WOJSKOWY INSTYTUT MEDYCZNY
PAŃSTWOWY INSTYTUT BADAWCZY



Prof. dr hab. n. med. i n. o zdr. Arkadiusz LUBAS

Prof. dr hab. n. med. i n. o zdr. Arkadiusz Lubas jest zastępcą Kierownika Kliniki Chorób Wewnętrznych, Nefrologii i Dializoterapii Wojskowego Instytutu Medycznego – Państwowego Instytutu Badawczego w Warszawie oraz kierownikiem randomizowanego, podwójnie zaślepionego badania klinicznego COVMENT, finansowanego przez Agencję Badań Medycznych, dotyczącego leczenia objawów tzw. mgły covidowej i patofizjologii tego zjawiska. Absolwent Wydziału Lekarskiego Wojskowej Akademii Medycznej w Łodzi, który ukończył z wyróżnieniem. Jest specjalistą chorób wewnętrznych, nefrologii, hipertensjologii i endokrynologii. Naukowiec – klinicysta. Jest autorem ponad 150 publikacji o łącznym Impact Factor przekraczającym 200, rozdziałów w monografiach oraz licznych wystąpień zjazdowych. Prowadzi badania w tematyce interakcji sercowo-nerkowych w nadciśnieniu tętniczym i chorobach nerek, promując przydatność obrazowej oceny perfuzji narządowej w glomerulopatiach, zapaleniach naczyń i zaburzeniach endokrynologicznych. Redaktor tematyczny „Lekarza Wojskowego" w zakresie nefrologii, biostatystyki i chorób wewnętrznych. Członek Polskiego Towarzystwa Nefrologicznego, Polskiego Towarzystwa Nadciśnienia Tętniczego, Europejskiego Towarzystwa Nefrologicznego (ERA-EDTA) oraz Amerykańskiego Towarzystwa Nefrologicznego (ASN).

Laboratorium Onkologii Molekularnej i Terapii Innowacyjnych

Wojskowego Instytutu Medycznego PIB

ma przyjemność zaprosić na wykład

prof. dr hab. Arkadiusza LUBASA

z Kliniki Chorób Wewnętrznych, Nefrologii i Dializoterapii Wojskowego Instytutu Medycznego – Państwowego Instytutu Badawczego oraz Wydziału Medycznego Uniwersytetu Warszawskiego

który odbędzie się w dniu:

16.11.2026r. (poniedziałek) o godzinie 9.00

na temat:

„Wpływ diety bogatosodowej na zdrowie człowieka"

Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) rekomenduje ograniczenie spożycia sodu do poniżej 2,0 g/dobę (około 5,0 g chlorku sodu) w celu redukcji ciśnienia tętniczego, ryzyka chorób sercowo-naczyniowych, udaru czy choroby niedokrwiennej serca u dorosłych. Według danych WHO z powodu diety bogatosodowej w ciągu roku umiera około 1,89 milionów ludzi. Z drugiej strony zmniejszenie spożycia soli o 4,4 g/dobę wiąże się tylko z niewielkim obniżeniem ciśnienia tętniczego o około 5/2,5 mm Hg. Wykład przedstawia aktualne koncepcje i stan wiedzy dotyczące rozwoju sodowrażliwości, nadciśnienia tętniczego i zaburzeń immunologicznych, a także innych konsekwencji nadmiernej podaży sodu w organizmie człowieka. Wszystkich tych powikłań spowodowanych nadmiarem sodu można uniknąć, stosując dietę z ograniczoną zawartością soli. Dlatego WHO sugeruje cztery najlepsze ścieżki prowadzące do ograniczenia spożycia sodu. Są to: 1) reformulacja produktów spożywczych aby zawierały mniej sodu i ustalenie docelowych poziomów zawartości sodu w żywności i posiłkach, 2) zmiana polityki zamówień publicznych w celu ograniczenia spożycia żywności bogatej w sól lub sód w instytucjach publicznych, 3) obowiązkowa etykieta informacyjna z przodu opakowania, umożliwiająca wybór produktów o niższej zawartości sodu, 4) komunikacja z obywatelami dotycząca zmiany zachowań i kampanie w środkach masowego przekazu mające na celu zmniejszenie spożycia soli i innych form sodu.