

# VĚKEM PODMÍNĚNÁ MAKULÁRNÍ DEGENERACE

## PROJEVY

Suchá forma je charakteristická výskytem drúz, změnami ve vrstvě retinálního pigmentového epitelu (RPE) a v konečném stadiu atrofii RPE. Tato atrofie je příčinou těžkého poškození zraku až slepoty.

První příznaky, které na sobě pacient pozoruje, jsou deformace vnímaného obrazu (Amslerova mřížka), výpadky zorného pole a pokles zrakové ostrosti (zejména na blízko). V ordinaci očního lékaře je možno rozpoznat první příznaky onemocnění ještě předtím, než je začne vnímat pacient. To umožní nasadit ihned léčbu, a zabránit tak dalšímu nevratnému zhoršování zraku. Pravidelná kontrola zraku by měla být samozřejmostí u pacientů nad 40 let.

## PŘÍČINA VPMD A RIZIKOVÉ FAKTORY

Poškození buněk sítnice je způsobeno oxidativním stresem. Buňky žluté skvrny (macula lutea) obsahují lutein a zeaxanthin (jedny z nejsilnějších antioxidantů, které jsou v lidském těle), a právě jejich nadměrný úbytek byl zjištěn u pacientů s projevy VPMD.

**Věk a pohlaví** – všechny dosud publikované studie se shodly, že výskyt a rozvoj VPMD strmě narůstá s věkem, vyšší prevalence je u žen.

**Genetické faktory** – genetická predispozice byla prokázána studii o dědičnosti tohoto onemocnění.

## Odborná redakce

*Věkem podmíněná makulární degenerace (VPMD) se stává v souvislosti se stárnutím populace závažným problémem a v rozvinutých zemích je nejčastější příčinou těžkého poškození zraku, či dokonce slepoty. Vyskytuje se ve dvou formách, z nichž tzv. suchá je diagnostikována u 85 % pacientů s VPMD a vlhká u 15 %. Další text se věnuje suché formě.*

**Kouření** – kuřáci mají sníženou hladinu antioxidantů, dochází ke snížení prokrvení.

**Oční faktory** – světlá barva duhovky, operace šedého zákalu.

**Kardiovaskulární obtíže** – zvýšené koncentrace cholesterolu, lipidů, vyšší krevní tlak.

**Složení stravy** – nedostatek luteinu, zeaxanthinu a antioxidantů ve stravě.

**Expozice slunečnímu světlu** – zvláště nebezpečná je modrá složka světla.

## TERAPIE

Žlutá skvrna je vystavena vysoké světelné zátěži, což se projevuje oxidativním stresem. Lutein a zeaxanthin obsažené v buňkách žluté skvrny jsou silnými antioxidanty a jsou schopny

odfiltrvat více než polovinu viditelného světla, a chránit tak buňky sítnice. V uplynulých 20 letech byla provedena řada studií (AREDS, LAST, LUNA, CARMA...), které jasně prokázaly ochranný vliv dostatečného přísunu obou látek. Pacienti dostávali 10–12 mg luteinu a 1 mg zeaxanthinu dlouhodobě jeden rok a déle a došlo ke zpomalení rozvoje nemoci a v některých studiích souběžně i ke zlepšení kvality a ostrosti zraku.

V průměrné denní dávce stravy je 2–3 mg luteinu, a to je u VPMD málo.

## ZÁVĚR

VPMD představuje vážné riziko těžkého poškození až ztráty zraku. Další rozvoj tohoto degenerativního onemocnění lze zpomalit podáváním dostatečných dávek luteinu a zeaxanthinu. Vzhledem k charakteru onemocnění je léčba celoživotní.

## Literatura

Kolář P a kol. Věkem podmíněná makulární degenerace. Praha: Grada, 2008.

Zeimer M, Hense HW, Heimes B, et al. The macular pigment: short and intermediate-term changes of macular pigment optical density following supplementation with lutein and zeaxanthin and co-antioxidants. The LUNA study. *Ophthalmology* 2009;106:29–36.

inzerce



**Avilut®** Pro silné a zdravé oči  
Lutein 12 mg  
doplňek stravy

**Avilut® Plus** doplňek stravy  
Lutein 12 mg + 1 mg Zeaxanthin  
... plus pro Vaše oči

**Avilut® lutein 12mg** a **Avilut® Plus** jsou doplňky stravy, kde hlavní účinné látky jsou Lutein a Zeaxanthin. Látky jejichž pozitivní účinky na lidský zrak se prokázaly v řadě studií (Luna, Areds I., Carma,...).

Jejich hlavní působení spočívá v potlačení rozvoje věkem podmíněné degenerace makuly. Onemocnění, které je nejčastější příčinou těžkého poškození zraku.

Podávání Luteinu a Zeaxanthinu v dostatečném množství (12 mg luteinu, 1 mg zeaxanthinu) je jediná známá účinná terapie v současné době.

**Avilut® lutein 12mg** a **Avilut® Plus** navíc obsahují antioxidanty, vitamíny a minerály, které jsou nepostradatelné jako prevence pro správnou funkci, výživu a ochranu očí.

**Dávkování:** pouze 1 tableta denně! Vhodné také pro diabetiky.

**ŽÁDEJTE VE SVÉ LÉKÁRNĚ!**



[www.avilut.cz](http://www.avilut.cz), [info@avilut.cz](mailto:info@avilut.cz), **zákaznická linka: 773 633 427**, Po - Pá: 9.00 - 16.00 hod

**Avilut® lutein 12mg** a **Avilut® Plus** Vám doporučuje **Eva Urbanová**.  
Eva Urbanová - operní pěvkyně Národního divadla.