

Ateroskleróza

ATEROSKLERÓZA JE ONEMOCNĚNÍ CHARAKTERISTICKÉ UKLÁDÁNÍM TUKOVÝCH ČÁSTIC DO CÉVNÍ STĚNY. TENTO PROCES MŮŽE VYÚSTIT V CELKOVOU CÉVNÍ NEPRŮCHODNOST S NEBEZPEČÍM VZNIKU INFARKTU MYOKARDU, NEBO CÉVNÍ MOZKOVÉ PŘÍHODY.



ATEROSKLERÓZA

Ateroskleróza neboli kornatění tepen je degenerativní zánětlivé onemocnění cév, které se vyvíjí velmi pomalu. Do stěny cév se ukládají tukové částice a vápníkové sloučeniny a vytvářejí v nich usazeniny, tzv. aterosklerotické pláty. Tento proces vede ke ztrátě pružnosti cév, omezení průtoku krve a v konečné fázi i k jejich uzávěru. Dle místa postižení se ateroskleróza projevuje nejčastěji jako angina pectoris, srdeční infarkt, cévní mozková příhoda nebo ischemická choroba dolních končetin.

Příčiny aterosklerózy

Moderní medicína vidí jako základní příčinu aterosklerotického procesu vysokou hladinu LDL cholesterolu v krvi, jeho ukládání do cévní stěny a finální poškození oxidačním stresem (působením volných radikálů). Infekční teorie, která považovala za vyvolávající faktor některé viry nebo bakterie, se v praxi neprokázala.

Novější hypotéza vychází z vyšší hladiny homocysteinu. Jedná se o látku bílkovinné povahy obsaženou hlavně v mase, uzeninách, masných a mléčných výrobcích. Hladinu homocysteinu normalizuje dostatečný přísun vitamínu B₆, B₁₂ a kyseliny listové.

Rizikové faktory aterosklerózy

Lze je rozdělit do dvou základních skupin:

1. NEOVLIVNITELNÉ FAKTORY:

- **Věk** – u mužů nad 45 let a žen nad 55 let.
- **Pohlaví** – muži vykazují vyšší riziko onemocnění; rozdíl se stírají u žen po menopauze.
- **Genetika** – v rodině výskyt onemocnění srdce a cév u mužů do věku 55 let, u žen do 65 let.

2. OVLIVNITELNÉ FAKTORY:

Své nezastupitelné místo mají pravidelné preventivní prohlídky.

- **Vysoká hladina krevních tuků (cholesterolu a triglyceridů)** – doporučené hodnoty tuků v krvi: cholesterol do 5,0; tzv. hodný HDL cholesterol nad 1,0, škodlivý LDL cholesterol do 2,5 a triglyceridy do 1,7 mmol/l – podrobněji viz tematický prospekt Cholesterol.
- **Kouření** – riziko vzniku aterosklerózy stoupá u kuřáků dvojnásobně.
- **Vysoký krevní tlak (hypertenze)** – rizikové jsou hodnoty tlaku nad 140/90 – podrobněji viz tematický prospekt Hypertenze.
- **Cukrovka (diabetes mellitus)** – riziková je hladina cukru v krvi (glykemie) nalačno vyšší než 7 mmol/l.
- **Nadváha** – BMI (body mass index) neboli index tělesné hmotnosti patří mezi nejrozšířenější používaná měřítka obezity. Vypočítáte jej jako váhu v kilogramech dělenou druhou mocninou výšky uvedenou v metrech. Ideální hodnoty BMI se pohybují v rozmezí 20–25, rizikové hodnoty jsou nad 25–30. Novější metoda využívá měření břicha v úrovni pupku, tzv. abdominální obezitu. Používá se klasický krejčovský metr. Rizikové faktory u žen jsou hodnoty vyšší než 88 cm, u mužů pak přesahující 102 cm.
- **Nízká fyzická aktivita** – negativně ovlivňuje riziko onemocnění. Fyzická aktivita je doporučována min. 4x týdně po dobu 30–60 minut. Preferována je hlavně rychlejší chůze, dále kolo, rotoped, plavání, tanec. Řešením je zařadit aktivní pohyb do běžných denních aktivit, omezit auto, městskou dopravu, výtah apod. Cílem stanovení intenzity pohybové aktivity je zvolit takový stupeň zátěže, který bude účinný při snižování vaší hmotnosti, zvyšování trénovanosti, prevenci kardiovaskulárních příhod a současně bude bezpečný a nebude vás přetěžovat. Existuje vzorec pro výpočet optimální tepové frekvence během fyzické zátěže: od konstanty 220 odečtete svůj věk, z výsledku vypočtete 65 %, tj. asi 2/3, a výsledná hodnota představuje doporučenou minutovou tepovou frekvenci při zátěži.
- **Nevhodná strava** – týká se zejména nadměrného příjmu energie, živočišných tuků, cholesterolu a cukrů na straně jedné a nedostatku čerstvého ovoce, zeleniny, vlákniny a vitamínů na straně druhé. Důraz je kladen i na adekvátní pitný režim.

Klasická léčba aterosklerózy

Základní snahou klasické léčby je vyhledávání a léčení vysoké hladiny cholesterolu jako hlavního rizikového faktoru onemocnění. Součástí léčebného plánu je dále snižování vysokého krevního tlaku a kompenzace cukrovky. Nutný je aktivní přístup pacienta k problematice zdravého stravování, snižování nadváhy, aktivní pohybové aktivity a nekouření.

Ateroskleróza a přípravky Energy

Přípravky Energy představují významný přínos v prevenci a ovlivnění komplikací rozvinutého onemocnění. Tyto moderní bioinformační výrobky jsou alternativou, která nabízí celostní, přírodní a šetrný způsob.

Hlavní produkty

- **Korolen** – jedná se o základní přípravek k harmonizaci a detoxikaci celého kardiovaskulárního systému. Doporučujeme postupné dávkování 3–7 kapek 3x denně dle stavu a tolerance pacienta.
- **Regalen** – potencuje činnost jater při metabolismu cholesterolu. Má významný detoxikační a protizánětlivý účinek. Dávkování 5–7 kapek 3x denně.
- **Vitamarin** – snižuje hladinu cholesterolu, má výrazný protizánětlivý a protisklerotický účinek na cévní stěnu. Dávkování 2 tobolky 3x denně po jídle.

Doplňkové produkty

- **Celitin** – 1x 1 tobolka denně. Obsahuje lecitin, který snižuje hladinu cholesterolu v krvi a brání rozvoji aterosklerózy, a Ginkgo biloba, jež působí jako výrazný antioxidant, ředí krev a zamezuje vzniku krevních sraženin.
- **Flavocel** – 2x 1 tableta denně, působí opět jako antioxidant, snižuje hladinu cholesterolu a funguje jako prevence vzniku krevních trombů. Důležitý zejména u kuřáků.
- **Cytosan** – nejvýznamnější detoxikační a protizánětlivý produkt. Postupně týdenní zvyšování dávek od 1–3x 1 tobolka denně před jídlem, hodně zapíjet. Přípravek obsahuje draslík. Užíváte-li draslík ve formě léků, konzultujte situaci se svým lékařem.
- **Blomultivitamin** – 1 tobolka denně po jídle. Díky obsahu vitamínu B₆, B₁₂ a kyseliny listové je nezbytný pro správný metabolismus homocysteinu.

Uvedené dávkování je pouze orientační a musí být upraveno dle stavu onemocnění, věku a reaktivity pacienta.

Pro přesnější diagnostiku a správný výběr přípravků doporučujeme podstoupit vyšetření přístrojem Supertronic, který pracuje na bázi EAV. Toto vyšetření určí postižený orgán a umožní stanovit správný a účinný preparát.