

Obezita

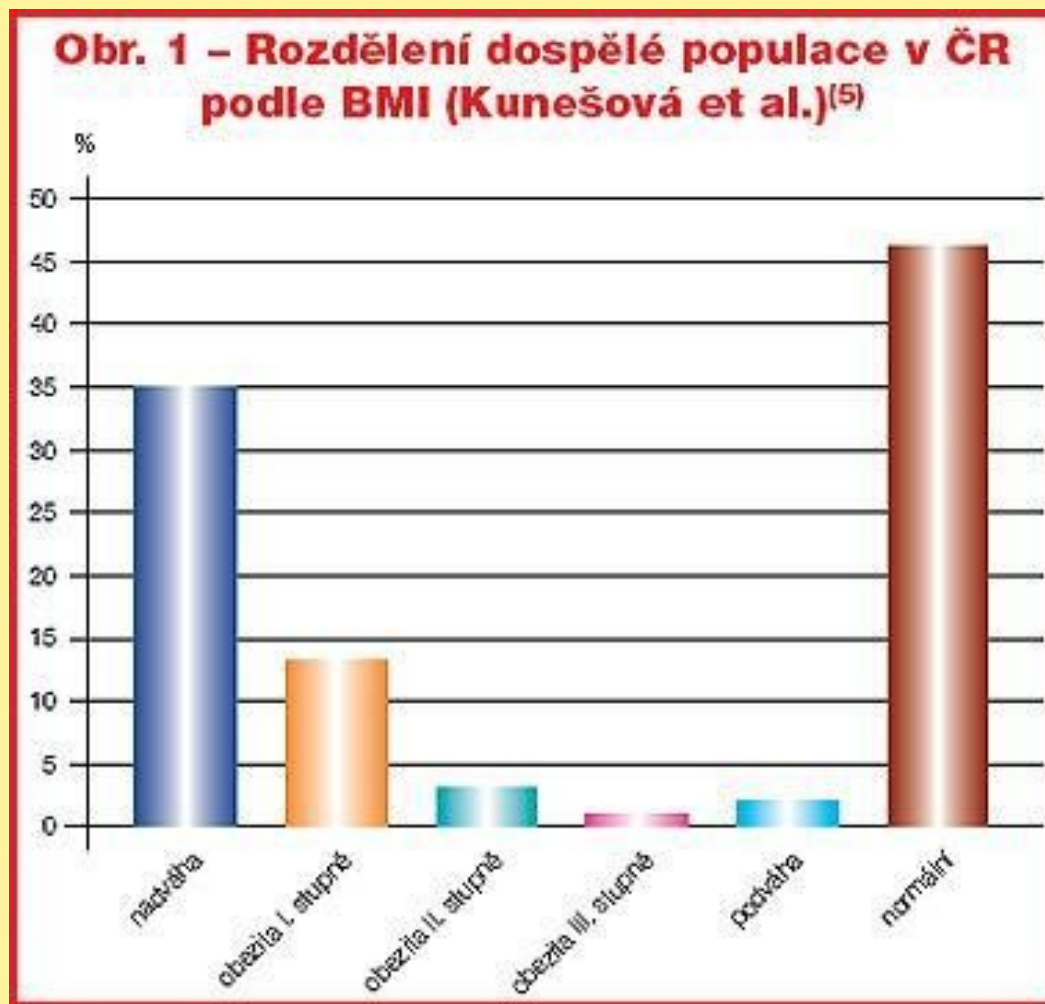


INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Definice

- stav, charakterizovaný nadměrnou tělesnou hmotností, která je způsobena zvýšeným ukládáním tukové tkáně
- podstatou obezity je tedy **nadměrné množství tukové tkáně** (podkoží, viscerální oblast, parenchymové orgány)
- nadváha je předstupeň obezity

Výskyt obezity v ČR



Příčiny obezity

- dědičnost
- neurologické faktory
- psychické faktory
- sociálně - ekonomické vlivy
- **faktory životního stylu**
- rodinné zvyklosti
- endokrinní faktory
- farmakologické faktory
- ostatní faktory

Klinický obraz obezity

- **dynamická fáze** – rychlý nárůst tělesné hmotnosti
- **stabilizovaná fáze** – hmotnost je již konstantní a obezita je rozvinuta

Klasifikace obezity

- **podle fáze obezity** – stabilní, nestabilní
- **podle příčiny obezity** – primární, sekundární
- **kvantitativní klasifikace** – podle hmotnosti (BMI), podle množství tuku v těle
- **kvalitativní klasifikace** – podle distribuce tuku v těle

Klasifikace podle BMI

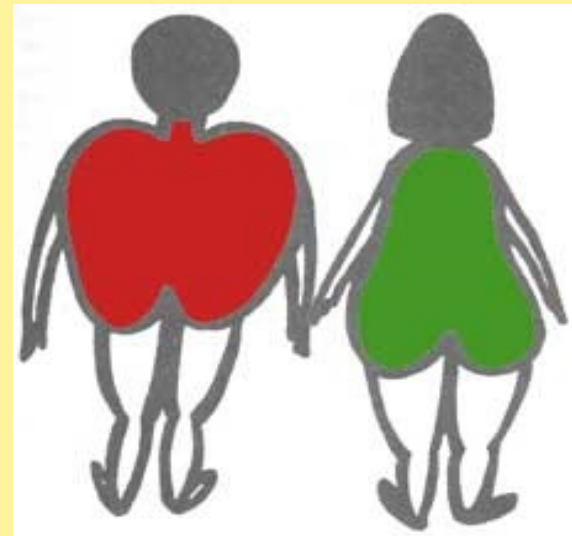
klasifikace	BMI	riziko komplikací obezity
podváha	<18,5	nízké riziko jiných chorob
normální váha	18,5 – 24,9	průměrné
nadváha	25 – 29,9	mírně zvýšené
obezita I. stupně	30,0 – 34,9	středně zvýšené
obezita II. stupně	35,0 – 39,9	velmi zvýšené
obezita III. stupně	≥ 40	vysoké

Klasifikace podle % tuku v těle (BIA)

klasifikace	muž	žena
podvýživa	< 10 %	< 20 %
norma	10 – 20 %	20 – 30 %
nadváha	20 – 25 %	30 – 35 %
obezita	25 – 30 %	35 – 40 %
extrémní obezita	> 30 %	> 40 %

Kvalitativní klasifikace

- androidní typ (jablko)
- gynoidní typy(hruška)
- cushinogidní typ



Cushingoidní typ obezity



Hodnoty obvodu pasu

↑ riziko

vysoké riziko

muži

> 94 cm

> 102 cm

ženy

> 80 cm

> 88 cm

Diagnostika

nejjednodušší jsou antropometrické metody:

- tělesná hmotnost, tělesná výška → indexy
- měření obvodů
- měření tloušťky kožních řas
- bioelektrická impedance (BIA)

Léčba

cílem je trvalá redukce hmotnosti a snížení rizika metabolických a kardiovaskulárních komplikací

- dietoterapie, kognitivně – behaviorální terapie (KBT)
- zvýšení a úprava fyzické aktivity
- psychoterapie
- farmakoterapie
- chirurgická terapie (bariatrie)

Dietoterapie, KBT

- omezení energie, příjmu tuků a sacharidů v závislosti na přísnosti diety, při zachování příjmu bílkovin
- pravidelnost (rovnoměrné rozdělení energie)
- dodržovat pitný režim
- přijatelnost z hlediska chuťových preferencí
- porušení diety je nutno korigovat a v dietě vytrvat
- alkohol

Pohybová aktivita

- krátkodobý a dlouhodobý pozitivní efekt
- cvičení aerobního charakteru, střední intenzity v délce trvání 30 – 45 minut a to 3 – 6 x týdně
- mělo by být dosaženo 60% maximální zátěže
- chůze, běh, jízda na kole, plavání

Farmakoterapie

- **anorektika (sibutramin)** – Meridia, Lindaxa
- **inhibitory pankreatické lipázy (orlistat)** – Xenical
- **antagonista kanabinoidních receptorů**
(rimonabant)

Chirurgická terapie

- baritrická chirurgie
- BMI > 40, nebo > 35 v případě komplikací
- selhání konzervativních léčebných postupů
- spolupracující pacient

Typy bariatrických výkonů

- **restriktivní** – bandáž žaludku, sleeve gastrektomie
- **zkratové** – střevní bypassy
- **kombinované** – gastrický bypass

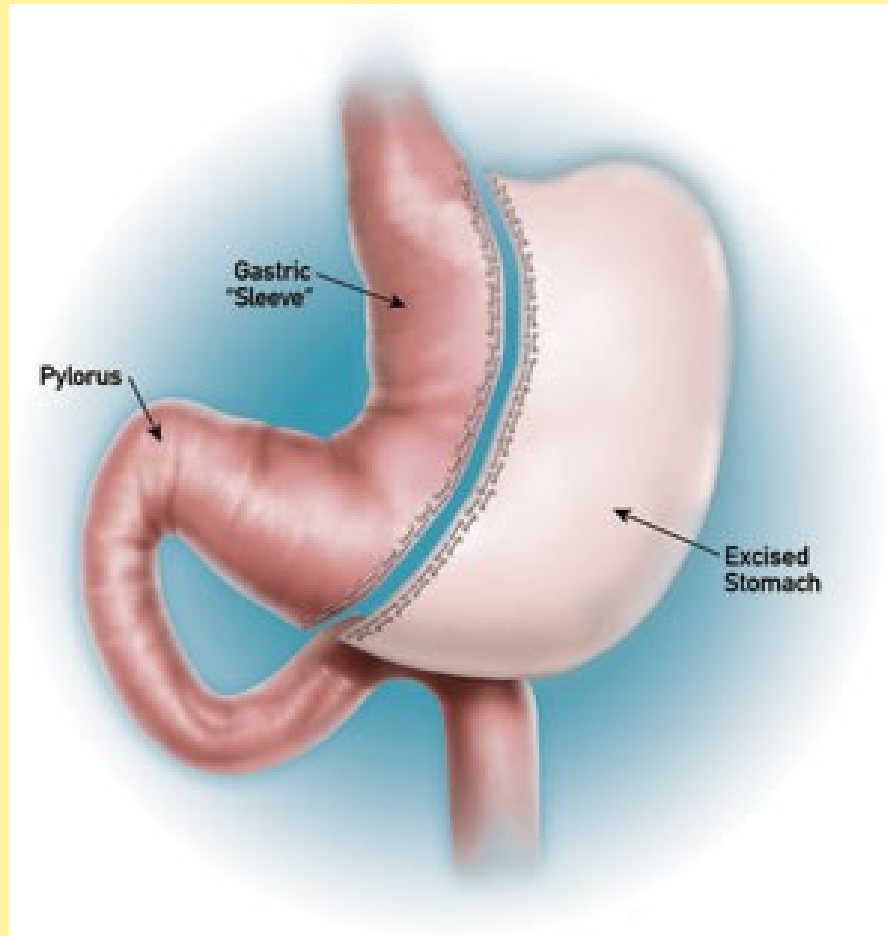
Intragastrický balón



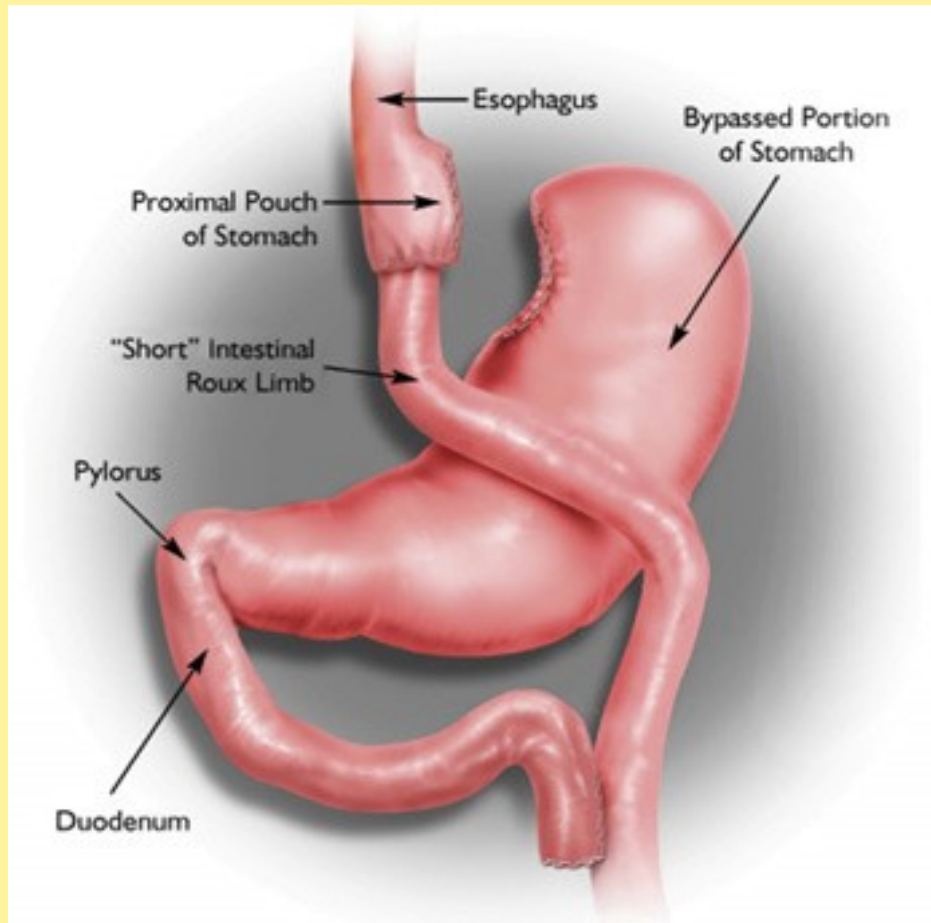
Bandáž žaludku



Sleeve resekce



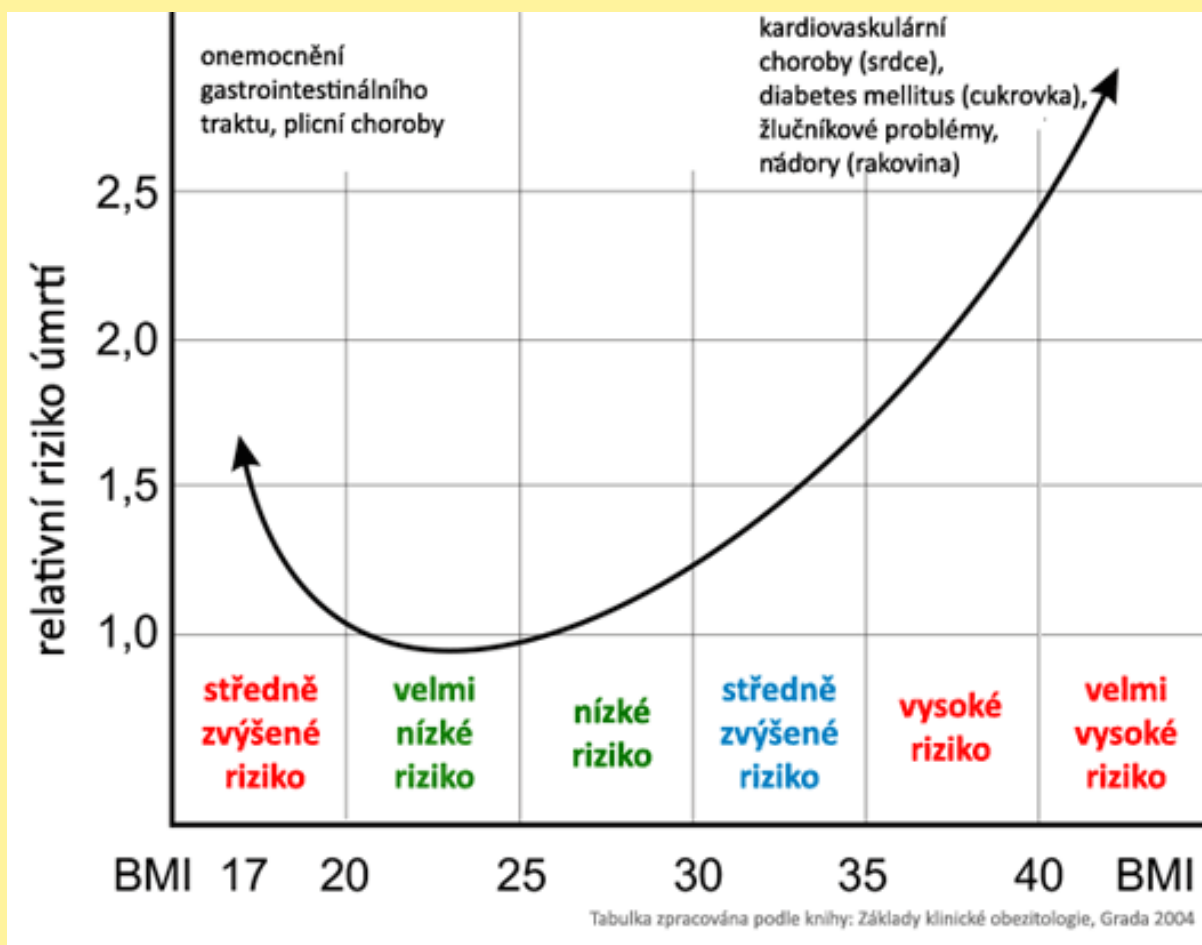
Gastrický bypass



Komplikace obezity

- kardiiovaskulární
- plicní
- gynekologické
- kožní
- chirurgické
- psychologické
- metabolické
- gastrointestinální
- ortopedické
- endokrinní
- onkologické

Obezita a riziko smrti





Děkuji za pozornost