



Příliš fosforu v potravinách může poškozovat zdraví u třetiny dospělých osob

Na počátku prosince 2017 by měl Evropský parlament rozhodovat o osudu použití fosfátů a polyfosfátů (přidatné látky E338-452) v některých potravinách. Rozhodnutí předcházela diskuse o obsahu fosfátů v kebabu (původ v Turecku), který se ve velkém konzumuje v Německu, ale i jiných zemích EU (obdoba gyros, řeckého původu). Fosfáty se přidávají ke zvýšení šfavnatosti, protože ve výrobku vážou více vody. Jenomže fosfáty se používají i v řadě dalších potravinářských výrobků, včetně masných výrobků, sýrů, nápojů, atd. Nelze se proto divit, že přívod fosforu z diety vzrostl a není v dobrém poměru k přívodu vápníku (přirozeně by měl být asi 1:1). Vědci poukázali na fakt, že zvýšený obsah fosforu v krevním séru je silným ukazatelem úmrtnosti u osob s chronickým onemocněním ledvin. Nedávno byl v USA vysoký přívod fosforu spojen s vyšším výskytem kardiovaskulárních onemocnění (CVD) v běžné populaci, ale i s dalším poškozením zdraví. Pokusme se proto srovnat dostupná data. I v ČR dlouhodobě celkem tiše našlapujeme kolem faktu, že přívod fosforu je příliš vysoký. Zatím bez jasné zdravotní interpretace.

Celá informace je dostupná zde:

[fosfaty.pdf](#) (347,07 KB 12.12.2017 12:23)

J.Ruprich - I.Řehůrková

Brno, 12.12.2017

CZVP SZÚ publikovalo i další údaje k přívodu fosforu. Údaje jsou z monitoringu dietární expozice, část zvaná NUTRIMON, která shrnuje přívod řady minerálních látek v obvyklé dietě v ČR. Tedy i fosforu. Přehledný materiál uvádí v tabulce hodnoty pro různé populační skupiny.

[Fosfor16.pdf](#) (304,26 KB 13.12.2017 14:04)

J.Ruprich - M.Dofková

Brno, 13.12.2017