



STÁTNÍ ZDRAVOTNÍ ÚSTAV

Intervenční studie SZÚ sleduje zvýšení omega 3 mastných kyselin v těle člověka

V pátek, 15.11.2019 zahájil CZVP SZÚ nerandomizovanou intervenční studii na 28 vlastních zaměstnancích. Studie je schválena nezávislou Etickou komisí SZÚ a respektuje GDPR. Má dokázat možnost zvýšení obsahu omega 3 mastných kyselin (EPA, DHA) v membránách červených krvinek. Jsou indikátorem všech buněk těla. Po dobu 4-6 měsíců budou pokusné osoby přijímat cca 2 g EPA a DHA denně v podobě triglyceridů rybího oleje. Předpokládá se, že selepší parametry tzv. omega 3 indexu (O3I), které byly stanoveny na počátku studie. Omega 3 mastné kyseliny mají významný vztah k řadě civilizačních onemocnění (kardiovaskulární onemocnění, mozkové funkce, včetně některých depresí, kloubů, svalů, kůže, atd.), . V principu se účastní procesů spojených s chronickými záněty. Ty jsou podstatou řady chorobných procesů v těle. Postupně Vás seznámíme s dalšími detaily studie a s výsledky v první polovině roku 2020. Rybí olej z tresek k provedení studie věnovala bezplatně firma Orkla Foods Česko a Slovensko (Mollers, Norsko). Podobné intervence, např. v tomto roce v USA, dokázaly, že se parametry O3I mohou prokazatelně zlepšit a přispět tak k prevenci a ochraně zdraví. Bude to fungovat i v ČR?

Stav ve světě a rozhodčí hodnoty omega 3 indexu:

[Hladiny_omega_3_v_ruznych_zemich.pdf](#) (246.54 KB 16.11.2019 14:03)

J.Ruprich, garant studie

Brno, 16.11.2019