



**DR VESNA ZEČEVIĆ**  
5930 N. Broadway, Chicago

# ASPIRIN DA ILI NE

## IZ DOKTORSKE ORDINACIJE

Aspirin (acetilsaličilna kiselina) je lek poznat u javnosti i često korišćen u slobodnoj prodaji. U našoj zemlji bio je poznat pod različitim zaštićenim imenima kao: Andol, Ambol, Acetisal, Aspirin, Aspirin pH 8, dok je u Americi najpopularniji kao Bayer Aspirin, zatim Aspirin, Ecotrin, Coated Aspirin. U pitanju je lek koji je zbog svojih antiinflamatornih (antizapaljenjskih), antiagregacionih (sprečavanje agregacije/slepljivanja krvnih pločica-trombocita) i analgetičkih (protiv bolova) svojstava našao široku upotrebu.

Kako Aspirin deluje? Blokadom određenih procesa u metabolizmu arahidonske kiseline on sprečava oslobađanje medijatora zapaljenja, zatim supstanci koje prenose osećaj bola, a delovanjem na nivou krvnih pločica sprečava njihovo "lepljenje" i formaciju tromba, odnosno krvnih ugrušaka. Ova dejstva su našla široku primenu u medicini, pri čemu je kod nekih indikacija Aspirin potisnut mnogo boljim lekovima, a kod drugih i dalje ostao vodeći na listi.

Sprečavanje krvnih ugrušaka je primarni razlog za davanje Aspirina pacijentima. Krvni sudovi mogu imati na svojoj unutrašnjoj površini takozvane aterome, odnosno naslage holesterola, koje sužavaju krvni sud i samim tim smanjuju protok krvi. Na te naslage mogu da počnu da se "lepe" trombociti (krvne pločice), i taj proces dovodi do stvaranja krvnog ugruška u krvnom sudu, što sprečava dalji protok krvi. Prekid krvotoka dovodi do oštećenja/odumiranja tkiva organa u kome

se nalazi taj krvni sud (arterija) i ukoliko je taj krvni sud u srcu, onda tako nastane infarkt srca, a ukoliko je u mozgu, nastane šlog. Ovaj proces se može desiti u bilo kom delu tela (donji ekstermiteti, bubrezi...), ali su mozak i srce najčešći zbog toga što sadrže male krvne sudove čije i najmanje oštećenje može da dovede do oštećenja koja su klinički vrlo upečatljiva, jer su u pitanju vitalni organi.

Iz navedenog razloga se Aspirin propisuje pacijentima koji imaju sledeće dijagnoze:

- anginu pectoris
- prethodni infarkt srca
- dokumentovano oboljenje krvnih sudova srca i bez prethodnog infarkta
- oboljenje perifernih krvnih sudova
- šlog ili TIA (tranzitorni ishemički napad - stanje koje je moglo da pređe u šlog, ali se cirkulacija u krvnom sudu mozga ipak ponovo uspostavlja i nije došlo do šloga)
- dijabetes (iz preventivnih razloga, jer je velika učestalost infarkta, šlogova i oboljenja krvnih sudova kod dijabetičara)
- u pacijenata sa faktorima rizika za kardiovaskularna oboljenja (visok krvni pritisak, visok holesterol, gojaznost, pušenje, porodična istorija, muškarci preko 45 i žene preko 55 godina, dijabetes) kao oblik prevencije
- zapaljenje površinskih vena.

Po pitanju doza Aspirina koje se preporučuju, u globalu se za slučajeve koji imaju potvrđenu patologiju krvnih sudova i prethodne šlogove i infarkte daje puna doza od 325 mg, a ako se daje kao preventiva, onda se uglavnom daje manja doza od 81 mg, posebno kod starijih ljudi i ljudi koji imaju osetljiv želudac. Studije nisu našle koja je doza "najbolja" za puno dejstvo Aspirina, pa se u praksi primenjuju nave-

pomenute preporuke, jer i doza od 81 mg ima dobro dejstvo na nivou krvnih sudova. U pacijenata kojima samo Aspirin nije dovoljan za sprečavanje infarkta i šloga, dodaju se i drugi lekovi (Plavix, Ticlid, Coumadin), što je tema koja prevazilazi ovaj članak.

Bol i temperatura su najčešći razlozi za uzimanje ovog leka u slobodnoj prodaji. Po tom pitanju bih odmah rekla da ima mnogo boljih lekova za ove indikacije. Tylenol je lek sa manje komplikacija i neželjenih dejstava od Aspirina, a Motrin u većim dozama bolji po pitanju bolova. Aspirin je pak stariji i popularniji, pa se iz tog razloga često i koristi. Važno je reći da se deci i omladini do 18 godina ne daje Aspirin, koji može da bude potencijalno opasan lek za ovaj uzrast! Svi smo mi pili Andol i Acetisal, kad god nam je u detinjstvu temperatura malo skočila, ali ako se to tada radilo i nije se znalo od strane naših roditelja, tu praksu ne treba i dalje primenjivati, jer nekada Aspirin može kod dece da dovede do takozvanog Rejevog sindroma, kada dolazi do oštećenja jetre. Tačno je da se u prodaji nalazi i Children's Aspirin, ali ga nemojte kupovati za decu za smanjivanje temperature i bolova. On tehnički ne bi trebalo ni da postoji za ovaj uzrast i za ove indikacije. Koristite Tylenol i Motrin, koji sami ili u kombinaciji vrlo dobro deluju.

Neželjena dejstva:

Najčešće je u pitanju iritacija digestivnog trakta, pa se javljaju mučnina i bol u želucu. Aspirin može i da izazove krvarenje iz želuca, posebno kod ljudi sa osetljivim želucom, prethodnim zapaljenjem i čirom na želucu i dvanaestopalačnom crevu, kao i kod starijih osoba. Posebno je opasno uzimati Aspirin u kombinaciji sa

njemu sličnim lekovima (Ibuprofen-Motrin/Advil, Naproxen-Aleve, Prednisone...), kada se povećava mogućnost ovih neželjenih dejstava. Uvek postoji i mogućnost alergije na lek, kao i na svaki drugi, a kod nekih astmatičara može da dovede do pogoršanja astme. Kod bubrežnih bolesnika dovodi do pogoršanja bubrežne funkcije, pa se u takvim situacijama, ako je Aspirin neophodan u terapiji kod bubrežnih bolesnika, uvek procenjuje rizik i korist od Aspirina pre odluke o propisivanju leka. Treba reći da dugotrajno korišćenje Aspirina u velikim količinama može da dovede do oštećenja bubrega. Radi se o svakodnevnom, dugogodišnjem uzimanju ovog leka u velikim količinama, kada se u roku od 20-tak godina uzima svakodnevno, pa se tako nagomila doza od po deset i više kilograma u ovom vremenskom razdoblju, i uglavnom su u pitanju osobe koje su ga uzimale protiv bolova, češće kod osoba ženskog pola.

Na kraju treba reći da je Aspirin važan i dobar lek u lečenju oboljenja krvnih sudova, ali kao i ostali medikamenti, nije idealan, niti neškodljiv, pa ga uvek treba uzimati uz savet lekara. On nije zamena za sprečavanje nastajanja ateroma (masnih naslaga/oštećenja krvnih sudova), pa zato treba voditi računa o faktorima rizika za nastajanje kardiovaskularnih bolesti: regulisanje visokog krvnog pritiska, holesterola i dijabetesa, prestanak pušenja, redovno vežbanje i ishrana, koja treba da sadrži malo masti.

## MED I CIMET



### Zubobolja

Napraviti masu od jedne čajne kašike cimetovog praha i pet čajnih kašika meda te staviti na bolni zub.

Ovo može biti učinjeno 3 puta dnevno onoliko dugo dok zub ne prestane da boli.

### Nervoza i bolovi u stomaku

Med uzet sa cimetovim prahom leči bolove u stomaku te takođe otklanja stomachne čireve; u skladu sa studijama provedenim u Indiji i Japanu, otkriveno je da se, ukoliko se uzme med sa cimetovim prahom, stomak oslobađa gasova.

### Bolesti srca

Napraviti masu od meda i cimetovog

praha i mazati na hljeb umjesto želea ili džema i jesti redovno za doručak. To smanjuje holesterol u arterijama i spašava pacijenta od srčanog udara.

Takođe, oni koji su već preživeli srčani udar miljama su daleko od sledećeg udara, ako primene ovaj proces dnevno. Redovna upotreba navedenog smanjuje gubitak daha i jača otkucaje srca. U Americi i Kanadi različiti domovi za brigu tretirali su svoje pacijente uspešno i našli da su arterije i vene koje gube svoju elastičnost i postanu začepljene vremenom bile revitalizirane.

### Imunološki sistem

Dnevna upotreba meda i cimetovog praha jača imunološki sistem i čisti telo od bakterija i napada virusa. Naučnici su pronašli da med sadrži različite vitamine i gvožđe u velikim količinama. Konstantna upotreba meda jača bela krvna zrnca u borbi sa

bakterijama i virusnim bolestima.

### Probava

Kada se cimeto prah posut u dve supene kašike meda uzme pre jela, to smanjuje kiselinu i vari čak i "najteža" jela.

### Grip

Naučnik iz Španije je dokazao da med sadrži prirodni sastojak koji ubija klice početka gripa i sprečava da pacijent dobi je grip.

### Dugovečnost

Kada se redovno uzima čaj napravljen sa medom i cimetovim prahom to produžava životni vek. Uzeti 4 kašike meda, 1 kašiku cimetovog praha i 3 šolje vode, prokuvati i napraviti u obliku čaja. Popiti 1/4 šolje, 3 do 4 puta dnevno. To odžava kožu svežom i nežnom i sprečava starenje.

## RECEPTI

### ŠAMPINJONSKE PLJESKAVICE



Sastojci: 12 šampinjona, 4 kašičice parmezana, 2 kriške belog hleba umočenog u toplo mleko, 4 kašičice ulja, 2 jaja, beli luk, peršun, biber, so. Priprema: Naseckajte pečurke. Dodajte beli luk, so, hleb, biber i mleko. Pomešajte s parmezanom, peršunom i uljem. Oblikujte pljeskavice i pecite ih u pećnici na maslinovom ulju 30 minuta.