



STÁTNÍ ZDRAVOTNÍ ÚSTAV

Proč umíralo 17x více osob na infekci COVID-19 v USA než v Japonsku - i výživa a životní styl?

USA i Japonsko jsou demokratické a srovnatelné průmyslové společnosti. Bylo zjištěno, že počet případů je 12,1x vyšší a úmrtí 17,4x na infekci COVID-19 na milion obyvatel v USA (včetně japonských Američanů) než v Japonsku. Cílem studie bylo prozkoumat vliv na prevenci infekci COVID-19.

Srovnání výživy a životní styl

Analýza výživy a prevalence obezity v populacích obou zemí je rozdílná. V USA se konzumuje přibližně 1,5x více nasycených tuků a méně kyseliny EPA a DHA než se konzumuje než v Japonsku. Ve srovnání s dietou v Japonsku (100 %) byly v USA následující hodnoty obvyklé spotřeby potravin: hovězí maso 396 %, cukr a sladidla 235 %, ryby 44,3 %, rýže 11,5 %, sója 0,5 % a čaje 54,7 %. Poslední čtyři z těchto potravin obsahují funkční látky, které zabraňují vzniku COVID-19.

Rozdíly v živinách a obezitě hrají svou roli

Výskyt obezity je v USA u mužů 7,4x a u žen 10x vyšší než v Japonsku. Mendelovskou randomizací byl zjištěn příčinný vztah mezi obezitou a infekcí COVID-19. Velké rozdíly v příjmu živin a prevalenci obezity, ale ne rasové rozdíly, mohou být částečně zodpovědné za rozdíly ve výskytu a výskytu obezity v populaci COVID-19 mezi USA a Japonskem.

Výživa a životní styl - máme se spoustu ještě učit

Rozdíl v počtu případů a úmrtí na COVID-19 na milion obyvatel je mezi Japonskem a USA je přibližně 12- až 17-násobný, jak již bylo řečeno. Výsledek lze částečně přičíst velkým rozdílům ve výživě v obou zemích, možná sníženou imunitní odolností vyvolanou snížením imunitního systému a extrémní obezitou. Dieta je v USA je bohatá na nezdravé potraviny a má vysoký DII (tzv. "[Dietary Inflammatory Index](#)"), zejména u menšinových skupin. Může zvyšovat zranitelnost vůči infekci COVID-19. Japonci se blíží "výživově vyrovnané stravě" a obsahuje mnoho látek, které jsou v ní obsaženy a které jsou pro člověka, které zabraňují infekci COVID-19.

Výsledek počtu případů a úmrtí na Covid-19 v ČR - důležitá je i míra vakcinace

Podle údajů [ECDC \(4.5.22\)](#) bylo v ČR registrováno 371710 případů onemocnění a 3821 úmrtí na 1 milion osob (k 1.1.2022). V USA bylo registrováno 119026 případů onemocnění a 1965 úmrtí a v Japonsku 11381 případů onemocnění a 126 úmrtí (data k 28.8.2021). I když jsou data s rezervou, proč jsou mezi státy takové rozdíly? Mechanické rozdíly proti Japonsku jsou u nás asi 30x horší.

Multifaktoriální situace a veřejné zdraví

Přestože existují různé faktory ovlivňující COVID-19 výskyt infekce, která je celosvětově velmi závažným problémem veřejného zdraví. Zjištění studie přispívají ke zvýšení odolnosti proti COVID-19 a dalším infekčním onemocněním v budoucnosti. Detaily publikace je samozřejmě plná faktů. Je dobře si fakta



srovnat... a poučit se.

Prof. J.Ruprich, CZVP SZÚ, 9.5.2022

Zdroj: KAGAWA, Y: Influence of Nutritional Intakes in Japan and the United States on COVID-19 Infection, *Nutrients* 2022, 14(3), 633; <https://doi.org/10.3390/nu14030633>