

Przedmowa do wydania polskiego

Uwe Gröber jest farmaceutą i ekspertem w dziedzinie żywienia, a zwłaszcza roli mikroskładników odżywczych. Jego wieloletnia współpraca z lekarzami różnych specjalności przyczyniła się do zdobycia szerokiej wiedzy na temat profilaktyki i leczenia chorób. Dobra znajomość problemów środowiska medycznego zaowocowała powstaniem książki, akumulującej wiedzę na styku dyscyplin naukowych: medycyny, farmacji i dietetyki. Ta wiedza jest bardzo potrzebna specjalistom: lekarzom, farmaceutom, dietetykom, ale też pacjentom.

Warto zauważyć, że ze wzrostem ilości leków sprzedawanych w systemie OTC i z upowszechnieniem samoleczenia zmienia się rola farmaceutów. Zawsze pomagali we wszystkich drobnych problemach zdrowotnych, typu bólu głowy czy skaleczonego kolana. Obecnie farmaceuty stają się coraz częściej doradcami zdrowotnymi. Rośnie ich rola w systemie opieki zdrowotnej jako specjalistów do spraw leków, tj. kompetentnego źródła wiedzy dla lekarzy i dla pacjentów. Coraz poważniejszym problemem są pacjenci przyjmujący kilka lub kilkanaście leków ordynowanych przez różnych specjalistów. Wydający je farmaceuta ma możliwość sprawdzenia ewentualnie interakcji w ramach opieki farmaceutycznej. Niezależnie od rozwiązań systemowych takiej opieki trzeba wykształcić specjalistów znających interakcje lek-lek, ale również lek-składniki żywności. Dlatego takie compendium wiedzy jak książka Uwe Gröbera powinno być w każdej aptece, powinno też trafić w ręce lekarzy.

Oprócz aktualnych danych naukowych, książka niesie też ważne przesłanie dla lekarzy. Zgodnie z wykształceniem i nowościami dostarczanymi przez firmy farmaceutyczne są oni dobrze zorientowani w postępie farmakologii. Jednak w trakcie studiów mieli tylko kilka godzin poświęconych zasadom odżywiania. Bardzo potrzebna jest im wiedza o roli pierwiastków śladowych, mikroskładników odżywczych typu flawonoidów czy karotenoidów. Są to związki dostarczane do organizmu z roślinnym pożywieniem, których rola jest bardzo intensywnie badana. Wiedza o mikroskładnikach odżywczych i suplementacji diety nie jest przekazywana w sposób formalny, np. w kształceniu podyplomowym lekarzy. Trzeba ją zdobywać z innych źródeł, w czym pomoże to opracowanie.

W sytuacji rosnącego deficytu środków w systemie ochrony zdrowia trzeba wyraźnie powiedzieć, że nowoczesne i bardzo drogie metody leczenia nie staną się dostępne dla każdego. Tymczasem znaczną poprawę efektów

leczenia można osiągnąć przez leczenie żywieniowe. Niedożywienie pacjentów to problem, który występuje u 30-60% chorych przyjmowanych do szpitala i pogłębia się w trakcie badań diagnostycznych oraz zabiegów. Objawy kliniczne niedożywienia to utrata masy mięśniowej i spadek odporności. Chorzy niedożywieni mieli o 62% więcej wizyt u lekarzy rodzinnych, 82% więcej przyjęć do szpitali, a koszty ich leczenia szpitalnego są nawet 3-krotnie wyższe niż pacjentów odżywionych prawidłowo. W Wielkiej Brytanii oszacowano, że koszty leczenia niedożywienia to ok. 10% wszystkich wydatków na opiekę zdrowotną.

Leczenie żywieniowe to nie tylko leczenie kliniczne (tj. dojelitowe i pozajelitowe za pomocą specjalnych mieszanek), ale przede wszystkim dobra szpitalna kuchnia, odpowiednie odżywki (energetyczne, białkowe, witaminowe) oraz suplementy diety. W nowoczesnej medycynie leczenie żywieniowe musi być traktowane jako integralna część terapii. Lekarze powinni pytać: co pacjent jadł i jak smakuje mu jedzenie? Częściej sprawdzać poziom witamin i składników mineralnych w jego organizmie. Chorym, oprócz leków, potrzebna jest fachowa opieka żywieniowa – najlepiej świadczona przez dietetyków.

Zintegrowana opieka: medyczna, farmaceutyczna i żywieniowa to przedmiot marzeń i cel reform. W realnym świecie pozostaje zaapelować do chorych: „wasze zdrowie jest w dużym stopniu w waszych rękach”. Należy uważnie czytać ulotki dołączane do leków, pytać lekarzy specjalistów o skutki uboczne terapii, szukać informacji o chorobie i możliwościach wspomaganiania organizmu w jego walce z chorobą. Dlatego książka Uwe Gröbera o mikroskładnikach odżywczych będzie cenna również dla pacjentów.

prof. Iwona Wawer
Wydział Farmaceutyczny,
Warszawski Uniwersytet Medyczny
Warszawa, styczeń 2010

O autorze

Uwe Gröber (ur. 1964 r.) studiował farmację we Frankfurcie nad Menem. Jest jednym z czołowych niemieckich ekspertów w dziedzinie żywienia. Jego wieloletnie praktyczne doświadczenie, a także współpraca z lekarzami i klinikami różnych specjalności przyczyniły się do zdobycia szerokiej wiedzy na temat zastosowania mikroskładników odżywczych w zapobieganiu i leczeniu wielu chorób.