29 Νοεμβρίου 2013

Καρδιακός κίνδυνος από το αλάτι που περιέχουν τα φάρμακα

/ Ειδήσεις και Ανακοινώσεις / Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός



Ένας κρυφός, υποτιμημένος έως τώρα, καρδιαγγειακός κίνδυνος απειλεί εκατομμύρια ανθρώπους σε όλο τον κόσμο που καθημερινά παίρνουν φάρμακα: το αλάτι που πολλά από αυτά περιέχουν και το οποίο έρχεται να προστεθεί στην πρόσληψη αλατιού από τις τροφές, αυξάνοντας έτσι την πιθανότητα εμφράγματος ή εγκεφαλικού, ιδίως για όσους πάσχουν ήδη από υπέρταση.

Αυτό είναι το συμπέρασμα μιας νέας βρετανικής επιστημονικής έρευνας, που προειδοποιεί ότι αρκετοί άνθρωποι, οι οποίοι λαμβάνουν την μέγιστη καθημερινή δοσολογία διαφόρων κοινών φαρμάκων, όπως παυσίπονων, κινδυνεύουν -χωρίς να το συνειδητοποιούν- να υπερβούν το ημερήσιο συνιστώμενο όριο για τη λήψη αλατιού, παρ’ όλο που, κατά τα άλλα, μπορεί να προσέχουν τη διατροφή τους, ώστε να μην περιέχει πολύ αλάτι.

Οι ερευνητές των πανεπιστημίων Νταντί και University College του Λονδίνου, με επικεφαλής τον καθηγητή κλινικής φαρμακολογίας Τζέικομπ Τζορτζ, που έκαναν τη σχετική δημοσίευση στο βρετανικό ιατρικό περιοδικό “British Medical Journal”, σύμφωνα με το BBC και το πρακτορείο Ρόιτερ, κάλεσαν τις αρμόδιες Αρχές να επιβάλουν πλέον την κατάλληλη και σαφή σήμανση στις συσκευασίες των φαρμάκων, που θα δείχνουν το περιεχόμενό τους σε αλάτι, όπως συμβαίνει και με τα τρόφιμα, καθώς αρκετά από αυτά τα φάρμακα με αλάτι χορηγούνται και χωρίς συνταγή γιατρού.

Όπως ανέφεραν, το κοινό «θα πρέπει να προειδοποιηθεί για τους πιθανούς

κινδύνους από την υψηλή περιεκτικότητα σε αλάτι των συνταγογραφούμενων φαρμάκων» και πρόσθεσαν ότι ορισμένα φάρμακα «θα πρέπει να χορηγούνται με επιφύλαξη και μόνο αφού τα εκτιμώμενα οφέλη ξεπερνούν τους κινδύνους».

Αρκετές προηγούμενες μελέτες έχουν δείξει ότι το πολύ αλάτι κάνει κακό στην υγεία, ιδίως της καρδιάς. Πολλά φάρμακα, κυρίως τα αεριούχα – ανθρακούχα και τα διαλυόμενα χάπια ή δισκία στο νερό (π.χ. παρακεταμόλης, ασπιρίνης, βιταμινών κ.α.), περιέχουν αλάτι σε μορφή νατρίου για να βελτιώσουν τη διάλυση και την απορρόφησή τους από τον οργανισμό του ασθενούς.

Οι Βρετανοί επιστήμονες μελέτησαν πάνω από 1,2 εκατ. ασθενείς για μια μέση περίοδο επτά ετών, στη διάρκεια των οποίων συνέβησαν περισσότερα από 61.000 καρδιαγγειακά επεισόδια. Λαμβάνοντας υπόψη και άλλους παράγοντες κινδύνου (βάρος, κάπνισμα, αλκοόλ, ιστορικό ασθενούς κ.α.), οι ερευνητές κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι όσοι άνθρωποι έπαιρναν φάρμακα με νάτριο (αλάτι), είχαν κατά μέσο όρο 16% αυξημένο κίνδυνο εμφράγματος, εγκεφαλικού ή γενικότερα θανάτου από καρδιαγγειακή αιτιολογία, σε σχέση με όσους ασθενείς έπαιρναν παρόμοια φάρμακα, αλλά χωρίς νάτριο (αλάτι).

Επίσης όσοι έπαιρναν φάρμακα με αλάτι, είχαν επταπλάσια πιθανότητα να αναπτύξουν υψηλή αρτηριακή πίεση (υπέρταση), ενώ η θνησιμότητά τους από οποιαδήποτε αιτία ήταν κατά μέσο όρο 28% υψηλότερη.

Το Βρετανικό Καρδιολογικό Ίδρυμα διευκρίνισε πως η νέα έρευνα αφορά όσους παίρνουν φάρμακα κάθε ημέρα και όχι όσους κάνουν περιστασιακή κατανάλωση. Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας συστήνει ημερήσιο ανώτατο όριο δύο γραμμαρίων νατρίου, δηλαδή περίπου πέντε γραμμαρίων αλατιού (ένα κουταλάκι του γλυκού). Σε αυτή την ποσότητα, εκτός από το αλάτι που βάζει κανείς όταν μαγειρεύει, θα πρέπει να συνυπολογίσει -πράγμα όχι εύκολο- το αλάτι που περιέχουν ήδη τα διάφορα συσκευασμένα τρόφιμα.

Πηγή: ikypros.com