

Голема дебата: Дали е дебелината навистина болест?

Сè повеќе експерти ја препознаваат дебелината како болест. За некого ова претставува изненадување, а за други олеснување особено за оние што живеат со дебелината. Но, зошто е дебелината болест, а не едноставно само недостиг на волја или начин на живот?



Дел од одговорот на прашањето дали дебелината е или не е болест лежи во фактот дека дебелината е повеќе отколку што се чини. Многу повеќе.

Оние кои се согласуваат велат:

- Дебелината е болест затоа што болестите имаат класични симптоми, знаци, компликации и етиологија. И за дебелината е карактеристично сето тоа.
- Класификацијата ќе им овозможи на здравствените работници, да ги користат вообичаените начини за третман на хроничните болести.

Оние кои се скептични и не се согласуваат велат:

- Дебелината се смета за прашање на животниот стил, за тоа колку јадете и колку малку се движите.
- Ако кажеме дека дебелината е болест, тоа ќе им овозможи на луѓето кои страдаат од оваа болест да не преземат одговорност за нивните постапки.

**Продолжете да читате
за да откриете кој е во
право**

Зошто е дебелината болест?

Во јануари 2019 Кралскиот колеџ на лекарите ја препозна дебелината како болест. Хронична, но сепак болест што може да се третира и не зависи само од нашите гени туку и од модерната средина во која живееме. Според д-р Ендрју Годард, „Не станува збор за личен избор на начинот на живот, туку за болест предизвикана од здравствени нееднаквости, генетски влијанија и социјални фактори“.

И покрај тоа што е препозната, дебатата за тоа дали дебелината е болест продолжува, а реакциите на јавноста во Обединетото Кралство беа бурни.

Науката за дебелината како болест

Насекаде во светот слични експертски работни групи дошле до истиот заклучок кој често предизвикува жестоки дебати во јавноста. Дебелината сè уште се смета за прашање на животниот стил, за тоа колку јадете и колку малку се движите. Колку енергија внесувате и колку енергија трошите. Звучи едноставно, но според науката, ова не е точно.

Всушност дебелината е болест која:

- Ги доведува луѓето во висок ризик од развој или влошување на други сериозни здравствени состојби како што се кардиоваскуларните болести, дијабетес тип 2, зголемен крвен притисок, висок холестерол, опструктивна апнеја во текот на спиењето, одредени типови рак, анксиозност и депресија.
- Го менува начинот на кој реагира телото на терапијата. Тоа што порано функционираше, повеќе не функционира.
- Нашето секојдневно опкружување постојано ја засилува.
- Влијае на луѓето во текот на целиот живот.

Дебелината е болест која претставува сериозен медицински проблем, но луѓето што живеат со оваа болест ретко бараат професионална лекарска помош бидејќи веруваат дека сами треба да се справат.

За среќа, сè повеќе здравствени работници ја препознаваат комплексноста на дебелината и учат како да помогнат. Нивниот сет алатки кои нудат различни терапевтски опции се зголемува и постојано се надградува. Денес, дебелината е болест во чиј третман се вклучени однесувањето (бихејвиористички терапии), замена на оброците и нискоенергетски диети, лекови против дебелина и баријатрична хирургија. Тие, исто така, гледаат многу повеќе отколку само што јадете и колку се движите. Современото справување со дебелината подразбира разбирање на индивидуалните планови на исхрана (како, кога и зошто јадете), како и на плановите за расположение, сон, стрес и физичка активност. Индивидуалниот план за третман веројатно ќе бара комбинација од повеќе различни терапевтски опции за да се задоволат вашите потреби.

68% од луѓето што живеат со дебелина

ја препознаваат дебелината како болест



88% од здравствените работници

ја препознаваат дебелината како болест



Caterson ID, et al., Gasp to bridge: Misalignment between perception, reality and actions in obesity.

Дебелината е болест со нова надеж за подобро здравје

Луѓето што живеат со дебелината се потсетуваат на тоа секој ден – во јавниот превоз, продавниците за облека, парковите, дури и кога вечераат со луѓето што ги сакаат. Но големината е најмалку важен аспект на дебелината. Важни аспекти се оние што не можете да ги видите.

Добрата вест е тоа што дебелината е болест што може да се третира, а луѓето што живеат со неа сè уште може да ги подобрат своето здравје и својата благосостојба. Всушност, намалување на телесната тежина од само 5% е доволно да се намали ризикот од некои здравствени компликации поврзани со телесната тежина, како што е висок крвен притисок.

Но справувањето со телесната тежина нема брзи решенија. За да ослабат и да ја одржат телесната тежина, на луѓето со дебелина им треба соодветен тековен третман и грижа. Поради тоа важно е дебелината да се препознае како болест и да се третира со користење на најновите научни достигнувања.

Референци

- Royal College of Physicians. Obesity should be recognized as a disease. Council Paper 2018.
- Royal College of Physicians. RCP calls for obesity to be recognized as a disease. RCP London News 2019. <https://www.rcplondon.ac.uk/news/rcp-calls-obesity-be-recognised-disease> [Accessed June 2019]
- European Medicines Agency. Draft Guideline on clinical evaluation of medicinal products used in weight control 2014.
- Food and Drug Administration. Guidance for Industry Developing Products for Weight Management 2007.
- Heuer CA, McClure KJ & Puhl RM. Obesity Stigma in Online News: A Visual Content Analysis. *Journal of Health Communication* 2001; 16:976–987.
- Guh et al. The incidence of co-morbidities related to obesity and overweight: A systematic review and meta-analysis. *BMC Public Health* 2009; 9:88.
- Luppino et al. Depression and obesity: A meta-analysis of community-based studies. *Arch Gen Psychiatry* 2010; 67:220–9.
- Sumithran P & Proietto J. The defence of body weight: a physiological basis for weight regain after weight loss. *Clinical Science* 2013; 124:231–241.
- National Institutes of Health. Clinical Guidelines On The Identification, Evaluation, And Treatment Of Overweight And Obesity In Adults 1988.
- Rand K et al. It is not the diet; it is the mental part we need help with. A multilevel analysis of psychological, emotional, and social well-being in obesity. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being* 2017; 12:1–14.
- Yumuk V et al. European Guidelines for Obesity Management in Adults. *Obesity Facts* 2015; 8:402–424.
- Warkentin et al. The effect of weight loss on health-related quality of life: systematic review and meta-analysis of randomized trials. *Obes Rev* 2014; 15:169–82.
- Berthoud H, Münzberg H, & Morrison, CD. Blaming the brain for obesity. *Gastroenterology* 2017; 152(7):1728–1738.
- Astrup A. Dietary treatment of overweight and obesity. In: Thomas A. Wadden & George A. Bray (eds.). *Handbook of Obesity Treatment*. New York: Guilford Press 2018: 309–321.
- Caterson ID et al. Gaps to bridge: Misalignment between perception, reality and actions in obesity. *Diabetes Obes Metab* 2019; 21(8): 1914–1924.