

## Kofein, konopí a obezřetnost



Urychluje kofein Huntingtonovu chorobu? Zpomaluje ji konopí? HDBuzz se na to podívalo blíž

Autor Dr Ed Wild 28. Srpen 2013

Editor Dr Jeff Carroll; Přeložil Monika Baxa

Poprvé publikováno 06. Červenec 2011

---

### Článek přeložila Zuzana Maurová

Urychluje kofein Huntingtonovu chorobu? Zpomaluje konopí průběh HCH? HDBuzz nahlíží za titulky novinových článků. V nedávné době se objevily zprávy, že by pro osoby s mutací HCH mohl být škodlivý kofein, zatímco další články tvrdily, že by jim konopí mohlo prospět. Předkládáme zde vědecká fakta a také to, proč si myslíme, že třetí možnost – obezřetnost – by mohla být nejlepším lékem, až zase prosáknou nějaké senzační novinky o „zásadních objevech“ pro HCH.

## Je kofein příčinou časnějšího nástupu symptomů HCH?

Tvrzení, že kofein může urychlovat nástup Huntingtonovy choroby, uvedl dr. Pierre Krystkowiak, z CHU Amiens (Francie) ve své přednášce na Mezinárodním kongresu Parkinsonovy nemoci a pohybových poruch v Torontu (Kanada).

Krystkowiakův tým studoval 80 francouzských pacientů s Huntingtonovou chorobou. Každý z pacientů vyplnil dotazník o množství nápojů obsahujících kofein – jako čaj, káva a Coca-Cola – které zkonsumoval v minulých deseti letech.

Na základě výsledků z dotazníkového šetření rozdělili pacienti do dvou kategorií – v první byli pacienti s vysokým příjmem kofeinu a v druhé s nízkým. Pak zjišťovali, kolik bylo pacientům let v době, kdy u nich byly poprvé diagnostikovány symptomy Huntingtonovy choroby.

Dívat se na nástup symptomů tímto způsobem je obtížné. HCH je způsobena opakovaným „zakoktáním“ tří písmen v DNA kódu huntingtonova genu (C-A-G-C-A-G...). Lidé mají různý počet opakování a v průměru více opakování způsobuje časnější nástup symptomů. Fakt, že pacienti mají různý počet opakování, činí studium odchylek v nástupu symptomů ošidným.



Vysoký přísun kofeinu byl spojován s časným nástupem symptomů HCH - studie ale

Tohle neopomínáje, Krystokowiakův tým zjistil, že se u pacientů s „vysokým“ příjmem kofeinu rozvinuly symptomy v průměru o čtyři roky dříve než u pacientů s „nízkým“ příjmem.

nebyla dostatečná a spoléhala na vzpomínky - toto spojení nemusí být pravdivé

Ve své přednášce pak Krystokowiak pokračoval vysvětlením, že kofein blokuje v mozku signální molekuly nazývané „A2A receptory“. Nejvýznamnější jsou tyto receptory na mozkových buňkách, které u Huntingtonovy choroby umírají hned na počátku.

Proto u lidí, kteří pili hodně kofeinu, došlo k nástupu nemoci dříve – a receptory, které kofein blokuje, jsou pro oblasti mozku poškozené Huntingtonovou chorobou významné... Tak to je jistě nezvratný důkaz (anebo je to jen zdání?). Cožpak to není dostatečný důvod, aby lidé v riziku HCH přestali pít nápoje s kofeinem?

## Jen klid...

Jak každý, kdo žije s Huntingtonovou chorobou, ví, rozhodování ohledně stravování a životního stylu není nikdy přímočaré. Nahlédněme pod pokličku této studie, abychom viděli, co se pod ní chystá.

Jak sám Krystokowiak poukázal, v minulosti bylo na mnohem větším vzorku pacientů prokázáno, že příjem kofeinu vedl k **redukci** rizik Alzheimerovy choroby a Parkinsonovy nemoci – tedy opaku toho, co bylo závěrem studie u Huntingtonovy choroby. Víme, že Alzheimerova, Parkinsonova a Huntingtonova choroba mají mnoho společných rysů. Bylo by opravdu velkým překvapením, kdyby něco, co zhoršuje jednu z těchto nemocí, skutečně chránilo před druhými dvěma. Není to nemožné, ale dokázat tak naprosto **opačný** trend vyžaduje pořádně pádný důkaz.

## Jak pádný je důkaz v této studii?

Upřímně řečeno, nevíme – protože studie dosud nebyla publikována.

Může to znít zvláště, když tato studie podnítila vznik tolika zpráv i příspěvků bloggerů po celém webu – ale je to tak.

Výzkum byl „prezentován“ vědcům na konferenci ve formě posteru – ale rozhodně nebyl publikován v některém **recenzovaném (peer-review) vědeckém časopise**.

” Hledejte za titulky, kontrolujte fakta a – když dojde na změny životního stylu – jednejte umírněně

“

Proč to vadí? Peer-review je proces, kdy vědci zpřístupní všechna svá data dalším expertům, kteří zkontrolují výsledky a statistiky a ujistí se, že tato data skutečně vedou k vyvozeným závěrům. Vše, co je uveřejněno v renomovaném vědeckém časopise, prošlo procesem peer-review a publikováním činí relevantní data dostupná čtenářům k přezkoumání.

Zveřejnění závěrů na vědecké konferenci je často prvním krokem na cestě k publikování a přímo na místě je příspěvek podroben odborné kontrole, aby se zajistilo, že to, co se prezentuje, není mylné. Takové kontroly jsou ale mnohem méně přísné, než když je práce odeslána do recenzovaného vědeckého časopisu.

## Je tento výzkum mylný?

Neříkáme, že je tento výzkum chybný – provedli ho renomovaní vědci a neexistuje důvod pochybovat, že výsledky byly takové, jak o nich referovali. Ale ověřovací výzkum jako tento se často v médiích nafoukne.

Novináři a bloggeři potřebují vyrábět „sexy“ zprávy, aby lidé četli, co napsali. To je snazší s titulky, které na sebe strhnou pozornost, jako „Káva urychluje Huntingtonovu chorobu“, zvláště když tyto titulky zajdou ještě mnohem dále, než si dovolí věda. Problém je ještě horší v případě, když novináři musí napsat zprávu založenou na malém množství informací, které obsahoval poster, než když mají k dispozici ke studiu plný text peer-review článku, a pak o něm teprve píší.

## Proč se nevzdat kávy jen tak pro případ?

Dosud si na základě této zkoušky nemyslíme, že existuje dostatečný důkaz o tom, že je kofein škodlivý – nebo prospěšný, ze stejného důvodu – abychom doporučili jedno nebo druhé. Pokud bude takový pádný důkaz podán, dáme vám vědět. Ale prozatím existuje pár důvodů, proč si nemyslíme, že by tato jednotlivá zpráva měla vyhnat rodiny s HCH od jejich kávy.

Zprvé studie byla provedena s malým počtem pacientů. To vždy činí závěry méně spolehlivými než při zapojení velkého počtu.

Za druhé byl dotazník o příjmu kofeinu „retrospektivní“ – tázal se na příjem kofeinu během **minulých** deseti let. Víme, že Huntingtonova choroba může ovlivnit koncentraci a paměť, takže paměť lidí, u nichž se symptomy objevily dříve, může být méně spolehlivá v otázce, kolik kofeinu přijali. To by mohlo vyvolat nesprávný dojem, že ti s dřívějším nástupem nemoci, konzumovali více kofeinu.

Za třetí by skutečně mohla existovat spojitost mezi kávou a nástupem Huntingtonovy nemoci – ale ve skutečnosti by to mohlo být úplně naopak. Mohlo by to být tak, že lidé předurčení k časnějšímu nástupu HCH, daleko pravděpodobněji propadnou kávě, a ne, že by káva urychlila nástup jejich nemoci. Víme, že lidé s HCH často horlivě propadají určitým zvykům a rutinám, takže je to jistě možné. Přítomnost spojitosti neznamena nutně, že kofein urychluje nemoc.

## A co konopí?

Zpráva o tom, že konopí je u Huntingtonovy nemoci „neuroprotektivní“ (chránící mozkové buňky) pochází z výzkumu vedeného dr. Javierem Fernandez-Ruizem a publikována byla v Journal of Neuroscience Research. To je recenzovaný (peer-reviewed) vědecký časopis, což je



Dvě chemické látky nalezeny v konopí byly testovány u myší, které byly „otráveny“ tak, aby vykazovaly HCH

dobrý základ. Ale zprávy o výzkumu posunuly zase publikované výsledky o kus dál. Je důležité podívat se za titulky a vidět přesně, co bylo objeveno.

Výzkumníci studovali účinek dvou chemických látek zvaných THC (delta-9- tetrahydrokanabinol) a CBD (kanabidiol), které se nacházejí v konopí. Obsahuje je také lék Sativex, který je používán k léčbě symptomů ztuhlosti svalů u roztroušené sklerózy.

Nestudovali chemické látky na lidských pacientech s HCH – výzkum byl proveden na myších. A myši, které byly použity, nenesly genetickou mutaci, která způsobuje HCH – byly to normální myši, kterým byly podávány chemické jedy, které poškozují mozek. Toto poškození je podobné tomu, které lze vidět na mozku poškozeném Huntingtonovou chorobou, ale není to úplně „myší HCH“.

Tyto dvě látky byly v minulosti testovány odděleně na hlodavcích a bylo zjištěno, že chrání před některými poškozeními způsobenými chemickými jedy. Nová studie je testovala obě najednou a pokusila se naznačit, jak působí. Jak se očekávalo, koktail z těchto dvou látek opravdu chránil před některými poškozeními způsobenými těmito jedy, možná díky kombinaci antioxidantních a protizánětlivých účinků.

Ačkoli je to zajímavý výzkum, nezahrnoval lidské pacienty, ani žádná zvířata s mutací genu HCH, nebo nějaké cigarety s marihuanou, jointy, ani jiné marihuanové výrobky (spliffs, hash-brownies) nebo něco takového! Neposkytl důkaz, že kouření marihuany pomáhá nebo škodí lidem s mutací HCH. V tuto chvíli jde o objev, kde věda zatím nemůže dát jasnou odpověď.

## O obezřetnosti

Doufáme, že tento článek není příliš deprimující. Každý – včetně vašich autorů a editorů z HDBuzz – je vzrušen titulky, slibujícími zabránění škodám působeným mutací HCH. Je správné, když se necháte nadchnout vědeckými závěry, protože naděje, založená na spolehlivých faktech, je mocnější. Naše rada je tuto radost přijmout, ale postupovat obezřetně. Hledejte za titulky, kontrolujte fakta a – když dojde na změny životního stylu – jednejte umírněně. To je docela dobrá rada, přinejmenším dokud se nenajde pádný důkaz, který podpoří kterýkoli ze závěrů. A na konec, nezakládejte rozhodnutí o změně životního stylu na jediném zdroji informací, včetně tohoto!

---

*U autorů nedochází k žádnému střetu zájmů. Pro více informací o našich zásadách pro zpřístupnění informací nahlédněte na FAQ...*

---

## Slovník

**kofein** stimulující chemická látka v čaji, kávě a nealkoholických nápojích jako je Cola-Cola

HDBuzz má informační charakter, nenahrazuje odbornou péči. Pro více informací navštivte

[hdbuzz.net](https://hdbuzz.net)

Vytvořeno dne 09. Červenec 2017 — Staženo z: <https://cs.hdbuzz.net/037>