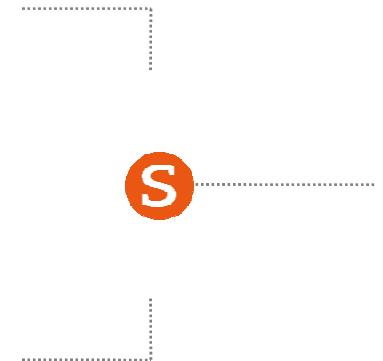


World Obesity Day

6th Slovak Obesity Day

4 March 2021

Project Overview



World Obesity Day / Slovak Obesity Day expected outcomes of the activity

- ✓ **Focused on:** general public, patients, healthcare professionals, politicians, policymakers
- ✓ Expected **outcomes of the activity:** to raise awareness of the to risk associated with obesity and its comorbidities in population of patients, healthcare professionals, pharmacists, highlighting on the fight against obesity at a community level
- ✓ **Education** of healthy lifestyle, physical activity
- ✓ **Understanding** obesity as serious, chronic, preventive disease with the need for a multidisciplinary approach, understanding the causal link between obesity and COVID-19




Social networks

Slovenský deň obezity
8. marca o 13:03 · 🌐

Pozrite si aktuálnu reportáž o rizikách obezity v súvislosti s novým koronavírusom.

#Slovenskydenobezity2021 #COVID19 #koronavirus #obezita

Reportáž bola odvysielaná 7. marca, Zdroj: TV Markíza



Talkie o zdraví je na mieste
Zážitkové centrum vedy Aurelium.
5. marca o 10:46 · Bratislava · 🌐

🎤 Zaujíma vás, čo všetko môže zapríčiniť obezita? Ako sa jej vyhnúť? Aj na tieto otázky odpovedajú naši odborníci ✅

Celý záznam: https://youtu.be/S6Mp9_fNp8k ✅❤️



Slovenský deň obezity
4. marca o 10:54 · 🌐

DAJME SA DO POHYBU!

V spolupráci s Centrom pohybovej aktivity Biomedicínskeho centra SAV sme pre vás vytvorili súbor jednoduchých cvikov, ktoré zvládnete aj doma. Zacvičte si s nami a pozvite aj priateľov.

V prevencii obezity a zdravotných rizík, ktoré prináša sa musíme motivovať navzájom. Všetci sme dôležití. Každý potrebuje každého!...
Zobraziť viac



Mgr. Vierka Litváková
Trénerka a zdravotníčka v Centru pohybovej aktivity SAV SAV

BMINARODA.SK 🌐

Slovenský deň obezity

Televízia TA3
9. marca o 15:52 · 🌐

Slovákov ohrozuje obezita. Čo všetko hrozí ľuďom, ktorí ňou trpia?



Ohrozuje nás obezita

11NY. • NCZI: OBJEDNÁVKOVÝ SYSTÉM NA OČKOVANIE ČELIL V PONDELOK VEČER TAKMER HODINU KYBERN

Biomedical Research Center of the Slovak Academy of Sciences
4. marca o 11:11 · 🌐

Svetový deň obezity 2021 🌐🌐🌐

Viete o tom, že obezita globálne 🌐 postihuje viac ako 2 miliardy ľudí a Slovensko patrí medzi krajiny s jej najvyšším výskytom v Európe?

Obezita, nedostatok pohybu a sedavý spôsob života sú pritom významnými rizikovými faktormi vzniku viacerých civilizačných ochorení... 🙄

👏👏 Dajme sa teda do pohybu! 🙌

Prinášame 📺📺 odporúčani pre zvýšenie pohybovej aktivity 📺

<http://www.biomedcentrum.sav.sk/dajme-sa-do-pohybu-desat.../> 🌐



Facebook + Instagram – sponsored posts (selection)

World Obesity Day

6th Slovak Obesity Day

4 March 2021



Let's get moving
 reach 12,642 people
 55 comments
 88 sharing



Start gradually
 reach 2 434 people
 2 comments
 13 sharing



Cultivate a positive attitude towards physical activity

Website bminaroda.sk

Cooperation with professional organisations



Šiesty Slovenský deň obezity

Prečítajte si: [Liečba obezity je dnes naliehavejšia, než kedykoľvek predtým](#)

Na Slovensku sa 4. marca pri príležitosti Svetového dňa obezity organizuje každoročne projekt Slovenský deň obezity. Koná sa 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 sekciiu 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.

Ďalšie správy:

- [Nadváhu má viac ako polovica obyvateľov Slovenska](#)



Press release – World Obesity Day 4 March 2021



Liečba obezity je dnes naliehavšia, 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 % dospelé populácie nadhmotnosť, 25 % zápasí s obezitou a obezitou 3. stupňa (BMI ≥ 40 kg/m²) trpí asi 1 % dospelé 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

„Dlhodobou upozorňujeme na potrebu zmeny vnímania obezity z estetickéj 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, živé prostredie s inšpirujúcimi príkladmi a podporu 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“.

Vela sedenia škodí, aj keď pravidelne športujeme

Riziko vzniku obezity a s ňou súvisiacich chronických ochorení negatívne ovplyvňuje nasa 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 prispôbený na sedenie, sme obklopení stoličkami a veľkú časť života trávim sedením. Z evolučného hľadiska však človek nie je na takéto dlhé epizódy sedenia prispôbený. 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 arteriovej 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 i liečbe obezity so spoluprácou 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

Project cooperation „Moving against obesity “ with Slovak Association of Pharmacy Students

Project goals

- Increase awareness of exercise being necessary for health
- Educate about obesity as a medical condition
- Motivate students to regularly exercise, indoor or outdoors
- Encourage those close to us to regularly exercise
- Combat the sedentary lifestyle

During the campaign

- Lecture with experts
- Live stream exercises
- Periodic challenges

Miles against
obesity



Excercise against
obesity

Who is training with you today?
What motivates you to move?



Discussion Sessions

World Obesity Day

6th Slovak Obesity Day

4 March 2021



Talkie o zdraví
Live interview , 4.3.2021
https://youtu.be/S6Mp9_fNp8k

Interview about health



TV JOJ
News 12:00, Live interview, 4.3.2021

Risk obesity

NEWS – RTVS Television

World Obesity Day

6th Slovak Obesity Day

4 March 2021



STV 1
News 4.3.2021, 16:00
<https://www.rtv.s.sk/televizia/archiv/14028/262590#803>
13 min.21 s.



STV1
News 4.3.2021, Live interview, 19:00
<https://www.rtv.s.sk/televizia/archiv/13986/263119#1884>
884

Discussion Sessions World Obesity Day 6th Slovak Obesity Day 4 March 2021



TA3
Guest in the studio, Live interview, 8.3.2021
<https://www.ta3.com/clanok/1205013/rozvoju-obezity-dokazeme-zabranit-tvrdi-odbornicka.html>

We are threatened by obesity



TV Markíza
Teleráno, Live interview, 4.3.2021

Obesity and COVID-19

Discussion Sessions

World Obesity Day

6th Slovak Obesity Day

4 March 2021



STV 1
Dámsky klub, Live interview, 12.3.2021
<https://www.rtv.sk/televizia/archiv/14057/263443#930>



TV Ružinov
ERGO, Live interview, 15.3.2021
<http://www.tvr.sk/tvprogram/ergo/ergo/2021-03-15-17000>

Discussion Sessions

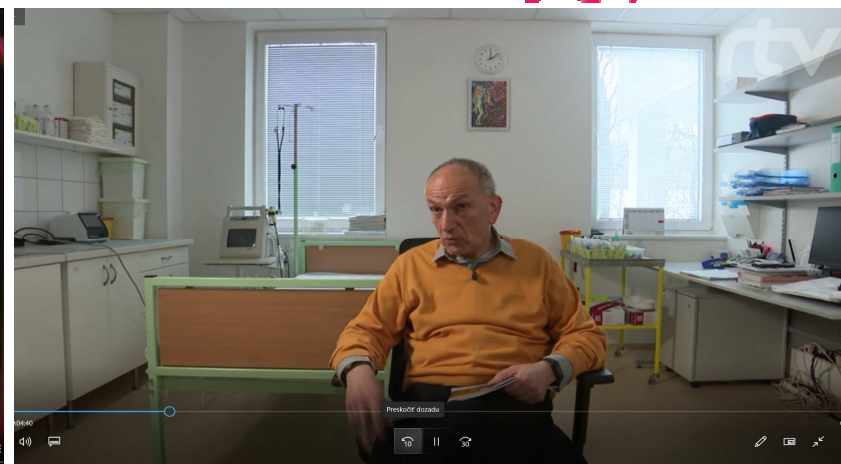
World Obesity Day

6th Slovak Obesity Day

4 March 2021



TV Markíza
Main news 19:00, 7.3.2021



STV 1
Moja diagnóza, 4.3.2021
<https://www.rtv.sk/televizia/archiv/15340/262913#1>
54

Discussion Sessions

World Obesity Day

6th Slovak Obesity Day

4 March 2021



RÁDIO SLOVENSKO

Domov O rádiu Rubriky Príspevky Tím & kontakty Program Cesta okolo Slovenska Facebook

Televízia **Rádio** Archív Program Novinky Hľadaj

Rádiá **Archív** Archív Extra Program Relácie Podcasty SOSR Spievácky zbor

» späť

Téma DRS: Svetový deň obezity

04. 03. 2021 07:23 | Spoločnosť



Aj keď už viac ako rok čelíme pandémie ochorenia COVID-19, už niekoľko posledných deňoch tu máme aj neustále narastajúcu pandému obezity.

Lubomíra Fábryová

00:00 03:29

Archív

RSS archív

Archív - zvolte dátum

Marec 2021

Po	Ut	St	Št	Pi	So	Ne
1	2	3	4	5	6	7

Pohotovosť

Publicistická relácia so zameraním na zdravotnícke témy.

Reláciu vysielajú všetky tri Rádiá Regína

Vysiela sa: pondelok 21:05-22:30

Pohotovosť

Pondelok 1.03.2021

O zdravotných rizikách nadváhy a obezity a najmä o prevencii chronických ochorení

00:01 1:24:59

Máte problém s prehrávaním? Nahlaďte nám chybu v prehrávači

Rádio Slovensko
 Morning news, 4.3.2021
<https://slovensko.rtv.s.sk/clanky/spolocnost/249867/tema-drs-svetovy-den-obezity>

Rádio Regína
 Pohotovosť, 1.3.2021
<https://www.rtv.s.sk/radio/archiv/1645/1532312>

Output overview in the press (1)

PLUS SPRÁVY | BUSINESS | REGIÓN Y | KRIMI | RÁDY A TIPY | ŠPORT24 | PLUS 7 DŇÍ

aktuality.sk SLOVENSKO | REGIÓN Y | SVET | TÉMY | KOMENTÁRE | CESTOVANIE | ZDRAVIE

Až 1,5 milióna Slovákov trpí obezitou, mnohí to ani nevedia: Pozrite, ako ste na tom vy!

Populárne z webu


Koaličná kríza

Koronavírus
COVID - 19
aktualizované za: nedeľa

+401 pozitívnych	+5906 zaočkovaných	+3861 testov	10.39% poz. testov	+60 úmrtí	1679 medián
----------------------------	------------------------------	------------------------	------------------------------	---------------------	-----------------------

Koronavírus: Obezita predstavuje zvýšené riziko pre ťažší priebeh a liečbu

Zdravie | 4.3.2021 09:07



<https://www.aktuality.sk/clanok/870614/koronavirus-obezita-predstavuje-zvysene-riziko-pre-tazsi-priebeh-a-liecbu/>

<https://www1.pluska.sk/rady-a-tipy/1-5-miliona-slovakov-trpi-obezitou-mnohi-to-ani-nevedia-pozrite-ako-ste-tom-vy>

lekari.sk je mediálne zdravotníctvo a informácie si tu nájdete lekář, lekářen, psycholog, farmaceut, očné optika, medik, z

Lekari.sk

ÚVOD | ZOZNAMY | RUBRIKY | PÁR SLOV | VIDEÁ | REGISTRÁCIA | CENÍK | KON

Obezita predstavuje zvýšené riziko pre ťažší priebeh a liečbu COVID-19

Bratislava 4. marca (TASR) - Na Slovensku má 60 percent dospeléj populácie nadhmotnosť, 25 percent ...

TASR | Vloženie/úprava Štvrtok, 04.03.2021 | Denné správy

Bratislava 4. marca (TASR) - Na Slovensku má 60 percent dospeléj populácie nadhmotnosť, 25 perce s obezitou a obezitou 3. stupňa trpí asi jedno percento dospeléj populácie, čo predstavuje asi 33.0 Výskumy jednoznačne potvrdzujú, že pacienti s nadhmotnosťou a obezitou sú rizikovou a zraniteľnou nielen pre známe chronické choroby, ale aj pre ochorenie COVID-19. Pri príležitosti slovenského Dňa (pripomenula Slovenská obezitologická asociácia (SOA) a Obezitologická sekcia Slovenskej diabe spoločnosti (OS SDS) „Údaje získané počas pandémie nám ukazujú, že COVID-19 môže pri nadhmotnosťou a obezitou znamenať väčšiu hrozbu, či už ide o zhoršenie pridružených ochorení, riziko hospitalizácií, zvýšené riziko prijatia na jednotku intenzívnej starostlivosti s ťažším priebehom och vyššou pravdepodobnosťou nutnosti umelej pľúcnej ventilácie a úmrtnosti,“ upozornila Ľubomíra F prezidentka SOA a OS SDS. Práve z týchto dôvodov je obezita jednou z kľúčových oblastí, ktori pozornosť zdravotníci na celom svete - vrátane Úradu verejného zdravotníctva (ÚVZ) SR a regi úradov verejného zdravotníctva, ktoré prevádzkujú Poradne zdravia pre občanov. "Medzi rizikové faktc obezity patria napríklad fyzická inaktivita, sedavý spôsob života, nesprávne, nezdravé a nep stravovanie, nedostatočný spánok, stres. Ďalej sa môžu na vzniku obezity podieľať environme socioekonomické faktory, genetická predispozícia či hormonálne poruchy alebo iné metabolické vymenovali odborní pracovníci z Odboru podpory zdravia a výchovy k zdraviu ÚVZ.Svetová zdr

<https://lekari.sk/denna-sprava/Obezita-predstavuje-zvysene-riziko-pre-tazsi-priebeh-a-liecbu-COVID-19-40990.html>

Output overview in the press (2)



Domov > Lifestyle > Liečba obezity je dnes naliehavejšia, než kedykoľvek predtým

Lifestyle > Zdravie

Liečba obezity je dnes naliehavejšia, než kedykoľvek predtým

9. marca 2021



Aj keď už viac ako rok čelíme pandémie ochorenia COVID-19, už niekoľko posledných desaťročí tu máme aj neustále narastajúcu pandémiu obezity. Kým

<https://www.lenprezeny.sk/liecba-obezity-je-dnes-naliehavejsia-nez-kedykolvek-predtym/>



svetok 22.04.2021 | meniny má Slavomír

RODINKA TEHOTENSTVO BABETKO DETSKÉ CHOROBY ZVERY

ZDRAVIE > ZDRAVIE

Sme tuční

ts 03.03.2021 0

„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.



<https://www.rodinka.sk/zdravie/zdravie/de-n-obezity>



Všetko o sčítaní Sčítanie obyvateľov, domov a bytov

TERAZ.SK Štvrtok 22. apríl 2021 Deň Zeme | Meniny má Slavomír

Koronavírus a Slovensko Informácie a platné opatrenia na koronavirus

< reklama Slovensko

Obezita predstavuje zvýšené riziko pre ťažší priebeh a liečbu COVID-19

zdravie 1 0



Ilustračná snímka. Foto: TASR/AP

Svetová zdravotnícka organizácia považuje obezitu za chronické ochorenie, ktoré patrí do rúk špecialistov a vyžaduje si liečbu.

Autor: TASR 4. marca 2021 9:10

Najčítanejšie 24h

- 1 Fico: Mali sme pravdu, Sorosove penia oplytvujú dianie na Slovensku
- 2 Premiér: Slovenská republika vyhostí troj ruských diplomatov
- 3 Prezidentka odvolala z funkcie rektora ST Miroslava Fikara
- 4 Rusko je sklamané z vyhostenia svojich diplomatov zo SR, bude reagovať
- 5 ČELÉ ZNENIE: Mapa okresov platná od 21 apríla
- 6 Premiér: Pandemický zákon by mal byť pripravený do konca mesiaca
- 7 Hlas-SD vyhostenie ruských diplomatov prekvapilo

<https://www.teraz.sk/slovensko/obezita-predstavuje-zvysene-riziko-pr/532339-clanok.html>

Output overview in the press (3)

Odborníci na obezitu: Veľa sedenia škodí, aj keď pravidelne športujeme

Pravda 04.03.2021 10:00



Na Slovensku má 60 % dospelaj populácie nadhmotnosť, 25 % zápasi s obezitou. Autor: SHUTT

Na Slovensku má 60 % dospelaj populácie nadhmotnosť, 25 % zápasi s oba obezitou 3. stupňa (BMI ≥ 40 kg/m²) trpí asi 1 % dospelaj populácie (čo predstavuje asi 33-tisíc osôb). Výskumy a štúdie jednoznačne potvrdzujú pacientí s nadhmotnosťou a obezitou sú rizikovou a zraniteľnou skupinou nielen pre známe chronické choroby, ale aj pre ochorenie COVID-19.

<https://zdravie.pravda.sk/zdravie-a-prevencia/clanok/580001-odbornici-na-obezitu-vela-sedenia-skodi-aj-keď-pravidelne-sportujeme/>



AKTUÁLNE

Na Slovensku má 60 % dospelaj nadhmotnosť, 25 % je obéznych a obezitou 3. stupňa trpí asi 1 % – predstavuje to 33 000 ľudí.

„Potešilo ma, keď sa mi po roku od operácie prišla ukázať štíhla tucetlata žena a pochválila sa, že už nemá depresie, na šia si partnera a má šancu ošetrovať,“ hovorí doc. Marko.

„Obvodní lekári často odbavia pacienta poznámkou, že by mal schudnúť. Tak by to nemalo byť,“ hovorí docent **Lubomír Marko**.

Obézni musia počkať

Koronavirus si zvlášť nevyberá – má mladých, starých, chudých aj obéznych. Je však pravda, že zraniteľnejší sú práve tí obklopení zbytočným tukom. A na Slovensku ich nie je málo. „Udaje získané počas pandémie nám ukazujú, že COVID-19 môže pre ľudí s nadhmotnosťou a obezitou znamenať väčšiu hrozbu,“ hovorí MUDr. Lubomír Marko, PhD. Skúsený lekár, ktorý sa venuje tzv. bariatricko-metabolickej chirurgii, predpokladá, že pandémia naše štatisticky obéznych ešte zhorší. Pri práci s domom, keď je chladnička stále na očiach a obmedzilí sme pohyb, si mnohí nedokážeme ustrážiť, aby príjem energie v jedle nebol vyšší ako výdaj.

Tristo operácií ročne
Až štvrtina ľudí na Slovensku trpí podľa údajov SOA obezitou. A až 33 000 ľudí má BMI vyššie ako 40, teda trpí obezitou 3. stupňa, ktorá i bez kvôli ohrozuje ich životy. Keby táto amária ľudí, hoci len zo strachu, chcela začať riešiť svoj stav účinnou operatívnou metódou žiadku, tak rýchlo to nepôjde. Tieto operácie sú teraz pozastavené.

„Sleeve“ resekcia je najpriradenejšia
Docent Marko sa s osudmi obéznych stretáva vyše tridsať rokov. Za ten čas sa zmenil i techniky operácií. „Dlho sa vykonávali bandáže – ľudovo podväzanie žalúdka. V hornej časti žalúdka sa umiestnil plesťový krúžok, ktorý sťažil prechod stravy a tým obmedzil jej

jednorazovo prijaté množstvo,“ vracia sa do minulosti. Dnes je najrozšírenejšia sleeve resekcia, pri ktorej sa laparoskopicky odstráni približne 80 percent žalúdka. Jeho objem sa zmenší asi na 150 – 180 ml. Pacient tak môže jednorazovo prijať len menšie množstvo stravy,“ vysvetľuje v skratke.
Existujú aj iné typy operácií, ktoré spočívajú v „neskorom“ styku potravy s trávničmi slivkami – pacienti však potom majú veľa ťažké stolice a u niektorých to môže viesť k nedostatku minerálov a živín. Docent Marko preto považuje „sleeve“ resekciu žalúdka za najlepšiu, ale obmedzí množstvo stravy a odstránením baniek v žalúdku, zodpovedných za hlad, sa odstráni aj tento pocit.

Nie je pre každého
Na náročnú operáciu nemá nárok každý. „Podmienkou je BMI nad 40 bez priradených ochorení, predchádzajúca neúspešná snaha o schudnutie pohybom a znouženou stravou

a vek od 18 do 60 rokov,“ vymenňuje lekár. Ak má človek vysoký tlak, vážne problémy s kĺbmi a chrbticou, na operáciu sa môžete dostať pri BMI 35.
Morálna obezita nie je automatickou preputkou na operačnú stôl. Treba najskôr vylúčiť hormonálnu príčinu obezity či závažné ochorenia žalúdka. Vyradí z hry o životnú zmenu môže človeka niektoré z vážnych psychických ochorení vrátane depresie. Záver psychologického vyšetrenia musí znieť v duchu

Dôležité
Operácie sú len od 18 rokov.



Nem esztétikai hiba, hanem betegség A KÖVÉRSÉG

Ígát, hogy már egy éve koronavírus-járvány van, de van még egy: a elhízottság járványa. Míg 2016-ban „csak“ 650 millió túlsúlyos ember volt, ma már ez a szám elérte a 800 milliót. Szlovákiában a felnőtt népesség 60 százaléka túlsúlyos, 25 százalék elhízott. A túlsúly 3. fokozatának kategóriájába 1 százaléka, vagyis 33 ezer ember tartozik. A kutatók és a tanulmányok azt mutatják, hogy öket nemcsak az ismert krónikus betegségek, hanem a Covid-19 is jobban veszélyezteti.

és károsabb, nagyobb az esélyük arra, hogy az immár ismert vírus ellenük. Választásuk, hogy mennyire figyelmeztetnek az orvosok, és az sem kétségtelen, hogy még így sem elég túl a fertőzésre.”
Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) és más jelentős szakmai társaságok krónikus betegségek tartják a túlsúlyt, aminek kezelése szakszerű feladat, miközben első szakember kell legyen, például a közvetlen orvos, a diétológus, a kardiológus, a táplálékallergiás szakember, a pszichológus, a sebész.
Az elhízottság világszerte, kezdve a fejletlenebb országoktól és tartományoktól megállás nélkül terjed. Ennek az oka az, hogy az emberek egyre több időt töltenek a számítógépek előtt, kevesebb időt töltenek a szabadban, kevesebb időt töltenek a mozgással. Ennek az oka az, hogy az emberek egyre több időt töltenek a számítógépek előtt, kevesebb időt töltenek a szabadban, kevesebb időt töltenek a mozgással.

túlsúlyt a világszerte idején is el lehet kerülni és lehet kezelni.
Árt a hosszú távú
A túlsúly és a vele kapcsolatos krónikus betegségek kialakulása negatív hatással van a mozgásigényre és az egészségre. Ennek az oka az, hogy az emberek egyre több időt töltenek a számítógépek előtt, kevesebb időt töltenek a szabadban, kevesebb időt töltenek a mozgással.
– mutatott rá dr. Barbara Uropová, az SZTA biomedicinai centrumának munkatársa.
„A túlsúlyt sebészi beavatkozással a 18-60 éves korig lehet kezelni. Fontos az elhízottság megelőzése és a rendszeres intenzív mozgás.”
„Olyan korán diétát, amire a sok újszülött gyermeknek szüksége van, hogy elkerülje az elhízottságot, és diétát még gyermekkorban. Am az embernek az élet 30-60 évét ez a mozgás megadja az élet minőségét és az egészségét.”
Napiintézet a hosszú távú csökkentés az anyagcsere és az immunrendszer erősítésével és a mozgással. Ennek az oka az, hogy az emberek egyre több időt töltenek a számítógépek előtt, kevesebb időt töltenek a szabadban, kevesebb időt töltenek a mozgással.



„A mozgásból úgy jöttél, ahogy az életből: felkészüléssel, örömmel és szeretettel. Mert a mozgás az élet, az élet pedig mozgás. Mindkettőtől azt kapod, amire vágysz.”
– Ron Fitcher



Medias outputs (1)



<https://zdravie.pravda.sk/zdravie-a-prevencia/clanok/580001-odbornici-na-obezitu-vela-sedenia-skodi-aj-ked-pravidelne-sportujeme/>

<https://www.rodinka.sk/zdravie/zdravie/den-obezity/>

<https://www1.pluska.sk/rady-a-tipy/1-5-miliona-slovakov-trpi-obezitou-mnohi-to-ani-nevedia-pozrite-ako-ste-tom-vy>

<https://www.dnes24.sk/rychle-spravy/obezita-predstavuje-zvysene-riziko-pre-tazsi-priebeh-a-liecbu-covid-19-181426>

<https://www.hlavnespravy.sk/liecba-obezity-je-dnes-naliehavejsia-nez-kedykolvek-predtym/2457378>

<https://www.aktuality.sk/clanok/870614/koronavirus-obezita-predstavuje-zvysene-riziko-pre-tazsi-priebeh-a-liecbu/>

<https://www.teraz.sk/zdravie/obezita-predstavuje-zvysene-riziko-pr/532339-clanok.html>

<https://www.info.sk/sprava/186101/obezita-predstavuje-zvysene-riziko-pre-tazsi-priebeh-a-liecbu-covid19/>

<https://lekari.sk/denna-sprava/Obezita-predstavuje-zvysene-riziko-pre-tazsi-priebeh-a-liecbu-COVID-19-40990.html>

<https://www.ta3.com/clanok/1204542/s-nadvahou-je-priebeh-ochorenia-covid-19-tazsi-mnoho-krajin-ma-problem.html>

<https://bajecnezeny.sk/pozor-obezita-predstavuje-zvysene-riziko-pre-tazsi-priebeh-a-liecbu-covid-19/>

<https://www1.pluska.sk/spravy/z-domova/viac-ako-polovica-slovakov-ma-nadvahu-odbornici-varuju-zhorseny-priebeh-koronavirusu>

<https://zdravie.pluska.sk/zdravy-zivot/sedenie-je-riziko-pre-covid-19-skodi-aj-ked-vela-sportujete>



Medias outputs (2)



<https://wetransfer.com/downloads/54e77aeab10be7494befafdf774b35b520210304151516/30fcc032f1addba7c0e20311db70f68b20210304151542/2e33bc>

<https://slovensko.rtvs.sk/clanky/spolocnost/249867/tema-drs-svetovy-den-obezity>

<https://we.tl/t-rAUsfW1trT>

<https://ssvpl.sk/rady-lekara/liecba-obezity-je-dnes-naliehavejsia-nez-kedykolvek-predtym/>

www.talkieozdravi.sk

https://www.youtube.com/watch?v=S6Mp9_fNp8k&t=806s

<https://drive.google.com/file/d/18tlt8S0VPiEnBR-Az9sgA-Uv41XkbM9f/view?usp=sharing>

<https://wetransfer.com/downloads/eb43f39e411dc063bdf42ecf653f7de220210308191439/bd575ee585b8c4a7053745556af3248e20210308191439/388006>

<https://bleskovky.zoznam.sk/>

<https://www.ta3.com/clanok/1205013/rozvoju-obezity-dokazeme-zabranit-tvrdi-odbornicka.html>

https://www.uvzsr.sk/index.php?option=com_content&view=frontpage&Itemid=1

[Téma DRS: Svetový deň obezity - Články - Rádio Slovensko \(rtvs.sk\)](#)




<https://www.fpharm.uniba.sk/>

<https://www.facebook.com/251072307665/posts/10158158671367666/?d=n>



**We stayed in touch with everyone through
press releases, journals, TV, radio, facebook
and online training**

Remaining activities in May and June 2021

-  19th May 2021 advisory board of experts in bariatric metabolic surgery with representatives of the Ministry of Health, Health Insurance Companies and Social Insurance Company.
-  Press release – information about established of the multidisciplinary Alliance of Professional Societies against Obesity
-  The International Day of General Practitioners we are preparing a joint activity in May - walking (physicians, patients) in two Slovak cities (Bratislava and Košice).

World Obesity Day

6th Slovak Obesity Day

4 March 2021





Thank you
to everyone
involved
for your support





Best regards and stay healthy

Ľubomíra Fábryová, MD, Ph.D.
President of Slovak Obesity Association and
President of Obesity Section Slovakian Diabetes Society

MetabolKLINIK sro
Dept. for diabetes, metabolic disorders,
Lipid Clinic, MED PED centre
Cukrová 3,811 08 Bratislava, Slovakia
Biomedical Research Centre of the Slovak Academy of Sciences
Dúbravská cesta 9, 814 39, Bratislava, Slovakia
lfabryova@metabolklinik.sk