**Serotoninový syndrom**

 Serotoninový syndrom (neboli též serotoninová toxicita, serotoninový toxidrom, hyperserotonemie, serotonergický syndrom nebo serotoninová bouře) je vzácný stav lidského organismu, při kterém dochází k nadměrnému zvýšení hladiny serotoninu v centrální nervové soustavě v důsledku nepříznivé reakce na léky se serotoninergní aktivitou - sem patří jak konzumace léků na lékařský předpis, tak předávkování drogami či doplňky stravy. Je třeba mít na paměti, že tento stav může ohrozit život člověka jakéhokoli věku a vést k hospitalizaci, a proto je třeba neprodlená diagnostika a následná léčba.

 Původ serotoninového syndromu můžeme hledat u serotoninu, což je monoamin (neurotransmiter), obsažený v krevních destičkách, buňkách gastrointestinálního traktu, ale i v centrální nervové soustavě. Název serotonin mnohým lidem zřejmě nic moc neříká, nicméně pokud se necítíme dobře, takzvaně „pod psa”, chybí našemu tělu právě serotonin, což je stimulant ovlivňující náladu - když ho máme nedostatek, máme špatnou náladu a když je jeho hladina adekvátní, cítíme se dobře. Kvůli tomu se serotoninu přezdívá „hormon štěstí a dobré nálady” a právě tento název je mezi lidmi známější.

 I když by se na první pohled mohlo zdát, že čím více serotoninu se v lidském těle nachází, tím lepší máme náladu, není tomu tak. Pokud se v organismu nashromáždí až příliš mnoho serotoninu, může to s sebou přinést v krajním důsledku i velmi závažné zdravotní komplikace. Nadměrné množství serotoninu v těle se ale nevytvoří jen tak. Na vině jsou v takovém případě léky, drogy nebo doplňky stravy - nejen jejich nežádoucí konzumace, ale i nesprávné dávkování.

 Poprvé byl serotoninový syndrom popsán v 50. letech minulého století a byť se stále jedná o poměrně vzácný stav, jeho výskyt je v populaci čím dál tím častější, a to i mezi obyvatelstvem České republiky.

 Tento syndrom vzniká v důsledku nevhodné kombinace jakéhokoliv SSRI antidepresiva s jiným léčivem. Příčinou může být i současné užívání SSRI a vysokých dávek tryptofanu (potraviny bohaté na tryptofan, volně prodejné potravinové doplňky). Citlivěji na serotonin také reagují pacienti, jejichž zdravotní stav není zcela v pořádku (mimo léčenou depresi), obzvláště pak kardiaci. Pokud je serotoninový syndrom včas diagnostikován, může se však předejít horším následkům. Potýká-li se člověk se serotoninovým syndromem, mohou se první příznaky projevit již pár hodin po požití přípravku. Je tedy třeba věnovat náležitou pozornost symptomům, které lze spojit právě se serotoninovým symptomem.

 Serotoninový syndrom se projevuje širokou škálou příznaků, mezi nejčastější patří bolest hlavy, halucinace, nadměrné pocení, pocity nevolnosti, zvracení, neklid, vysoký krevní tlak, tachykardie nebo průjem. Příznaků serotoninového symptomu je však celá řada, od hůře rozeznatelných nebo zanedbatelných, až po fatální. Pokud se serotoninový syndrom nebude léčit, mohou se dostavit závažnější komplikace - vysoké horečky, záchvaty a v nejhorším případě kóma nebo smrt.

 Jestliže je však pacient se serotoninovým syndromem včas podroben lékařskému dohledu, brzy se vyléčí. Léčba zahrnuje vysazení škodlivých léků a v případě závažnějších komplikací se pacientovi podávají serotoninové antagonisty.

 Vážným komplikacím spojenými se serotoninovým syndromem lze i předcházet. Mezi účinnou prevenci patří dostatek fyzické aktivity, konzumace čerstvého ovoce a zeleniny, dostatek bílkovin, tuků a vitamínu B a pohyb na čerstvém vzduchu.