

# Extractum Spissum

## czyli wyciąg gęsty



Edytorial wyjątkowo zacznę od końca omawianego numeru. Zawsze kończyłem na wspomnieniu o moim felietonie ze stałego cyklu „W oparach postępu”. Tym razem ustąpiłem miejsca, którego nigdy za wiele, artykułowi poświęconemu **Organizacji rejestracji leków w Polsce w latach 1918-1939**. W listopadzie obchodziliśmy przecież stulecie odrodzenia Polskiej Państwowości po ponad wieku niewoli. Wśród głównych uroczystości znalazło się miejsce i na „nasze” stulecie, poświęcone pierwszym rejestracjom leków polskich. Uroczyste obchody zorganizował Urząd Rejestracji Produktów Leczniczych, Wyrobów Medycznych i Produktów Biobójczych. Urząd własnymi siłami wydał też album „Sto lat rejestracji leków w Polsce i 200 lat Farmakopei Polskiej”; patronat honorowy objął Prezydent Polski JE Andrzej Duda oraz Minister Zdrowia prof. Łukasz Szumowski, zaś *spiritus movens* obchodów i edycji albumu był Prezes Urzędu dr Grzegorz Cessak. Nie dziwcie się więc Państwo, że ustąpiłem miejsca – taka okazja zdarza się wszakże raz na sto lat.

Nie będziemy dalej pisać o chwilach podniosłych i chwalebnych, odsyłając Czytelnika do części I artykułu, natomiast płynnie przejdźmy do czasów obecnych.

Uważamy, że *repetitio est mater studiorum* – z tego też względu uparcie lansujemy tematy sezonowe: **Zdrowotne i higieniczne aspekty stosowania wód morskich**, ponieważ jest to najprostszy, najbezpieczniejszy i najtańszy środek do pielęgnacji, zapobiegania oraz leczenia dyskomfortu i schorzeń górnych dróg oddechowych. Podobnie **Postępowanie w przeziębieniu**, choć należy do „samograjów”, ale jakże przydatnych wtedy, gdy za pierwszym stołem tłok zdenerwowanych, często poganiających nas pacjentów, a my musimy podjąć szybką decyzję.

Wreszcie trzy artykuły o znanych od dawna produktach – w aspekcie ich mniej znanych, często niedawno wykrytych zastosowań klinicznych.

**Wpływ koenzymu Q10 na insulinooporność** przynosi potwierdzenie faktu, że CoQ10 może działać na ciśnienie krwi, poziom glukozy i insuliny, lipidów oraz na reakcje wolnorodnikowe zachodzące w organizmie, co przyczynia się do powstania zaburzeń metabolicznych, m.in. insulinooporności, nie można więc wykluczyć korzystnego działania suplementacji CoQ10 na insulinooporność, nie jest jednak obecnie możliwe jednoznaczne stwierdzenie takiego wpływu, wymaga to dalszych, rozszerzonych badań.

Artykuł **DHEA – rola w organizmie człowieka** prezentuje hormon androgenowy produkowany przez korę nadnerczy z cholesterolu, wywierający działanie androgenne lub estrogenne, kluczowy dla prawidłowego funkcjonowania organizmu, wpływający m.in. na utrzymanie sprawności seksualnej oraz ogólną witalność organizmu. Wyniki badań potwierdziły jego korzystny wpływ na gęstość kości, walkę z nadwagą oraz poprawę kondycji skóry i włosów. Niedobór DHEA nasila się po 40. r.ż. i jest skutkiem naturalnego procesu starzenia się organizmu. Jego suplementacja jest wtedy zalecana, jeżeli nie ma przeciwwskazań opisanych w artykule.

Kwasów omega-3 w zapobieganiu i pomocniczym leczeniu chorób układu sercowo-naczyniowego nie trzeba Państwu przedstawiać, jednak **Kwasy omega-3 a patogeneza zaburzeń psychicznych** to już tematyka znacznie rzadziej poruszana i mniej znana, a wydaje się obecnie bardziej istotna, bowiem coraz więcej prac wskazuje na korzystny wpływ *suplementacji kwasów omega-3 na występowanie i przebieg zaburzeń psychicznych (m.in. ADHD, ADD, autyzm)*. Aktualnie uważa się, że deficyty pokarmowe kwasów omega-3 są jedną z głównych przyczyn, obok nadmiernej ekspozycji na media cyfrowe w dzieciństwie, wyzwalających predyspozycje genetyczne do rozwoju zaburzeń psychicznych.

Oby prawdą nie okazało się twierdzenie: *Jeśli już raz spróbowałeś Internetu, nie ma dla Ciebie lekarstwa*. Ja się bronię z powodzeniem...

Wojciech Łuszczyna, [wluszczyna@medyk.com.pl](mailto:wluszczyna@medyk.com.pl)