



МакСтатин или за „тероризма“ на хранителната промишленост

Надявах се, че в увода на този брой ще мога да съобщя нещо значимо, което е било докладвано и обсъждано на годишния конгрес на Европейското дружество по кардиология. За съжаление такова значително научно събитие не бе наблюдавано и на този европейски форум. И въпреки окачествяването му като най-големият научен кардиологичен форум за 2010 г., не бих го различил от много други, характеризиращи се с реклама и посредственост. Това, че някои ще извлекат ползи (финансови и научни) за нови терапевтични индикации, не означава, че медицинската наука се развива в желаните темпове.

И затова реших да погледнем към един известен, малко дискутиран и много наболял в България проблем – качеството на храната и риска от болести при неправилно хранене.

Иронично британски кардиолози предлагат към всеки сандвич от веригите за бързо хранене (напр. МакДоналдс) да се предлага и една таблета статин. В публикацията си от август 2010 г. в *American Journal of Cardiology* авторите не са за нездравословното хранене и неутрализиране на риска от нездравословните храни чрез статин. Те обръщат внимание върху качествата на храната в тези заведения. Да не се забравя, че лекарствената терапия върви след промените в начина на живот – здравословно хранене, адекватна физическа активност.

Лекарите не сме луди и не казваме на пациентите, че могат да ядат нездравословни храни и после да се лекуват със статин. Ние само обръщаме внимание, че при нездравословното хранене рискът може да се намали със статин. Парадоксално е, че нездравословни подправки (майонеза, кетчуп, сол) се раздават в заведенията за бързо хранене безплатно. Но могат ли статините да намалят риска от храните в тези заведения?

Да, могат и това бе доказано, но защо трябва да се прилага лекарство, след като само корекция в диетата може да промени рисковия профил? А и се поставя въпросът защо пациентите ходят при лекар, когато искат да получат статин за първична профилактика, а не се консултират с него преди да консумират сандвич в МакДоналдс или в Кентъки фрайд чикън? Защо те се страхуват от страничните ефекти на медикаментите (които са пренебрежимо малки при качествените статини), а не се страхуват от вредата върху здравето си от мазнините и солта на сандвичите? И защо пациентите казват, че 10, 20 или 30 лева месечно за статин са много пари, а не се отказват от няколко сандвича месечно, чиято цена надхвърля тази на лекарствата?

Интересни материали се появяват в западната преса, индуцирани от лекари и насочени към общественото здраве. Лекарите сме тези, които най-добре можем да разберем опасностите от нездравословните храни като анализираме съдържанието на продуктите, отразено на опаковката. Похвално е, че почти всички продукти съдържат етикети с упоменатото съдържание на въглехидрати, мазнини, транс-мазнини, сол и др. За съжаление в заведенията на бързо хранене не можем да видим съдържание на мазнините и солта в сандвичите. И тогава няма как да се противопоставим, а най-страшното е, че пред касите в тези заведения непрекъснато има опашки от деца и младежи, че виждаме млади родители, купуващи детските менюта за техните малки деца, които от тази ранна възраст създават вкус към тези храни и после много трудно могат да бъдат отказани. А ние искаме да пропагандираме за здравословно хранене. И като добавим газирани безалкохолни напитки с кристална захар или подсладители (водят до затлъстяване, инсулинова резистентност и метаболитен синдром), много трудно вече ще можем само ние да се борим с тези производители и търговци и може би скоро ще се наложи ние да пледираме за даването на статин към тези храни – или от МакДоналдс и Кока Кола общество можем да станем МакСтатин общество.

Може би най-правилно е в тази борба за здравословно хранене към лекарите да се включат и държавни и неправителствени организации. Но дали някой ще се осмели да се бори с тези мега-концерни?

Д-р Борислав Георгиев
Главен редактор