

Ожирение у детей и подростков

Ожирение – заболевание, протекающее с нарушением обмена липидов и повышением массы тела. На сегодняшний день ожирение представляет собой актуальную проблему для всего мира, что связано с его прогрессивным распространением. Эксперты Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) предполагают двукратное увеличение количества лиц с ожирением к 2025 г. по сравнению с 2000 г. Более миллиарда человек на планете имеют лишнюю массу тела.

Опасность ожирения у детей

По данным отдельных эпидемиологических исследований, в России распространенность избыточной массы тела у детей в разных регионах колеблется от 5,5 до 11,8 %, а ожирением страдают около 5,5 % детей, проживающих в сельской местности, и 8,5 % детей – в городах.

Избыточная масса признана одним из основных факторов риска развития многих заболеваний, таких как сахарный диабет, артериальная гипертензия, ишемическая болезнь сердца, заболевания печени и желчного пузыря и др.

Причины ожирения

С учетом особенностей развития современного общества среди основных факторов риска развития избыточной массы тела и ожирения можно выделить:

- несбалансированное питание (постоянное переедание, избыток углеводов в пище);
- наследственную особенность (так, при наличии ожирения у обоих родителей – заболевания эндокринных желез;
- нарушение функций вентролатеральных и вентромедиальных ядер гипоталамуса (отдела мозга, отвечающего за нейроэндокринную деятельность), регулирующих аппетит и насыщение;

Диагностика

При сборе анамнеза выясняют массу тела при рождении, вид вскармливания, возраст начала ожирения, психомоторное развитие, наследственный анамнез по ожирению (включая рост и массу тела родителей), сахарному диабету 2-го типа и сердечно-сосудистым заболеваниям, динамику роста, наличие неврологических жалоб (головные боли, нарушение зрения).

Осложнения, вызванные ожирением

Ожирение влечет за собой различные проблемы со здоровьем, такие как:

- со стороны сердечно-сосудистой системы: вегетососудистая дистония (ВСД), гипертоническая болезнь;
- со стороны ЖКТ: нарушение функционального состояния и эвакуационной функции желудка, кишечника (склонность к запорам, признаки хронического холецистита,

желчнокаменной болезни и циррозов, панкреатита);

- снижается сократительная способность миокарда (тахикардия, приглушенность сердечных тонов);
- иногда развивается дыхательная недостаточность, обусловленная высоким стоянием диафрагмы;
- эндокринные заболевания – сахарный диабет, гипоплазия щитовидной железы;
- раннее появление вторичных половых признаков у девочек, нарушение течения менструального цикла, что является следствием изменения вегето-половой и вегетосоматической функции яичников;
- значительное снижение двигательной активности, что неблагоприятно сказывается на развитии высшей нервной деятельности.

Что нужно делать детям с ожирением

Всем детям (и подросткам) с ожирением и избыточной массой тела рекомендовано:

- проводить измерения роста, массы тела с расчетом ИМТ, окружности талии;
- оценивать характер распределения подкожной жировой клетчатки;
- проводить измерение артериального давления (АД) с его последующей оценкой с учетом пола, возраста и роста;

Всем пациентам с ожирением рекомендованы биохимические исследования: липидограмма крови, активность ферментов печени (АЛТ и АСТ) в сочетании с УЗИ печени

Заключение

Изменение образа жизни (диетотерапия, расширение физической активности и коррекция пищевого поведения) у детей и подростков с ожирением или избыточной массой тела, а также членов их семьи составляет основу терапии ожирения и его профилактики. Поэтому очень важно для этого прививать детям интерес к физической культуре, обеспечивать возможность заниматься спортом, а родителям – стать ребенку примером здорового образа жизни.

Помощник врача по общей гигиене филиала ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Рязанской области в Шиловском районе» Надежда Колдаева