

Straipsniai apie sveiką mitybą savišvietai

Dėkojame gerb. prof. dr. Rimantui Stukui už savišvietai skirtų straipsnių ciklą sveikos mitybos tema. Žurnalo leidėjai džiaugiasi galėdami pateikti skaitytojams aktualią informaciją, kuri plečia akiratį, suteikia naujų žinių, skatina gyventi atsakingai, vadovaujantis kompetentingais mokslininko ir praktiko patarimais. Žurnalo skaitytojus ir visus norinčius pagilinti žinias sveikos mitybos srityje kviečiame skaityti prof. dr. Rimanto Stuko straipsnių ciklą „Maisto ir maitinimosi naujovės bei aktualijos“ Sveikatos priežiūros ir farmacijos specialistų kompetencijų centro internetinėje svetainėje (www.sskc.lt) rubrikoje Savišvieta.

Žurnale „Slauga. Mokslas ir praktika“ 2019 m. buvo paskelbti šie prof. dr. Rimanto Stuko straipsniai sveikos mitybos klausimais:

Nr. 2: Sveikos mitybos rekomendacijos, maisto pasirinkimo piramidė

Nr. 3: Pagrindinės maistinės ir biologiškai aktyvios medžiagos bei jų reikšmė sveikatai (*Pradžia*)

Nr. 4: Pagrindinės maistinės ir biologiškai aktyvios medžiagos bei jų reikšmė sveikatai (*Tęsinys*)

Nr. 5: Funkcionalusis maistas – puikus pasirinkimas

Nr. 6: Genetiškai modifikuotas maistas. Kaip jį vertinti?

Nr. 7–8: Mikroelemento seleno reikšmė sveikatai

Nr. 9: Ruduo – grybų metas

Sveikatos priežiūros ir farmacijos specialistų kompetencijų centro informacija

Skausmo malšinimas neselektyviaisiais nesteroidiniais vaistais nuo uždegimo, siekiant išvengti virškinamojo trakto pažeidimo

Monika Andrijauskaitė

Vilniaus universiteto Medicinos fakultetas

Ivadas

Nesteroidiniai vaistai nuo uždegimo (NVNU) – tai heterogeninės cheminės struktūros vaistai, labiausiai paplitę ir dažniausiai naudojami skausmui ir uždegimui malšinti. Daugiau nei 17 mln. amerikiečių šios grupės vaistus vartoja kasdien. Šiuo metu sukurta per 20 NVNU, kurie skiriasi chemine sudėtimi, poveikiu receptoriams ir sukeliama nepageidaujama reiškiniais. Prieš paskiriant vaistą pacientui svarbu atsižvelgti ne tik į skausmo malšinimo veiksmingumą, bet ir į vaisto sukeliama nepageidaujama reiškiniai. Virškinamojo trakto pažeidimas yra vienas dažniausių nepageidaujama reiškinų, vartojant NVNU. X. Carne ir bendraautorij atliktame prospektyviajame kohortiniame tyrime net 84 proc. NVNU vartojusių tiriamųjų buvo nustatytas virškinamojo trakto pažeidimas [1]. Deksketoprofeno trometamolis (deksketoprofenas) yra vienas iš NVNU atstovų vaistų, rinkoje pasirodęs 1990 metais. Farmakokinetiniai tyrimai parodė, kad išgėrus deksketoprofeno maksimali koncentracija žmogaus organizme pasiekama po 30 min. (nuo 15 iki 60 min.). Dėl šios savybės deksketoprofenas, palyginti su kitais neselektyviaisiais NVNU, gali greičiau numalšinti ūminį lengvą ir vidutinio stiprumo skausmą [2–4]. Remiantis tyrimo rezultatais, šis vaistas ne tik greičiau numalšina skausmą, bet ir rečiau sukelia nepageidaujama reiškinų virškinamajam traktui [1].

Virškinamojo trakto pažeidimo mechanizmas

Ilgą laiką buvo manoma, kad NVNU virškinamąjį traktą pažeidžia dėl tiesioginio poveikio skrandžio ir dvylikapirš-

tės žarnos gleivinei. Šiandien yra žinoma, kad virškinamojo trakto pažeidimas vystosi dėl sisteminio NVNU poveikio, kuris skatina sumažėjusią prostaglandinų gamybą [5]. Prostaglandinų sintezę inicijuoja arachidono rūgšties oksidacija ir ciklooksigenazės (COX) fermentai. Yra išskiriamos dvi COX formos – COX-1 ir COX-2 [6, 7]. COX-1 randama daugelyje audinių (virškinamojo trakto gleivinėje, inkstuose ir kt.), ji reguliuoja normalius ląstelių procesus, pavyzdžiui, skrandžio citoprotekciją, kraujagyslių homeostazę, trombocitų agregaciją, inkstų funkciją. COX-2 aptinkama smegenyse, inkstuose, kauluose, moterų reprodukcinėje sistemoje. Jos ekspresija padidėja organizme vystantis uždegiminiams procesams, pasireiškus skausmui, kylant temperatūrai [8]. COX-3 yra COX-1 izoforma, išsidėčiusi centrinėje nervų sistemoje ir širdyje, tačiau šio fermento veikimas iki šiol nėra galutinai ištirtas, o atliktų tyrimų duomenys prieštaringi [9, 10]. Manoma, kad blokuojant COX-2 yra slopinami uždegimo simptomai. Blokuojant COX-1, mažėja virškinamojo trakto prostaglandinų sintezė, silpnėja gleivinės apsauginė funkcija, todėl virškinamasis traktas gali būti pažeistas [11]. Taigi COX fermentų slopinimas yra siejamas su naudinga ir nepageidaujama poveikiu įvairioms organų sistemoms, o svarbiausia šiuose procesuose COX veikla.

Virškinamojo trakto pažeidimai ir rizikos veiksniai

Virškinamojo trakto pažeidimai – vieni dažniausių ir greičiausiai išsivystančių pacientams, vartojantiems NVNU. Dauguma atvejų šie pažeidimai yra nepavojingi, paviršiniai ir sugyja savaime. Tačiau kai kuriems pacientams NVNU var-