

CO ZHORŠUJE ZDRAVOTNÍ DŮSLEDKY COVID-19

Úvodník v lednovém čísle 2021 Mayo Clinic Proceedings pochválil práci, která se zabývala vztahy mezi COVID-19 a některými chorobami souvisejícími s nezdravým životním stylem, zejména kardiovaskulárními nemocemi, obezitou, cukrovkou a celkovou tělesnou zdatností.

Cituje práci Brawnera a kol. (Mayo Clin Proc 2021;96:32-39), která popsala 246 pacientů, absolvujících vyšetření na zátěžovém běhacím pásu ke stanovení kardiovaskulární zdatnosti, u kterých byl zjišťován akutní respirační syndrom při koronavirové infekci. Účelem bylo zjistit vliv kardiovaskulární zdatnosti na riziko hospitalizace kvůli COVID-19. Sledovanou populaci tvořili v 75 % Afroameričané s průměrným BMI 32,7 kg/m², věkový průměr byl 59 let, 42 % tvořili muži a vrcholový metabolický ekvivalent byl 6,7 u hospitalizovaných ve srovnání s 8,7 u nehospitalizovaných. (Metabolický ekvivalent – MET – vyjadřuje aerobní kapacitu organismu vzhledem k jeho energetickému stavu. Klidová hodnota je 1 MET = 1,25 kcal/min u mužů a 1 kcal/min u žen, pozn. red.). Zvýšení o každé 1 MET znamenalo u sledovaného souboru snížení rizika hospitalizace o 17 % vč. hospitalizace na COVID-19.

Práce doplňuje důkazy o důležitosti zdatnosti, zejména kardiovaskulární a svalové, pro prevenci a léčbu kardiovaskulárních onemocnění (KVO). Pacienti s různými chronickými nemocemi, vč. obezity, dyslipidemie a diabetu, kteří mají vyšší kardiovaskulární zdatnost, mají příznivější krátkodobou i dlouhodobou prognózu choroby ve srovnání s lidmi s nízkou úrovní kardiovaskulární zdatnosti a zjištění platí i pro COVID-19.

Autoři připomínají, že fyzická aktivita je významná také pro imunitní obranu. Vyšší fyzická aktivita, např. běhání, má vliv na snížení rizika mortality na respirační nemoci, pneumonii a na cukrovku. Vyšší riziko u afroamerické populace během současné pandemie COVID-19 lze zčásti vysvětlit vyšším rizikem neléčené nebo nedostatečně léčené hypertenze a cukrovky a mnohem vyšší prevalencí obezity. Afroamerická populace má kromě toho ve srovnání s europoidní populací nižší kardiovaskulární zdatnost. Zvýšení fyzické aktivity a celkové zdatnosti, jak kardiovaskulární, tak svalové, je tedy zásadně důležité pro prevenci KVO a jejich důsledků, ale také pro zlepšení prognózy budoucích pandemií.

Citovaná práce a úvodník v Mayo Clinic Proceedings jsou nenápadným, ale vysoce významným upozorněním, že pro úspěšnější zvládnutí budoucích pandemií (které je nutné očekávat) je zásadně důležitý dobrý zdravotní stav populace daný zdravým životním stylem, úspěšnou primární prevencí kardiovaskulárních, metabolických a dalších neinfekčních nemocí. A je také varováním, že zdravotní nerovnosti doprovázené horším zdravím rizikových skupin populace jsou faktorem, který důsledky pandemií bude potencionovat.

Lavie CJ, Sanchez-Gomar F, Arena R. Fit is it in COVID-19, future pandemics, and overall healthy living. Mayo Clin Proc. 2021 Jan;96(1):7-9.

Jaroslav Kríž