

**Závěry konference Výživa a zdraví 2012,
konané ve dnech 18.–19. 9. 2012 v Lázeňském domě Beethoven v Teplicích
pod záštitou prof. MUDr. Jaroslava Blahoše, DrSc., předsedy ČLS JEP, jako
Dny hygieny výživy prof. MUDr. Stanislava Hrubého, DrSc., na téma
VÝZNAM A RIZIKA HLAVNÍCH ŽIVIN V PRIMÁRNÍ PREVENCI NEMOCÍ**

Úvodní sdělení přednesli prezident ČLS JEP prof. MUDr. Jaroslav Blahoš, DrSc., a doc. MUDr. Pavel Dlouhý, Ph.D., předseda SHKM ČLS JEP. Oba představitelé přednesli požadavky na větší uplatnění primární prevence onemocnění v českém zdravotnictví i v celé společnosti v ČR.

Konference Výživa a zdraví 2012 přinesla mnoho významných poznatků. Zajímavé sdělení bylo věnováno riziku vzniku glykovaných a jinak modifikovaných produktů sacharidů, tuků a bílkovin, které prokazatelně zvyšují riziko chronických onemocnění srdečních, cévních a nádorových. Bylo také poukázáno na význam cholesterolu, který je nutno považovat za významnou biologickou látku a při poklesu jeho hodnot nižším přívodem nebo nižší endogenní tvorbou může dojít k poruchám pre- i postnatálního vývoje dětí. V současných výrobcích kojenecké a dětské výživy je obsah cholesterolu relativně nízký a je třeba doporučit jeho zvýšení.

Opět byl konstatován nedostatek pohybu dětí s obezitou a nadváhou, nebezpečí vyplývající z požívání sladkých nápojů z nápojových automatů ve školách a konzumace potravin typu „fastfood“. Bylo poukázáno na to, že některé sójové výrobky vykazují zvýšený obsah transizomerů mastných kyselin, představujících zvýšené riziko vzniku cévních chorob.

V sekci „Bílkoviny“ byli posluchači seznámeni s inovačními dietetickými vzorci pro prevenci i léčbu diabetu, které vyplývají z historických poznatků a ze současného výzkumu a kazuistických ověřování. Další dvě sdělení zdůvodnila úlohu významných aminokyselin, peptidů a bílkovin při nástupu chronických nemocí a v redukci obezity. Ukazuje se, že formulace redukčních diet se zvýšeným podílem bílkovin a sníženým obsahem sacharidů (zvláště s nízkým glykemickým indexem) mají optimální vliv na redukci hmotnosti jak u dětí, tak u dospělých. Jako poslední v této sekci bylo upozorněno na problematiku mikrobiomu střevního traktu, který interferuje s příjmem i se zpracováním řady živin a modifikuje jejich dostupnost pro makroorganismus. Problematice úlohy komenzální mikrobioty bude nutné věnovat zvýšenou pozornost.

Ze sdělení o vlivu znečištění prostředí a různých nutričních faktorů na vývoj plodu a nemocnost dětí vyplynul požadavek na kvalifikované nutriční poradenství v oblasti výživy těhotných. Bylo jednáno o významu n-3 polyenových mastných kyselin v prevenci a léčbě kardiovaskulárních onemocnění. Výsledky dosud nejsou zcela jednoznačné; podávání doplňků stravy s vyšším

obsahem n-3 mastných kyselin úmrtnost na infarkt myokardu výrazně neovlivňuje. Sdělení o metabolismu glukózy a jeho poruchách upozornilo na rizika i možnosti prevence přetrvávající hyperglykemie.

Na závěr konference bylo poukázáno na potřebu zabývat se detailně účinky a efektivitou působení různých bioaktivních látek ve výživě člověka, které mohou účinně nahrazovat stále nedostačující spotřebu zeleniny a ovoce, vlákniny a bioaktivních látek vůbec, a řešit tak důsledky stále se zvyšující konzumace westernizované stravy. Pro další konferenci VaZ 2013 proto navrhuje téma „**Historie a budoucnost výživy člověka**“.

Z diskusí vyplynulo, že do budoucna by bylo přínosem spolupracovat s technologickými obory potravinářského výzkumu při řešení společných výzkumných projektů. V poradnách výživy a v činnosti poradců výživy pro těhotné a partnerské dvojice vstupující do systémů asistované reprodukce je nutno věnovat problematice správné výživy a zdravého životního stylu daleko větší pozornost než doposud.

Účastníci konference si na závěr připomněli 60 let od vydání zákona č. 4/1952 Sb., o hygienické a protiepidemické péči, kterým byla zřízena hygienická služba a zároveň byla zahájena výuka na Lékařské fakultě hygienické UK. V této souvislosti vyjádřili přesvědčení, že intenzivnější výuka mladých lékařů v oblasti primární prevence je nutností pro řešení stále narůstajících problémů českého zdravotnictví. Konference se účastnilo celkem 62 odborníků, byla silně ovlivněna neúčastí pracovníků KHS a ZÚ zaměstnaných řešením situace s metylalkoholem.

Konference Výživa a zdraví 2012 byla zajištěna tradičně vynikajícím způsobem, za což účastníci děkují hlavnímu organizátorovi MUDr. Janu Ševčíkovi a všem jeho spolupracovníkům, všem sponzorům, zejména pracovníkům fy ALWAC, a.s., Teplice, vedení lázeňské organizace Lázně Teplice v Čechách a.s. a zvláště všem pracovníkům LD Beethoven.

MUDr. Bohumil Turek, CSc.
RNDr. Petr Šíma, CSc.