

Instinkt

Číslo 32/VIII 13. srpna 2009/32 Kč
1,39 € / 47,90 SKK, předplatné 1,53 € / 46,10 SKK
Cieľovisko 20 HRK, Recko 3 €, Bulharsko 5,80 BGN

Mickey Rourke

Jak se zápasník rve
ze dna na vrchol

Vitální starci

Příběhy lidí, kteří
objevili elixír mládí

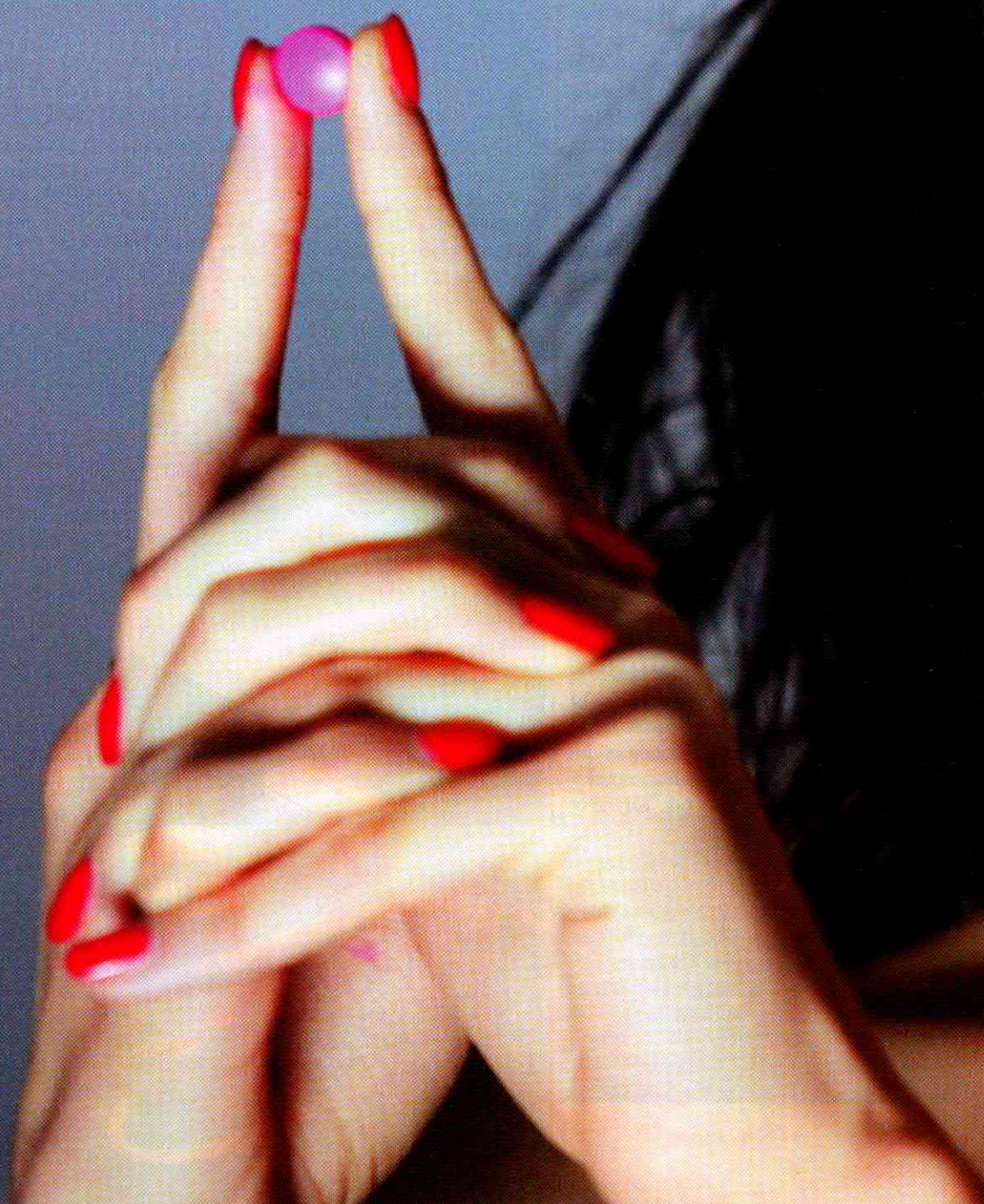
DROGA? IBALGIN!

ČEŠI ROČNĚ SPOLYKAJÍ 250 MILIONŮ TABLET RŮŽOVÉHO ŠTĚSTÍ.
PROZRADÍME VÁM NÁSLEDKY...



IBALGIN

Pomsta růžového štěstí





TEXT: LUCIE JÁNSKÁ / FOTO: TOMÁŠ NOSIL

Růžový zázrak, kavalír, růžové blaho, lentilka, brufátko, ibáček, záchranné kolečko. Snad pro žádný jiný lék nevynalezla lidová slovesnost tolik něžných názvů, nikde jinde se lidé nesjíždějí po růžové tolik jako v Česku. **Ibalgin**, univerzální lék, neodmyslitelná součást rodinných lékárniček, ale i ženských kabelek. Jenže ta roztomilá růžová pilulka není zdaleka tak nevinná, jak se zdá.

Letní noc, horská chata, mejdan naší školní party se pomalu chýlí ke konci. „Nemáte někdo ibáček? Ráno mi určitě bude třeštit palice,“ táže se Pavel. „Mám, šla jsem kvůli tomu speciálně do lékárny,“ odpovídá Bára a podává kýženou tabletu. „Cože, dvoustovka? To je výsměch. Nemá někdo čtyřstovku?“ Měl. Na mejdan bez růžového kamaráda, to málokdo ponechá náhodě. Stejně nepostradatelný je ve chvíli, kdy se ozve zub nebo přijde migréna. Většina žen by bez něj nepřezila menstruaci, uleví i zádům nebo kloubům. Slyšela jsem dokonce o dívce, která si bere „ibáček“ preventivně před lyžováním, aby ji nebolely nohy z lyžáků. „Hezky jeden, než se jde na svah, a druhej, když to začne být krize,“ zní její recept.

Ibáč slaví čtyřicátku

Ibuprofen, což je účinná látka všech růžových spasitelů různých komerčních názvů, slaví letos čtyřicáté narozeniny. Veřejnosti byl poprvé představen v roce 1969 ve Velké Británii. U nás byl v předlistopadové době Brufen, jak se dnešní Ibalgin tehdy jmenoval, podpultové zboží, které lékárníci schovávali jen pro známé. Na černém

trhu se dal sehnat prášek dovážený z Jugoslávie. „Bylo to něco jako džný z Tuzexu. Platíčko

Brufenu mělo větší cenu než deset kilo banánů, které byly taky nedostatkovým zbožím,“ vzpomínají pamětníci.

Popularita růžovému všeléku vydržela dodnes. Podle údajů Státního ústavu pro kontrolu léčiv se u nás loni prodalo 7,4 milionu balení Ibalginu, což je téměř čtvrt miliardy spolykaných tablet. Podle Zentivy, která Ibalgin vyrábí, je spolu s Paralenem růžová pilulka suverénně nejoblíbenějším lékem na našem trhu. Její popularita navíc neustále stoupá. „Mezi lety 2004 a 2008 se počet prodaných tablet zvedl o 10 procent,“ potvrdila mluvčí Zentivy Věra Kudynová. Naše vášeň pro růžové blaho je dokonce téměř největší v Evropě. Dle údajů OECD z roku 2005 spotřebují větší počet antirevmatik, mezi která se Ibalgin řadí, pouze ve Finsku. (viz graf na straně 19)

Žaludek a střeva trpí

Farmaceutické firmy jásají, požívání volně prodejných léků je podle nich pro společ-

nost užitečné. „Šetří veřejné prostředky, umožňují rychlejší návrat člověka do pracovního procesu a zvyšují zodpovědnost občana za vlastní zdraví,“ vypočítává mluvčí Zentivy. Jenže nic se nemá přehánět – například Ibalgin by se neměl užívat déle než sedm dní v kuse, u dětí dokonce jen tři dny. Maximální doporučená denní dávka bez předpisu je 1200 mg, tedy maximálně tři „čtyřstovky“ nebo dvě koňské „šestistovky“, které už jsou ale jen na předpis. Těch, kteří se doporučení nadržují a dlouhodobě polykají třeba šest růžových tabletek denně, je přesto dost. Nepříjemnou budoucnost tím chystají především svému zažívacímu ústrojí. Vysoké a hlavně pravidelné dávky ibuprofenu ničí žaludeční sliznici, způsobují žaludeční vředy a ohrožují i střeva. „Odhaduje se, že je u nás půl milionu lidí, kteří to s Ibalginem a dalšími nesteroidními antirevmatiky přehánějí. Dle údajů ze Spojených států, kde

- Loni se v ČR prodalo 7,4 milionu balení Ibalginu,
- což je téměř 250 milionů spolykaných tablet.
- S Paralenem je růžové štěstí nejoblíbenější lék na trhu.



FOTO: JAN SCHEIBAL

RŮŽOVÉ DĚJINY

Když záračná pilulka vstoupila koncem 60. let minulého století na trh, dostala úderne jméno evokující drsného bojovníka s bolestí – Brufen. V Česku se tehdy nevyroběl, jeho úlevné účinky mohli pocítit jen ti, kdo měli kontakty v zahraničí. A neměli moc hluboko do kapsy. Jen pro bohatší by byl originální anglický lék dodnes. Naštěstí farmaceutický průmysl vymyslel takzvaná generika, neboli levnější kopie originálních léků. Tak jsme se v 90. letech mohli začít těšit z Ibuprofenu vyráběného společností Spofa. Další změna názvu přišla po tom, co se v roce 2003 česká firma Léčiva a slovenská Slovakofarma spojily v Zentivu. Její obchodní strategie velí nedávat lékům jména shodná s názvem účinné látky. Ibuprofen se tedy přeměnil na Ibalgin. Pod tímto názvem ho v lékárnách seženete jen v České republice a na Slovensku. Po celém světě se prodává pod více než sedmdesáti různými komerčními názvy – nejčastěji jako Brufen, ale také Advil nebo Nurofen.

„Odhaduje se, že to u nás s Ibalginem a dalšími nesteroidními antirevmatiky přehání půl milionu lidí,“ varuje gastroenterolog Václav Chytil

pojišťovny víc než u nás pátrají po tom, proč někomu třeba praskl vřed, nastávají komplikace až u dvanácti procent těchto chronických uživatelů," varuje gastroenterolog Václav Chytil.

Podle něj vytváří prostředí pro nadužívání sám stát. „Vždyť donedávna byl Brufen a další analgetika stoprocentně hrazený. I dnes je dotován z padesáti procent, a to nemá v žádné jiné zemi obdoby," říká. Běžné ve světě není ani to, že by silnější varianty Ibalginu byly ve volném prodeji. „Například v Anglii je bez předpisu jen dvoustovka." Lehkovážně s Ibalginem zacházejí často i sami lékaři. „Když už to někdo z nějakého důvodu musí brát chronicky, měl by mu k tomu lékař napsat nějaký přípravek, který chrání žaludek. Tomu se říká gastroprotektce a ve světě ji dělají běžně. U nás se na ni ovšem kašle," tvrdí Václav Chytil.

Lékaři, kteří na všechno předepisují Ibalgin, aniž by řešili příčiny bolesti, tak svým kolegům pouze generují pacienty. „Ibalgin nejčastěji předepisují revmatologové. Podle jedné anglické studie je ale ve výsledku dražší léčba komplikací způsobených nadužíváním než samotného revma-

tického onemocnění," upozorňuje odborník na choroby trávicího traktu.

Ibalginem mezi invalidy

Své o nekompetentnosti lékařů ví čtyřiatřicetiletá Zdenka Minaříková z Poustevny na Děčínsku. V deseti letech dostala zánět mozkoměchy, o rok později lymfskou boreliózu. Pomocí antibiotik se vyléčila, choroby ale poznamenaly její klouby. Lékaře tehdy nenapadlo nic lepšího, než Zdenku cpát ibuprofenem. „Nejdřív mi dávali čtyřstovku, ta už pak nezabírala, tak přešli na šestistovku," vypráví Zdenka. Na jaře a na podzim, kdy se revma ozývá nejvíce, jí brala třeba šest denně. Asi pět let v kuse. Že jí léky ničí trávicí trakt, zjistili až lékaři v Hradci Králové, kam se přestěhovala po rozvodu rodičů. Antirevmatika zlikvidovala střevní flóru a u Zdenky se rozvinula Crohnova choroba, neboli chronický zánět střev. Průjemy a nesnesitelné křeče v břiše jsou od té doby běžnou součástí jejího života.

Od dvaceti let je v plném invalidním důchodu, na střevěch se jí dělají abscesy,

čeká ji už několikátá operace. Se zdevastovaným trávicím traktem už žádné léky brát nemůže, místo toho má na lopatkách nalepenou opiátovou náplast. Pomáhá jí od bolesti, ale i komplikuje život. „Musím si ji měnit každé tři dny. Pokaždé, když si vezmu novou, jsem nabuzená a nemůžu spát. Dneska jsem usnula až v půl osmé ráno." Problémy má i s hledáním partnera. „Když už si někoho najdu a vypadá to,

- „Když nezabírala čtyřstovka, doktoři přešli na šestistovku," říká Zdenka v invalidním důchodu.
- Křeče v břiše se staly součástí jejího života.

že by to šlo, skolí mě zas ta má nemoc, dostanu se do špitálu, kluk to psychicky nezvládne a jsem znovu sama."

Stejně jako osvětlení hradečtí lékaři, kteří s recepty na Ibalgin šetří, i Zdenka kolem sebe šíří osvětu. Přesvědčila například kamarády z místního hokejového týmu, aby na zranění brali něco jiného než růžový prášek, který jí zničil život. „Jak říkají lékaři u nás – raději dva paraleny než jeden ibuprofen. Když vidím někoho v lékárně, jak si to kupuje po třech baleních,

EVROPSKÉ SROVNÁNÍ SPOTŘEBY ANTIREVMATIK

Nizozemsko	27,7
Německo	33,3
Belgie	36,6
Francie	41,3
Norsko	44,0
Maďarsko	44,9
Švédsko	51,4
Dánsko	53,2
Portugalsko	65,6
ČR	66,2
Finsko	76,7

ZDROJ: LÉKAŘSKÁ DATA Z VYBRANÝCH ZEMÍ OECD PRO ROK 2005

je mi z toho úplně zle. Lidé si bohužel vůbec neuvědomují, jak můžou dopadnout.“

Nekombinovat s aspirinem

Podobnou zkušenost má i Marek, jednatřicetiletý manažer telekomunikační společnosti z Prahy. Jenom si za problémy, které mu nadužívání Ibalginu způsobilo, může sám. V době vysokého pracovního nasazení

„Po nějaké době jsem s brufenem začal znovu kvůli bolestem žaludku,“ říká Marek. „Bohužel mě nenapadlo, že za ni můžou právě ty prášky.“

brával na bolest hlavy až šest tablet denně. „Většinou jsem si dal jednu nebo dvě hned po probuzení a pak v průběhu dne dle potřeby. Večer nebyl problém zapít prášek alkoholem,“ vypráví. Teprve po měsících pravidelného braní se do slechl o nežádoucích účincích na trávicí trakt. „Raději jsem

tedy příjem omezil, ale po nějaké době jsem s brufenem začal znovu, tentokrát kvůli bolestem žaludku. Bohužel mě nenapadlo, že za ni můžou právě ty prášky.“ O tom, že si polykáním tablet po hrstech přivodil žaludeční vředy, ho zpravil až lékař.

Marek měl štěstí, že ho žaludek bolel, a tak vyhledal lékaře. Hůř většinou dopadnou starší lidé, kteří mívají vředy,

aniž by pociťovali jakékoliv příznaky. „K lékaři se tedy často dostanou, až když jim perforují,“ vysvětluje Václav Chytil. Podle něj má nadužívání nesteroidních antirevmatik u seniorů na svědomí až polovinu krvácení do zažívacího traktu. „V USA na to každý rok zemře 17 tisíc lidí,“ doplňuje.

Růžové tabletky nejsou zátěží jen pro střeva, žaludek, slinivku, játra nebo ledviny. Jejich nadměrné užívání zvyšuje také riziko infarktu. Podle studie otištěné v odborném časopise *British Medical Journal* dokonce až o 50 procent. „Představují riziko i při vysokém tlaku, jelikož snižují účinky antihypertenzních léků,“ upozorňuje gastroenterolog. Z dalších studií také vyplynulo, že lidé, kteří trpí srdečně-cévními chorobami, by v žádném případě neměli kombinovat ibuprofen a aspirin. Až devětkrát se tak u nich zvyšuje riziko infarktu a mrtvice.

Bolest je důležitá

Mnozí z nás nosí léky proti bolesti stále u sebe, aby měli v případě potřeby po ruce okamžitou úlevu. Zapomínáme přitom na důležitou roli, kterou má bolest v našem životě. „Akutní bolest má především signální funkci. Naznačuje nám, že se v těle

děje něco špatného,“ vysvětluje Marek Hakl z Centra pro léčbu bolesti FN U sv. Anny v Brně. I Václav Chytil považuje boj s bolestí za „zhovadilost moderní doby“. „Lidi berou na každou prkotinu prášek, místo aby bolesti naslouchali. Když člověka chytne zub, má jít k zubaři, když ho bolí záda, měl by začít cvičit.“ Velkým nešvarem dnešní doby je také podceňování bolesti hlavy. „Když třeští hlava, je třeba zajít k lékaři. Může to být zablokovaná krční páteř, nebo to je jen od myši počítače. Často to ale bývá způsobené třeba vysokým tlakem. To člověk pozná, až když mu tlak tu hlavu rozstřelí,“ varuje lékař.

Jediná situace, kdy je léčba analgetiky na místě, je podle něj bolest nádorová a bolest zubů. „U všeho ostatního bychom se místo polykání prášků měli zamyslet nad tím, co nám ta bolest říká. Nejhorší je brát

RŮŽOVÁ RADOST NA FACEBOOKU

Ibalgin je pochopitelně populární i na sociální síti Facebook. Jeho fanoušci tam založili desítky skupin s názvy jako Miluju Ibalgin, Ibalgin=Spasitel nebo Ibáček je náš kamarád. Jednu z těchto skupin spravuje studentka Katka Čermáková. „Myslím, že mezi studenty je to docela populární výrobek, hodně lidí si s sebou nosí platičko Ibalginu a polyká ho buď proto, že je bolí hlava, nebo jen tak,“ popisuje pohnutky k založení internetového fanklubu. Sama prý sní „v průměru asi tři denně“, ale zná lidi, co jsou na růžových pilulích závislí mnohem víc. „Moje kamarádka má trochu zvláštní úchylku. Baví ji se jen tak ládovat Ibalginem, protože má pocit, že tím bude nadsmrti chráněna, i když je to trochu naivní,“ vypráví Katka. Poslední kampaň firmy Zentiva, spojená s Ibalginem, cílí právě na mladé lidi. Jak se zdá, je úspěšná.



analgetika, když bolí břicho. Může to být slepé střevo, může to být náhlá příhoda břišní, člověk si to utlumí a než se dostane do nemocnice, je pozdě.“ Iblostí par excellence je podle něj léčit si Ibalginem kovicinu. „Žaludek je podrážděný alkoholem a my do něj ještě nasypane chemické sloučeniny. To se pak nemůžeme divit, když zvracíme krev. Na kovicinu je nejlepší studená sprcha a malá desítka,“ radí. Když už to někdo bez růžového kavalíra nezvládne, alespoň by ho neměl polykat nalačno.

Sportovci na prášcích

Lidé jsou zvyklí kontrolovat si počet vypitých skleniček alkoholu nebo vykouřených cigaret, tablety ale počítá málokdo. Jsou pracoviště, kde růžové pilule doslova létají vzduchem. Vyhlášení růžovkáři jsou například číšníci. Z běhání po lokále bolí nohy, šichty jsou dlouhé. Jeden prášček ráno s kávou, další dle potřeby během dne a těžký úděl je hned poloviční. Podobně řeší náročnost své práce také zdravotní sestry. „Zvlášť u starších kolegyně je to dost běžné. Dodá to sílu. Já sama když jsem unavená, ulítaná, bolí mě nohy, tak si to vezmu na noc a ráno se cítím jak šestnáctka, i když to číslo už mám opačné,“ svěřila se jednašedesátiletá zdravotní sestra, která působí na severní Moravě.

Jeden by řekl, že sportovci dbají na své zdraví. Přitom právě oni jsou jedni z nejmasovějších požíračů analgetik. Navíc – už tak dost rizikový Ibalgin je pro ně příliš slabý, a tak volí silnější kalibry. „Nejoblíbenější mezi sportovci je v současné době Surgam. Je silnější, tím pádem má i víc nežádoucích účinků,“ popisuje fyzioterapeut vrcholových atletů Jakub Pokorný. Ani jeho klienti si nelámou hlavu s doporučenou dobou užívání. „Znám atlety – a není jich

- „Z našich spotřebitelských průzkumů víme, že lidé
- růžovou barvu vnímají velmi pozitivně. Stala se pro
- ně symbolem rychlé a spolehlivé úlevy od bolesti.“

málo – kteří fungovali na těchto práškách třeba dva roky v kuse. Brali si jeden až dva před tréninkem nebo zápasem.“ Vzhledem k relativnímu zdraví a sportem zrychlenému metabolismu

ODA NA IBALČ

Růžové záchranné kolečko je v Česku tak oblíbené, až z lidí prýští básně o něm. Jednu takovou složil například 32letý Richard Machálek z Prahy.

V krabičce od flešky, nosím si Ibalgin, kdyby mě náhodou, pokoušel bernardýn.

Programátor, toho času na rodičovské dovolené, má za manželku farmaceutku, takže je poučen a s Ibalginem to nepřehání. „Ale krabičku od flešky mám opravdu pořád u sebe,“ potvrzuje, že oda vychází z reálného života.



s tím zatím problémy nemají. Účet se jim možná vystaví až s věkem. „S braním analgetik se špatně přestává. Dlouhodobé užívání moduluje práh bolesti, takže člověk potom není schopen ani běžnou bolest tolerovat bez prášků.“

Růžáček do kabelky

Ještě jedna skupina bere ibuprofen víc než jiné. Ženy. „Když se podíváte do ženských kabelek, najdete ho v každé druhé. Muži ho u sebe většinou nenosí,“ říká

Marek Hakl. Podle něj to může souviset s rozličným vnímáním bolesti. „Nedávná studie vyvrátila zažitý mýtus, že ženy víc vydrží. V době menstruace nebo těhotenství jistě ano, tak v té době tělo vyplavuje hormony, které jim pomáhají bolest zvládat. Ale za běžných okolností jsou vůči bolesti citlivější než muži,“ vysvětluje lékař.

Že patří především do dámské kabelky, tak trochu evokuje i barva Ibalginu. Svítivě růžový byl už původní britský Brufen z konce šedesátých let. Atypická barva se osvědčila, a tak ji používají i novodobí výrobci. „Z našich spotřebitelských průzkumů víme, že lidé růžovou barvu vnímají velmi pozitivně. Stala se už pro ně symbolem rychlé a spolehlivé úlevy od bolesti. Hraje důležitou roli i při identifikaci tablety – pacienti, kteří užívají více léků najednou, si tak lépe pomatují, zda si již růžovou tabletu vzali či nikoliv,“ prozradila mluvčí Zentivy.

Ti, kdo jsou s Ibalginem kamarádi, mu často přičítají i vlastnosti, které nemá. Mnozí hovoří o tom, že dodává energii, mladí zmiňují zajímavé stavy při kombinaci s alkoholem. „Ani jedno není možné. Ibalgin obsahuje jedinou účinnou látku – ibuprofen – a dělá jediné, blokuje jeden enzym a působí tak proti bolesti a zánětu. Jakýkoli pocit přílivu energie nebo psychické pohody je jen placebo efekt,“ říká Marek Hakl. To však neznamená, že by se na něj nedala vypěstovat psychická závislost. „Ta může vzniknout na všem, i na placebo. Člověk si prostě zvykne, že mu prášky pomáhají, pomalu je začne brát preventivně, než ho vůbec něco začne bolet, a když potom nemá tabletku na dosah, je nervózní,“ popisuje odborník na bolest. ✔

IAN PREUČIL TOMAS ŠULAJ NORBERT LICHÝ PETRA VLČKOVÁ

CHTELI SE POKROVIT... UVIZLI VŠAK V PEKLE

KLIČEK

MINULOST OŽIJE VE VAŠEM KINĚ
INSPIROVANO SKUTEČNOSTÍ

OSTATNÍ FILM: IAN PREUČIL, TOMAS ŠULAJ, PETRA VLČKOVÁ, NORBERT LICHÝ

STANISLAV ZINDLER, EVA HRŮBKOVÁ, MIKA KUBÁNIK, ROMAN SVIBODA, LAZAR, ANETA PATRICK SOUŘABER, EVA MADCEL, WEIS, JAROMÍR VAŠEK

PROJEKT: PAVEL PALEČEK, VĚŘI: IAN NOVÁK

WWW.KLIČEK.CZ

STUDENT | AGENCY | **ROXNO** Creative

TYDEN | Český rozhlas | **ČEKO**

TYDEN.cz

INZERCE