mčíme o ňom - VIDEO, FOTO
- 2 **VIDEO** Elastický obväz a pletený obväz - aké sú rozdiely a ktorý si vybrať?
- 3 **VIDEO** Alergie v roku 2026: Prečo sú silnejšie a trvajú dlhšie než kedysi? Imunológ vysvetľuje - ROZHOVOR
- 4 **VIDEO** Opozícia kritizuje financovanie aj postup pri dostavbe nemocnice v Prešove, KDH zbiera podpisy na odvolanie Kaliňáka - VIDEO
- 5 **VIDEO** Problémy s dýchacím systémom často odkladáme, odborníčka upozorňuje, čo spôsobí ich neriešenie - VIDEO
- 6 Slovensko má vážny problém s cirhózou, varuje hepatológ: Štvrtina Slovákov má poškodenú pečeň - ROZHOVOR
- 7 **VIDEO** Slovensko modernizuje zdravotníctvo, prezident otvoril nový pavilón onkologického ústavu - VIDEO

Foto: ilustračné, www.gettyimages.com

Slovensko | Zdravie | Zdravie z lokality Slovensko

ZDIELAŤ

SPRAVODAJSKÉ PORTÁLY, MAGAZÍNY A ČASOPISY



Sme.sk

<https://www.sme.sk/domov/c/zeny-by-mali-poznat-svoje-telo-a-dbat-na-prevenciu-i-zdravotne-zmeny>

medicina.trend.sk

<https://medicina.trend.sk/zivotny-styl/zeny-casto-myslia-na-zdravie-celej-rodiny-no-vlastne-priznaky-odkladaju/>

egoodwill.sk

<https://egoodwill.sk/zdravie-2/zena-ako-pilier-zdravia-vlastne-zdravie-by-nemalo-ist-bokom/>

The screenshot shows the homepage of SME Domov. The main article is titled "Ženy by mali poznať svoje telo a dbať na prevenciu i zdravotné zmeny". The article text states: "Ženy často myslia na zdravie celej rodiny, no vlastné príznaky minimalizujú, varujú odborníci." Below the article is a list of "NAJČITANEJŠIE NA DOMOV" with 8 items, including topics like cryptocurrency, a judge's decision, and a health campaign.

The screenshot shows an article on medicina.trend.sk. The title is "Ženy často myslia na zdravie celej rodiny, no vlastné príznaky odkladajú". The article text says: "Ženy by podľa lekárov nemali pripisovať únavu, priberanie, búšenie srdca či zmeny nálady automaticky stresu alebo veku". The article includes a photo of two women talking and a list of "NAJČITANEJŠIE" related articles.

The screenshot shows an article on eGOODWILL.sk. The title is "Žena ako pilier zdravia: vlastné zdravie by nemalo ísť bokom". The article text states: "Pri príležitosti 5. ročníka Týždňa prevencie a Svetového dňa všeobecných lekárov vystúpili so svojimi prednáškami na tlačovej konferencii lekári zdravia MUDr. Rozina Šandorová Traubnerová, MUDr. Jana Köllnerová, PhD., MUDr. Miroslav Tomáš, PhD., MPH, doc. MUDr. Alexandra Krištofiková, PhD. a MUDr. Adriana Šimková, PhD." The article includes a photo of a panel discussion and logos of partners like SWAN, Kaufland, and KÚPELE NIMNICA.

SPRAVODAJSKÉ PORTÁLY, MAGAZÍNY A ČASOPISY



netky.sk

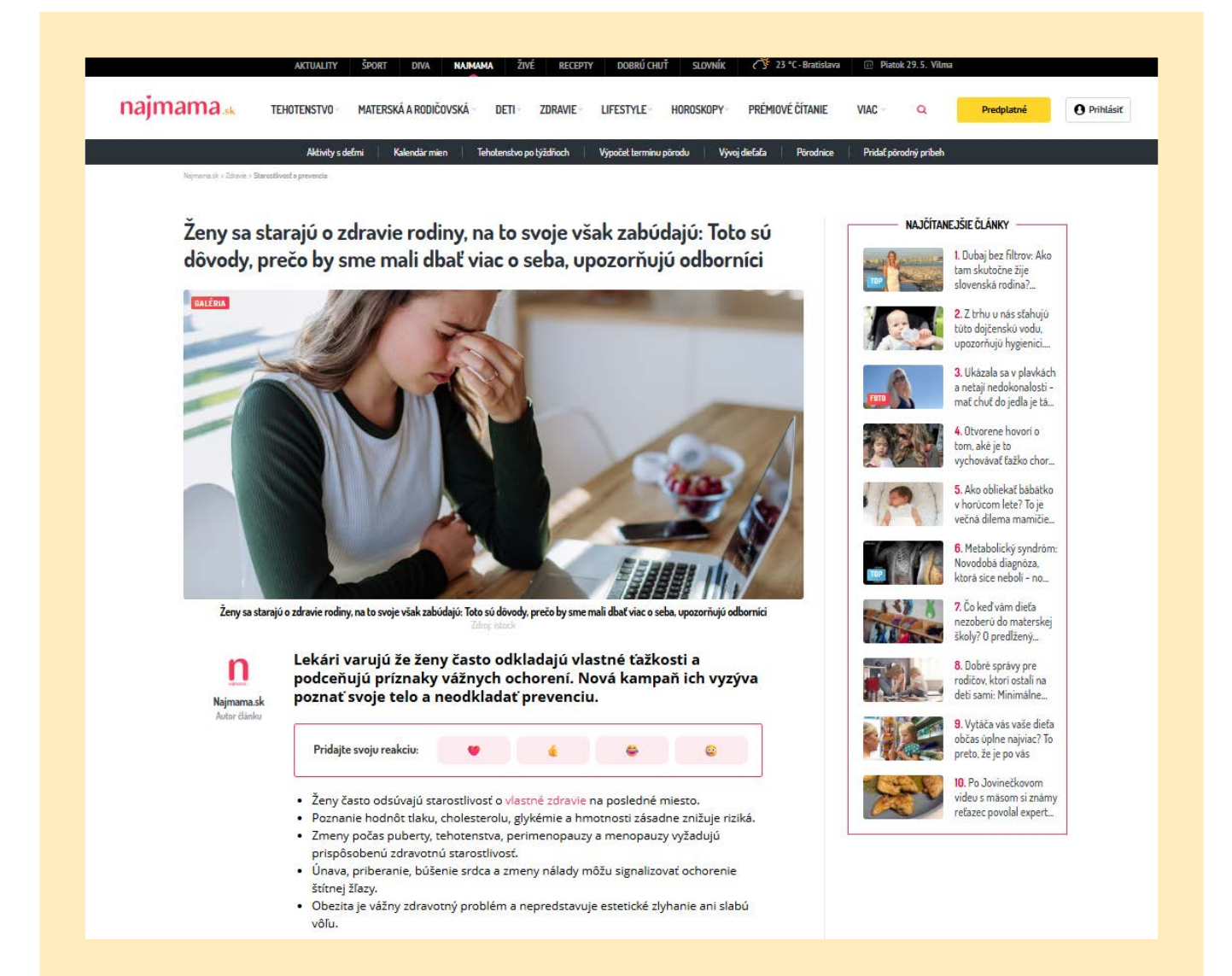
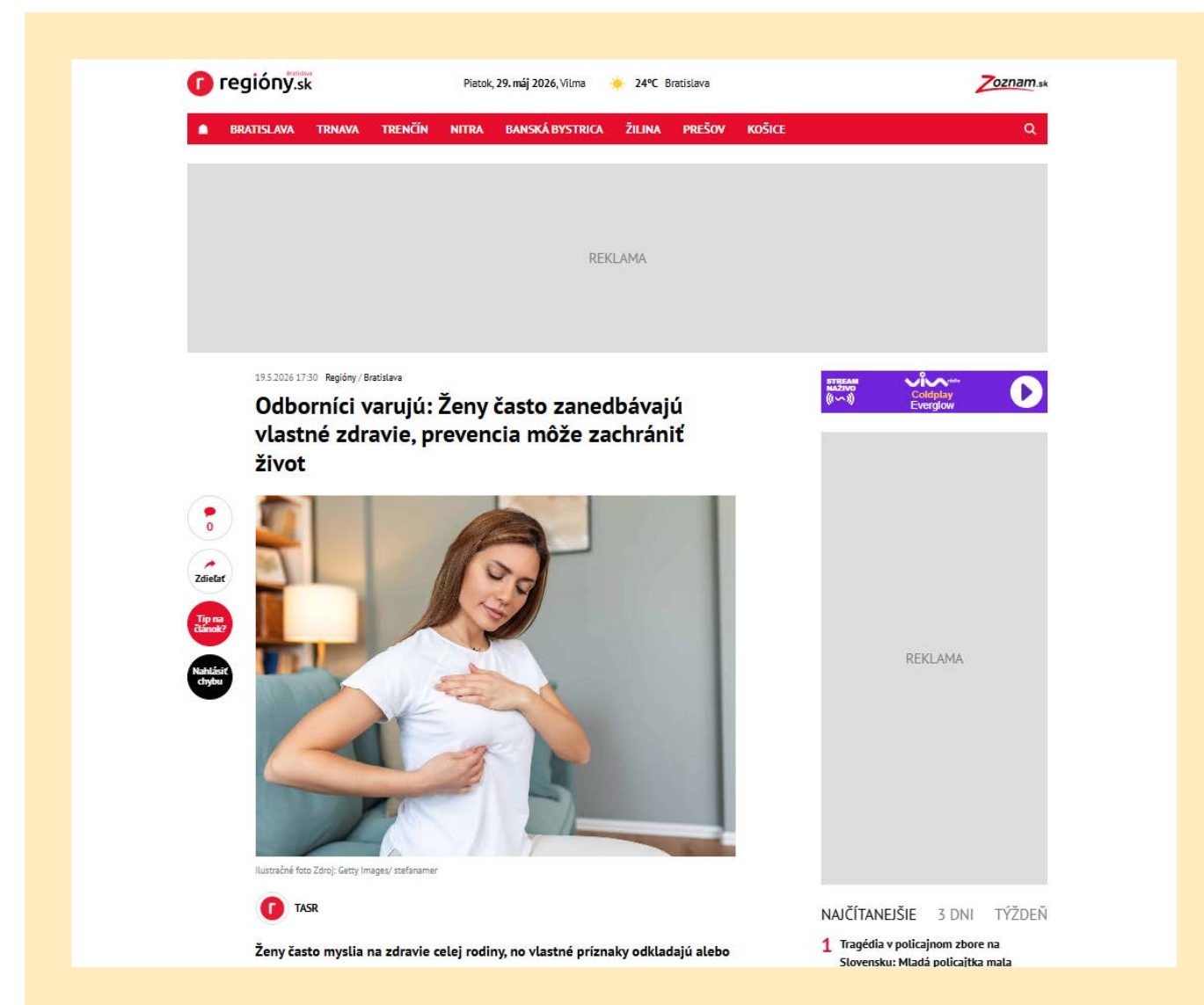
<https://www.netky.sk/clanok/zeny-ignoruju-vlastne-zdravotne-problemy-varuju-lekari-unavaci-busenie-srdca-nemusia-byt-len-stres>

bratislava.zoznam.sk

<https://bratislava.zoznam.sk/odbornici-varuju-zeny-casto-zanedbavaju-vlastne-zdravie-prevencia-moze-zachranit-zivot/>

najmama.sk

<https://najmama.aktuality.sk/clanok/8q0oYvv/zeny-sa-staraju-o-zdravie-rodiny-na-to-svoje-vsak-zabudaju-toto-su-dovody-preco-by-sme-mali-dbat-viac-o-seba-upozornuju-odbornici/>



SPRAVODAJSKÉ PORTÁLY, MAGAZÍNY A ČASOPISY



vysetrenie.zoznam.sk

<https://vysetrenie.zoznam.sk/cl/1000649/9400151/Toto-je-najvacsia-chyba--ktoru-v-oblasti-zdravia-robia-zeny--Odbornici-vyzývajú-na-zmenu>

bleskovky.zoznam.sk

<https://bleskovky.zoznam.sk/cl/1005001/9400085/Zeny-by-mali-poznat-svoje-telo-a-dbat-na-prevenciu-i-zdravotne-zmeny>

Pravda.sk

<https://zdravie.pravda.sk/zdravie-a-prevencia/clanok/812631-obezita-nie-je-zlyhanie-vole-modernaliecba-meni-pohlad-na-chudnutie/>

vysetrenie.sk
Platok, 29. máj 2024, meniny má Viliam zotr Ferdinand 24 °C Bratislava

ZDRAVIE CHOROBY VÝŽIVA KYŽY ROZHOVORY NA VLASTNEJ KŮŽI KALKULÁČKY AMBULANCIE

STARLINK Reliable high-speed internet starting at €35/mo

22.5.2024 12:00 Výživa / Prevencia

Toto je najväčšia chyba, ktorú v oblasti zdravia robia ženy: Odborníci vyzývajú na zmenu

LEKÁRI A AMBULANCIE
Prejd' na vyhľadanie >

© Zoznam / ZSR

Ženy často myslia na zdravie celej rodiny, no vlastné príznaky odkladajú alebo ich pripisujú stresu, únave či veku. Je však dôležité poznať vlastné telo, všimnúť si zmeny, neodkladať prevenciu a riešiť zdravotné problémy ihneď.

NAČÍTANEJŠIE 3 DNI TÝŽDEŇ
1 Bolesť a týždeň rúk môžu skončiť

bleskovky

< Späť na správy

19.05.2026 11:47

ŽENY BY MALI POZNAŤ SVOJE TELO A DBAŤ NA PREVENCIU I ZDRAVOTNÉ ZMENY

Ženy často myslia na zdravie celej rodiny, no vlastné príznaky odkladajú alebo ich pripisujú stresu, únave či veku. Je však dôležité poznať vlastné telo, všimnúť si zmeny, neodkladať prevenciu a riešiť zdravotné problémy ihneď. V rámci preventívnej kampane Žena ako pilier zdravia na to upozornili odborníci na utorkovej tlačovej konferencii.

„Ženy sú často manažérkami zdravia celej rodiny, no starostlivosť o seba odsúvajú na posledné miesto. Práve preto je dôležité, aby poznali svoje hodnoty základných zdravotných rizikových faktorov - napríklad krvného tlaku, cholesterolu, glykémie či hmotnosti - a aby preventívne prehliadky nevnímali ako formalitu,“ uviedla všeobecná lekárka a internistka Adriana Šimková. Upozornila, že napríklad vysoký krvný tlak patrí medzi najvýznamnejšie rizikové faktory kardiovaskulárnych ochorení.

Lekári tiež odporúčajú ženám všimnúť si zmeny v hormonálnych obdobiach života - počas puberty, tehotenstva, po pôrode, v perimenopauze a menopauze, a otvorene o nich hovoriť s lekárom. Gynekologička a pôrodníčka Alexandra Krištúfková vysvetlila, že zdravie ženy sa v rôznych obdobiach mení a prispôbiť tomu treba aj zdravotnú starostlivosť.

Ženy by zároveň podľa lekárov nemali pripisovať únavu, priberanie, búšenie srdca či zmeny nálady automaticky stresu alebo veku. Endokrinologička Jana Kollerová varuje, že môže ísť o problémy so štítnou žľazou, ktorú je dôležité včas vyšetriť. Rovnako netreba podceňovať migrénu. „Migréna nie je výhovorka ani obyčajná bolesť hlavy. Je to ochorenie, ktoré dokáže ženu vyradiť z práce, rodinného života aj bežného fungovania. Ak sú záchvaty časté, trvajú viac ako 48 hodín, bolesť je ťažko tolerovaná alebo pacientka opakovane siaha po analgetikách, mala by

Pravda Správy Sportweb Auto Koktail Zdravie Žena Varecha Záhrada Učtočná Video DefenceNews VŠETKY SEKcie Predplatné

ZDRAVIE Zdravie a prevencia Zdravá výživa Zdravá krása Zdravá duša Zdravý relax Zdravá rodina 13.05.2026 12:00 - Zlatko

Pravda Zdravie Zdravie a prevencia Obezita nie je zlyhanie vôle. Moderná liečba mení p...

Obezita nie je zlyhanie vôle. Moderná liečba mení pohľad na chudnutie

Spoločnosť stále vníma ľudí s nadváhou a obezitou ako tých, ktorí sa „menej snažia“. Na Slovensku žije s nadváhou alebo obezitou 64 % dospelých, čo je približne 2,8 milióna ľudí. Nie je to len estetický, ale predovšetkým medicínsky problém.

Pravda 02.06.2026 12:00

Foto: SHUTTERSTOCK

AK obezitu dokážeme liečiť, môžeme významne znížiť riziko infarktu, cievnych mozgových príhod a ďalších závažných zdravotných komplikácií.

NAJČITANEJŠIE týždeň mesiac

- Vedci odhalili lacný trik proti klieštom, stačí len rozsypať po...
- Zrejme ani neviete, že ho máte. Zabudnutý orgán dlhovekosti dokáže...
- KVÍZ: Čo viete o ochoreniach, ktoré trápia milióny ľudí? Možno...
- Vedci sledovali 8 000 ľudí cez smartfóny. Zistili, čo...
- Zabudnite na drahé lieky. Vedci presne určili, ktorý pohyb najviac...
- Nápoj z nezvyčajnej kombinácie znížil zápal už za štyri...
- Odhalil užívanie aspirínu rakovinu? Vedci zostali v šoku,...

SPRAVODAJSKÉ PORTÁLY, MAGAZÍNY A ČASOPISY

Pluska

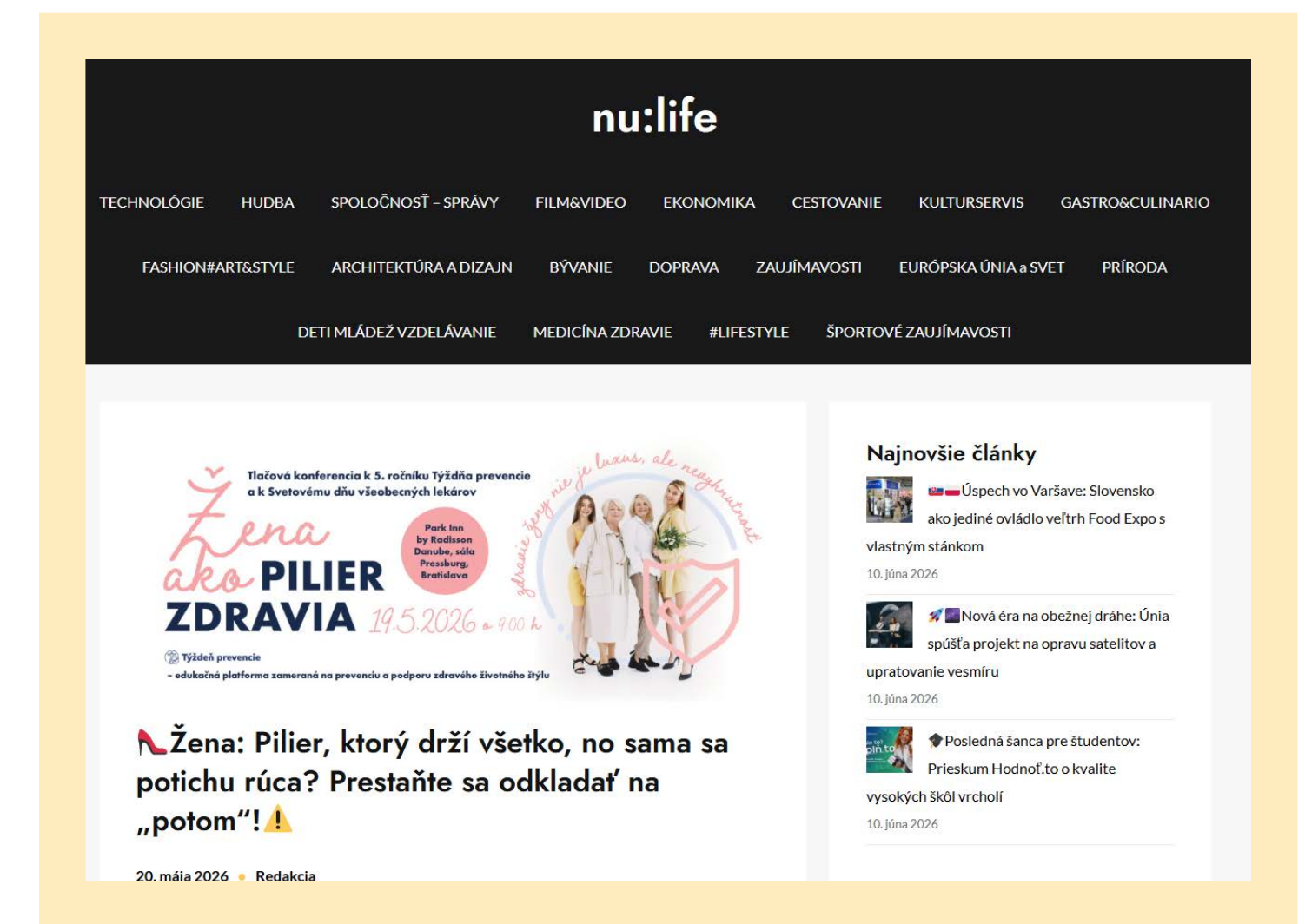
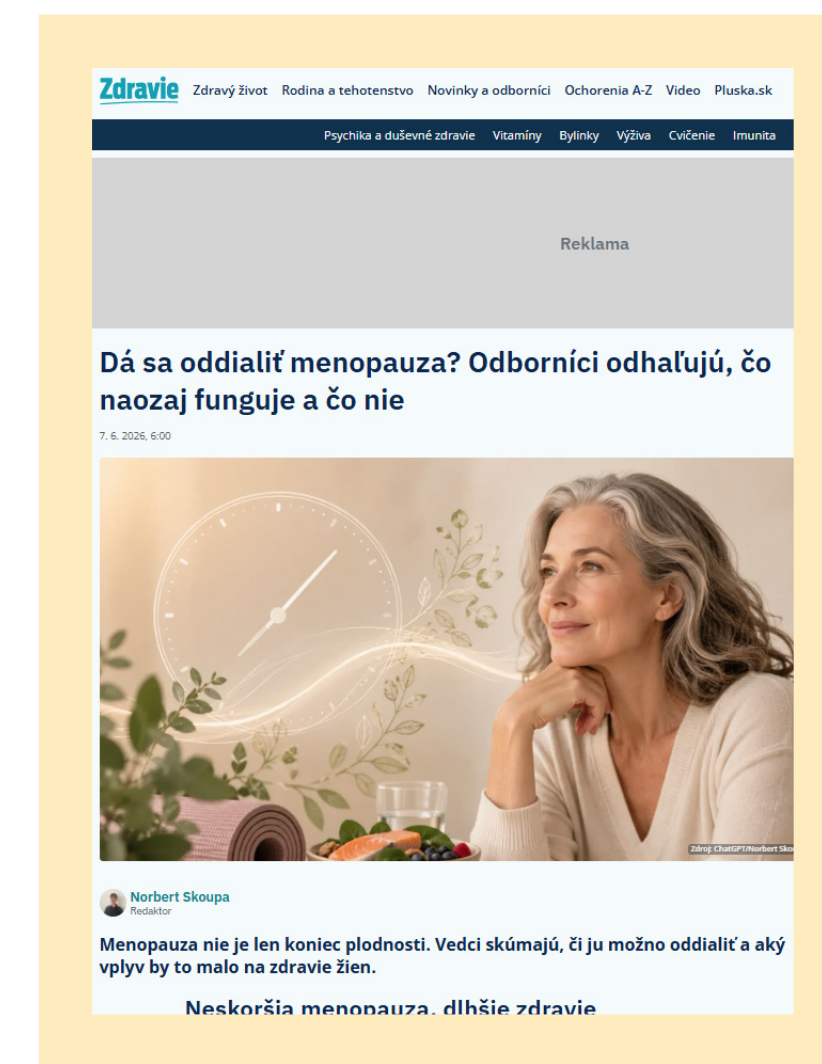
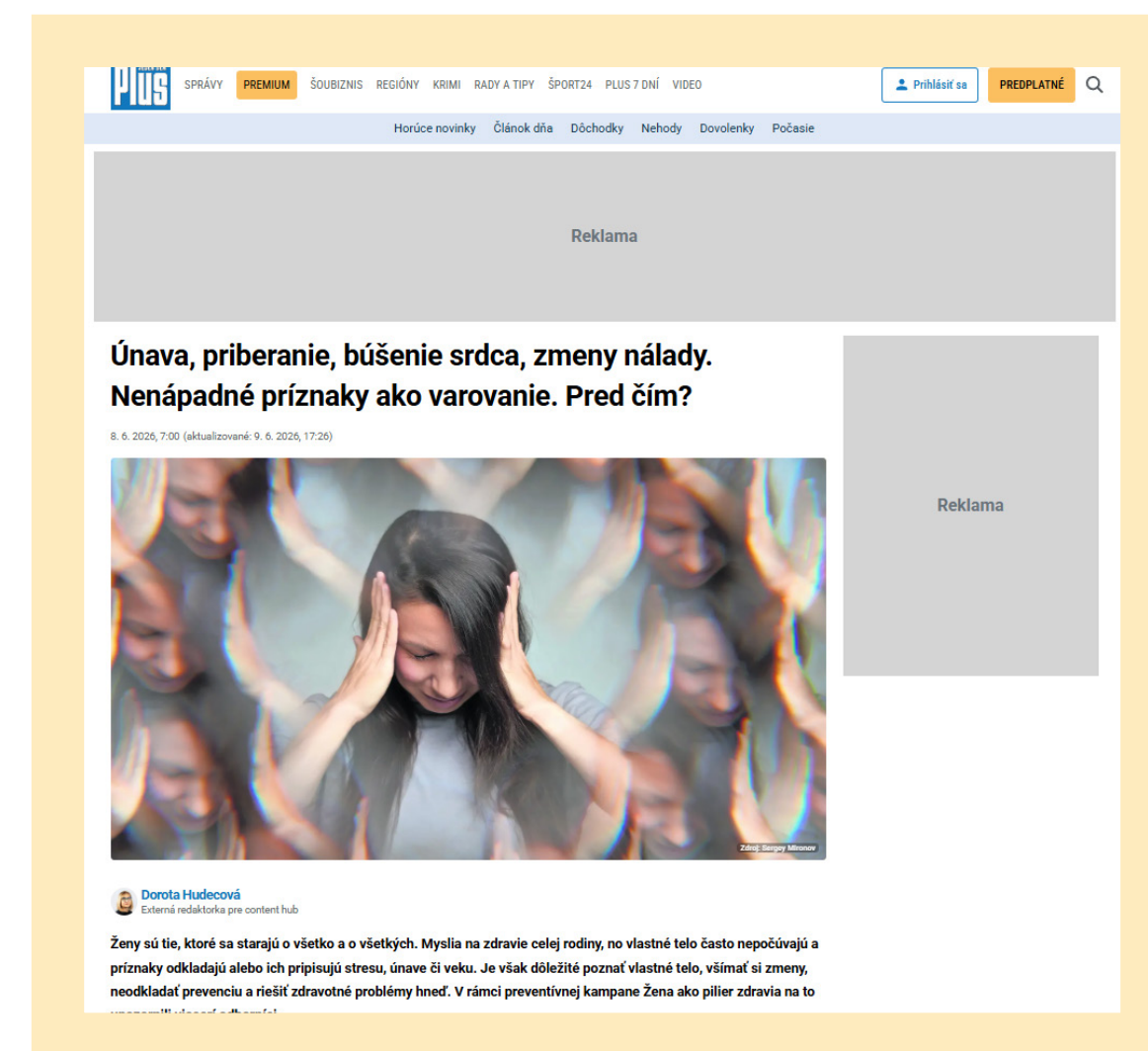
<https://www1.pluska.sk/rady-a-tipy/unava-priberanie-busenie-srdca-zmeny-nalady-nenapadne-priznaky-ako-varovanie-pred-cim>

zdravie.pluska.sk

https://zdravie.pluska.sk/zdravy-zivot/da-sa-oddialit-menopauza-odbornici-odhaluju-co-naozaj-funguje-a-co-nie?itm_modul=tag_articles_list&itm_brand=zdravie&itm_template=tag&itm_area=list_pagination_1&itm_position=1

NuLife.sk

<https://www.nulife.sk/nulife/2026/05/20/%F0%9F%91%A0zena-pilier-ktory-drzi-vsetko-no-sama-sa-potichu-ruca-prestane-sa-odkladat-na-potom%E2%9A%A0%EF%B8%8F/>



SPRAVODAJSKÉ PORTÁLY, MAGAZÍNY A ČASOPISY

Týždeň prevencie

<https://tyzdenprevencie.sk/zena-ako-pilier-zdravia/>

Denník Pravda, príloha Dobré zdravie

Vydanie: 24. jún 2026

Týždeň prevencie | O projekte | Oienka pani Eriky | Články a Recepty | Podujatia | Partneri

Tlačová konferencia Žena ako pilier zdravia

Tlačová konferencia k 5. ročníku Týždňa prevencie a k Svetovému dňu všeobecných lekárov

Žena ako PILIER ZDRAVIA 19.5.2026 o 9:00 h

Park Inn by Radisson Danube, sídlo Bratislava

giovani oggi, ma je luxus, ale neobavujte sa

Týždeň prevencie – edukatívna platforma zameraná na prevenciu a podporu zdravého životného štýlu

Tlačová konferencia venovaná zdraviu žien sa uskutočnila 19. mája 2026 pri príležitosti 5. ročníka Týždňa prevencie a Svetového dňa všeobecných lekárov. Jej cieľom bolo upozorniť na význam prevencie a pravidelnej starostlivosti o zdravie žien v rôznych obdobiach života – od mladého veku cez tehotenstvo, materstvo, perimenopauzu až po menopauzu a seniorský vek.

Počas konferencie vystúpili odborníci z viacerých medicínskych odborov, ktorí vysvetlili, prečo ženy často zohrávajú kľúčovú úlohu v starostlivosti o zdravie celej rodiny, no vlastné zdravotné ťažkosti odkladajú. Témami boli kardiovaskulárne ochorenia, arteriálna hypertenzia, menopauza, obezita, ochorenia štítnej žľazy a migrény.

Program konferencie sa venoval viacerým dôležitým témam:

- MUDr. Adriana Šímková, PhD. – arteriálna hypertenzia u žien a význam pravidelného merania krvného tlaku.
- doc. MUDr. Alexandra Krištúfková, PhD. – premeny ženy v čase, od detstva až po menopauzu.
- MUDr. Miroslav Tomáš, PhD., MPH – zdravie ženy a obezita.

24 Zápal štítnej žľazy | Dobré zdravie

Hashimoto – tichý útok tela na štítnu žľazu

Ochorenia štítnej žľazy patria medzi najrozšírenejšie endokrinné poruchy súčasnosti a podľa odborníkov ich výskyt v populácii dlhodobo rastie. Jedným z nich, ktorý postihuje najmä ženy, je autoimunitný zápal štítnej žľazy. Toto ochorenie však postupne vedie ku zníženej funkcii štítnej žľazy, tzv. hypotyreóze. Nazýva sa aj Hashimotova tyreoiditída alebo Hashimotova choroba.

Postihuje podľa niektorých epidemiologických odhadov približne 7,5 percenta ľudí (najmä žien). „Pacienti do ambulancií často prichádzajú s tým, že sú unavené, príberajú, majú poruchy cyklu, alebo sa im zhoršila koncentrácia,“ povedala títo lekárka na tlačovej konferencii venovanej kampani „Žena ako pilier zdravia“. „Nie vždy je príčinou štítna žľaza, ale je dôležité na ňu myslieť a čas ju vyšetriť,“ viedla MUDr. Jana Kollerová. Zároveň sa odhaduje, že približne 6,7 % populácie má niekedy poruchu funkcie štítnej žľazy, o ktorej ešte nevie. Endokrinná žľaza spozoruje aj to, že časť pacientov sa pri ochoreniach štítnej žľazy usadí vyliniť konvenčnej lieče a hľadajú alternatívu alebo diétne riešenia. Mnohí z nich však nemajú dokázany prínos alebo nevidia dostatočne preukázateľné zdravie.

Najzaujímavejšie čísla

- 8-10 u Castelje sa tento autoimunitný zápal štítnej žľazy vyskytuje u žien
- 100 mikrogramov denne je dávka selénu, ktorú odborníci uvádzajú ako možnosť podpory pri Hashimotovej tyreoiditíde
- 1 z 13 poistenec Dóvevy má reálne ochorenie štítnej žľazy
- 1945 € sú priemerné ročné náklady na jedného pacienta s hormonálnym ochorením
- 176-177 endokrinných príloží podľa Štatistik ZP Dóveva na Slovensku (ženy + muži)
- 20 okresov v SR nemá žiadnu špecializovanú endokrinnú ambulanciu

Najmenej hormonálnych ochorení majú Kežmarčania

Podľa Romana Muzíka, manažéra stratégie a inovácií ZP Dóveva, má ochorenie štítnej žľazy pri bližne jedom v trinástich poistenec Dóvevy. Priemerne pacient endokrinnologickej ambulancie má takmer 52 rokov a ročne podľa štatistiky jeho zdravotnej poisťovne absolvuje približne dve až tri návštevy endokrinológa, pričom každý druhý konečne vedie k predpisu lieku. Roman Muzík to uviedol na tlačovej konferencii, ktorej pri príležitosti Svetového dňa hormónov v apríli zorganizovala Slovenská endokrinnologickej spoločnosť. Muzík zároveň upozornil na regionálne rozdiely vo výskyt endokrinných ochorení. Najvyšší výskyt je v okrese Kežmarok.

Význam zostáva aj dostupnosť skúma vplyv diétnych opatrení na prebeh ochorenia, no základom zostáva medicínska liečba a celkový životný štýl. Za faktory s preukázaným benefitom považuje najmä jód, selén, zinok a lektin, ako aj vitamíny D, C, A a E. Význam majú aj mnená vyčerpanie a polyneuropatie masť kyseliny, polyfenoly, sója, avokádový proteín, stredomozitá strava a nižší podiel živočíšnych potravín. Napak, za prínos liečbu dostatočných dávkach omega-3 kyselín B12, alvargandu (nie dĺžky žien používajú najmä v ajurvédkej medicíne), probiótika a bezmlečnú či bezlepkovú diétu, ak pacient netrpí celiakiou či intoleranciou laktózy.

Kollerová zdôraznila, že výživové doplnky majú význam najmä v prípade preukázateľného deficitu, nie ako univerzálna prevencia. „Pre Hashimotovu tyreoiditídu chýba špecifická diéta, odporúča sa však zdravý životný štýl a strava bohatá na vitamíny a minerály,“ uviedla na tlačovej konferencii. Zároveň pripomenula, že základom liečby je hormón levothyroxín, ktorého je bezpečné a účinné nahradenie chýbajúceho hormónu pri nedostatku funkcie štítnej žľazy (hypotyroidie). Nemá byť nahradzovaný alternatívnymi postupmi.

Hashimotova choroba a výživa

Podľa endokrinológa MUDr. Mariána Štrbáka z Frenetika Clinic v Bratislave, ktorý bol hostom tlačovej konferencie, Hashimotova tyreoiditída patrí medzi najčastejšie príčiny autoimunitnej funkcie štítnej žľazy v krajine s dostatočným príjmom jódu. Ochorenie sa vyskytuje u až 80-násobne Castelje u žien, pričom presná príčina nie je známa. Podľa neho ide o kombináciu genetických faktorov, imunitnej odpovede a pôsobenia. Dvoje, pri ktorej diagnostikuje, lekári dokážu zachytiť autoimunitný zápal štítnej žľazy pomerne včas. Ak v danej chvíli ešte štítna žľaza pracuje v norme, hovorí sa tomu normofunkcia. Čo však môže takú pacienku omátni, aby zabránila rozvíjajúcej sa hypotyroidie, čiže postupnému znižovaniu tvorby hormónov štítnou žľazou.

viacerých štádií pri užívani selénu ľudom Klesse hladina protitlak a zlepšuje sa funkcia štítnej žľazy. Odpoveď sa na 100 mikrogramov denne vo forme Kapsuly či tabletky a je lepšie, ak je selén organicky viazaný na aminokyseliny. Táto dávka je bezpečná. Takisto je vhodné mať optimálnu hladinu D vitamínu. Dôležité je v skutočnosti hormón, ktorého užívanie v doplnku výživy má v našich neuvierajúcich škálach pri malom spôsobe života význam od jesne do jari prakticky pre každého.

LETNÉ AKCIE
na ležebné zariadenia
klasik, senior, štandard extra

SOCIÁLNE SIETE

Egoodwill

<https://www.facebook.com/egoodwill.sk>

Týždeň prevencie

https://www.instagram.com/reel/DYcqPQjkr-_/

Egoodwill
14 min · 🌐

Máj spája viacero významných zdravotníckych tém – od Svetového dňa hypertenzie (17. 5.) cez Svetový deň všeobecných lekárov (19. 5.) až po Svetový deň štítnej žľazy (25. 5.), ktorý sa v roku 2026 zameriava na výživu a zdravie štítnej žľazy. V rámci preventívnej kampane Žena ako pilier zdravia odborníci upozornili, že ženy často myslia na zdravie celej rodiny, no vlastné príznaky odkladajú alebo ich pripisujú stresu, únave či veku.

Viac na <https://egoodwill.sk/.../zena-ako-pilier-zdravia-vlastne.../>
#ŽenaAkoPilierZdravia #hypertenzia #obezita #migréna #štítnažľaza #menopauza #gynekologia #prevenciaZdravia #konvencnaLiecba #zvladanieStresu #dbatNaSpánok #dbatNnaPohyb #racionalnaVyziva
Zobraziť menej

tyzdenprevencie a olga.belesova
Pôvodný zvuk

tyzdenprevencie 2 d
Ženy často myslia na zdravie všetkých okolo... no na svoje vlastné zabúdajú.

Preto vznikla kampaň „Žena ako pilier zdravia“, ktorá otvára témy, o ktorých sa stále hovorí málo:

- 🔴 vysoký tlak
- 🦋 štítna žľaza
- 🌸 migréna
- 🌸 menopauza
- 👤 obezita a životný štýl

Už 30. mája sa vidíme v Auparku Bratislava, kde vás čakajú:

- 🌟 odborné konzultácie
- 🌟 edukatívne aktivity
- 🌟 prevencia a užitočné informácie pre každú ženu

Pretože zdravie žien nie je luxus. Je

35 ❤️ 2 💬

Pred 2 dňami

Príhláste sa, ak chcete reagovať, že sa vám to páči, alebo komentovať.

tyzdenprevencie a olga.belesova
Pôvodný zvuk

tyzdenprevencie 2 d
Ženy často myslia na zdravie všetkých okolo... no na svoje vlastné zabúdajú.

Preto vznikla kampaň „Žena ako pilier zdravia“, ktorá otvára témy, o ktorých sa stále hovorí málo:

- 🔴 vysoký tlak
- 🦋 štítna žľaza
- 🌸 migréna
- 🌸 menopauza
- 👤 obezita a životný štýl

Už 30. mája sa vidíme v Auparku Bratislava, kde vás čakajú:

- 🌟 odborné konzultácie
- 🌟 edukatívne aktivity
- 🌟 prevencia a užitočné informácie pre každú ženu

Pretože zdravie žien nie je luxus. Je

o tom,

35 ❤️ 2 💬

Pred 2 dňami

Príhláste sa, ak chcete reagovať, že sa vám to páči, alebo komentovať.

SOCIÁLNE SIETE

PrimaGyn

<https://www.facebook.com/61574526013293/videos/viac-na-wwwtyzdenprevenciesk-19052026-tla%C4%8Dov%C3%A1-konferencia-23052026-prezen%C4%8Dn%C3%A9-podujatie-Chce%C5%A1-paradiť-Chce%C5%A1-vedieť-viac-Aleb...>

meditesty.sk

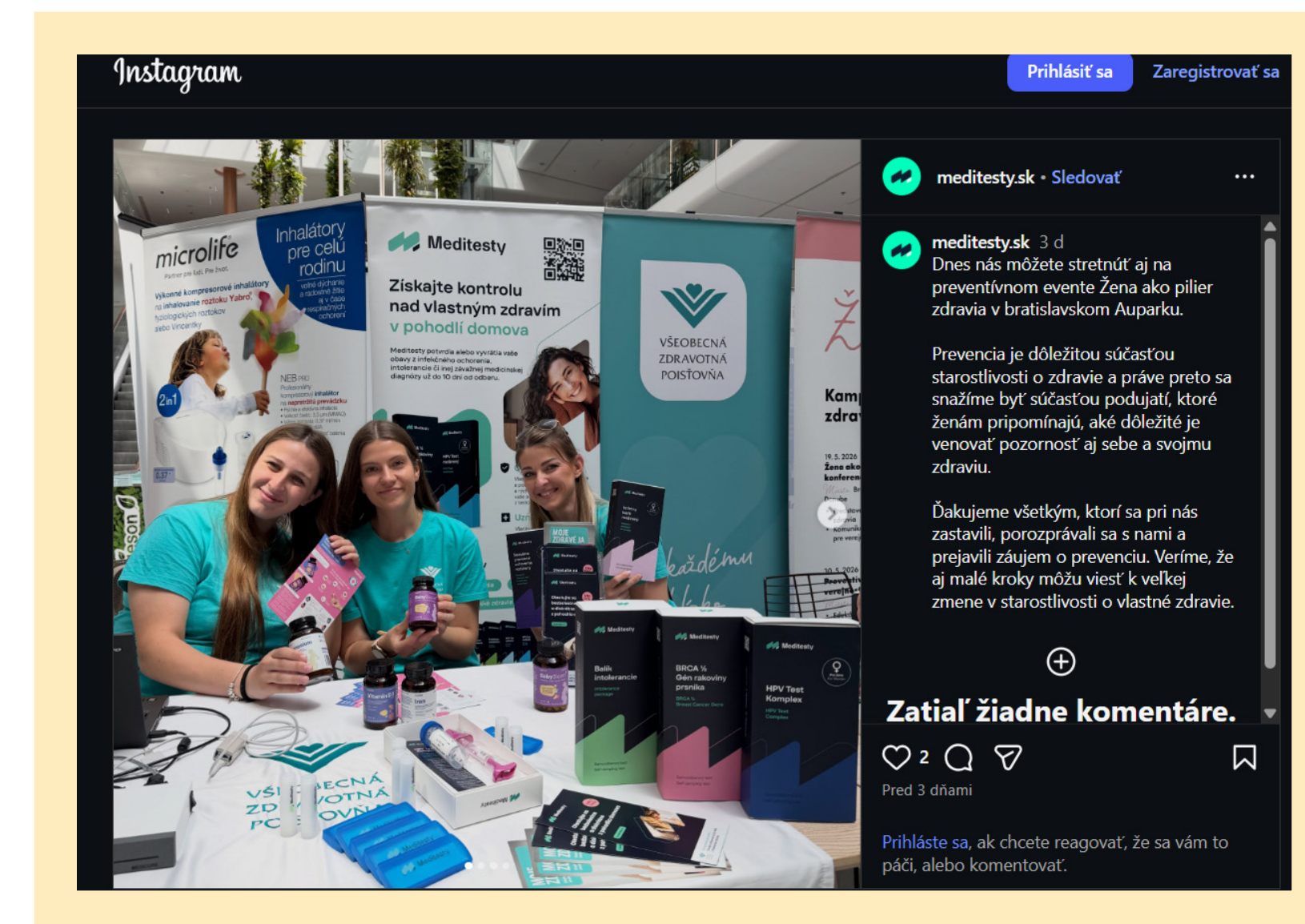
<https://www.instagram.com/p/DY9s0OmCB5m/>



PrimaGyn s.r.o.
10. máj o 21:34 · Casual Business · Global Genius ·
Viac na: www.tyzdenprevencie.sk...
Zobraziť viac

Viac na: www.tyzdenprevencie.sk 19.05.2026 tlačová konferencia
23.05.2026 prezenčné podujatie Chceš poradiť? Chceš vedieť viac? Aleb...

Páči sa mi to · Komentovať · Zdieľať · 4 · 476 pozretí



Instagram · Prihlásiť sa · Zaregistrovať sa

meditesty.sk · Sledovať

meditesty.sk · 3 d
Dnes nás môžete stretnúť aj na preventívnom events Žena ako pilier zdravia v Bratislavskom Auparku.

Prevenícia je dôležitou súčasťou starostlivosti o zdravie a práve preto sa snažíme byť súčasťou podujatí, ktoré ženám pripomínajú, aké dôležité je venovať pozornosť aj sebe a svojmu zdraviu.

Ďakujeme všetkým, ktorí sa pri nás zastavili, porozprávali sa s nami a prejavili záujem o prevenciu. Veríme, že aj malé kroky môžu viesť k veľkej zmene v starostlivosti o vlastné zdravie.

Zatiaľ žiadne komentáre.

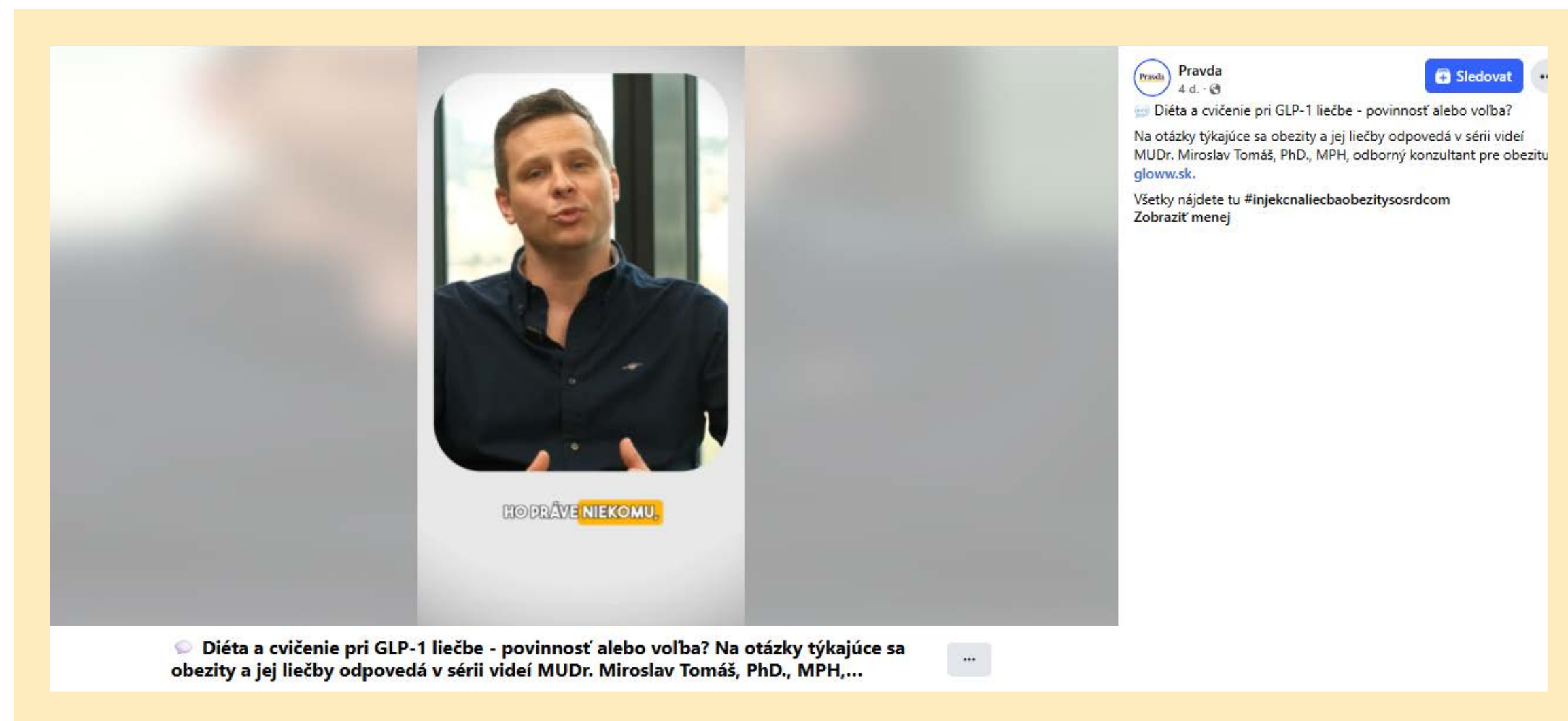
Pred 3 dňami

Prihláste sa, ak chcete reagovať, že sa vám to páči, alebo komentovať.

SOCIÁLNE SIETE

denník Pravda (Facebook)

<https://www.facebook.com/watch/?v=795399826870540>



denník Pravda (Instagram)

<https://www.instagram.com/reel/DZSmRKIDjqa/>

