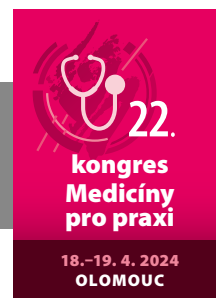


Zaznělo na 22. kongrese Medicíny pro praxi

V Olomouci 18.–19. dubna 2024



Kam kráčí kardiovaskulární prevence aneb jak žít déle

Zpracováno na základě přednášky MUDr. Jaromíra Ožany

Diabetologická, endokrinologická a kardiologická ambulance Zábřeh
Klinika tělovýchovného lékařství a kardiovaskulární rehabilitace FN Olomouc

Problematikou cévního věku a jeho využití k motivaci pacientů k léčbě hypertenze a dyslipidemie se ve své přednášce na 22. kongresu Medicíny pro praxi, který proběhl v dubnu 2024 v Olomouci, zabýval MUDr. Ožana. Ukázal, že stáří cév určuje KV riziko a je prediktorem délky přežití. Koncept předčasného stárnutí cév je také vysvětlením, proč zahájit léčbu uvedených KV rizikových faktorů včas a nejlépe současně. Na kazuistice 40letého kuřáka s nově zjištěnou hypertenzí a zvýšenou hladinou LDL cholesterolu demonstroval, jak KV riziko a potřebu léčby mladému asymptomatickému jedinci vysvětlit. Podrobněji se věnoval adherenci k léčbě. Rozdělil pacienty s nízkou adherencí k léčbě do 3 skupin a prezentoval praktické tipy, jak u jednotlivých skupin adherenci zvýšit. Zdůraznil výhodu fixních kombinací antihypertenziv se statinem, které prokazatelně nejen zvyšují adherenci a vedou k lepší kompenzaci KV rizikových faktorů než volné kombinace stejných účinných látek, ale snižují také riziko KV příhod, a dokonce i KV mortalitu. Jediná tableta denně tak může být pro pacienta s hypertenzí a dyslipidemií elixírem mládí.

Cévní věk jako ukazatel KV rizika

Pro kardiovaskulární (KV) zdraví je zásadní zdravý cév, které odráží tzv. cévní věk. V době, kdy jsou hlavní příčinou smrti KV onemocnění, platí, že člověk je tak starý, jak staré jsou jeho cévy. Nová evropská doporučení (ECS/EAS)

zdůrazňují faktor času pro celoživotní management KV rizika (1–3). Stárnutí cév podporuje řada faktorů ovlivnitelných i neovlivnitelných. Ty ovlivnitelné zahrnují kouření, vysokou hladinu LDL cholesterolu, vysoký krevní tlak, nadváhu/obezitu a fyzickou inaktivitu.

Příznivým faktem je, že 80 % KV příhod včetně infarktů myokardu a cévních mozkových příhod je preventabilních. S ovlivněním rizikových faktorů je ale třeba začít včas. Bylo totiž doloženo, že i malá změna krevního tlaku nebo hladiny LDL cholesterolu může významně zlepšit prognózu jedince, trvá-li dostatečně dlouho. Celoživotní expozice kombinací hladiny LDL cholesterolu nižší o 1 mmol/l a systolickému tlaku krve nižšímu o 10 mmHg byla spojena s 80% snížením celoživotního rizika KV onemocnění a 68% snížením rizika úmrtí z KV příčin (4). Metaanalýza 38 randomizovaných kontrolovaných studií prezentovaná na kongresu ESC 2023, která zahrnovala přes 275 tisíc pacientů, ukázala, že snížení hladiny LDL cholesterolu o 1 mmol/l po dobu necelých 4 let při léčbě statiny, ezetimibem, jejich kombinací nebo PCSK9 inhibitory vede ke snížení KV mortality o 22 % (5).

Jak hypercholesterolemie, tak hypertenze jsou faktory, které urychlují stárnutí cév. K akceleraci stárnutí cév přispívají i další faktory, které mohou být přítomné již v mladém věku, jako je obezita, kouření, nedostatek pohybové aktivity či vznik diabetu. U mladších jedinců je proto vhodné stanovit cévní věk.

DECLARATIONS:

Declaration of originality:

The manuscript is original and has not been published or submitted elsewhere.

Conflict of interest:

Not applicable.

Consent for publication:

Not applicable.

Cit. zkr: Med. Praxi. 2024;21(3):177-182

Článek přijat redakcí: 29. 4. 2024

MUDr. Zuzana Zafarová

zafarova@seznam.cz