

Nebojte se statinů

Statiny snižují cholesterol v krvi desítkám milionů pacientů po celém světě už zhruba 30 let. Jen v České republice je užívá asi milion osob. Nejen klinické studie, ale i skutečná lékařská praxe tedy jejich účinky a bezpečnost prověřily dostatečně. Přesto jsou statiny mnohdy přijímány s nedůvěrou. Proč jde o omyl a proč bychom se statinů neměli bát?

Lidské tělo získává cholesterol, který je v určitém množství nezbytný pro správné fungování organismu, dvěma způsoby: tvorbou v játrech a přijímáním z potravy (tedy z krevního oběhu).

Statiny (mezi jejich zástupce patří například atorvastatin nebo rosuvastatin) pracují tak, že omezují tvorbu cholesterolu v játrech. Tělo si proto snaží obstarat cholesterol jinak, vyčtyat si ho z krve. Jde na to tak, že navýší počet takzvaných LDL receptorů na povrchu jaterních buněk, které fungují jako takové „lapače“ cholesterolu z krve. Výsledkem je, že z krve je „odloveno“ více cholesterolu a laboratoř pak při odběru naměří v krvi jeho nižší hladiny. Statiny dokážou takto snížit hladiny „zlého“ LDL cholesterolu téměř o 50 %.

Důsledkem je, že se snižuje riziko poškození cév cholesterolem a následného srdečního infarktu nebo mozkové mrtvice. Statiny mají ale i další příznivé účinky – působí protizánětlivě a protisrážlivě a pokud už předtím v cévě vznikl plát tvořený cholesterolem, jsou schopny jej stabilizovat. U pacientů s FH, kteří mají hladiny cholesterolu v krvi zvýšené dvojnásobně, bývá nutné podávat takzvané maximální tolerované dávky statinů a často i další léky do kombinace, o kterých si řekneme příště.

Jaké jsou tedy nejčastější omyly, se kterými pacienti přicházejí?

1) Hladina cholesterolu mi klesla, statiny můžu vysadit

Tak to bohužel není. Vysokou hladinu cholesterolu lze léčit, bohužel však ne zcela vyléčit, protože si pro ni většinou neseme vrozenou vlohu. Léky fungují pouze v případě, že jsou přítomny v organismu, takže po přerušení léčby se hladina cholesterolu během několika dní vrátí na původní hodnotu. Proto je nutné léky užívat trvale.

2) Když beru statiny, nemusím dodržovat dietu

Nikoli – dietní opatření pomáhají nejen ke snižování hladiny cholesterolu, ale také přispívají k prevenci aterosklerózy (kornatění tepen). Jejich účinek se vždy počítá! Z toho plyne, že i pro pacienty, kteří tablety užívají, má dodržování dietních a dalších opatření v oblasti životního stylu zásadní význam. Dodejme, že dieta pacientů s vysokým cholesterolem není „dieta“ v přesném slova smyslu. V zásadě jde o jídelníček, který by měli upřednostňovat naprosto všichni, kteří se chtějí vyhnout infarktům a dalším cévním malérům.

3) Pane doktore, dejte mi jenom něco slabého

Mnozí pacienti se bojí vysoké dávky statinů, ale obavy rozhodně nejsou namístě. Ví se, že vyšší dávka statinů chrání pacienta účinněji než dávka nižší. Navíc většina nežádoucích účinků (které jsou vzácné), nemá přímou vazbu na dávku podávaného léku – jinými slovy, četnost těchto účinků není při vyšších dávkách statinů zvýšena. Snášíte-li dobře počáteční dávky léků, pak ze zvyšování dávky nemusíte mít obavy. Navíc, když se nežádoucí účinek po zvýšení dávky objeví, lze se vrátit k dávce původní nebo situaci řešit jiným způsobem tak, jak rozhodne lékař.

4) Čím déle budu užívat statin, tím více rizik mi to přinese

Statin je zapotřebí užívat dlouhodobě, přesněji celoživotně od doby diagnostikování vysokého cholesterolu v krvi. Není však pravda, že by delší doba užívání přinášela nějaká rizika. Statiny se k léčbě používají více než 30 let a jejich bezpečnost se průběžně sleduje.

5) Statiny jsou nebezpečné, podívejte se do příbalového letáku

Že jsou statiny nebezpečné, je zásadní omyl, který často vede k tomu, že pacienti tuto léčbu odmítají. Statiny patří mezi vůbec nejprozkoumanější léky. Ano, i ony mohou mít nežádoucí účinky, ale to platí pro všechna léčiva. Podstatné je, že nežádoucí účinky statinů mají nízký výskyt a postihují maximálně 10 % léčených pacientů. Většina z těchto nežádoucích účinků je navíc plně vratná; v případě, že se objeví, je lékař může vyřešit úpravou léčby. Není tedy nutné obávat se statinů.

6) Statiny způsobují

- **úbytek a rozpad svalů:** ve skutečnosti je poškození svalů velmi vzácné. Skutečně závažné příhody byly popsány u pouhého jednoho pacienta z celého milionu pacientů léčených statiny! Nadto se poškození svalů vyskytuje většinou u pacientů užívajících souběžně větší množství dalších léků.
- **cukrovku:** opět v zásadě platí pravý opak. U naprosté většiny pacientů nemocných cukrovkou je léčba statiny velice žádoucí, protože u nich významně snižuje počet srdečních infarktů a mozkových mrtvic, přičemž právě diabetici jsou k těmto příhodám velice náchylní. U osob, u kterých byla po léčbě statiny zjištěna cukrovka, by cukrovka stejně v krátké době propukla.
- **poškození nervové soustavy:** skutečnost je taková, že v žádném seriózním klinickém hodnocení nebyl pozorován škodlivý účinek statinů na paměť a další nervové schopnosti, naopak byl potvrzen ochranný účinek na cévy v mozku i v míše. Navíc už jenom prokázané snížení výskytu cévních mozkových příhod (mrtvic) je významnou ochranou naší nervové soustavy, tedy našich myšlenkových a pohybových schopností.
- **poškození jater:** ne, opak je pravdou. Poškození jater souvisí u velké části pacientů právě s poruchou krevních tuků. Léčbou statiny je možné tuto poruchu napravit, a tak rozvoj jaterního postižení zpomalit, nebo dokonce zastavit, jak prokázala řada klinických hodnocení.
- **poškození ledvin:** Opět to není pravda. Naopak, statiny mohou mít na ledviny ochranný účinek. Pouze u pacientů s diagnostikovaným onemocněním ledvin je nutné při předepisování některých vysoce účinných statinů postupovat opatrně.
- **vyšší riziko rakoviny:** nic takového nebylo prokázáno. Některá klinická hodnocení naopak ukazují, že u pacientek s rakovinou prsu užívajících dlouhodobě statiny docházelo významně méně často k návratu rakoviny ve srovnání s pacientkami, které statiny neužívaly. Také se prokázalo, že statiny významně snižují úmrtí na rakovinu u pacientů se zhoubným nádorem prostaty.

7) Statiny je nutné vysadit před operačním zákrokem

Ne, naopak, u většiny pacientů je vhodné statiny ponechat, protože zabraňují některým operačním i pooperačním komplikacím.

Věříme, že jsme vás přesvědčili o tom, že statiny jsou bezpečné léky, které každý den zachraňují statisíce životů a stojí za to je užívat, pokud to váš lékař vyhodnotil jako potřebné. Zdroje: www.kapitolyozdravi.cz, www.diagnozafh.cz