

Kazuistika: dieta založená na vařené zelenině může způsobit skorbut

Skorbut (kurděje) s typickým klinickým obrazem, především vaskulitidou a krvácivými diatézami, je považován za onemocnění, které je dnes v civilizovaném světě vymýceno a prakticky se nevyskytuje. Příčinou skorbutu je těžký deficit vitamínu C, k jehož výskytu v podmínkách moderní civilizace zdánlivě není důvod, protože jsou obecně známa a propagována pravidla zdravé výživy a jsou k dispozici potraviny s obsahem tohoto vitamínu. Přesto překvapivě existují případy klasického obrazu kurdějí i v civilizovaných zemích, jak o tom referuje kazuistika publikovaná v časopise Japonské společnosti pro vnitřní lékařství.¹ Přinášíme stručný referát o tomto kuriózním případě.

Současné onemocnění: Na pohotovost se dostavil 59letý muž, který si stěžoval na týden trvající oboustrannou bolest a otok bérce, pět měsíců trvající únavu a dva měsíce trvající krvácení z nosu. Neužíval žádné léky, v rodinné anamnéze se nevyskytovaly krvácivé stavy. Před pěti lety byla pacientovi provedena extrakce zubu, poté trpěl bolestmi dásní, a proto se začal vyhýbat konzumaci potravin dráždících dásně. Vzhledem k bolestivým dásním nekonzumoval žádné ovoce, ryby ani maso, aby si ulehčil přijímání potravy. Omezil svou dietu na vařenou rýži, natto (japonský sýr ze sójových bobů), tofu a klobásu (tyto potraviny neobsahují žádný vitamin C), a vařenou zeleninu (mrkev, brokolice, zelí, čínské zelí, cibule). Vařením se významně zničí v zelenině obsažený vitamin C. Bolest dásní postupně ustoupila přibližně před dvěma lety, ale protože si na svůj dosavadní jídelníček už zvykl, neměnil ani pak své stravovací návyky.

Objektivní nález: výška 182 cm, váha 57,6 kg. Na obou bérkách ekchymóza, vlevo horší.

Laboratorní vyšetření: Hematologické vyšetření ukázalo normocytární anémii. Počítačová tomografie prokázala oboustranné krvácení do svalů m. biceps femoris, m. tibialis anterior a m. peronealis. Hladina vitamínu C v séru byla významně snížena (<0,2 µg/ml), na úrov-



Překvapivě existují případy klasického obrazu kurdějí i v civilizovaných zemích.

ni skorbutu. Sérové hladiny vitamínu A, vitamínu B1, listové kyseliny a zinku byly také mírně sníženy.

Diagnóza: Výrazná hypovitaminóza C (skorbut), snížené hladiny i dalších vitamínů, respektive minerálů.

Léčba a průběh: Po stanovení diagnózy dostal pacient multivitaminovou infuzi s obsahem vitamínu C (200 mg/den), následovalo každodenní podávání perorálního multivitaminového přípravku s obsahem vitamínu C (600 mg/den). Bolest, ekchymóza a edém se během několika málo dnů výrazně zlepšily a hladiny vitamínu C v séru se normalizovaly během dvou týdnů léčby.



Obr. 1. Ekchymózy jako jeden z projevů skorbutu.

Diskuse: Vitamin C je obsažen v syrovém ovoci a zelenině. Jejich nedostatečný příjem (pokud není kompenzován suplementací tohoto vitaminu formou doplňků stravy) vede k rozvoji závažné hypovitaminózy a klinických projevů skorbutu. Typické případy skorbutu

představují pacienti, kteří odmítají konzumovat ovoce a zeleninu. Tento pacient jedl zeleninu denně, ale pouze ve vařené formě. Spotřeboval denně přibližně 70–140 g zeleniny, která byla vařená po dobu 40–50 minut. Během vaření se ze zeleniny ztratí přibližně 50–80 % vitaminu C.

Pokud by pacient jedl zeleninu v syrové formě, odpovídal by jeho příjem vitaminu C 24,2–48,6 mg vitaminu C denně. Následkem vaření zeleniny poklesl radikálně v potravě obsah tohoto vitaminu. Navíc pacient skladoval tuto vařenou zeleninu po několik dní v lednici a před jídlem si ji ohříval.

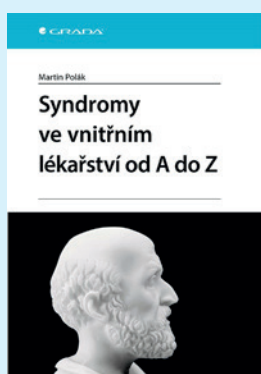
Pro prevenci hypovitaminózy C je důležitý také způsob skladování potravin; například chlazené potraviny ztrácejí více vitaminu C než mražené potraviny. Klinické příznaky skorbutu se objevují až po 29–90 dnech úplného nedostatku vitaminu C, ale deficit tohoto vitaminu vzniká mnohem dříve. Dostatečný příjem vitaminu C, ať už v potravě či formou suplementace v doplňcích stravy, je pro prevenci skorbutu základem faktorem. ■

Literatura

1. Hayashino K, Meguri Y, Komura A, et al. An unbalanced diet limited to the consumption of boiled vegetables led to the onset of scurvy. *Intern Med* 2022;61:1795–1798.

MUDr. Pavel Kostiuk, CSc.

KNIŽNÍ TIP



Martin Polák

Syndromy ve vnitřním lékařství od A do Z

Nakladatelství Grada, 2022, 196 stran

ISBN: 978-80-271-1238-8

Cena: 369 Kč

Vnitřní lékařství je královnou medicíny. V současnosti v širším slova smyslu zahrnuje podobory, jako je kardiologie, pneumologie, endokrinologie, angiologie, hematologie a podobně. Jedná se tedy o obor velmi rozsáhlý. Tomu také odpovídá velké množství nozologických jednotek, velké množství eponym – termínů užívaných v medicíně, které jsou pojmenovány po lékařích (někdy místech a věcech). Nové objevy jsou často pojmenovávány tradičně po svých objevitelích. Publikace je koncipována jako průvodce těmito syndromy. V českém písemnictví existují podobné informace staršího data, předkládaná publikace je však podrobnější a zahrnuje nové i starší či zapomenuté jednotky. Jednotlivé nozologické jednotky jsou stručně popsány, včetně uvedení původu jednotky, základní informace o autorovi a charakteristiky syndromu. Na závěr každé jednotky je uveden základní literární zdroj, kde čtenář může najít podrobnější informace. Kniha je doplněna podrobným rejstříkem, a to jak jmenným, tak věcným. Dílo je určeno všem studentům lékařství, lékařům i sestřím, kteří chtějí rychle získat informaci o uvedeném symptomu či syndromu, aniž by museli hledat v rozsáhlé odborné literatuře či na internetu. Autor knihy vydal mimo jiné úspěšnou publikaci Urgentní příjem, která se dočkala několika vydání.