

Sporočilo za javnost

Debelost je bolezen

Ljubljana, 1. marec 2022 – Na svetu je okoli 650 milijonov odraslih in 124 milijonov otrok, ki živijo z debelostjo. Tudi v Sloveniji iz leta v leto narašča število oseb, ki živijo z debelostjo. *Debelost je bolezen (ob svetovnem dnevu debelosti)* je naslov in hkrati glavno sporočilo okrogle mize, ki sta jo skupaj s STA organizirali Slovensko združenje za kronične nenalezljive bolezni in Društvo za zdravje srca in ožilja Slovenije.

V zadnjih 47. letih se je po celem svetu število oseb, ki živijo z debelostjo, skoraj potrojilo. Svetovna zdravstvena organizacija je že leta 1997 debelost uvrstila med kronične presnovne bolezni, medtem ko danes že govorimo o t. i. svetovni epidemiji debelosti. **Doc. dr. Nena Kopčavar Guček, dr. med. spec.** iz Zdravstvenega doma Ljubljana je dejala, da je debelost nedvomno povezana z večjo obolevnostjo, umrljivostjo in zmanjšano kakovostjo življenja. *»Rezultati raziskav kažejo, da je debelost (vzročno) povezana s 57 % sladkorne bolezni tipa 2, s 30 % žolčnih kamnov, s 17 % arterijske hipertenzije in koronarne bolezni, s 14 % osteoartritisa, z 11 % raka dojk, maternice in debelega črevesa. Dokazane so še številne vzročne povezave z drugimi telesnimi in duševnimi boleznimi,«* je še opozorila doc. dr. Kopčavar Guček.

S tem se je strinjala tudi **prof. dr. Mojca Jensterle Sever, dr. med.**, endokrinologinja na Kliničnem oddelku za endokrinologijo, diabetes in presnovne bolezni na Univerzitetnem kliničnem centru Ljubljana. Kot pravi, se že dolgo zavedamo, da je *»debelost kronična bolezen, ki nastane zaradi ponavljajočih se majhnih odklonov v energijskem ravnovesju genetsko predisponiranega posameznika.«* Ob tem je dodala še, da relaps, ki praviloma sledi hujšanju, ni posledica nezmožnosti posameznika, da bi trajno obdržal spremenjen zdrav življenjski slog in zdrave vedenjske vzorce hranjena, pač pa predvsem posledica trdovratnih prilagoditvenih mehanizmov organizma, ki sledijo hujšanju.

Ob tem je pomembno, kot je poudaril **prim. Matija Cevc, dr. med.**, predsednik Društva za zdravje srca in ožilja Slovenije, da z obravnavo bolezni debelost začnemo že pri otrocih, saj je velika verjetnost, da bo ta bolezen v odrasli dobi povzročila še druge, pridružene bolezni: *»Ločiti je potrebno med prekomerno prehranjenostjo, debelostjo in ekstremno debelostjo. Debelost lahko skrajša življenjsko dobo tudi za 10 let, kvaliteta življenja oseb, ki živijo z debelostjo, pa je lahko drastično slabša, kot od osebe brez debelosti.«* Po njegovem je delež oseb, ki živijo z debelostjo, v Sloveniji primerljiv s svetovnim deležem, a da je epidemija covid-19 to le še poslabšala.

Nekatere študije so pokazale, da genetika k nastanku debelosti prispeva v 30 - 70 odstotkih, kar kaže na to, da lahko v veliki meri debelost tudi podedujemo. *»Da se pa ta dejansko razvije, pa je odvisno tudi od številnih drugih dejavnikov, na primer okolja, vedenja in socialnih dejavnikov. Pomen zavedanja genetske predispozicije bi predpisovala temu, da dovolj zgodaj prepoznamo ogrožene ljudi, ki so bolj nagnjeni k razvoju debelosti ter tam čimprej pričnemo s primarno preventivo. Zelo zelo redko pa je debelost lahko posledica monogenetskih bolezni. Za nekatere takšne oblike že poznamo terapijo – s tarčnimi zdravili,«* je ob tem še dodala prof. dr. Jensterle Sever.



Slovensko združenje za
kronične nenalezljive bolezni



Sogovorniki so se strinjali, da družba v veliki večini debelosti še vedno ne dojema kot bolezen, ampak osebe, ki živijo z debelostjo, še vedno označi za osebe, ki živijo nezdravo in ki ne skrbijo zase. Po njihovem je to velika napaka, saj osebe, ki živijo z debelostjo, zaradi stigmatizacije težje poiščejo primerno pomoč. Doc. dr. Kopčavar Guček ob tem pravi, da bi morali za osebe, ki živijo z debelostjo, poskrbeti osebni zdravniki že na primarni ravni, zato da lahko na tak način poskrbimo, da oseba zaradi debelosti ne bo bolj nagnjena še k drugim pridruženim boleznim: *»Ambulanta družinske medicine predstavlja točko prvega stika posameznika z zdravstvenim sistemom, prvo možnost obravnave debelosti in sočasnih bolezni. Bolnik bi moral biti postavljen v center odločanja, najuspešnejši pristop k zdravljenju debelosti je interdisciplinaren.«* Kot je še dodala, obravnava debelosti ne vključuje le prehranskih ukrepov in podpore pri spreminjanju življenjskega sloga, ampak je pogosto potrebna še nadgradnja z vključevanjem specialistov drugih kliničnih strok – zdravnikov specialistov kardiologov, endokrinologov, psihiatrov, kirurgov in drugih. S tem se je strinjal tudi **prim. Cevc**, ki je poudaril, da bi morala družba kot celota bolj celostno opozarjati na debelost kot bolezen in se z njo spoprijeti.

Slovensko združenje za kronične nenalezljive bolezni

Društvo za zdrave srca in ožilja Slovenije