



Liečba obezity je dnes naliehavejšia, než kedykoľvek predtým

tlačová správa, 4. marec 2021

Aj keď už viac ako rok čelíme pandémie ochorenia COVID-19, už niekoľko posledných desaťročí tu máme aj neustále narastajúcu pandémiu obezity. Kým v roku 2016 bolo na svete obéznych asi 650 miliónov ľudí, dnes je to viac ako 800 miliónov. Na Slovensku má 60 % dospelaj populácie nadhmotnosť, 25 % zápasí s obezitou a obezitou 3. stupňa ($BMI \geq 40 \text{ kg/m}^2$) trpí asi 1 % dospelaj populácie (čo predstavuje asi 33 000 osôb). Výskumy a štúdie jednoznačne potvrdzujú, že pacienti s nadhmotnosťou a obezitou sú rizikovou a zraniteľnou skupinou nielen pre známe chronické choroby, ale aj pre ochorenie COVID-19.

Byť obézny, znamená byť zraniteľný

„Dlhodobo upozorňujeme na potrebu zmeny vnímania obezity z estetickej nedokonalosti na chronické ochorenie, ktoré patrí do rúk lekára. V súčasnej situácii nadobúda táto zmena ešte väčšiu urgenciu,“ hovorí MUDr. Ľubomíra Fábryová, PhD., špecialistka na diabetes, poruchy látkovej výmeny a výživy, prezidentka Slovenskej obezitologickej asociácie (SOA) a Obezitologickej sekcie Slovenskej diabetologickej spoločnosti (OS SDS) a dodáva: „Údaje získané počas pandémie nám ukazujú, že COVID-19 môže pre ľudí s nadhmotnosťou a obezitou znamenať väčšiu hrozbu, či už ide o zhoršenie pridružených ochorení, zvýšené riziko hospitalizácií, zvýšené riziko prijatia na jednotku intenzívnej starostlivosti s ťažším priebehom ochorenia, s vyššou pravdepodobnosťou nutnosti umelej pľúcnej ventilácie a úmrtnosti.“

Svetová zdravotnícka organizácia a významné odborné spoločnosti na celom svete považujú obezitu za chronické ochorenie, ktoré patrí do rúk špecialistov a vyžaduje si liečbu založenú na multidisciplinárnom princípe. Manažment obezity si vyžaduje spoluprácu viacerých odborníkov, ako napr. praktického lekára, diabetológa, kardiológa, dietológa, výživového špecialistu, psychológa, bariatricko-metabolického chirurga a ďalších špecialistov.

„Obezita je pandémia, ktorá si vyžaduje nielen odborný medicínsky prístup, ale aj multidisciplinárny manažment, nastavenie reálne dosiahnuteľných cieľov a trvalo udržateľné riešenia. Podstatná je osobná motivácia jednotlivca, udržateľné návyky pri stravovaní a pohybe, žičlivé prostredie s inšpirujúcimi príkladmi a podporou blízkych, prekonávanie prekážok, nastavenie osobného režimu a disciplíny ako aj správne vedomosti a informácie,“ hovorí doc. MUDr. Peter Minárik, PhD., MSc., viceprezident Slovenskej obezitologickej asociácie a optimisticky dodáva, že „obezite je možné predchádzať a riešiť ju aj v čase pandémie COVID-19“.



Veľa sedenia škodí, aj keď pravidelne športujeme

Riziko vzniku obezity a s ňou súvisiacich chronických ochorení negatívne ovplyvňuje naša nízka fyzická aktivita a sedavý spôsob života. Veľký význam v prevencii i liečbe obezity má bežná pohybová aktivita počas dňa, prerušované sedenie a pravidelný intenzívny pohyb.

„Žijeme vo svete, ktorý je prispôsobený na sedenie, sme obklopení stoličkami a veľkú časť života trávime sedením. Z evolučného hľadiska však človek nie je na takéto dlhé epizódy sedenia prispôsobený. Len pred niekoľkými desaťročiami (50-60 rokov dozadu) bol pohyb bežnou súčasťou dňa a pohybový aparát bol prakticky neustále využívaný, či už pri práci v domácnosti, aktívnom transporte, či v zamestnaní. V súčasnosti dlhé epizódy sedenia znižujú metabolizmus a energetický výdaj, prispievajú k úbytku kostrového svalstva a k akumulácii tuku, a to najmä v oblasti brucha a v orgánoch, čo významne prispieva k vzniku obezity, cukrovky 2. typu a ďalších chronických ochorení,“ hovorí doc. MUDr. Barbara Ukropcová, PhD., z Biomedicínskeho centra SAV v Bratislave.

Súčasťou komplexného manažmentu obezity je aj metabolicko-bariatrická chirurgia

„Bariatrický chirurgický zákrok by sa mal zvažovať u pacientov medzi 18. a 60. rokom života, ktorí majú BMI vyššie ako 40,0 kg/m², alebo u pacientov s BMI vyšším ako 35,0 kg/m², pokiaľ majú pridružené ochorenia, ako je napríklad diabetes mellitus 2. typu. Na Slovensku sa ročne vykoná viac ako 300 metabolických operácií,“ uvádza doc. MUDr. Ľubomír Marko, PhD., člen Slovenskej obezitologickej asociácie.

“U vhodne selektovaných pacientov s vôľou zmeniť svoj životný štýl táto operácia dáva možnosť návratu do normálneho života s významným dopadom na ich zdravotný stav. Výsledky na Slovensku realizovaných metabolických operácií sú v zhode s medzinárodnými štúdiami a poukazujú na významné zlepšenie až normalizáciu glykémie ako aj artériovej hypertenzie u väčšiny pacientov, ktorí absolvovali tento chirurgický výkon,“ dodáva MUDr. Ľubomíra Fábryová, PhD.

Slovenský deň obezity

Na Slovensku sa 4. marca pri príležitosti Svetového dňa obezity organizuje už po šiesty krát Slovenský deň obezity. Projekt sa koná pod záštitou Svetovej obezitologickej federácie (WOF), Európskej spoločnosti pre výskum obezity (EASO) a Európskej koalície ľudí žijúcich s obezitou (ECPO) v spolupráci so Slovenskou obezitologickou asociáciou (SOA) a Obezitologickou sekciou Slovenskej diabetologickej spoločnosti (OS SDS), s podporou ďalších významných partnerov a inštitúcií.

Cieľom tohtoročného dňa obezity je mobilizovať odbornú verejnosť k multidisciplinárnej spolupráci pri prevencii a liečbe obezity so spoluúčasťou ministerstiev, zdravotných poisťovní, zamestnávateľov, vedecko-výskumných inštitúcií a neziskových organizácií.

Mimoriadnu pozornosť venuje 6. ročník Slovenského dňa obezity laickej verejnosti. Ústredným motívom je pohyb v boji proti obezite. *„Dostatočná fyzická aktivita a zníženie sedavého spôsobu života*



sú dôležité pre každého, či sme mladí alebo starí, dokonca aj či sme zdraví alebo máme už prítomné niektoré choroby. Pandémia COVID-19 a trávenie nadmerného času doma pri počítači alebo pri televízii, majú byť pre nás dôvodom na pravidelnú každodennú dávku pohybu. Vzájomne sa môžeme kontrolovať, motivovať a inšpirovať,“ čo je aj v zhode s motívom tohtoročného svetového dňa obezity „Everybody needs everybody - Každý potrebuje každého,“ dodáva doc. PharmDr. Mináriková, PhD., MSc, členka výboru Slovenskej obezitologickej asociácie.

MUDr. Ľubomíra Fábryová, PhD. - špecialistka na diabetes, poruchy látkovej výmeny a výživy, prezidentka Slovenskej obezitologickej asociácie (SOA) a Obezitologickej sekcie Slovenskej diabetologickej spoločnosti (OS SDS)

doc. MUDr. Peter Minárik, PhD. MSc. – gastroenterológ, odborník na výživu, viceprezident Slovenskej obezitologickej asociácie

doc. MUDr. Barbara Ukropcová, PhD. – vedúca vedecká pracovníčka, Biomedicínske centrum SAV, Bratislava

doc. PharmDr. Daniela Mináriková, PhD., MSc. – členka výboru Slovenskej obezitologickej asociácie

doc. MUDr. Ľubomír Marko, PhD., člen Slovenskej obezitologickej asociácie



Generálny partner:



Hlavný partner:



Partneri:

