

KOMPLIKACE V TĚHOTENSTVÍ – DALŠÍ RIZIKOVÝ FAKTOR ATEROSKLERÓZY

Piňha J. /Praha/, Fórum zdravé výživy

**Celostátní konference nutričních
terapeutů 2013**

„Výživa od začátků“

20.11.2013

Obsah

Rizikové faktory kardiovaskulárních onemocnění:

specifika u žen

Rizikové faktory kardiovaskulárních onemocnění

specifické pro ženy

Těhotenství

Závěr

Ženy

Systolický krevní tlak (mmHg)	Nekuřačky					Kuřačky				
	4	5	6	7	8	4	5	6	7	8
180	10	12	14	16	19	19	23	27	31	36
160	7	8	10	12	14	14	16	19	22	26
140	5	6	7	8	10	10	12	14	16	19
120	3	4	5	6	7	7	8	10	11	13
180	5	6	7	9	10	10	12	15	17	20
160	4	4	5	6	7	7	9	10	12	14
140	3	3	4	4	5	5	6	7	9	10
120	2	2	2	3	4	4	4	5	6	7
180	3	3	4	4	5	5	6	7	9	10
160	2	2	3	3	4	4	4	5	6	7
140	1	1	2	2	3	3	3	4	4	5
120	1	1	1	1	2	2	2	3	3	4
180	1	2	2	2	3	3	3	4	5	6
160	1	1	1	2	2	2	2	3	3	4
140	1	1	1	1	1	1	2	2	2	3
120	0	1	1	1	1	1	1	1	2	2
180	0	1	1	1	1	1	1	1	2	2
160	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1
140	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1
120	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1

Muži

Věk	Nekuřáci					Kuřáci				
	4	5	6	7	8	4	5	6	7	8
65	18	22	25	29	34	34	39	45	51	57
	13	15	18	21	25	25	29	34	39	44
	9	11	13	15	18	18	21	25	29	33
	6	8	9	11	13	13	15	18	21	24
60	11	13	15	18	21	21	25	29	34	39
	8	9	11	13	15	15	18	21	25	29
	5	6	8	9	11	11	13	15	18	21
	4	4	5	6	8	8	9	11	13	15
55	6	8	9	11	13	13	15	18	21	24
	5	5	6	8	9	9	11	13	15	18
	3	4	4	5	6	6	8	9	11	12
	2	3	3	4	4	4	5	6	7	9
50	4	5	5	6	8	8	9	11	13	15
	3	3	4	5	5	5	6	8	9	11
	2	2	3	3	4	4	4	5	6	8
	1	2	2	2	3	3	3	4	4	5
40	1	2	2	2	3	3	3	4	5	6
	1	1	1	2	2	2	2	3	3	4
	1	1	1	1	1	1	2	2	2	3
	0	1	1	1	1	1	1	1	2	2

Celkový cholesterol (mmol)

≥ 15 %
10-14 %
5-9 %
3-4 %
2 %
1 %
< 1 %

Desetileté riziko fatálního kardiovaskulárního onemocnění v ČR podle pohlaví, věku, systolického TK, celkového cholesterolu a kuřáckých návyků

KARDIOVASKULÁRNÍ RIZIKOVÉ FAKTORY U ŽEN

TRADIČNÍ

- 1) Věk
- 2) Vrozené faktory
- 3) Kouření
- 4) Poruchy látkové výměny tuků
- 5) Vysoký krevní tlak
- 6) Diabetes mellitus

SPECIFICKÉ

- 1) Syndrom polycystických ovarií
- 2) Hormonální antikoncepce
- 3) Menopausa
- 4) **+ Komplikace v těhotenství**

RIZIKOVÝ VĚK

- Ženy nad 55 let
- Muži nad 45 let

VROZENÉ DISPOZICE

**Infarkt myokardu, mozková mrtvice, ...
u prvostupňových příbuzných
(rodičů, sourozenců a dětí):**

Ženské příbuzné pod 65 let

Mužští příbuzní pod 60 let

KOUŘENÍ

Více než 1 cigareta denně pravidelně déle než 3 měsíce

Ženy citlivější

Ženy v přechodu do menopauzy ještě citlivější (poslední menstruační krvácení před více než 60 a méně než 365 dny)

PORUCHY LÁTKOVÉ VÝMĚNY TUKŮ

LDL CHOLESTEROL - hlavní rizikový faktor
hladiny méně než 2,0 mmol/l ideální.

TRIGLYCERIDY – **pro ženy rizikovější**
hladiny méně než 2,0 mmol/l dobré

HDL CHOLESTEROL

hladiny více než 1,3 mmol/l ideální

U žen non-HDL cholesterol
pod 2,5 mmol/l ideální

VYSOKÝ KREVNÍ TLAK

- **SYSTOLICKÝ KREVNÍ TLAK 130-140 mm Hg**
- **DIASTOLICKÝ KREVNÍ TLAK 80-90 mm Hg**

DIABETES MELLITUS

- GLYKÉMIE LAČNÁ NAD 7,0 mmol/l
- GLYKÉMIE PO ZÁTĚŽI NAD 11,0 mmol/l

Ženy citlivější

SPECIFICKÉ ŽENSKÉ RIZIKOVÉ FAKTORY KARDIOVASKULÁRNÍCH ONEMOCNĚNÍ

SYNDROM POLYCYSTICKÝCH OVARIÍ A KARDIOVASKULÁRNÍ RIZIKO

- **CENTRÁLNÍ OBESITA
(OBVOD PASU NAD 80-88 CM)**
- **HYPERTENZE**
- **METABOLICKÉ PORUCHY - LIPIDY, INSULINOVÁ
RESISTENCE ...**

HORMONÁLNÍ ANTIKONCEPCE A KARDIOVASKULÁRNÍ RIZIKO

- Cévní mozková příhoda: 0,023 % za rok
- Infarkt myokardu: 0,012 % za rok



HORMONÁLNÍ ANTIKONCEPCE A KARDIOVASKULÁRNÍ RIZIKO

Zvýšeno !!!:

Přítomnost cévního postižení

Věk nad 35 let

Kouření (nad 15 cigaret denně)

Vysoký krevní tlak

Diabetes mellitus + cévní komplikace

LDL cholesterol nad 4,2/5,7 mmol/l

Systémová/protrombotická onemocnění

Migrenózní záchvaty větší intenzity

HORMONÁLNÍ ANTIKONCEPCE A KARDIOVASKULÁRNÍ RIZIKO

**Populační vzorek žen z Prahy 4, 45-55 let
Protokol (MONICA) + užívání hormonální
antikoncepce (HAK)- 907 validních odpovědí**

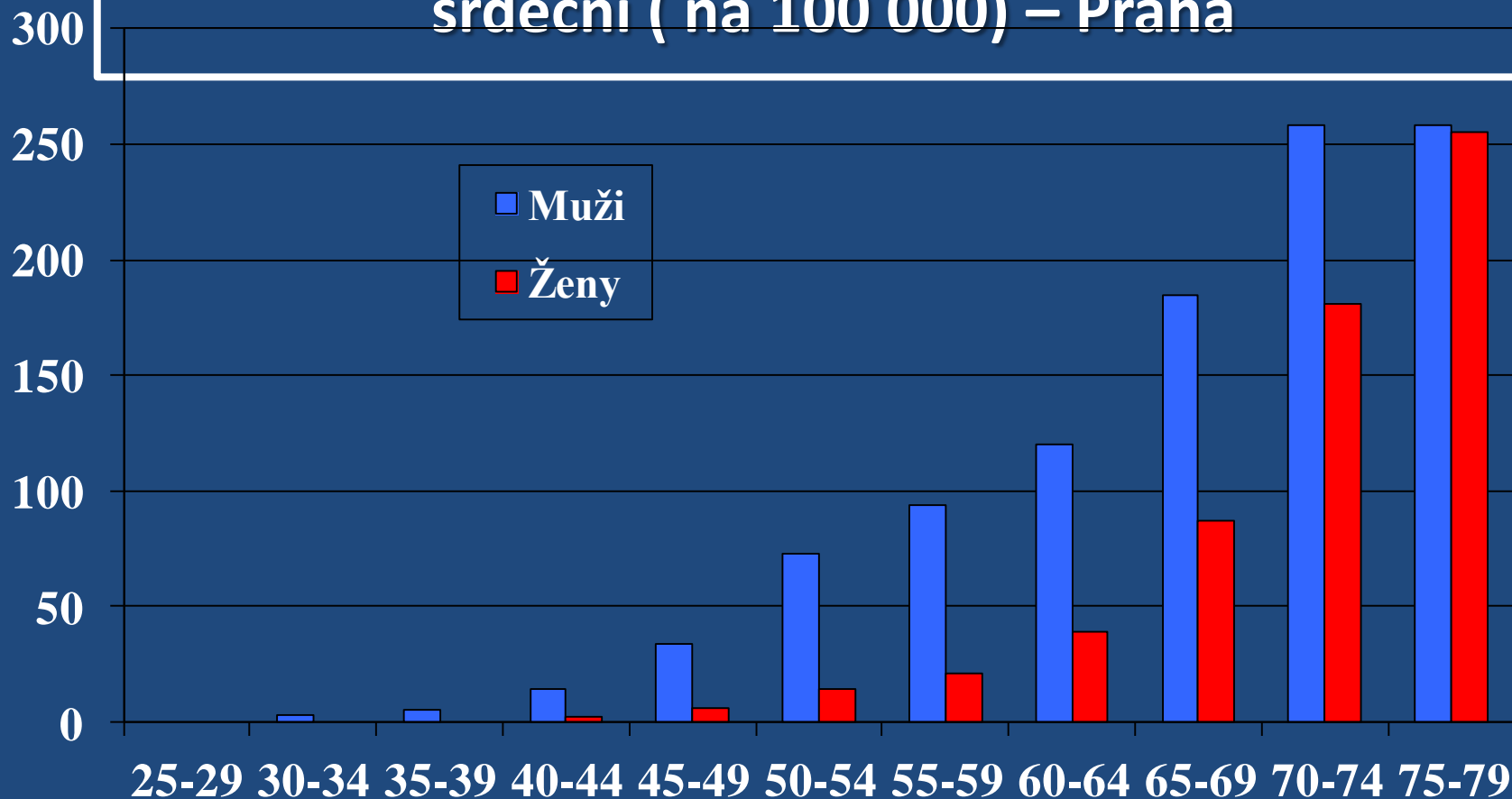
Bere v současnosti: 269 (29,7 %)

Bralo v minulosti: 631 (69,7 %)

Nikdy nebraly: 7 (0,8 %)

MENOPAUZA A KARDIOVASKULÁRNÍ RIZIKO

Standardizovaná mortalita na ischemickou chorobu srdeční (na 100 000) – Praha



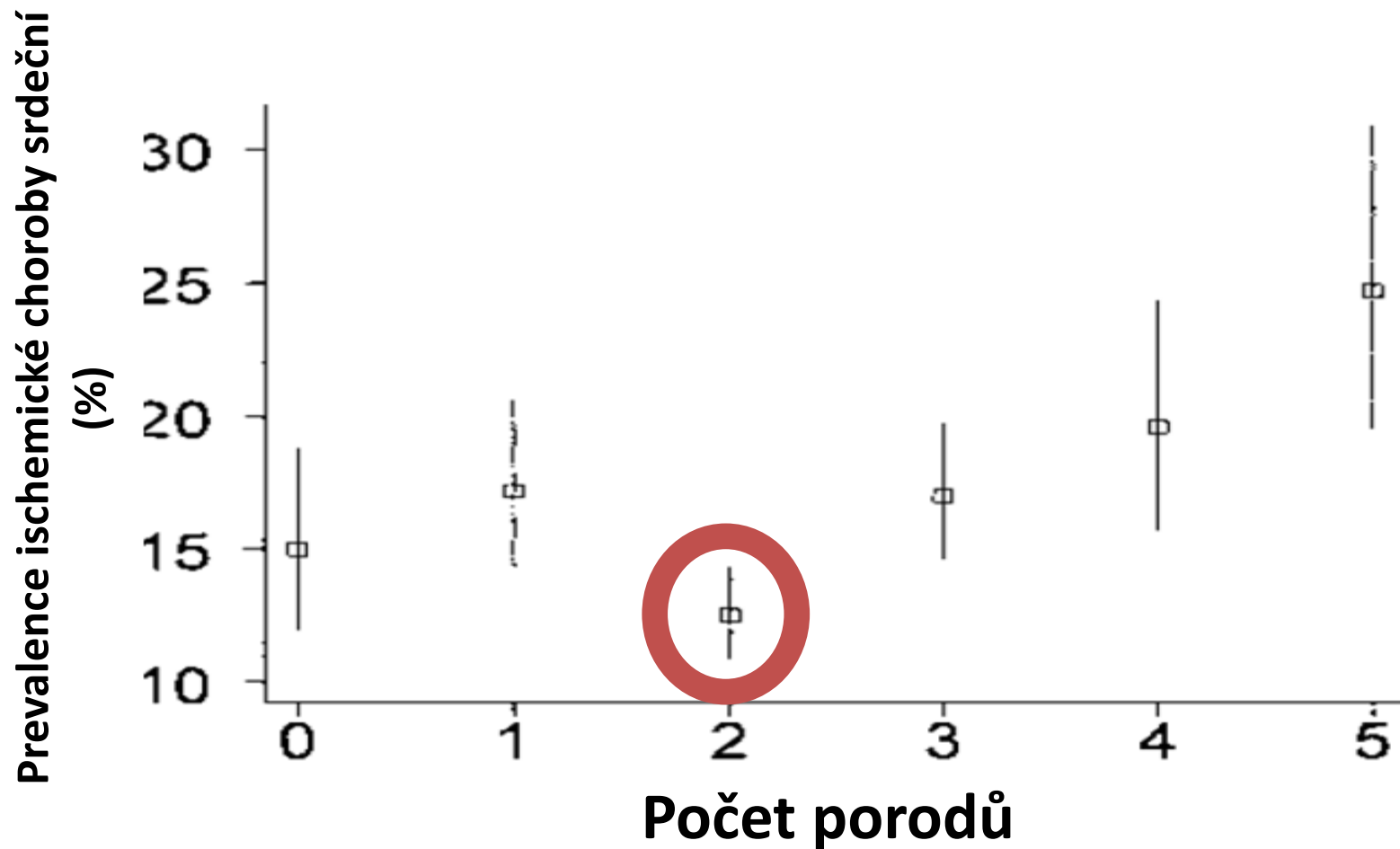
MENOPAUZA A KARDIOVASKULÁRNÍ RIZIKO

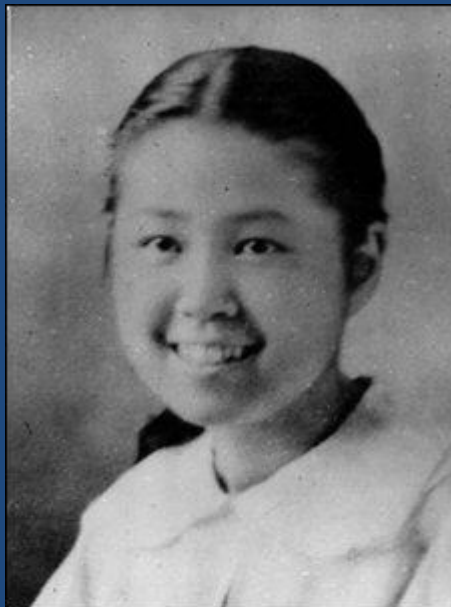
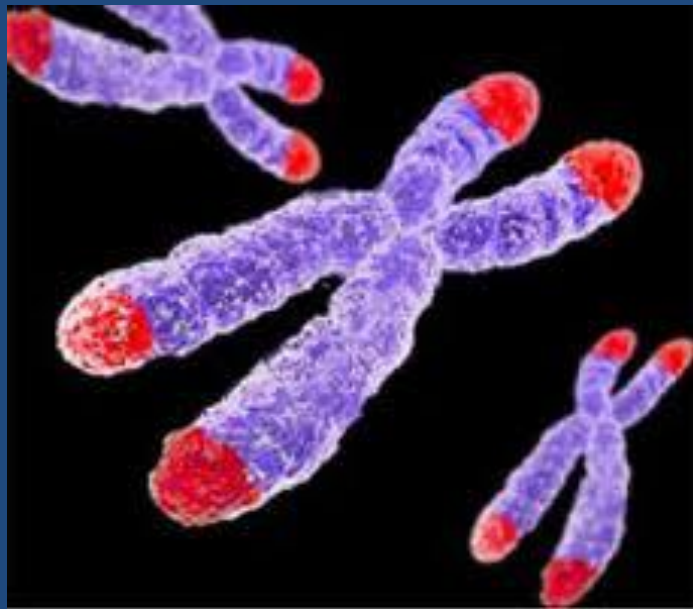
- **SNÍŽENÍ POHYBOVÉ AKTIVITY**
- **VZESTUP VÁHY/CENTRÁLNÍ OBEZITY**
- **VZESTUP KREVNÍHO TLAKU**
- **ZHORŠENÍ METABOLICKÝCH PARAMETRŮ**
(LDL CHOLESTEROL, INSULÍNOVÁ RESISTENCE, ...)

TĚHOTENSTVÍ A KARDIOVASKULÁRNÍ RIZIKO

1. Fyziologické těhotenství
2. Komplikace v těhotenství

ISCHEMICKÁ CHOROBA SRDEČNÍ A POČET PORODŮ





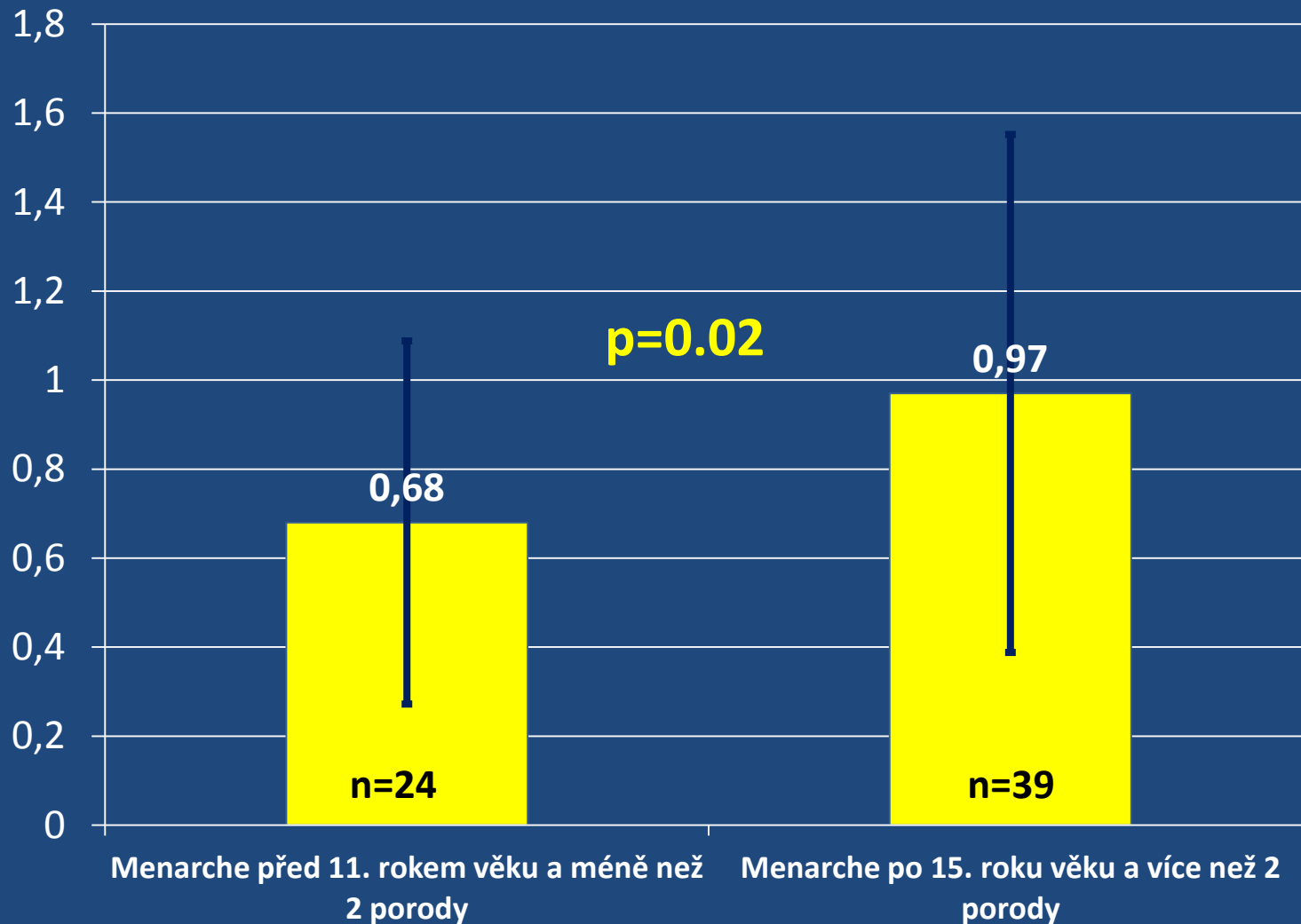
WS patient age 15 yrs



WS patient age 48 yrs

Doba menstruace a teloméry

věk menarché (10. a 90. percentil) a počet těhotenství



CO ZPŮSOBUJE TĚHOTENSTVÍ Z HLEDISKA RIZIKA KARDIOVASKULÁRNÍCH CHOROB ?

1. Po 1. porodu stoupají triglyceridy a klesá

HDL cholesterol

2. Po 1. porodu stoupá LDL cholesterol

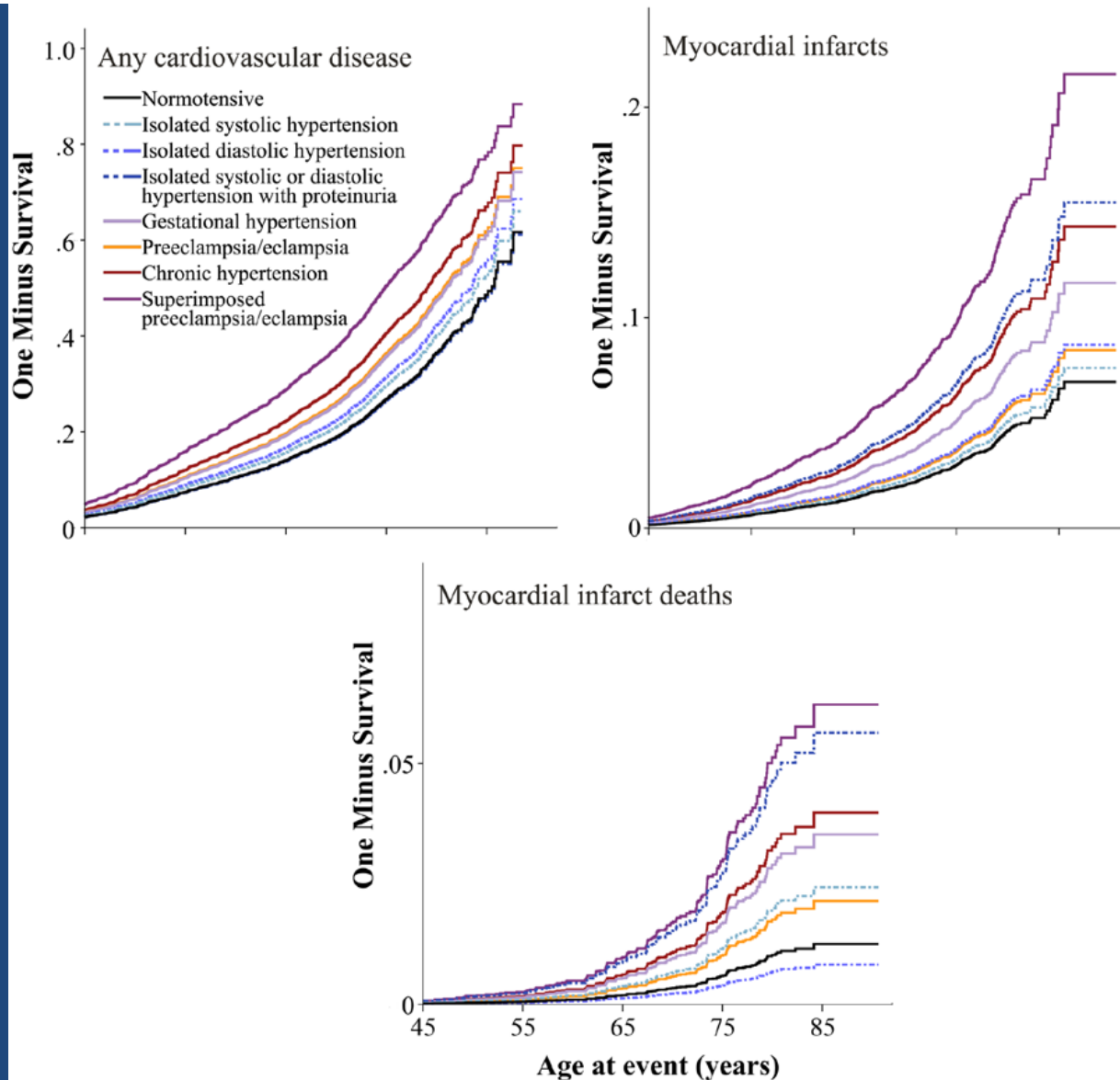
3. Po 2. porodu klesá diastolický krevní tlak

ČASTÉ KOMPLIKACE V TĚHOTENSTVÍ

1. Gestační diabetes mellitus	5%
2. (Pre)eklampsie a hypertenze	7%
3. Předčasný porod	10% (5-12%)
4. Intrauterinní růstová retardace plodu (<2 500 gramů)	5%
	<hr/>
	27%

Elevated Blood Pressure in Pregnancy and Subsequent Chronic Disease Risk

Tuija Männistö, MD, PhD; Pauline Mendola, PhD; Marja Vääräsmäki, MD, PhD;
Marjo-Riitta Järvelin, MD, PhD; Anna-Liisa Hartikainen, MD, PhD; Anneli Pouta, MD, PhD;
Eila Suvanto, MD, PhD



SOUHRN

1. NEJNIŽŠÍ KARDIOVASKULÁRNÍ RIZIKO JE PŘI DVOU PORODECH
2. PO 1. PORODU DOCHÁZÍ KE ZHORŠENÍ LIPIDOVÝCH PARAMETRŮ, PŘEDEVŠÍM V ADOLESCENTNÍM VĚKU
3. KOMPLIKACE V TĚHOTENTSTVÍ JSOU RIZIKOVÝM FAKTOREM BUDOUCÍCH KARDIOVASKULÁRNÍCH PŘÍHOD, SPÍŠE ALE UPOZORŇUJÍ NA JIŽ PŘÍTOMNOU PORUCHU (ZÁTĚŽOVÝ TEST)
4. **PŘI STANOVENÍ KARDIOVASKULÁRNÍHO RIZIKA JE DŮLEŽITÉ STANOVIT CO NEJPŘESNĚJŠÍ TĚHOTENSKOU ANAMNÉZU**

IDEÁLNÍ STAV PŘED TĚHOTESTVÍM

- **Nekuřačka**
- 30 minut denně přiměřená **fyzická aktivita**
- BMI méně než 25-26 kg/m²
- Pas méně než 80 cm
- Krevní tlak méně než 130-140/80-90 mm Hg

- LDL cholesterol pod 2,5 mmol/l
- **HDL nad 1,3 mmol/l**
- **Triglyceridy pod 2,0 mmol/l**

Děkuji za pozornost

