



STÁTNÍ ZDRAVOTNÍ ÚSTAV

Může řepka nahradit zdravý omega 3 rybí tuk - bude Česko velkoproducent EPA - DPA - DHA?

Ví se již určitou dobu, že volně žijící ani uměle chované ryby nemohou pokrýt nutriční doporučení lidstva - jíst alespoň dvě porce tučných severských ryb týdně. Obsahují totiž cenné látky pro naše zdraví - mastné kyseliny s dlouhým řetězcem (EPA, DPA, DHA). Světlo na konci tunelu představuje nově vyvinutá řepka firmy Cargill (USA). Poskytuje alternativní zdroj omega-3 s dlouhým řetězcem, který by mohl snížit poptávku po světové rybí populaci za účelem zlepšení její udržitelnosti a zároveň uspokojit rostoucí poptávku spotřebitelů třeba po lososech vhodných pro naše zdraví. Takhle řepka poskytuje údajně stejné výhody z hlediska obsahu omega 3 mastných kyselin. Kdy se objeví v praxi? Budou proti ní vznikat protesty?

[Nová řepka firmy Cargill s EPA - DPA - DHA mastnými kyselinami - video \(EN\)](#)

První měření tzv. omega 3 indexu (tj. poměr EPA+DPA+DHA proti celkovému obsahu mastných kyselin v buněčných membránách lidských erytrocytů) v ČR nejsou rozhodně optimální. Můžeme třeba závidět Japoncům nebo jiným přímořským národům. Index je plněn pouze z necelých 50%. Je to jeden z důvodů plošného rozvoje zánětlivých onemocnění ve vyšším věku, který stojí zdravotnictví a pacienty samotné, nepředstavitelné peníze. Nezávislí odborníci odhadují náklady na cca 500 - 600 miliard Kč ročně (odhad z roku 2014). Ale hlavně - jsou tato onemocnění nepříjemná pro nemocného člověka samotného. Pomůže nám tato nová řepka v blízké budoucnosti? Změní se využití rostlinných olejů v dietě? Pomůže to alespoň zčásti zmírnit rozsah těchto onemocnění? To je přeci vzrušující perspektiva, viditelný přínos vědy a naděje alespoň pro naši mladší generaci a děti.

J.Ruprich, CZVP Brno