

Proč bez čichu jídlo nechutná: ORL klinika zkoumá smysly, které bereme jako samozřejmost

12.2.2026 - | Nemocnice Pardubického kraje

Čich a chuť jsou mnohem těsněji propojené, než si většina z nás uvědomuje. ORL klinika Pardubické nemocnice se vedle péče o pacienty intenzivně věnuje také výzkumu těchto smyslů ve spolupráci s Univerzitou Pardubice. Přednosta kliniky Jan Vodička vysvětluje, proč při rýmě jídlo „nemá chuť“, jak může čich nenápadně zmizet po nemoci či úrazu, zda se dá znovu natrénovat a proč věda oficiálně uznala umami jako pátou chuť.

Čich a chuť jsou nerozlučně propojené

Vedle klinické péče se ORL klinika Pardubické nemocnice intenzivně věnuje také výzkumu čichu a chuti ve spolupráci s pardubickou univerzitou. Podle přednosta Jana Vodičky si většina lidí neuvědomuje, jak zásadní roli čich hraje při vnímání chuti. *„Při polykání jídla nám právě čich řekne, jestli potravina není zkažená, a proto když máme rýmu, máme pocit, že jídlo nemá chuť,“* vysvětluje.

Poruchy čichu mohou vznikat po virových infekcích, včetně covidu-19, po úrazech hlavy nebo při chronických zánětech nosní sliznice a nosních polypech. Zatímco porucha chuti bývá často přechodná, čich může zůstat postižen dlouhodobě. *„Typické je, že pacient uklouzne, udeří se do zátylku, je při vědomí, ale po několika dnech zjistí, že necítí,“* popisuje přednosta jednu z častých příčin.

Jednou z možností léčby je čichový trénink, který pacienti provádějí doma. Spočívá v pravidelném příchichávání ke čtyřem základním vůním – růži, citronu, eukalyptu a hřebíčku, a to ráno a večer po dobu několika měsíců. *„Studie jasně ukazují, že trénink funguje, ale pacienti u něj často nevydrží déle než pár týdnů,“* říká Jan Vodička s tím, že klíčem k úspěchu je trpělivost, pravidelnost a dlouhodobost.

Umami jako pátá chuť a důkaz v podobě receptoru

Kromě sladké, slané, kyselé a hořké byla oficiálně uznána také chuť umami, často popisovaná jako masová nebo plná. Její zařazení mezi základní chutě bylo možné až po objevení specifického receptoru, který tuto chuť dokáže rozpoznat. *„Nová chuť se neobjevuje pocitově, ale vědecky, a to ve chvíli, kdy pro ni najdeme konkrétní receptor, na který se váže,“* popisuje přednosta. Umami je podle něj typická zejména pro potraviny bohaté na glutamáty a její vnímání má původ především v asijské kuchyni, odkud se postupně dostala i do evropského stravování.

Schopnost rozlišit chuť umami potvrzuje, že chuťové vnímání není neměnné a že lidské smysly stále zkoumáme a lépe chápeme. Právě propojení chuťových receptorů s čichem pak vysvětluje, proč jídlo bez funkčního čichu ztrácí svou plnost a proč lidé s poruchou čichu často popisují, že jídlo „nemá chuť“, i když samotné chuťové buňky fungují.

Čich jako smysl spojený s pamětí a emocemi

Čich je přímo propojen s centry paměti a emocí v mozku, a proto dokáže během zlomku vteřiny vrátit člověka do dětství, připomenout konkrétní místo nebo vyvolat silný pocit bezpečí či neklidu. *„Čich nás chrání, pomáhá nám rozpoznat zkažené potraviny nebo nebezpečí, ale má i silnou sociální a*

emoční funkci,“ uzavírá přednosta ORL kliniky Pardubické nemocnice Jan Vodička.

Celý rozhovor si můžete poslechnout nebo zhlédnout v podcastu Nemocnice Pardubického kraje V oranžovém křesle na všech platformách:
https://linktr.ee/nemocnice_pardubickeho_kraje

<https://www.nempk.cz/novinky/proc-bez-cichu-jidlo-nechutna-orl-klinika-zkouma-smysly-ktere-berem-e-jako-samozrejmost>