



Самые стройные люди живут на востоке России

В настоящее время борьба с избыточным весом является одной из наиболее актуальных проблем. Так, по оценкам экспертов, каждый четвертый россиянин страдает от избыточной массы тела. В связи с этим в парке «Кузьминки» 10 июня 2018 г. при участии Федерального научно-клинического центра Федерального медико-биологического агентства состоялось мероприятие, посвященное борьбе с ожирением, основам правильного питания и здорового образа жизни.

Эксперты Всемирной организации здравоохранения признали ожирение неинфекционной эпидемией XXI в. Около 500 млн человек, из которых 60% женщин и 40% мужчин, страдают от избыточной массы тела¹.

Распространенность ожирения в России, по оценкам экспертов Научно-исследовательского института питания, достигает 20%. Избыточная масса тела регистрируется у 75% женщин в возрасте от 35 до 55 лет. Ожирение встречается приблизительно в 50% случаев. У 5,5% детей в сельской местности и 8,5% городских детей отмечается повышенная масса тела. У 30–50% из них ожирение сохраняется во взрослом возрасте. Наибольшая распространенность ожирения зафиксирована на Урале и в западной части России. Так, в Северо-Кавказском федеральном округе насчитывается 15,3% мужчин и 23,2% женщин с ожирением, в Сибирском федеральном округе – 16,1 и 31,05%, в Уральском федеральном округе – 20,83 и 34,5% соответственно. Оказалось, что самые стройные люди живут на востоке России².

Ожирение – хроническое заболевание, которое характеризуется увеличением массы тела за счет накопления жировой ткани. В настоящее время выделяют четыре степени заболевания:

- первая – увеличение массы более чем на 29%;
- вторая – от 30 до 49%;
- третья – от 50 до 99%;
- четвертая – на 100% и более.

Установлено, что продолжительность жизни лиц с ожирением сокращается на 5–20 лет – в зависимости от возраста, пола и национальности.

Кроме того, избыточная масса тела признана основной причиной снижения иммунитета, импотенции, нарушения менструального цикла и бесплодия у женщин, развития болезни Альцгеймера, апноэ, артериальной гипертензии, тахикардии, синдрома хронической усталости, болезней органов зрения, суставов, сосудов, сахарного диабета и неалкогольной жировой болезни печени. Причиной развития ожирения часто является повышенная калорийность пищи при низких энергозатратах. Повышенная масса тела обуславливает нарушение выработки инсулина вследствие изменения биологического обмена, уровень гормонов в крови растет, в области живота накапливаются излишки жировой ткани³.

В настоящее время на борьбу с ожирением в мире тратится более 2 трлн долларов. Для сравнения – 2,1 трлн долларов составляют потери мировой экономики на борьбу с терроризмом и войны, в 2,1 трлн долларов оценивается негативный эффект от курения.

Как правило, лечение пациентов начинают с общих рекомендаций по изменению режима питания и физической активности. При неэффективности немедикаментозных методов лечения назначают медикаментозные. В некоторых случаях при наличии показаний воз-

можно применение хирургических методов. На данный момент хирургическое вмешательство по поводу ожирения требуется 15% россиян⁴.

«Бариатрические операции способствуют нормализации гормонального фона, лечению артериальной гипертензии и сахарного диабета, восстановлению репродуктивной функции у женщин и половой активности у мужчин, то есть это не только бариатрия, но и метаболический метод лечения. Как любое другое хирургическое вмешательство, шунтирование желудка небезопасно, однако у лиц, страдающих ожирением, намного больше шансов через десять лет умереть от инфаркта, диабета и других последствий избыточного веса», – заявил бариатрический хирург Федерального научно-клинического центра Федерального медико-биологического агентства Владимир СТАНКЕВИЧ.

Учитывая высокую социальную значимость проблемы, с мая 2013 г. в России ежегодно проводится День борьбы с ожирением.

Уже два раза в этом году (20 мая и 10 июня) специалисты Федерального научно-клинического центра принимали участие в мероприятиях, посвященных проблемам ожирения, в ходе которых каждый желающий мог бесплатно получить консультацию бариатрического хирурга, диетолога, эндокринолога, психотерапевта и проверить предрасположенность к развитию ожирения. 🌐

Источник: fnkc-fmba.ru

¹ bariatric.1spbgmu.ru/dannye-po-zabolevaemosti-ozhireniem/29-rasprostranennost-ozhireniya-sotsialnaya-znachimost-problemy.html.

² prometabolism.ru/?p=42.

³ diabethelp.org/bolezn/ozhirenie-pri-diabete.html.

⁴ www.gazeta.ru/business/2015/03/06/6446273.shtml.