

## ZDRAVOTNÍ KOMPLIKACE OBEZITY

### Kardiovaskulární komplikace

- Hypertenze
- Hypertrofie
- ICHS
- Snížená kontraktilita myokardu – srdeční selhání
- Arytmie
- Náhlá smrt
- Mozkové cévní příhod
- Varixy

### Respirační komplikace

- Hypoventilace a restrikce
- Syndrom spánkové apnoe

### Gynekologické komplikace

- Poruchy cyklu, amenorea
- Komplikace těhotenství a při porodu
- Pokles dělohy
- Záněty rodidel

### Onkologické komplikace

- Gynekologické (hyperestrogenismus):ca edometrie, vaječníku, prsu, dělohy
- Gastrointestinální :ca kolorektální, žlučníku, pankreatu, jater
- Urologické: ca prostaty, ledvin

## Ortopedické komplikace

- Degenerativní onemocnění kloubů a páteře

## Kožní komplikace

- Ekzémy, mykózy
- Strie
- Celulitida

## Psychosociální komplikace

- Společenská diskriminace
- Malé sebevědomí, motivační poruchy
- Deprese, úzkost
- PPP

## Chirurgická a anesteziologická rizika

- Vliv kardiopulmonálních komplikací
- Vliv horšího hojení ran

## LÉČBA OBEZITY

Má být přizpůsobena věku obézního, stupni nadváhy a přítomnosti zdravotních komplikací.

### CÍLE LÉČBY

Není normalizace hmotnosti

- Pacient s nadváhou BMI 25,0-29,9 bez zdravotních komplikací – udržet hmotnost.
- Pacient s nadváhou se zdravotními implikace – reálný cíl hmot. redukce
- Pokles o 5-10% - významně snižuje a mnohdy i normalizuje RF
- Pacient s těžkou obezitou BMI  $\geq 40$  – chirurgická léčba – reálná redukce až o 20-30%
- Cílem je : schopnost udržet docílený úbytek MOTIVACE
- Dlouhodobá úspěšnost: pozitivní doporučení namísto restrikcí, pravidelná pohybová aktivita, farmakoterapie.
- MOTIVACE

## KOMPLEXNÍ LÉČBA OBEZITY

- 1. Nízkoenergetické diety s omezením tuků**
- 2. Pohybová aktivita**
- 3. Behaviorální modifikace životního stylu – jídelní a pohybové návyky.**
- 4. Farmakoterapie**
- 5. Chirurgická léčba u těžkých obezit**

### Ad)1

**Nízkoenergetická dieta se ↓ energetického příjmu o 2,5 MJ**

**Nízkoenergetická dieta o denním energetickém příjmu 5-6 MJ**

**VLCD** – kontraindikace děti a dospívající, těhotné a kojící, pacienti se závažnějším onemocněním srdce, ledvin a jater, pacienti s vředovou chorobou, s chudokrevností, DM I., v posledním půlroce mozková cévní příhoda, intolerancí laktózy, PPP, s fenylketonurií.

Redita, modifast, Cambridgská dieta

**Vysokoproteinové nízkoenergetické diety s nízkým obsahem S**

**Alternativní dietní postupy**

### Ad2)

**F**

**I**

**T**

- **Zabraňuje poklesu energetického výdeje při dietní léčbě a ↑ DIT**
- **Zabraňuje úbytku aktivní tělesné hmoty**
- **Zvyšuje se mobilizace spalování tuků**
- **Zlepšuje fyzickou zdatnost**
- **Příznivě ovlivňuje psychiku, potlačuje deprese**
- **Krátkodobé snížení chuti k jídlu**

**Vhodné a nevhodné formy cvičení**

**Ad3)**

**Ad4)**

- **Efedrin + kofein v kombinaci (Elsinorské prášky)**
- **Fentermin (Adipex)**
- **Orlistat (Xenical)**
- **Sibutramin (Meridia)**

**SOCIOEKONOMICKÉ DOPADY A VÝZNAM JEJÍ LÉČBY**

**PREVENCE**