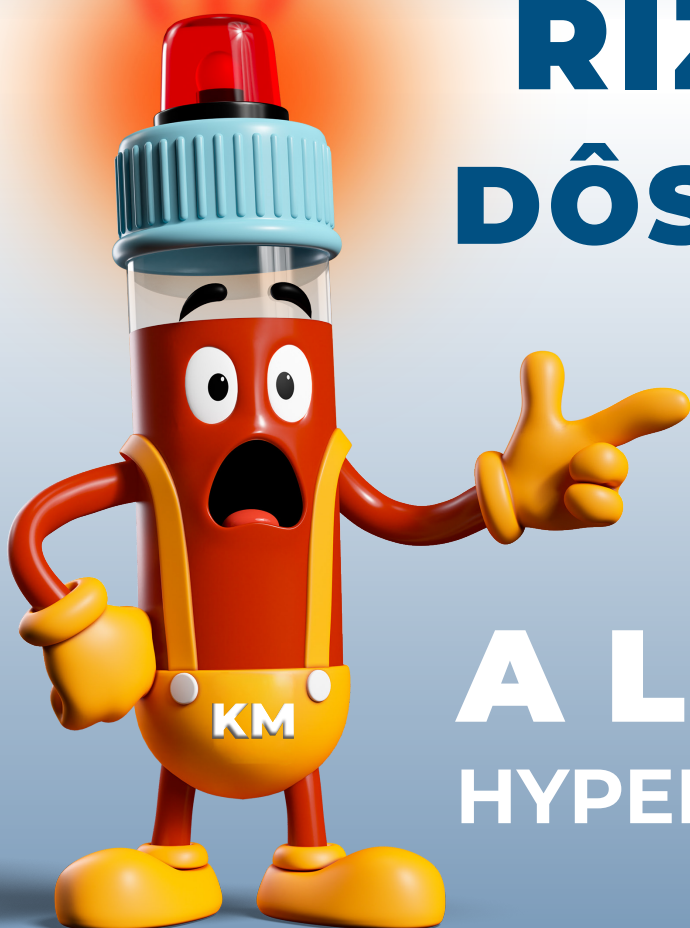


RIZIKÁ, DÔSLEDKY



A LIEČBA HYPERURIKÉMIE



Prečo musíme sledovať hladinu kyseliny močovej?

Ako ste už možno zachytili, vysoká hladina kyseliny močovej **môže sama o sebe viesť k ochoreniam a zvýšiť kardiovaskulárne riziko.**

Spočiatku môže byť tento problém ťažko rozpoznateľný, keďže dlhodobo nemusí mať žiadne príznaky. Ak sa však nelieči, môže viesť k vzniku ťažkostí a komplikácií.

ASYMPTOMATICKÝ A SYMPTOMATICKÝ STAV



ASYMPTOMATICKÝ STAV

možno určiť iba laboratórnym testom, a hoci hyperurikémia môže byť dlhodobo bezpríznaková, kryštály kyseliny močovej môžu spôsobiť „tiché“ poškodenie kĺbov a obehovej sústavy.



DNA:

kyselina močová môže v kĺboch tvoriť kryštály a tým spôsobovať **bolestivé zápaly.**

Toto ochorenie je známe ako dna a zvyčajne sa vyskytuje **v kĺboch rúk a chodidiel**, najčastejšie na palcoch na nohe.



OBLIČKOVÉ KAMENE:

kryštály kyseliny močovej môžu v tele vytvárať aj obličkové kamene. Môžu tiež spôsobiť kŕče sprevádzané silnou bolesťou, nevoľnosťou, zvracaním a **poruchou funkcie obličiek.**



KARDIOVASKULÁRNE OCHORENIA:

vysoká hladina kyseliny močovej môže **poškodiť steny krvných ciev**, čo v dlhodobom horizonte môže viesť k zhoršenému krvnému obehu a **srdcovocievny problémom.**



Hyperurikémia sa spája so **zvýšeným rizikom hypertenzie, srdcových ochorení, mozgovej príhody** a niektorých ochorení obličiek.

Prečo sa hyperurikémia považuje za rizikový faktor pre kardiovaskulárne ochorenia?

Vysoká hladina kyseliny močovej spôsobuje **zápaly** a **oxidačný stres** v stenách ciev, čo môže viesť k ich **poškodeniu**. Tento účinok tiež zvyšuje riziko vysokého krvného tlaku, srdcového infarktu a mozgovej príhody v bezpríznakových prípadoch.

PACIENTI SO ZVÝŠENÝM RIZIKOM

- Hyperurikémia (s dnou aj bez nej) sa **vyskytuje u viac než jedného zo štyroch pacientov s hypertenziou**, a hypertenzia je **dvakrát bežnejšia u pacientov s dnou** než u pacientov bez dny.
- Vysoká hladina kyseliny močovej **môže hypertenziu zhoršiť**.
- Zvýšená hladina kyseliny močovej jasne **zvyšuje riziko kardiovaskulárnych príhod** (napríklad infarktu či mozgovej príhody), keďže zápal a oxidačný stres hrajú kľúčovú úlohu pri vzniku oboch ochorení.

Z vyššie uvedeného vyplýva, že **vysoká hladina kyseliny močovej** sama o sebe súvisí **so zvýšeným rizikom kardiovaskulárneho ochorenia**, pričom toto riziko sa zvyšuje skutočnosťou, že môže **súvisieť s inými rizikovými faktormi** (napr. obezitou, hypertenziou, cukrovkou, srdcovými ochoreniami či ochoreniami obličiek), ktorých **kombinácia** zvyšuje náchylnosť.



Čo sa dá urobiť na zníženie rizík?



PREVENCIA:

praktizovať **zdravý životný štýl**, čo zahŕňa zdravú a vyváženú stravu, pravidelný pohyb, udržiavanie optimálnej telesnej váhy a adekvátny príjem tekutín.



SKRÍNING, PRAVIDELNÉ SLEDOVANIE A VČASNÁ DIAGNÓZA:

v závislosti od veku, rodinnej a individuálnej anamnézy vám lekár môže odporučiť potenciálne užitočné **skríningové testy**.



LIEČBA:

zahŕňa **zmenu životného štýlu** a v mnohých prípadoch aj **medikamentóznú liečbu** na odporúčanie lekára.

Prečo je dôležité liečiť vysokú hladinu kyseliny močovej?

Okrem **bolestivých príznakov** (napr. dna, obličkové kamene) môže vysoká hladina kyseliny močovej viesť k vážnym **dlhodobým komplikáciám** (srdcovocievne ochorenia).



Vysoká hladina kyseliny močovej (hyperurikémia) **môže** podobne ako hypertenzia **viesť k vážnym zdravotným problémom**, ak sa nelieči.

Správna a včasná diagnóza a liečba sú kľúčové na prevenciu komplikácií.

Ako znížiť zvýšenú hladinu kyseliny močovej?

Hladinu kyseliny močovej možno do určitej miery znížiť dodržiavaním odporúčaní ohľadom **životného štýlu**, no v niektorých prípadoch sa nedá vyhnúť **medikamentóznej liečbe**.

ODPORÚČANIA OHĽADOM ŽIVOTNÉHO ŠTÝLU:



Pri **nízkopurínovej diéte** sa vyhýbajte konzumácii červeného mäsa, vnútorností, spracovaných mäsových výrobkov, morských plodov, strukovín, špenátu, húb.



Cvičenie:
pravidelná fyzická aktivita na zníženie nadváhy.



Vyhňte sa konzumácii **alkoholických a sladených nápojov.**



Pitný režim:
pite 2–3 litre vody denne na podporu vylučovania kyseliny močovej.



Medikamentózna liečba



Liečba akútneho **dnavého záchvatu** môže zmierniť silnú bolesť kĺbov, opuchy a začervenanie.

V takýchto prípadoch lekár väčšinou predpíše užívanie takzvaných nesteroidných protizápalových látok (NSAID) a/alebo kolchicínu, v zriedkavých prípadoch kortikosteroidov na zmiernenie akútnych príznakov.



Včasná a **dlhodobá liečba** pretrvávajúcej **hyperurikémie** môže pomôcť predísť opakovaným dnavým záchvatom a vzniku komorbidít.

Dlhodobá liečba zvyčajne vyžaduje používanie liekov na zníženie tvorby kyseliny močovej a zvýšenie jej vylučovania.

Kedy špecialista odporučí lieky?



- V prípade **akútneho dnavého záchvatu**,
- V prípade asymptomatickej **zvýšenej hladiny kyseliny močovej**:
 - ak **je hladina kyseliny močovej neustále vysoká** (>480 mikromolov/l) napriek zmene životného štýlu,
 - ak **existujú komorbidity** (napr. hypertenzia, ochorenie obličiek).

Liečba vysokej hladiny kyseliny močovej sa dá uskutočniť **kombináciou zmeny životného štýlu** a, pokiaľ je to nevyhnutné, **medikamentózne liečby**, pričom sa zohľadňujú komorbidity a existujúce kardiovaskulárne rizikové faktory.

Úspech liečby závisí od individuálneho prístupu. Lekár preto potrebuje poznať všetky vaše otázky a ťažkosti, aby vám mohol odporučiť najvhodnejšiu liečbu.





KM: kyselina močová



Zdroje:

1. Vrablík M, Borghi C, Rosolová H, et al. Diagnostika a léčba hyperurikémie v kardiovaskulární prevenci na základě patofyziologického mechanismu jejího vzniku – Expertní konsenzus českých a slovenských odborníků 2024. Athero Review. 2024 Sep; (9)2: 61-71.

A Magyar Hypertonia Társaság, a Magyar Nephrologiai Társaság és a Magyar Reumatológusok Egyesületének konszenzuszokumentuma - A hyperurikaemiás és a köszvényes betegek ellátásáról. Hypertonia és Nephrologia. 2020;24(02 klsz): S1-S20. Magyar Reumatológia, 2020, 61, 70–89.

Borghi C et al. Expert consensus for the diagnosis and treatment of patients with hyperuricemia and high cardiovascular risk: 2023 update. Cardiol J. 2024;31(1):1-14. doi: 10.5603/cj.98254. Epub 2023 Dec 29. PMID: 38155566; PMCID: PMC10919576.

Mancia G et al: 2023 ESH Guidelines for the management of arterial hypertension The Task Force for the management of arterial hypertension of the European Society of Hypertension: Endorsed by the International Society of Hypertension (ISH) and the European Renal Association (ERA). J Hypertens. 2023 Dec 1;41(12):1874-2071.

Richette P et al. 2016 updated EULAR evidence-based recommendations for the management of gout. Ann Rheum Dis. 2017 Jan;76(1):29-42. doi: 10.1136/annrheumdis-2016-209707. Epub 2016 Jul 25. PMID: 27457514.

Všetky informácie v tomto materiáli vychádzajú z aktuálne dostupných a overených zdrojov určených pre odbornú aj laickú verejnosť. Materiál má len informačný charakter a nenahrádza odborné vyšetrenie ani konzultáciu s vaším ošetrojúcim lekárom.



EGIS SLOVAKIA spol. s r.o.
Apollo BC II, blok E, Prievozská 4D, 821 09 Bratislava
Tel.: 02/3240 9422, e-mail: sekretariat@egis.sk; sk.egis.health

MIL BRO2 022026 SK