

Marta Habánová

NUTRIČNÁ epidemiológia



Názov: Nutričná epidemiológia

Autorka: doc. Ing. Marta Habánová, PhD.
Slovenská poľnohospodárska univerzita v Nitre
Fakulta agrobiológie a potravinových zdrojov
Katedra výživy ľudí

Recenzenti: prof. MUDr. Oto Masár, PhD.
Univerzita Komenského v Bratislave
doc. MVDr. Tatiana Kimáková, PhD.
Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach

Schválila rektorka Slovenskej poľnohospodárskej univerzity
v Nitre dňa 22. 2. 2019 ako vysokoškolskú učebnicu.

ISBN 978-80-552-1989-9

OBSAH

Predslov	5
1 Úvod do problematiky	7
1.1 Definícia epidemiológie	9
1.2 Epidemiologická metóda	10
1.3 Nutričná epidemiológia	12
1.4 Základné epidemiologické pojmy a vysvetlenia	13
1.5 Základné epidemiologické charakteristiky	16
1.5.1 Charakteristika sledovaných osôb	17
1.5.2 Charakteristika miesta	20
1.5.3 Čas	21
1.6 Meranie výskytu chorôb v populácii – indikátory choroby	22
1.6.1 Indikátory výskytu choroby	22
1.6.2 Indikátory výsledku choroby (indikátory prognózy).....	25
1.6.3 Indikátory zdravia populácie	27
1.6.4 Intenzitné stupne výskytu chorôb	28
2 Príčiny chorôb.....	29
2.1 Príčinnosť (kauzalita)	29
2.2 Asociácia (súvislosť, vzťah, korelácia) príčin.....	30
2.3 Variabilita (menlivosť).....	31
2.4 Validita a spoľahlivosť.....	32
2.5 Skríning	35
3 Riziko vzniku choroby	37
3.1 Rizikové faktory vzniku choroby	38
3.2 Hodnotenie rizika (Risk Assessment)	39
3.3 Výpočet rizika.....	40
4 Príprava a uskutočnenie epidemiologickej štúdie	47
4.1 Prípravná fáza.....	47
4.2 Zber údajov epidemiologickej štúdie	49
4.3 Triedenie a sumarizácia získaných údajov	53
4.3.1 Chyby epidemiologického sledovania.....	54
4.4 Hodnotenie a vyvodzovanie praktických záverov	57
4.4.1 Matematicko-štatistické spracovanie výsledkov epidemiologických štúdií.....	57
4.4.1.1 Deskriptívna (popisná) štatistika.....	57
4.4.1.2 Analytická (inferenčná) štatistika.....	60
5 Epidemiologické štúdie	65
5.1 Observačné epidemiologické štúdie.....	65
5.1.1 Deskriptívne (popisné) epidemiologické štúdie.....	66
5.1.1.1 Ekologické (korelačné) epidemiologické štúdie (Ecological Study).....	67
5.1.1.2 Prierezové (prevalenčné) epidemiologické štúdie (Cross Sectional Study)	68
5.1.2 Analytické epidemiologické štúdie.....	68
5.1.2.1 Štúdie prípadov a kontrol (Case-Control Study)	69
5.1.2.2 Kohortové epidemiologické štúdie (Cohort Study).....	71
5.2 Intervenčné (experimentálne) epidemiologické štúdie (Intervention Studies).....	74

5.2.1	Kontrolované klinické epidemiologické štúdie	75
5.2.2	Kontrolované terénne epidemiologické štúdie	76
5.3	Metaanalýza	77
5.4	Najvýznamnejšie celospoločenské epidemiologické štúdie a intervenčné programy.....	78
6	Hodnotenie spotreby potravín	87
6.1	Odporúčané výživové dávky.....	87
6.2	Odporúčané dávky spotreby potravín.....	87
6.3	Sledovanie stavu výživy obyvateľstva.....	88
6.4	Spotreba potravín.....	91
6.4.1	Vývoj spotreby mäsa	93
6.4.2	Spotreba mlieka a mliečnych výrobkov	95
6.4.3	Spotreba vajec.....	96
6.4.4	Spotreba tukov	96
6.4.5	Spotreba cukru vrátane výrobkov z cukru	97
6.4.6	Spotreba obilnín (v hodnote múky).....	97
6.4.7	Spotreba zemiakov a strukovín.....	98
6.4.8	Spotreba zeleniny a zeleninových výrobkov	99
6.4.9	Spotreba ovocia a ovocných výrobkov.....	99
6.4.10	Spotreba alkoholických a nealkoholických nápojov	100
6.4.11	Spotreba pitnej vody.....	101
6.5	Nutričné hodnotenie spotreby potravín	102
7	Dôsledky nedostatočného, resp. nadbytočného príjmu niektorých nutrientov.....	105
7.1	Kuchynská soľ.....	105
7.2	Jód	108
7.3	Vláknina (Dietary Fibre).....	109
8	Vybrané rizikové faktory životného štýlu z pohľadu epidemiológie.....	111
8.1	Nesprávna výživa	111
8.2	Fajčenie.....	112
8.3	Alkohol.....	116
8.4	Fyzická inaktivita	119
8.5	Psychosociálne rizikové faktory	121
9	Epidemiologická charakteritka najzávažnejších neinfekčných chorôb súvisiacich s výživou ...	125
9.1	Kardiovaskulárne choroby	126
9.1.1	Ischemické choroby srdca.....	129
9.1.2	Cievne choroby mozgu	131
9.1.3	Hypertenzné choroby	132
9.1.4	Varixy dolných končatín – kŕčové žily.....	135
9.2	Hypercholesterolemia	136
9.3	<i>Diabetes mellitus</i>	138
9.4	Nadhmotnosť a obezita	142
	Zoznam použitej literatúry	147



PREDSLOV

Epidemiológia je medicínsky odbor, ktorý sa zaoberá príčinami, výskytom a frekvenciou chorôb v populácii. V 19. storočí dominovali v medicíne postupy zamerané na identifikáciu pôvodcov infekčných ochorení, ktoré boli hlavnou príčinou úmrtnosti. Princípy práce a metódy epidemiológie infekčných chorôb priniesli celý rad významných úspechov, predovšetkým v oblasti zníženia ich výskytu. Úspechy epidemiológie v oblasti infekčných chorôb sú zárukou úspechov epidemiológie neinfekčných, hromadne sa vyskytujúcich chorôb, ako sú choroby obehového systému – kardiovaskulárne choroby, rakovina, *diabetes mellitus*, obezita a pod. Každá z týchto chorôb úzko súvisí s výživou a so životným štýlom človeka a pri hľadaní zákonitostí výskytu týchto chorôb, asociácií príčin a ich rizikových faktorov platia rovnaké princípy.

Napriek dlhotrvajúcemu podozreniu, že nezdravé návyky škodia, skutočne systematické štúdie sú známe len niekoľko ostatných desaťročí. Tieto štúdie upozorňujú na významné súvislosti medzi rizikovými faktormi životného štýlu, najmä stravovania a chronickými ochoreniami neinfekčného pôvodu.

Druhé prepracované a doplnené vydanie vysokoškolskej učebnice je určené nielen študentom dennej aj externej formy inžinierskeho študijného programu odboru výživa ľudí na FAPZ SPU v Nitre, ale aj širokej verejnosti, ktorá má záujem o zdravie. Zaoberá sa základnými epidemiologickými pojmami, metódami, epidemiologickými štúdiami a rizikovými faktormi, ktoré sú najčastejšie spájané s chronickými chorobami neinfekčného pôvodu. Dôležitou súčasťou sú aktualizované údaje o súčasnej spotrebe jednotlivých druhov potravín ako aj údaje o vplyve nadmernej alebo nedostatočnej konzumácie vybraných druhov nutričov na zdravie človeka. V učebnici je tiež popísaná problematika vybraných rizikových faktorov životného štýlu a epidemiologická charakteristika najzávažnejších neinfekčných chorôb súvisiacich s výživou.

autorka



Marta Habánová

Nutričná epidemiológia

Vydala: Slovenská poľnohospodárska univerzita v Nitre

Vydanie: druhé prepracované a doplnené vydanie

Náklad: 200 ks

Počet strán: 155

Rok vydania: 2019

Jazyková korektúra: Katarína Drábiková

Grafická úprava: Tatiana Šmehilová

Tlač: Vydavateľstvo SPU v Nitre

AH-VH: 10,13-10,35

ISBN 978-80-552-1989-9