

Senivia.cz, 20. 5. 2016

Obezita ohrožuje naše zdraví. Jak ji konečně porazit?

20. května 2016 16:00

Praha 20. května – Nadváha a obezita se stávají jednou z největších hrozeb současnosti. Obezita je civilizační onemocnění, při němž dochází k nahromadění tukových zásob v organismu. A 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.

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. „Zdravotní komplikace rozvinuté díky obezitě a s tím související zhoršený psychický stav vedou k celkovému zhoršení kvality života jedince. Lidé by proto měli obezitu i nadváhu řešit včas, dříve než se objeví první problémy,“ dodává MUDr. Igor Šimoník z Nemocnice sv. Zdislavy v Mostištích, kterou provozuje společnost VAMED Mediterra.

Obezita působí celou řadu zdravotních obtíží:

- **Choroby trávicího traktu a jaterní potíže:** 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.
- **Nádorová onemocnění:** tlustého střeva a konečníku, dělohy a vaječníků, prsu, žlučníku, žlučových cest, pankreatu, jater, prostaty a ledvin.
- **Problémy pohybového aparátu:** zátěž kloubů a páteře, zejména kloubů dolních končetin a kyčlí.
- **Psychosociální komplikace:** diskriminace ve společnosti, malé sebevědomí, deprese, úzkost či poruchy příjmu potravy.
- **Kožní choroby:** ekzém, strie, celulitida a nadměrní pocení.
- **Gynekologické komplikace:** poruchy cyklu či ztráta menstruace.



Účinná pomoc existuje

Někteří lidé s nadváhou nebo s mírnější obezitou dokážou tyto problémy překonat ve spolupráci s lékařem či sami. Moderní medicína ale přináší naději i těm, kterým obezita ohrožuje zdraví a kteří ji bez větší pomoci porazit nedokážou. Těmto lidem přichází na pomoc bariatrická chirurgie, tedy výkony určené k chirurgické léčbě obezity.

Tyto zákroky jsou nejúčinnějším způsobem léčby a provádí se v současnosti téměř výhradně laparoskopicky, miniinvazivně. Patří dnes k běžně dostupným, bezpečným a uznávaným metodám při léčbě těžkých forem obezity. Výsledky chirurgického léčení jsou u naprosté většiny obézních dlouhodobé, trvalé a vedou k výrazným hmotnostním úbytkům. Bariatrická chirurgie je úspěšná u více než 80 % pacientů.

Dostupné metody bariatrické chirurgie

V České republice se využívá hlavně restriktivních výkonů, při nichž se zmenší kapacita žaludku, a tím i možnost příjmu většího množství potravy. 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,“ vysvětluje MUDr. Igor Šimoník.

Adjustabilní gastrická bandáž žaludku je metoda, která sníží kapacitu žaludku jeho zaškrcením do tvaru nesymetrických přesýpacích hodin. Malou horní část žaludku relativně rychle naplní menší množství potravy a pacient má pocit sytosti. Výhodou bandáže žaludku je vratnost zákroku a možnost regulovat sílu zaškrcení a tím i pacientův příjem potravy.

Další metodou je **plikace žaludku** u nichž však doposud neexistují dlouhodobé výsledky a operace je tak stále ve stádiu studie. „Současně moderní medicína nabízí také možnost provedení tzv. gastrického bypassu a v poslední době se nově prosazuje také metoda SADI-S. Pacient má tedy velké spektrum možností, jak své problémy operativně řešit,“ doplňuje MUDr. Igor Šimoník.

Ne každý je obézní vlastní vinou, často se setkáváme i s obezitou zaviněnou dědičnými faktory. Mohou jí trpět i lidé s nízkým energetickým přísunem v potravě. Častou příčinou nadváhy i obezity je 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 našem zdraví.