

# SIMETIKON – LÉKÁRNÍKY NEJČASTĚJI DOPORUČOVANÉ LÉČIVO PŘI NADÝMÁNÍ KOMENTÁŘ PRŮZKUMU LÉKÁRNÍCI DOPORUČUJÍ 2011

ODBORNÁ REDAKCE EDUKAFARM

**Symptomy v trávicím traktu projevující se jako nadýmání a pocit nafouknutého břicha se v dnešní uspěchané době zdají být stále častější. Nevyhýbají se dětem ani dospělým. Svůj podíl na tom má stres, nevhodná skladba potravy i nedostatek pohybu.**



Příčinou těchto problémů je ve většině případů zvýšený obsah plynů ve střevním lumen. Existují v zásadě dva způsoby, jak se plyny do střevního obsahu dostávají. Tak zvaná **aerofagie** je polykání vzduchu při rychlém a hltavém příjmu potravy (typické např. pro kojence a děti, tento styl konzumace potravy ale můžeme pozorovat i u dospělých), při pití nápojů syčených CO<sub>2</sub> či např. při stresu (může se jednat např. o formu tiků). Druhým zdrojem jsou mikrobiální procesy – střevní bakterie rozkládající nestrávené zbytky potravy, přičemž vedlejšími produkty mohou být plynný vodík, metan, oxid uhličitý a další plyny. K typickým příčinám patří např. oligosacharidy (alfa-galaktosidy rafinóza, verbaskóza, stachyóza) luštění, laktóza, fruktóza nebo v moderních potravinách stále častěji používaný sorbitol. Pro celkové množství střevních plynů je důležité též konkrétní složení střevní mikroflóry (některé bakterie se mohou naopak plynnými produkty živit).

## TVORBA PLYNŮ JE FYZIOLOGICKÁ

Z medicínského hlediska je však tvorba střevních plynů zcela fyziologickým jevem a za normálních okolností se ve střevě zdravého člověka vy-

tvorí 1–2 litry plynu, které (ač se to mnozí zdráhají přiznat) průběžně odcházejí. Pocit nadmutí (tj. „nafouklé“ břicho, tlak a bolesti ve spodní části břicha, křeče) však většinou nemusí přímo souviset se zvětšeným množstvím tvořených střevních plynů. Problémy s nadýmáním mohou být často i psychosomatického charakteru. Zejména úzkostní lidé mohou mít často z úniků plynů podvědomé obavy a v obzvláště rezistentních případech pak někdy nezbyvá, než zvolit anxiolytika nebo antidepresiva. Nejčastěji však tento problém vzniká při nevhodném složení tráveniny v tlustém střevě, která má vysoké povrchové napětí. V důsledku toho se při tvorbě střevních plynů začne vytvářet pěna s relativně stabilní strukturou, která přirozenému odcházení střevních plynů brání. Možným řešením je v tomto případě podání látek, které vážou povrchově aktivní složky střevního obsahu, a brání tak tvorbě pěny.

## LÉKOVÉ FORMY PRO DĚTI I DOSPĚLÉ

V praxi se nejlépe osvědčují perorálně podávané nestravitelné a nevstřebatelné silikonové oleje (**simetikon**, **dime-tikon**). Ukazují to i výsledky průzkumu Lékárníci doporučují – prvních pět míst obsadily různé přípravky s obsahem simetikonu. Simetikon snižuje povrchové napětí tekutiny v trávicím traktu. Nesnižuje tvorbu střevních plynů, ale vede k oddělení střevních plynů od tekutého obsahu, čímž umožňuje jejich rychlý odchod. Jako prakticky inertní a nevstřebatelná látka je na trh uváděn pod různými legislativními rámci: jako registrované léčivé přípravky, zdravotnické prostředky nebo doplňky stravy.

Simetikon reprezentují na trhu registrované léčivé přípravky a zdravotnické prostředky. Léčivé přípravky jsou v současné době dodávány ve formě želatinových tobolek nebo perorálních emulzních kapek. Malé a měkké želatinové tobolky se lehce polykají i bez zapíjení a mají zcela neutrální chuť. Perorální kapky se díky tekuté lékové formě velmi dobře dávají, a jsou proto ideální pro děti. Jako prevenci kojeneckých kolik je možné je podávat už od narození. Na rozdíl od ostatních suspenzních přípravků se simetikonem neosahují žádný inertní pevný nosič.

Čistě fyzikální princip účinku umožňuje uvést simetikon do léčebné praxe i zjednodušenou procedurou jako zdravotnický prostředek. V tomto případě se jedná o přípravek **Espumisan Easy**, obsahující simetikon zpracovaný do formy rychle rozpustných perorálních granulí s citronovou příchutí, které se podávají ze sáčku přímo do úst. Vzhledem k tomu, že problémy s nadýmáním v důsledku nevhodného složení stravy nebo emočního stresu jsou stále častější u dětí, jak ukazují zkušenosti pediatriů, lze jako velmi zajímavou ocenit novinku pro děti – speciální formu plátek rozpustných v ústech **Espumisan Kids**.

Tato léková forma však zřejmě není tak praktická pro dospělé uživatele, kteří oceňují diskrétní použití a praktické balení vhodné i pro celodenní nošení. Doplňky stravy s obsahem simetikonu nelze vzhledem k odlišnému způsobu uvádění na trh a nedostatečné kontrole kvality považovat za přijatelné pro léčbu nadměrné plynatosti.