

Medicína.cz, 9. 1. 2017

Nadváha a obezita se stávají hrozbami současnosti

Kategorie: Aktuality Nadváha a obezita

09. leden 2017

Obezita je civilizační onemocnění, při němž dochází k nahromadění tukových zásob v organismu. V posledních letech se rozšířila mezi všechny skupiny obyvatelstva bez ohledu na věk či sociální úroveň. V České republice dle novodobých průzkumů trpí nadváhou 73 % mužů a 57 % žen, z toho obezitou 24 % mužů a 26 % žen. Faktem zůstává, že starší lidé mívají nadváhu mnohem častěji než mladí. Jen necelá třetina lidí mladších třiceti let má nadváhu nebo obezitu, ale už ve věku nad 50 let jimi trpí tři čtvrtiny populace. To je dáno zejména tím, že starší lidé sportují méně než ti mladší. Problémem je, že si tuto hrozbu lidé plně neuvědomují. Někteří obézní lidé se dokonce domnívají, že s váhou žádné problémy nemají, jak např. uvádí MUDr. Igor Šimonik z Nemocnice sv. Zdislavy v Mostě.

S výskytem obezity souvisí celá řada nemocí. Vysoce rizikový je zejména androidní typ, kdy se tuková tkáň hromadí především v oblasti břicha. Tento typ obezity přináší větší nebezpečí výskytu kardiovaskulárních onemocnění a diabetu II. typu.

Obezita je příčinou: chorob trávicího traktu a jaterních potíží (tvorba žlučových kamenů, zánět slinivky břišní, kýla nebo jaterní steatóza), onemocnění kardiovaskulárního systému (vysoký tlak, ischemická choroba srdeční, infarkt myokardu, arytmie a cévní mozkové příhody), nádorových onemocnění (tlustého střeva a konečníku, dělohy a vaječníků, prsu, žlučniku, žlučových cest, pankreatu, jater, prostaty a ledvin).

Obézní jedinci mají problémy s pohybovým aparátem (větší zátěž kloubů a páteře, zejména kloubů dolních končetin a kyčlí). Průvodním jevem jsou rovněž psychosociální komplikace (pocit diskriminace ve společnosti, malé sebevědomí, deprese, úzkost či naopak poruchy příjmu potravy). Časté jsou kožní choroby (ekzém, strie, celulitida, nadměrné pocení) a gynekologické komplikace jako jsou poruchy cyklu či ztráta menstruační.

Někteří lidé s nadváhou nebo s mírnější obezitou dokážou tyto problémy překonat ve spolupráci s lékařem či sami. Moderní medicína pomáhá i těm, kterým obezita ohrožuje zdraví a kteří ji bez větší pomoci nedokážou zvládnout. Je to především bariatrická chirurgie určená k chirurgické léčbě obezity. Provádí se v současnosti téměř výhradně laparoskopicky.

Bariatrická chirurgie je také jedinou léčbou, u které bylo prokázáno výrazné snížení úmrtnosti nemocných. Nejběžnější metodou v České republice je dnes sleeve gastrektomie, která v počtu výkonů již převýšila dříve nejčastěji užívanou adjustabilní bandáž žaludku. Ta z dlouhodobého hlediska není tak efektivní. Sleeve gastrektomie spočívá v odstranění podstatné části žaludku, jeho tzv. velkého zakřivení. Výsledkem zákroku je zmenšený žaludek podobný rukávu u košile (sleeve). Tento rozsáhlý výkon ovlivňuje hladiny některých s obezitou spojených hormonů, jež jsou vytvářeny právě v odstraněné části žaludku a jež za normálních okolností navozují svým působením na centrální nervový systém pocit hladu.

Výhodou bandáže žaludku je zase vratnost zákroku a možnost regulovat sílu zaškrcení a tím i pacientův příjem potravy. (V současné době má pacient již velké spektrum možností, jak chirurgickým zákrokem může své problémy s obezitou po dohodě s odborníky řešit.)

Ne každý je obézní vlastní vinou, často se může jednat o obezitu na podkladě dědičnosti. Mohou jí trpět i lidé s nízkým energetickým přísunem v potravě. Častou příčinou nadváhy i obezity je však právě nadbytek stravy, na kterou náš organismus není naprogramován. V takových případech si naše tělo nadbytečné zásoby ukládá na horší časy. Pro rozvoj obezity je významný také nepoměr mezi energetickým příjmem a výdejem. Nedostatek pohybové aktivity a sedavý způsob života jsou stinnou stránkou moderní doby a podepisují se na zdraví. Obezita může vznikat i v důsledku hormonálních změn, např. sníženou činností štítné žlázy apod. Dalším rizikem je užívání některých skupin léčiv, které zvyšují chuť k jídlu (antidepresiva).

Obezita dnes však už není jen problémem dospělých. V současnosti má zdravotní problémy spojené s obezitou téměř 32 tisíc dětských pacientů. Pouze 24 % dětí, které mají oba rodiče obézní, má v dospělosti normální váhu. V těchto případech nehrají roli jen genetické predispozice, ale také stravovací a pohybové návyky celé rodiny. Nadváha ani obezita by se rozhodně neměla podceňovat ani u dospělých ani u dětí. Je nutné ji účinně řešit včas a nečekat, až se projeví zdravotní potíže.