

FARMAKOTERAPIE PORUCH PAMĚTI VE VYŠŠÍM VĚKU (pokračování článku z Farminews 1/2012)



Mgr. Zuzana Vašířová
Ústavní lékárna,
Oblastní nemocnice
Kladno

V minulém čísle časopisu Farminews jsme se zabývali fungováním paměťových funkcí, příčinami, které vedou k poruchám paměti, souvislostmi mezi stářím a horšením kognitivních funkcí a nefarmakologickými opatřeními, kterými lze příznivě ovlivnit paměťové funkce. Kromě nefarmakologických možností (např. zdravá životospráva, aktivní životní styl, snaha o udržení dobrých zrakových a sluchových schopností, atd.) lze paměťové funkce podpořit i užitím léků nebo podpůrných potravinových doplňků zlepšujících činnost centrálního nervového systému. Vhodnější volbou jsou ve stáří léky, jejichž složení je přesně definováno a kde účinnost a bezpečnost byla ověřena dlouhodobým klinickým zkoušením.

K lékům podávaným při poruchách paměti řadíme nootropika (léčiva zvyšující prokrvení, oxyličení mozku a využití živin v mozkových buňkách) a kognitiva (zlepšující paměť a učení). Nootropika bývají indikována nejen chronicky, ale i akutně. Účinek nootropik se projevuje rychle, kognitiva se osvědčují více u chronických onemocnění a jejich účinek je prokazatelný po týdnech až měsících podávání. Účinnost léků jak nootropní, tak „kognitivní“ je závislá na dávce. Obecně jsou účinné vyšší dávky léčiv, tj. 300–600 mg pyritinolu denně, 2,4 g piracetamu nebo 12–20 g lecitinu/den.

Nootropika

Nootropika pozitivně ovlivňují činnost buněk centrálního nervového systému (CNS). Mezi tato léčiva řadíme piracetam (Geratam, Pirabene, Nootropil, Piracetam) a pyritinol (Encephabol).

Piracetam zlepšuje učení, paměť, náladu i soustředění. Lze jej použít při poruchách paměti, při snížené schopnosti koncentrace, nižší aktivitě CNS nebo jako podpůrné léčivo při léčbě demencí různého typu, včetně Alzheimerovy choroby (mezi kauzální léčiva Alzheimerovy demence patří inhibitory acetylcholinesterázy). Vzhledem k tomu, že piracetam zlepšuje látkovou výměnu, oxyličení a funkci nervových buněk, užívá se také při poraněních mozku, po operacích CNS, po cévních mozkových příhodách nebo při svalových křečích způsobených centrální hypoxií. Léčivo lze užívat v několika dávkovacích schématech. Na začátku léčby se zpravidla podává 2400 mg ráno, 1200 mg v poledne (2–1–0) nebo 2400 mg 1–2x denně. Jiný dávkovací režim udává 1600 mg 3x denně, za 1–2 týdny lze dávkování snížit na 1200 mg 2x denně nebo 800 mg 3x denně.

Pyritinol se svým účinkem podobá piracetamu. Zasahuje pozitivně do látkové výměny korových buněk CNS, zvyšuje jejich aktivitu a toleranci k hypoxii. Používá se při poruchách intelektu po psychózách nebo při jiných onemocněních (při neuralgii trojklaného nervu, Parkinsonově chorobě- jako pomocný lék, apod). Účinnost chronické léčby je třeba hodnotit nejdříve po 8 týdnech nepřetržitého podávání. Po 3 měsících je nutné rozhodnout, zda v léčbě pokračovat.

DMAE je zkratka která označuje přírodní potravinový doplněk s obsahem dimethylaminoetanolu - látky, která stimuluje centrální produkci cholinu a acetylcholinu, urychluje proces učení a paměti a pozitivně ovlivňuje procesy stárnutí (např. posiluje imunitní systém, zvyšuje libido a sexuální výkonnost, apod.). Látka je fyziologicky přítomná v lidském mozku a v potravinách se nachází např. v mase ančoviček a sardinek.

Kognitiva

Kognitiva jsou léčiva příbuzná nootropikům, primárně zlepšují paměť a učení. Na trhu je dostupný např. **extrakt z listů jinanu dvojlaločnatého a lecitin**. Obě léčiva patří pouze k pomocným látkám v léčbě demencí (včetně Alzheimerovy demence).

Přírodním zdrojem lecitinu je sójový olej a hlavními stavebními kameny



jsou cholin a inositol. Působí příznivě na zlepšení paměťových funkcí, koncentraci a podporuje látkovou výměnu v nervových buňkách. K dalším účinkům lecitinu patří odbourávání tuků, snižování hladiny cholesterolu, pokles tvorby žlučových kamenů, prevence cévních mozkových příhod a zmírnění bolestí kloubů. Obvyklé dávky jsou 3x denně 1,8 g.

Úskalí racionálního užití nootropik a kognitiv u seniorů

Diskutována je v současné době dostatečná účinnost chronické léčby nootropiky a kognitivy ve stáří. U polymorbidních, těžce nemocných seniorů patří tato léčiva spíše ke zbytečným léčivům, která mohou zatěžovat organismus i nežádoucími účinky (poruchami usínání, orthostatickými hypotenzemi, atd.). U pacientů s polyfarmakoterapií je třeba minimalizovat negativní vliv celého lékového režimu na paměťové funkce, a to podrobnou revizí užívaných léčiv a volbou lékových alternativ a dávek s minimálním negativním vlivem. Polékové poruchy paměti patří k častým následkům násobné farmakologické léčby.

Přírodní léčivé přípravky

Přírodní přípravky představují pouze podpůrnou léčbu poruch paměti. Nemají přesně definované složení a jejich účinnost není zpravidla prověřena klinickým zkoušením. U počínajících lehkých poruch paměti (nikoliv u demencí) mohou mít podpůrný účinek. U těžce nemocných, polymorbidních seniorů mohou naopak přispívat ke stavům zmatenosti a delirií. Z tohoto důvodu je třeba vždy dobře zvážit jejich indikaci vzhledem k nemocnosti pacienta a užívané medikaci.

Gingko biloba je nootropicky účinný extrakt z listů jinanu dvojlaločnatého. Přispívá ke zlepšení krevního průtoku v oblasti mozku, dolních končetin a pohlavních orgánů, zpomaluje procesy stárnutí a preventivně se užívá u cévní mozkové příhody, degenerativních onemocnění, při impotenci, tinnitu, apod. Jeho účinky zesilují a vhodně doplňují další účinné látky jako vitamín E nebo hloh obecný. Při kombinaci s warfarinem významně roste riziko nitrolebního krvácení. Na trhu je dostupný standardizovaný extrakt – 40mg, 80mg, 120mg, který se užívá 1-2x denně.

Guarana (Paullinia Cupana)- jedná se o liánovitou rostlinu z oblasti Amazonie, užívanou Indiány jako elixír života. Hlavní účinnou látkou je kofein, který stimuluje náladu a procesy paměti, učení a vnímání. Přírodní látka je dostupná v přípravcích buď samostatně nebo v kombinaci s ženšenem.

Žen-šen (Panax ginseng - všeho léčivý) patří do skupiny harmonizérů čili adaptogenů - tj. látek pomáhajících vyrovnat se s dlouhodobým negativním vlivem stresu. Užívá se jako stimulační prostředek, stimuluje činnost CNS a řady dalších orgánů (štítné žlázy, nadledvink, pohlavních žláz), urychluje krvetvorbu, atd. Používá se při nechutenství, stavech únavy a zvýšené nervozitě. Prodává se ve formě tobolek, lihového extraktu kořene nebo v pitných ampulkách.

Čertův keř - Eleuterokok ostnatý (Eleutherococcus senticosus Maxim)- pochází z východní Asie. Zlepšuje psychickou a fyzickou výkonnost, zvyšuje odolnost vůči chladu, horku a negativnímu vlivu chemických látek. Zvyšuje ostrost zraku a působí jako povzbuzující prostředek. Podává se ve formě tinktury.

Další přírodní látky s pozitivním vlivem na paměťové funkce

K dalším látkám patří např. maralí kořen - Parcha saflorová (Leuzea carthamoides, syn.), rostlina z Kazachstánu, jejíž omlazující a stimulační účinky jsou silnější než u žen-šenu. Rozchodnice růžová (Rhodiola Rosea) se užívá mj. i jako profylaktikum při velké psychické zátěži. Klanopraška – schizandra čínská (Schizandra chinensis) je liana z Dálného východu zvyšující výkonnost organismu. Brainway - Brahmi (výtažek z rostliny Bacopa monniera) se podává při poškození psychických funkcí v důsledku užívání léčiv (antiepileptik, antidepressiv a hypnotik), popř. drog. Maca, bylina peruánských And, působí proti duševní vyčer-

panosti. Z alternativních přípravků lze zmínit i Korolen - přípravek tradiční čínské medicíny.

Složky potravy s pozitivním vlivem na paměťové funkce

Kromě účinných látek uvedených výše (**lecitin, DMAE**) ovlivňuje pozitivně paměťové funkce i **phytin**. Nachází se v semenech slunečnice, má tonizující účinek na nervový systém, reguluje látkovou výměnu a zvyšuje pozornost. **Omega-3 nenasycené mastné kyseliny (MK)** jsou základními stavebními kameny buněčných membrán, tedy i neuronů. Existují živočišné MK (EPA, DHA), obsažené např. v mase lososa, makrely a tuňáka, a rostlinné MK (ALA), nacházející se ve lněném semínku, listové zelenině, v dýňových semínkách, vlašských a sojových

ořeších. Omega-3 nenasycené mastné kyseliny pomáhají udržet bdělost, podporují soustředěnost a schopnost učení.

Článek je odborným výstupem projektu SENIOŘI („Racionální farmakoterapie ve stáří“). Vedoucí projektu: PharmDr. Fialová Daniela, PhD., Geriatrická klinika 1.LF UK Praha, Koordinátora projektu: PharmDr. Syrová Dana, Nemocniční lékárna VFN, Praha

Literatura:

Jiráček R., Holmerová I., Borzová C. *Dementia a jiné poruchy paměti*. Grada Publishing, Praha, 2009

Topinková E., Jiráček R., Bartoš A. *Kognitivní poruchy ve vyšším věku - diferenciální diagnostika. Doporučené postupy pro praktické lékaře*. ČLS JEP, Praha, 2001

Koukolík F. *Mozek a jeho duše*. Galén, Praha, 2005

Remosky ST, Williamson HD, Fitzpatrick AL. *Ginkgo biloba for prevention of dementia*. JAMA 2008; 300 (19):2253-2262.

Topinková E. *Geriatry pro praxi*. Galén, Praha, 2005

