

Už vám bylo 40 let? Pak přemýšlejte...

Také máte strach z toho, aby vám časem nezačal mozek „vynechávat“? Hrozba demence a potažmo i každodenní kompletní péče ošetřovatelů visí nad každým z nás. A nezávisí ani na inteligenci ani společenském postavení jedince. Co může člověk udělat pro to, aby v závěru svého života neskončil jako nesvéprávný jedinec? I laik ví, že je důležité mozek neustále cvičit a zaměstnávat. Bude to však stačit? Podle posledních výzkumu je žádoucí přidat od určitého věku (asi od čtyřicítky) mozkovým buňkám nějakou „výživu“, která by jim pomohla udržovat se ve správné formě, posílila neurony a buněčné spoje-synapse.

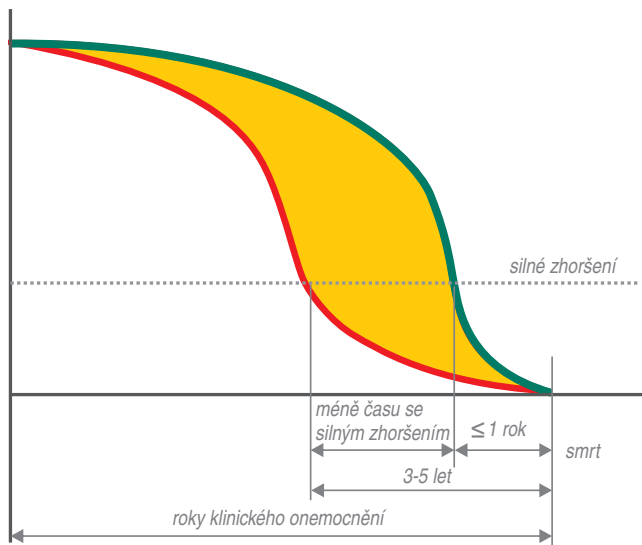
Neurologové doporučují

Největší zkušenosti s prevencí demencí a hlavně Alzheimerovy choroby mají jistě lékaři – neurologové. Patří k nim i primářka sanatoria Topas (Škvorec u Prahy) MUDr. Zdeňka Brožková, která má na starosti pacienty s různými druhy demence – převážně však s Alzheimerovou chorobou. Dr. Brožková vysvětluje nebezpečí „plíživého“ a nenápadného začátku demence takto: „Při nástupu demence se začínají poškozovat spoje mezi nervovými buňkami (neurony) a dochází k jejich pomalým a postupným ztrátám. Zpočátku se do určité doby na těchto místech vytvářejí náhradní spoje mezi neurony, a tak není možné pozorovat žádné vnější příznaky. Proto je v této fázi poměrně dlouho Alzheimerova choroba nedagnostikovatelná. Náš mozek má obrovské rezervy, proto funkci zničeného neuronu převezme jiný neuron. Až když už jsou zničeny nejrychlejší a aktuálně nejpoužívanější okruhy, projeví se choroba ztrátou schopnosti učit se a pamatovat si nové.“

Arecitin – praktické zkušenosti s jeho podáváním

V sanatoriu Topas dlouhodobě podávali pacientům doplněk stravy Arecitin, který je směsí lecitinu, vlákniny, zinku, hořčičku a vápníku. Pozitivní vliv podávání Arecitinu vidíme dobře na tomto grafu. Dolní křivka představuje normální průběh Alzheimerovy nemoci v čase, horní křivka průběh stejného onemocnění ovlivněného podáváním Arecitinu. Při porovnání

- *typický průběh Alzheimerovy nemoci*
- *průběh nemoci při užívání lecitinu*
- *zlepšená funkce*



Zlepšení průběhu Alzheimerovy nemoci s léčebným zásahem a bez něj

obou křivek vidíme, že od diagnostikování demence až ke smrti uplyne u obou stejně dlouhá doba. Alzheimerova choroba už jednou rozjetá je pro nás zatím neléčitelná, ale projevy demence se vlivem podávání Arecitinu posunuly do pozdější doby a pacient, nebo častěji pacientka prožije posledních několik let života mnohem kvalitněji.

Proč právě Arecitin?

Je vědecky dokázáno a obecně se ví, že lecitin v poměrně velkých dávkách je pro výživu mozkových buněk – neuronů velmi důležitý. Lecitinových doplňků stravy je na našem trhu celá řada. Proč si tedy v sanatoriu Topas vybrali právě Arecitin vysvětluje MUDr. Brožková takto: “Čím je člověk starší, tím více potřebuje doplňovat lecitin. U pacientů s již rozvíjející se demencí se dostáváme k tak vysokým dávkám, že by museli užívat samotné lecitinové přípravky „po krabičkách“. Arecitin se od ostatních lecitinových preparátů liší v tom, že kromě lecitinu obsahuje ještě zinek, hořčičku a vápník, což jsou biogenní prvky, které silně potencují účinek lecitinu a tak je ho potřeba užívat mnohem méně se stejným výsledkem. Zinek, hořčička a vápník účinnost lecitinu podpoří a několikanásobně zvýší.“ Hlavní výhodou Arecitinu je především to, že se jedná o kombinaci několika látek, které pozitivně a synergicky působí na organismus pacienta. Prodává se v práškové formě, čímž odpadá polykání tablet, Arecitin tak lze přimíchat do různých jídel a nápojů i ve velkém množství. V sanatoriu Topas zjistili, že ho pacienti nejradyji konzumují přimíchaný do jogurtů, pomazánek a kaší, nebo ve studených nápojích.

Přemýšlejte

Po čtyřicítce nikdy nevíme, ve které fázi se náš mozek právě nachází. Arecitin je poměrně levný doplněk stravy, nabízí se otázka: nebylo by dobré pro jistotu začít s jeho užíváním? Přemýšlejte...

MUDr. Zdeňka Brožková