

Hořčík

Přívod hořčíku je zjišťován od roku 1995. Podrobné informace o monitoringu jsou uvedeny v publikacích Státního zdravotního ústavu v Praze, popisujících dietární expozici člověka v ČR (Ruprich aj., 1996 – 2008).

Analytické údaje :

V období 2008/2009 bylo analyzováno 220 reprezentativních kompozitních vzorků, které představovaly 205 druhů potravin v podobě 3696 individuálních vzorků. Meze stanovitelnosti analytických metod se pohybovaly, v závislosti na povaze matrice a metody, v rozmezí :

Látka	Minimální LoQ	Maximální LoQ	Jednotka
hořčík	0.1	2.0	mg/kg

Charakter analytu : hořčík = celkový hořčík, CAS 7439-95-4.

Charakterizace nebezpečí :

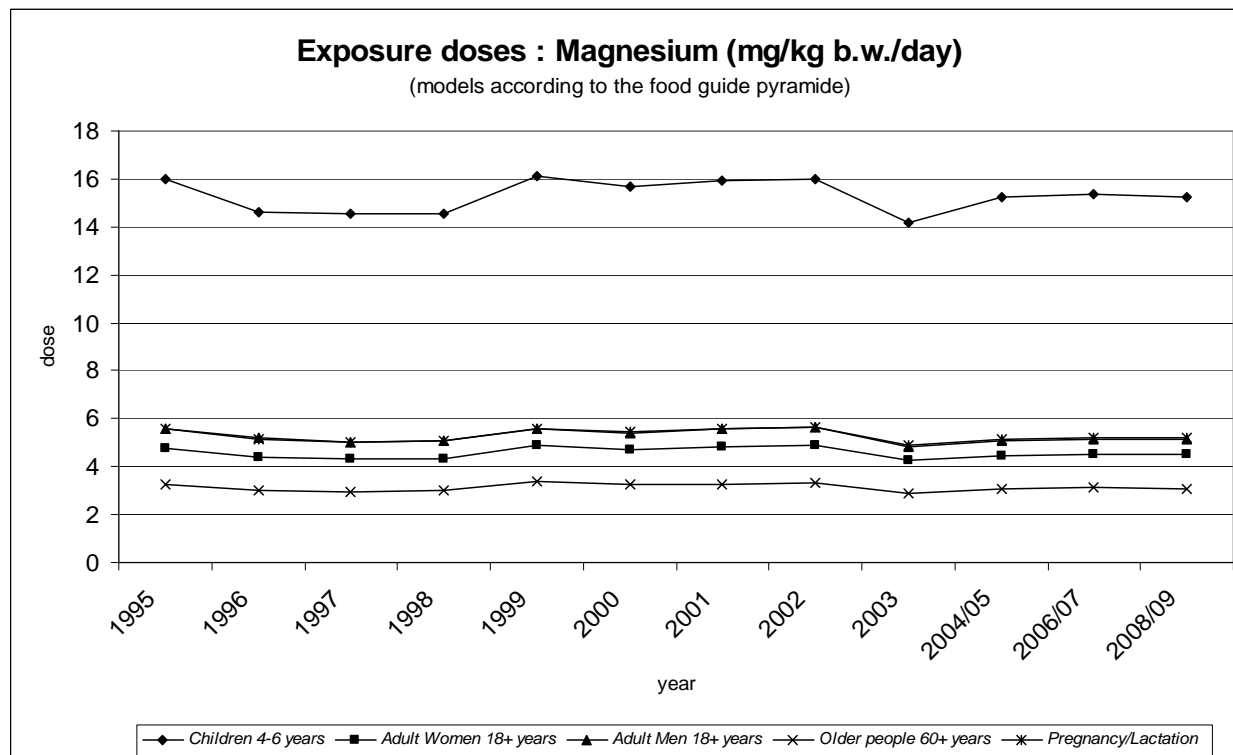
Hodnota průměrného doporučeného denního přívodu činí v současnosti asi 4 - 6 mg / kg t.hm. / den (Garrow a James, 1993). Vyhláška č. 225/2008 Sb. ve znění vyhlášky 352/2009 Sb., kterou se stanoví požadavky na doplňky stravy a na obohacování potravin potravními doplňky uvádí v příloze č. 5 doporučenou denní dávku 375 mg hořčíku / osobu. SCF EC (1993) doporučuje akceptovatelný přívod na úrovni 150 - 500 mg / osobu 60 kg a den.

Hodnocení expozice :

Zjištěná průměrná expoziční dávka pro ČR byla 3.8 mg / kg t.hm. / den, tj. 243 mg / osobu / den, což představuje 65 % doporučeného denního přívodu podle vyhlášky. Odhad expoziční dávky spadá do intervalu akceptovatelného denního přívodu SCF EC. Svou výší odpovídá dřívějším hodnocením, předpokládajícím, že denní potřeba hořčíku u populace nemusí být v některých případech pokryta.

Trend expozičních dávek :

Srovnání expozičních dávek hořčíku bylo provedeno pomocí modelu doporučených dávek potravin. Expoziční dávka hořčíku ve sledovaném období mírně kolísá.



Významné expoziční zdroje :

Mezi významné expoziční zdroje z hlediska absolutní expozice patřilo běžné pečivo, pivo, káva, mléko, minerální voda a brambory. Bohatým zdrojem hořčičku je (s výjimkou koření) kakao, luštěniny, suché skořápkové plody a cereálie.

Charakterizace rizika a závěry pro řízení zdravotních rizik :

Expoziční dávka hořčičku zjištěná pro populaci v ČR se blíží hodnotám doporučeného přívodu. Nedostatek se může projevit u starších osob, při stravování podle doporučených dávek potravin. Suplementace se jeví jako možná.

Výběr 10 nejvyšších analytických záchytů v období 2008/2009 po přepočtu na hodnotu „jak nakoupeno“ :
n = 220 (218 pozitivních)

Region	Rok	C	C(sd)	Jednotka	Název
R	2009	2577	5,8	mg/kg	KAKAO
R	2008	2255	0,7	mg/kg	KORENI
R	2009	2108	21,3	mg/kg	SOJA A SOJOVE VYROBKY
R	2008	1393	6,9	mg/kg	ARASIDY
R	2009	1187	3,0	mg/kg	FAZOLE
R	2008	1148	13,6	mg/kg	ORECHY VLASSKE
R	2008	894	11,8	mg/kg	HRACH
R	2008	876	13,8	mg/kg	COCKA
R	2009	869	5,7	mg/kg	OBILOVINY SNIDANOVE
R	2008	707	3,5	mg/kg	COKOLADA