

KTERÉ RIZIKOVÉ FAKTORY JSOU TÉMĚŘ STEJNĚ „SMRTÍCÍ“ JAKO KOUŘENÍ?

1. Dlouhodobá samota (vliv na zkrácení života stejný jako kouření 15 cigaret denně).
2. Sedavý styl života (každé 2 hodiny sezení zvyšují riziko vzniku karcinomu střeva, endometria nebo plic).
3. Nedostatek spánku (zvyšuje riziko koronární a mozkové příhody).
4. Pobyt v soláriu.

<https://www.sciencealert.com/5-little-known-things-that-are-deadly-as-smoking-lonely-sitting-tanning-science?>

PODÁVÁNÍ ASPIRINU (ASA) 75–100 MG JE ZŘEJMĚ NEÚČINNÉ V PREVENCI KARDIOVASKULÁRNÍCH PŘÍHOD U PACIENTŮ S VYŠŠÍ HMOTNOSTÍ

Analýza 120 000 pacientů naznačuje, že u pacientů s tělesnou hmotností nad 70 kg nemusí být dávka 75–100 mg ASA dostatečně efektivní, autoři závěrem studie konstatují: „A one-dose-fits-all approach to aspirin is unlikely to be optimal, and a more tailored strategy is required“ a doporučují navýšení dávky k dosažení preventivního efektu ASA.

Effects of aspirin on risks of vascular events and cancer according to bodyweight and dose: analysis of individual patient data from randomised trials. Lancet. 2018;392:387–399.

MNEMONICKÁ POMŮCKA PRO ZAPAMATOVÁNÍ LÉČBY HYPERKALEMIE

C BIG K DROP

C = calcium (kalcium)

B = beta agonisté/bicarbonate (beta agonisté nebo bikarbonát)

I = insulin (inzulin 10 j. i.v. následováno roztokem glukózy, viz G)

G = glucose (roztok glukózy obsahující inzulin)

K = kayexlate (v ČR kalcium resonium)

D = diuretikum (furosemid)

ROP = renal unit for dialysis of patient (dialýza)

<https://canadiem.org/tiny-tip-hyperkalemia-management/>

CÍLOVÉ HODNOTY V LÉČBĚ HYPERTENZE V ROCE 2018

Evropská doporučení pro léčbu hypertenze uvádějí cílovou hodnotu systolického tlaku (STK) u většiny pacientů pod 140 mmHg, hodnota pod 130 mmHg je vyhrazena pacientům mladším 65 let. Doporučení vzniklá v USA (American College of Cardiology a American Heart Association) for-

mulují jako cíl terapie dosažení hodnoty STK pod 130 mmHg.

<https://www.medscape.com>

SMĚNNÝ PROVOZ A RIZIKO ALZHEIMEROVY NEMOCI?

Osoby s variací genu pro melatoninový receptor 1A (MTNR1A) mají vyšší riziko vzniku Alzheimerovy nemoci ve stáří. Obdobná variace genu byla nalezena u osob pracujících ve směnném provozu střídavě v denní a noční době. I při průkazu molekulární spojitosti (a velmi pravděpodobného vztahu) mezi prací ve směnách a spuštěním Alzheimerovy nemoci však autoři konstatují, že stávající stupeň poznání neumožňuje používat výsledky pro určování individuálních rizik u jednotlivců.

Melatonin receptor type 1A gene linked to Alzheimer's disease in old age. Sleep J. 2018;41:1–10.

MATEŘSTVÍ A POROD AKCELERUJÍ STÁRNUTÍ ŽEN

Analýza DNA více než 2 000 žen prokazuje akceleraci zkracování telomer jako indikátoru stárnutí buněk. Výsledky byly kvantifikovány jako zestárnutí buněk o cca 11 let na jedno mateřství. Bylo rovněž zjištěno, že míra zkrácení telomer byla největší u žen, které měly pět a více dětí. Autoři označují výsledky jako „striking results“ a upozorňují na potenciální dlouhodobé celoživotní konsekvence daného nálezu (zkrácení telomer je dávano do spojitosti např. s kardiovaskulárními chorobami, maligními nádory či kognitivní dysfunkcí).

Parity associated with telomere length among US reproductive age women. Human Reproduction. 2018;33:736–744.

NOVÝ TYP PLICNÍCH BUNĚK

Autoři práce popisují nový typ plicních buněk – ionocyty – které produkují ve zvýšeném množství **cystic fibrosis transmembrane conductance regulator** (CFTR) protein. Mutované ionocyty mohou zvýšeně produkovat CFTR, hrát klíčovou roli v rozvoji cystické fibrózy a představovat jeden z perspektivních cílů terapie onemocnění.

A revised airway epithelial hierarchy includes CFTR-expressing ionocytes. Nature. 2018 Aug 1. doi:10.1038/s41586-018-0393-7.

ŠEST CEST KE SNÍŽENÍ KOMPLIKACÍ SPOJENÝCH SE ZAVÁDĚNÍM CENTRÁLNÍCH ŽILNÍCH KATÉTRŮ

1. Kdykoliv možno, preferujeme centrální katétr zaváděné periferním žilním přístupem, nejlépe pod ultrazvukovou (UZ) navigací.

ZAJÍMAVOSTI, TIPY A TRIKY

2. Používejme „checklist“ pro zavádění centrálních žilních katétrů (ke stažení např. na www.ihl.org).

3. Pečlivě vybírejme místo zavedení s ohledem na klinický kontext pacienta a související indikaci k zavedení katétru.

4. Důsledně dodržujme zásady asepse a antisepse během zavádění katétru.

5. Kdykoliv je možno, využívejme UZ navigaci při zavádění katétru.

6. Odstaňme katétr co nejdříve, jakmile to klinický kontext pacienta umožní.

Pozn.: originální text je modifikován autorem rubriky.

www.sonosite.com

sun je spojován se zvýšeným rizikem vzniku některých typů nádorů,

- vitamin B3 – evidence neprokazuje přínos jeho podávání,
- vitamin E – evidence neprokazuje přínos jeho podávání, naopak jeho nadměrný přísun je spojován se zvýšeným rizikem vzniku některých typů nádorů,
- zinek – evidence prokazuje přínos jeho podávání (snižuje intenzitu symptomů a dobu trvání virových respiračních onemocnění),
- kyselina listová – evidence prokazuje přínos jejího podávání u těhotných nebo u žen, které chtějí otěhotnět.

<https://www.sciencealert.com/are-vitamin-pills-good-or-bad-some-you-should-take-folic-acid-zinc?>

VĚTŠINA VITAMINŮ / POTRAVINOVÝCH DOPLŇKŮ JE ZBYTEČNÁ...

- multivitaminy – evidence neprokazuje přínos jejich podávání,
- vitamin C – evidence neprokazuje přínos jeho podávání,
- vitamin D – evidence prokazuje přínos jeho podávání (je těžké ho získat z běžné stravy),
- antioxidanty – evidence neprokazuje přínos jejich podávání, naopak jejich nadměrný pří-

Do redakce došlo dne 10. 8. 2018.

Do tisku přijato dne 20. 8. 2018.

Adresa pro korespondenci:

prof. MUDr. Vladimír Černý, Ph.D., FCCM
cernyvla1960@gmail.com

Inzerce A181004355 ▼

**ANESTEZIOLOG
BEZ HRANIC**

Lékařská pomoc tam,
kde je nejvíce potřeba.
www.lekari-bez-hranic.cz
#potrebujemeTE





Eva Kušíková – anestezioložka