

Tytuł: Profilaktyka chorób układu krążenia na podłożu miażdżycy u dzieci i młodzieży /
Prophylaxis of cardiovascular diseases due to atherosclerosis in children and adolescents

Słowa kluczowe: MIAŻDŻYCA ŻYWIENIE LIPIDOGRAM DZIECI CHOROBY UKŁADU SERCOWO-NACZYNIOWEGO

Keywords: LIPID PROFILE NUTRITION CHILDREN ATHEROSCLEROSIS CARDIOVASCULAR DISEASES

Autorzy:

Justyna Zamojska - Klinika Kardiologii i Reumatologii Dziecięcej Uniwersytetu Medycznego w Łodzi

Marta Gruca - Klinika Kardiologii i Reumatologii Dziecięcej Uniwersytetu Medycznego w Łodzi

Jerzy Stańczyk - Klinika Kardiologii i Reumatologii Dziecięcej Uniwersytetu Medycznego w Łodzi

Streszczenie:

Miażdżycy jest jednym z głównych czynników ryzyka rozwoju chorób układu sercowo-naczyniowego. Do czynników sprzyjających jej wystąpieniu u dzieci zalicza się, podobnie jak u dorosłych, nieprawidłową dietę z towarzyszącą jej nadwagą lub otyłością, niską aktywność fizyczną czy ekspozycję na dym tytoniowy. Ryzyko przedwczesnego wystąpienia chorób układu sercowo-naczyniowego na podłożu miażdżycy jest największe u dzieci i młodzieży z dodatkowymi czynnikami ryzyka, takimi jak hipercholesterolemia rodzinna, cukrzyca, przewlekła choroba nerek, choroba Kawasaki czy przewlekłe choroby zapalne.

Do podstawowych metod profilaktyki miażdżycy i jej powikłań zalicza się właściwe żywienie i leczenie dietetyczne w przypadku nieprawidłowych nawyków żywieniowych lub nadmiaru masy ciała. Według aktualnych zaleceń, przesiewowe badanie lipidogramu powinno być wykonywane u dzieci między 9. a 11. rokiem życia, a w przypadku rodzinnego występowania dyslipidemii – już w wieku 2 lat. W profilaktyce chorób układu sercowo-naczyniowego na podłożu miażdżycy korzyści przynosi również regularna, umiarkowana aktywność fizyczna oraz unikanie ekspozycji na dym tytoniowy.

Abstract:

Atherosclerosis is one of the main risk factors of cardiovascular diseases. The causes of atherosclerosis in children include, as in adults, an abnormal diet with overweight or obesity, low physical activity or tobacco smoke exposure. The risk of premature cardiovascular events due to atherosclerosis is greatest in children and adolescents, with additional risk factors, such as familial hypercholesterolemia, diabetes mellitus, chronic kidney disease, Kawasaki disease

or chronic inflammatory diseases. The basic prevention methods of atherosclerosis and its complications include proper nutrition and dietary treatment in the case of abnormal eating habits or excessive body weight. According to current recommendations, the lipid profile screening should be performed in children between 9 and 11 years of age and in the case of familial occurrence of dyslipidemia as early as 2 years of age. Prevention of cardiovascular diseases due to atherosclerosis include regular, moderate physical activity and avoidance of tobacco smoke exposure.