

Sůl, hypertenze, **dospělí, děti**

Adámková V,
28.11.2016

Příjem soli – regiony

(Nephrol.Dial.Tr,2012,27:34354-3442)

○ Rakousko	8 - 9	g/den
○ Česká republika	10.5 - 16.6	
○ Dánsko	7.5 - 9.5	
○ Bulharsko	14.5 - 16.6	
○ Francie	7.3 - 9.6	
○ Německo	5.9 - 7.4	
○ UK	7.7 - 9.7	
○ Kypr	5.0 - 5.0	

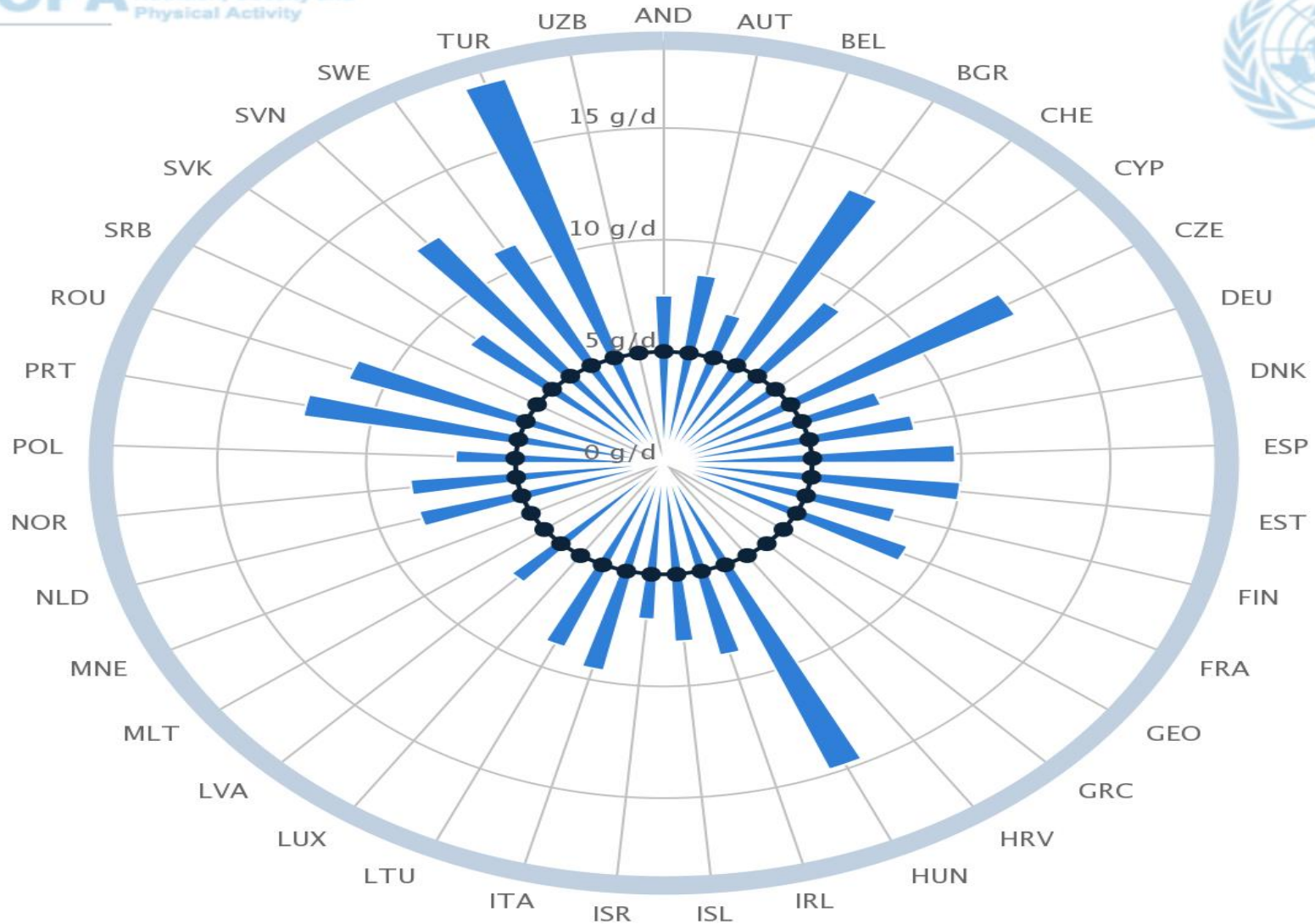
Doporučení pro výživu

**Snížení spotřeby kuchyňské soli (NaCl) na
Cca 5 g za den**

- přednost má používání soli obohacené jodem**

Adult Salt Intake Levels

for WHO European Region Member States, Source: NOPA



● Recommended Daily Intake (<5 g/d) ■ Salt Intake (g/d)

Prevalence arteriální hypertenze cca

Děti	4 – 8 %
Ženy	26% (do 6. dekády, poté až 2,5x více)
Muži	47%

Prehypertenze cca

Ženy	8 % (do 6. dekády)
Muži	15%

Řádně léčeno pro hypertenzi je u diabetiků

cca 45 - 50% mužů

cca 65- 75% žen

Nadváha - cca **50%** populace do 65 let věku

**Teorie – preventivní prohlídky záchyt obezity,
špatných stravovacích návyků**

**Praxe – i pacienti v sekundární prevenci
kardio a cerebrovaskulárních chorob konzumují**

cca 10- 15 g soli denně

Edukace je prováděna

**Vymahatelnost nefarmakologických doporučení
je nulová**

Stravovací návyky - obezita

Body mass index muži cca **28** kg/m²
 ženy **27** kg/m²

Příjem soli až 2-3x vyšší

Kardiovaskulární riziko-česká populace

Velmi vysoké riziko fatální
kardiovaskulární příhody **26%** mužů
a cca **15%** žen (do 6. dekády)

S vyšším věkem významný nárůst

**Plán: méně slané potraviny - jsou ,
ale řetězce je nechtějí!!!!!!!**

**Legislativa – nepřikážeme nikomu nesolit, není-li
možná malifikace – jak ????????**

**Názor pacienta- solím, protože mi musíte dát léky,
aby mi sůl nevadila - !?!?!?**

Nutná spolupráce

Děkuji za pozornost