

„E“ ZNAČKY V POTRAVINÁCH

V posledných rokoch vyvolali letáky rozširované priamo do našich domácností veľa zmätkov okolo prídavných látok do potravín. Táto situácia si žiada odtajniť význam označenia „E“. Nepravdivo sa rozširuje názor, že „Ečka“ na potravinách znamenajú skratku zo skupiny aditívnych látok „emulgátorov“ a že zakrývajú identitu látok, ktoré sú pochybné z hľadiska zdravotnej neškodnosti.

Čo teda znamená „E“ na našich potravinách, ktoré je vždy spojené s určitým číslom? Je to kód Európskej únie, ktorý vyjadruje, že príslušná prídavná látka bola kladne posúdená a zaregistrovaná ako bezriziková na použitie do potravín. Týmto kódom je pre našu legislatívu rovnako ako pre štáty EÚ zjednodušené označovanie prídavných látok do potravín.

Prídavné látky, ako zložky potravín, uvedené v tretej hlave druhej časti potravinového kódexu, sa označujú na obale slovnou skupinovým označením a jednotlivým názvom alebo skupinovým označením a medzinárodným kódom označenia. Kód pozostáva z označenia písmena „E“ a čísla podľa registrácie v Európskej únii.



AKNÉ (lat. acne vulgaris)

Akné vulgaris je kožné ochorenie, pre ktoré sú charakteristické malé vriedky, otvorené (s čiernymi "hlavičkami") alebo uzavreté (s bielymi "hlavičkami") uhry, pupence, zapálené vyrážky, začervenanie a svrbenie pokožky.



Príznaky:

- Často začína v puberte, ale môže sa objaviť aj neskôr (u 20 až 30 ročných)
- Môže sa vyskytnúť aj u malých bábätiak
- Uhry
- Zapálené vyrážky
- Začervenané oblasti kože
- Postihuje najmä tvár, chrbát a hrudník
- Bolesť, malé rany, svrbenie
- Zhoršuje sa pred menštruáciou

Príčiny vzniku:

- Nie sú presne známe
- Výskyt akné u najbližších príbuzných
- Propionibacterium acnes – baktéria, ktorá štiepi tukové látky nachádzajúce sa v kožnom mazu. Vzniknuté produkty dráždia kožu, tá sa zapáli a vznikajú charakteristické príznaky
- Hormonálne zmeny zvyšujúce tvorbu kožného mazu
 - Niektoré krémy
- Užívanie kortikosteroidov
 - Stres
- Zlé stravovacie návyky (priveľa čokolády, pikantné a mastné jedlá) a diéty môžu zhoršovať stav
- Nedostatok vitamínov A a B
- Akné sprevádza aj niektoré ochorenia, napr. Cushingov syndróm, polycystické ovária



Diagnostika:

- Klinické príznaky
- Interné vyšetrenie na vylúčenie podozrenia na iné ochorenie

Liečba:

- Úprava životosprávy
- Systémové antibiotiká ako tetracyklín, erytromycín
- Lokálne antibiotiká vo forme masti alebo gélu
- Retinoidy – prípravky s vitamínom A
 - Kortikosteroidy
- Ženám často pomôže užívanie hormonálnej antikoncepcie
- Mikrodermabrázia – jemné vybrusovanie kože diamantovým prachom
- Liečba je zdihavá, trvá minimálne 6 týždňov

spracovala Mgr. Miloslava Slobodová