



Βαριατρική Χειρουργική

Είναι η παχυσαρκία ασθένεια;

Με βάση τον επικαιροποιημένο ορισμό της Ευρωπαϊκής Επιτροπής η υπερβαρότητα και η παχυσαρκία είναι ιατρικές καταστάσεις που χαρακτηρίζονται από **μη φυσιολογική ή/και υπερβολική συσσώρευση σωματικού λίπους**, η οποία αποτελεί κίνδυνο για την υγεία. Η παχυσαρκία είναι μια χρόνια υποτροπιάζουσα ασθένεια, η οποία με τη σειρά της λειτουργεί ως **πύλη εισόδου** για μια σειρά άλλων ασθενειών, όπως ο διαβήτης, τα καρδιαγγειακά νοσήματα και ο καρκίνος.

Σε παγκόσμιο επίπεδο, η παχυσαρκία έχει σχεδόν τριπλασιαστεί από το 1975. Υπολογίζεται ότι περισσότεροι από 1 δισεκατομμύριο άνθρωποι παγκοσμίως ζουν με παχυσαρκία

Παχυσαρκία & Νοσηρότητα

Η παχυσαρκία είναι η 4η μεγαλύτερη αιτία **πρώρης θνησιμότητας** στην Ευρώπη.

Αντιμετωπίζοντας την παχυσαρκία μπορούμε να προλάβουμε πάνω από 230 επιπλοκές της όπως

- το 80% του διαβήτη τύπου 2
- το 35% των ισχαιμικών καρδιακών παθήσεων
- το 55% των υπερτασικών ασθενειών μεταξύ των ενηλίκων
- & το 20% των καρκίνων των ενηλίκων, συμπεριλαμβανομένων των καρκίνων του παχέος εντέρου, του ορθού, του μαστού, του ενδομητρίου, του ήπατος και των νεφρών

Πώς να αξιολογήσω το σωματικό μου βάρος;

Ο Δείκτης Μάζας Σώματος (ΔΜΣ), είναι μία γενική ιατρική ένδειξη για τον υπολογισμό του βαθμού παχυσαρκίας ενός ατόμου. Υπολογίζεται με βάση τον μαθηματικό τύπο:

$$\Delta\text{Μ}\Sigma = \text{βάρος(σε kg)} : \text{ύψος}^2 \text{ (σε m}^2\text{)}$$

Για παράδειγμα: Άτομο με ύψος 1,80 μέτρα και βάρος 80 κιλά έχει $\Delta\text{Μ}\Sigma = 80 / (1,80 * 1,80) = 24,69 \text{ kg/m}^2$

Μπορεί η βαριατρική χειρουργική να με βοηθήσει να χάσω βάρος;

Η βαριατρική χειρουργική είναι ένας αποτελεσματικός τρόπος για να χάσετε βάρος. Πολλοί άνθρωποι διαπιστώνουν ότι τους βοηθά να κάνουν μακροπρόθεσμες αλλαγές στη διατροφή τους, να χάσουν βάρος και να το διατηρήσουν. Ωστόσο, δεν είναι ούτε μια "γρήγορη λύση" ούτε μια βεβαιότητα ότι θα χάσετε βάρος. Η επιτυχία της χειρουργικής επέμβασης θα εξαρτηθεί αποκλειστικά από τις σωστές διατροφικές σας επιλογές και την αύξηση της σωματικής σας δραστηριότητας.

Ποιοι είναι οι τύποι της βαριατρικής χειρουργικής επέμβασης;

- επιμήκης γαστρεκτομή sleeve
- χολοπαγκρεατική παράκαμψη με/ χωρίς δωδεκαδακτυλικό διακόπτη
- γαστρική παράκαμψη Roux-en-Y

Ποιοι είναι οι πιθανοί υποψήφιοι για βαριατρική χειρουργική επέμβαση;

Η βαριατρική χειρουργική δεν είναι για όλους. Οι βαριατρικές χειρουργικές επεμβάσεις απευθύνονται στον παχύσαρκο ασθενή με

- $\Delta\text{Μ}\Sigma > 40 \text{ kg/m}^2$
- $\Delta\text{Μ}\Sigma > 35 \text{ kg/m}^2$ με συνυπάρχουσες παθήσεις (τουλάχιστον μία, όπως διαβήτης τύπου 2, υπέρταση, άπνοια ύπνου και άλλες αναπνευστικές διαταραχές, μη αλκοολική λιπώδης ηπατική νόσος, οστεοαρθρίτιδα, λιπιδαιμικές ανωμαλίες, γαστρεντερικές διαταραχές ή καρδιοπάθεια)

Εφόσον παρά τις επανειλημμένες προσπάθειες με μη χειρουργικές μεθόδους (διατροφή, άσκηση ή/και φαρμακευτική αγωγή) δεν έχετε μπορέσει να αποκτήσετε και να διατηρήσετε ένα υγιές σωματικό βάρος.

Στο νοσοκομείο μας λειτουργεί οργανωμένη ομάδα χειρουργικής αντιμετώπισης της παχυσαρκίας με τη συμμετοχή διαιτολόγου και ψυχολόγου.

Υπεύθυνη ιατρός: Δρ Σύλβια Κριστιάν

Το παρόν ενημερωτικό έντυπο αποτελεί δημόσια υπηρεσία του Τμήματος Κλινικής Διατροφής του Νοσοκομείου "ΚΑΤ" και προορίζεται μόνο για ενημέρωση. Δεν υποκαθιστά τη σωστή ιατρική διάγνωση ή τις διατροφικές συμβουλές που παρέχονται από διαιτολόγο. Εάν χρειάζεστε να επισκεφθείτε διαιτολόγο, προγραμματίστε ένα ραντεβού με το Συμβουλευτικό Σταθμό Διατροφής του Νοσοκομείου μας.

Το παρόν έντυπο δημιουργήθηκε από τη Δρ Αμαλία Τσαγκάρη, κλινική διαιτολόγο.

Αυτό το ενημερωτικό έντυπο δεν είναι διαθέσιμο για δωρεάν λήψη στη διεύθυνση <https://www.kat-hosp.gr/ipiesies/iatriki-ypiresia/tmimata/tmima-klinikis-diatrofis>

© Τμήμα Κλινικής Διατροφής Νοσοκομείου "ΚΑΤ" Δεκέμβριος 2022.

