

Γιατί η παχυσαρκία είναι νόσος;

Ευθύμιος Καπάνταης

Παθολόγος με Εξειδίκευση στο Σακχαρώδη Διαβήτη

Διευθυντής Τμήματος Διαβήτη-Παχυσαρκίας-Μεταβολισμού, Νοσοκομείο Metropolitan

Γενικός Γραμματέας Ελληνικής Ιατρικής Εταιρείας Παχυσαρκίας

www.kapantais.gr – info@kapantais.gr

Η παχυσαρκία, σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, ορίζεται ως η χρόνια νόσος που χαρακτηρίζεται από αυξημένη συσσώρευση λίπους στο ανθρώπινο σώμα, σε σημείο που μπορεί να βλάψει την υγεία. Επομένως, και μόνο από τον επίσημο ορισμό της, δίνεται η απάντηση στο ερώτημα εάν η παχυσαρκία είναι νόσος.

Ασθένεια-νόσος ορίζεται κάθε επιβλαβής απόκλιση από τη φυσιολογική κατάσταση ενός οργανισμού. Η έννοια της νόσου περιλαμβάνει την αιτιολογία της, την κατανόηση των μηχανισμών ανάπτυξής της, τις δομικές (μορφολογικές) αλλαγές που σχετίζονται με την ύπαρξή της και τις λειτουργικές συνέπειες αυτών των αλλαγών.

Με βάση αυτά τα στοιχεία, η παχυσαρκία είναι νόσος, αφού είναι γνωστοί μηχανισμοί που την προκαλούν, γνωστές οι πολλές ανατομικές και οι ποικίλες λειτουργικές μεταβολές που προκαλεί στον ανθρώπινο οργανισμό και γνωστοί μηχανισμοί μέσω των οποίων προκαλεί πληθώρα παθολογικών καταστάσεων και τέλος υπάρχουν τρόποι αντιμετώπισής της, όπως σε κάθε νόσο. Σημαντικό στοιχείο είναι ότι η παχυσαρκία επιδρά δυσμενώς σε πολλούς ιστούς και σε πολλά όργανα του ανθρώπινου οργανισμού, με αποτέλεσμα σήμερα να θεωρείται πολυσυστηματική νόσος.

Η παχυσαρκία σχετίζεται με εμφάνιση μεταβολικών παθήσεων, όπως διαβήτη τύπου-2, δυσλιπιδαιμίας, υπερουριχαιμίας κλπ., σοβαρών καρδιαγγειακών παθήσεων, όπως στεφανιαία νόσο, καρδιακή ανεπάρκεια, κολπική μαρμαρυγή, αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο, αρτηριακή υπέρταση κλπ. Επίσης, η παχυσαρκία σχετίζεται με την εμφάνιση 13 τύπων νεοπλασιών, που είναι: μηνιγγίωμα, πολλαπλούν μυέλωμα, καρκίνος οισοφάγου, νεφρών, μήτρας, ωοθηκών, μαστού σε μετεμμηνοπαυσιακές γυναίκες, θυροειδούς, ήπατος, χοληδόχου κύστης, στομάχου, παγκρέατος, παχέος εντέρου. Οι δυσμενείς επιπτώσεις της παχυσαρκίας αφορούν όλα σχεδόν τα συστήματα του οργανισμού, όπως αναπνευστικό, πεπτικό, αναπαραγωγικό, μυοσκελετικό, ανοσοποιητικό, νευρικό, νεφρά, ψυχική υγεία και σήμερα πλέον, οι παθολογικές καταστάσεις που σχετίζονται με την παχυσαρκία ξεπερνούν τις 200 ! Πέρα από τις ιατρικές επιπτώσεις, η παχυσαρκία σχετίζεται με αποδεδειγμένη μείωση της ποιότητας της ζωής.

Είναι φυσικό και επόμενο, μια τέτοια πολυσυστηματική νόσος που προκαλεί επιπλοκές σε τόσα όργανα και διαταραχές λειτουργίας τόσων συστημάτων, να προκαλεί αυξημένο κίνδυνο νοσηρότητας και θνητότητας και επομένως να προκαλεί μείωση του προσδόκιμου επιβίωσης. Υπάρχει αδιαμφισβήτητη συσχέτιση της παχυσαρκίας με αυξημένη θνησιμότητα, και μάλιστα όσο μεγαλύτερος ο βαθμός παχυσαρκίας τόσο πολλαπλασιάζεται ο κίνδυνος θανάτου.

Λόγω επίδρασης της παχυσαρκίας στη συνολική νοσηρότητα, αυξάνονται σημαντικά οι δαπάνες υγείας. Οι οικονομικές επιπτώσεις της παχυσαρκίας στο σύστημα υγείας, αλλά και την

κοινωνία, είναι το άμεσο κόστος αντιμετώπισής της, αλλά και το έμμεσο κόστος αντιμετώπισης των σχετιζόμενων με αυτή νοσημάτων, των χαμένων ημερών εργασίας, των πρόωρων συνταξιοδοτήσεων και των πρόωρων θανάτων.

Ισχυρά τεκμηριωμένα επιστημονικά δεδομένα δείχνουν ότι η απώλεια βάρους οδηγεί σε βελτίωση, έως και ύφεση, όλων των επιπτώσεων της παχυσαρκίας στην υγεία. Η απώλεια βάρους μειώνει τη γλυκαιμία και άλλους μεταβολικούς παράγοντες σε άτομα με παχυσαρκία και διαβήτη τύπου-2. Μάλιστα εάν η απώλεια βάρους είναι μεγαλύτερη από 15% του αρχικού βάρους, τότε μπορεί να προκληθεί ύφεση του διαβήτη! Ανάλογα ευνοϊκά αποτελέσματα επιτυγχάνει η απώλεια βάρους στη μείωση της υπέρτασης, στη βελτίωση του λιπιδαιμικού προφίλ και της υπερουριχαιμίας. Στο καρδιαγγειακό σύστημα, συνοδεύεται από μείωση της συχνότητας στηθαγχικών επεισοδίων και βελτίωση των παραγόντων θρόμβωσης, στο πεπτικό σύστημα από σημαντικότερη μείωση της γαστροοισοφαγικής παλινδρόμησης και της λιπωμάτωσης του ήπατος. Στο αναπνευστικό, προκαλεί βελτίωση ακόμα και λύση του προβλήματος της αποφρακτικής άπνοιας του ύπνου και βελτιώσεις στον έλεγχο του άσθματος και του υποαερισμού. Το κυριότερο όφελος στα νεφρά είναι η σημαντική μείωση της λευκωματουρίας, ενώ στο αναπαραγωγικό επιφέρει ευεργετικές επιδράσεις στη γονιμότητα γυναικών και ανδρών. Πλέον, μπορεί να αναφερθεί ότι η απώλεια βάρους μειώνει τον κίνδυνο εμφάνισης καρκίνου. Ως αποτέλεσμα όλων αυτών των ευεργετικών επιδράσεων της απώλειας βάρους, είναι η σημαντικά αυξημένη επιβίωση των ατόμων που έχασαν βάρος και το διατήρησαν.

Η παχυσαρκία είναι σημαντικής σημασίας νόσος. Η πρόληψη είναι πολύ σημαντική. Μετά την εγκατάστασή της, πρέπει να αντιμετωπίζεται ως σοβαρή νόσος, που η αντιμετώπισή της προλαμβάνει την εκδήλωση σοβαρών και απειλητικών για τη ζωή επιπλοκών. Αυτή η νόσος, θα πρέπει να πάψει να είναι τόσο υποτιμημένη και αφού αναγνωρισθεί η σημασία της, να της δοθούν οι δυνατότητες της σωστής, ιατρικά και επιστημονικά τεκμηριωμένης αντιμετώπισής της, προς όφελος των Ελλήνων πολιτών, της κοινωνίας και της Ελληνικής Πολιτείας.