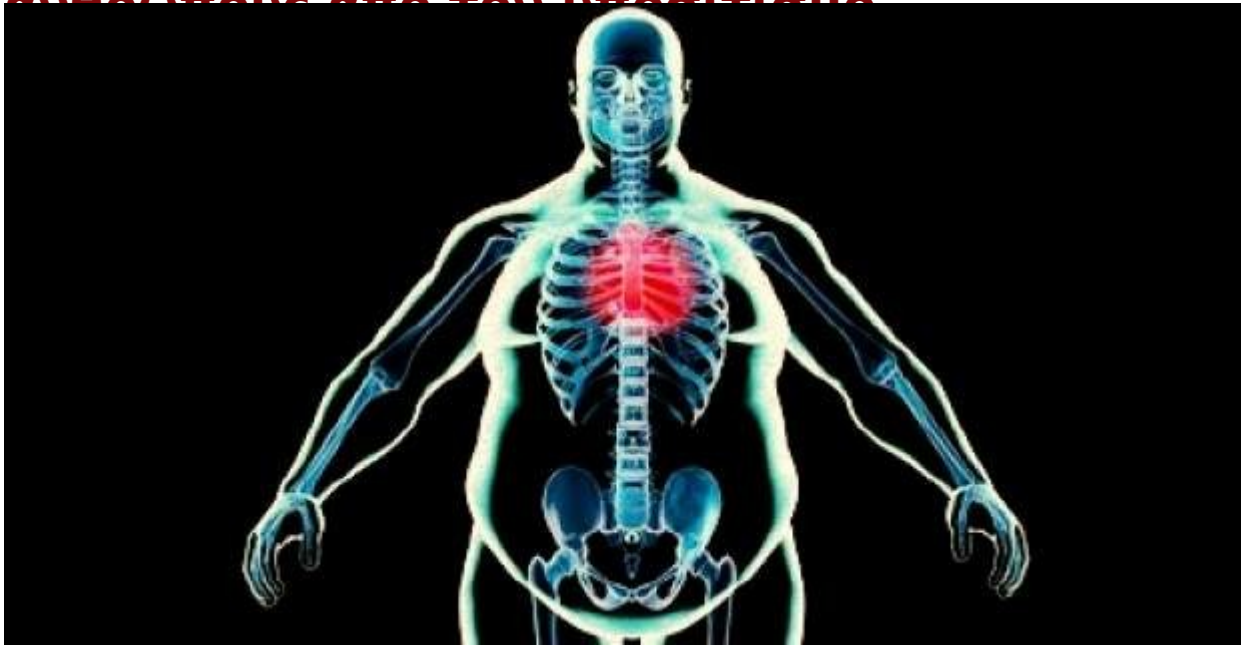


Η παχυσαρκία σκοτώνει 3 φορές περισσότερους ανθρώπους από τον υποσιτισμό



Απειλή

Κάθε λεπτό, πάνω από 5 άνθρωποι στον κόσμο πεθαίνουν ως συνέπεια της παχυσαρκίας τους. Δηλαδή, ημερησίως αυτή η πάθηση προκαλεί 6850 θανάτους, ήτοι 2,8 εκ. το χρόνο. Κάτι ανάλογο σαν τον πληθυσμό μιας μεγαλούπολης ή ενός μικρού κράτους. Η παχυσαρκία σκοτώνει σήμερα 3 φορές περισσότερους ανθρώπους από τον υποσιτισμό! Αποτελεί πλέον την 5η αιτία θανάτου σε παγκόσμιο επίπεδο και την 3η αιτία στις αναπτυγμένες χώρες. Η παχυσαρκία έχει χαρακτηριστεί από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας ως η μεγαλύτερη μη-λοιμώδης πανδημία στην ιστορία της ανθρωπότητας.

Από την αρχαιότητα, ο Ιπποκράτης είχε ήδη παρατηρήσει ότι «ο αιφνίδιος θάνατος συμβαίνει συχνότερα στους παχείς ανθρώπους από ότι σε εκείνους με φυσιολογικό βάρος». Και η σύγχρονη ιατρική επιβεβαιώνει με επιστημονικές μελέτες αυτή την εμπειρική διαπίστωση του πατέρα της Ιατρικής. Πράγματι, η παχυσαρκία είναι η άμεση αιτία ή ο βασικός επιβαρυντικός παράγοντας επιπλοκών που αφορούν το σύνολο των οργάνων του ανθρώπου. Συνδέεται βέβαια άμεσα με το διαβήτη και την υπέρταση, αλλά αποτελεί και μείζονα παράγοντα κινδύνου για το 3,6% του συνόλου των καρκίνων στους ενήλικες. Οι επιπλοκές της παχυσαρκίας καλύπτουν το μεγαλύτερο μέρος της παθολογίας: έμφραγμα, εγκεφαλικό επεισόδιο, αναπνευστική ανεπάρκεια, στειρότητα στη γυναίκα, ανικανότητα στον άνδρα. Όσο αυξάνει ο βαθμός της παχυσαρκίας, τόσο μειώνεται το προσδόκιμο επιβίωσης.

Ενδεικτικά εκτιμάται ότι ένα άτομο μεταξύ 20 και 30 ετών, χάνει 6,5 χρόνια προσδόκιμο επιβίωσης αν ο ΔΜΣ* είναι 40 (δηλαδή άτομο π.χ. ύψους 1,70 μ. με βάρος περίπου 110 κιλά) και τα 14 χρόνια αν ο ΔΜΣ είναι 55 (δηλαδή αν αυτό το άτομο φτάσει τα 155 κιλά). Ορισμένες μελέτες δείχνουν ότι η μείωση του προσδόκιμου επιβίωσης από την παχυσαρκία σε μη-καπνίζοντα άτομα είναι μεγαλύτερη από τη μείωση σε καπνιστές φυσιολογικού βάρους (ο δε συνδυασμός των δυο είναι... καταστροφικός).

Αλλά ίσως οι χειρότερες επιπτώσεις της παχυσαρκίας είναι κοινωνικές και ψυχολογικές. Είναι γνωστό το στίγμα που συνοδεύει την παχυσαρκία με αποτέλεσμα, στις περισσότερες χώρες, το ποσοστό της να είναι σημαντικά μεγαλύτερο στους ανέργους από τους έχοντες εργασία. Και είναι πλέον διαπιστωμένο ότι η παχυσαρκία συνοδεύεται με υψηλότερο ποσοστό κατάθλιψης, ακόμα και αυτοκτονίας.

Η χώρα μας δυστυχώς κατέχει πανευρωπαϊκό αρνητικό ρεκόρ στην παχυσαρκία αλλά επίσης, γεγονός εξαιρετικά ανησυχητικό αποτελεί ο ρυθμός εξάπλωσής της στα παιδιά.

Η πρόληψη σίγουρα αποτελεί τη ριζική λύση. Δυστυχώς όμως οι προγνώσεις δεν είναι θετικές, διότι η αύξηση της παχυσαρκίας συνδέεται με δύσκολα αναστρέψιμες κοινωνικές εξελίξεις. Η αποκοπή από την κινητική ζωή, το στρες των εργασιακών συνθηκών, το «junk-food» και η εγκατάλειψη της μεσογειακής διατροφής, που συνδέονται με την αποσύνθεση της παραδοσιακής οικογενειακής δομής, η τηλεθέαση που αντικαθιστά κάθε άλλη δυναμική μορφή ψυχαγωγίας, είναι πολιτισμικά φαινόμενα, που θα αναχαιτιστούν, στην καλύτερη των περιπτώσεων, σε πολλές δεκαετίες (ας μην σκεφτούμε καν την δυσμενέστερη περίπτωση!). Έτσι, οι ειδικοί υπολογίζουν ότι το 2030, οι παχύσαρκοι και οι υπέρβαροι θα αποτελούν

το 40% του παγκόσμιου πληθυσμού. Πρέπει συνεπώς να ενισχύσουμε τα μέτρα πρόληψης, ως μέσω επιβράδυνσης της πανδημίας της παχυσαρκίας, αλλά δυστυχώς όχι ως μέσο εξάλειψής της.

Αυτή η προοπτική είναι η δυσάρεστη είδηση. Η φετινή Παγκόσμια Ημέρα Κατά της Παχυσαρκίας, που «γιορτάστηκε» πρόσφατα, κυοφορεί όμως και ένα αισιόδοξο μήνυμα: η παχυσαρκία είναι πλέον μια θεραπεύσιμη πάθηση. Η θεραπεία αυτή ονομάζεται «βαριατρική χειρουργική». Πρόκειται για χειρουργικές επεμβάσεις, όπως ο δακτύλιος, η επί μήκης γαστρεκτομή («μανίκι»), οι πεπτικές παρακάμψεις κλπ, που θεραπεύουν τις μορφές παχυσαρκίας με ΔΜΣ* μεγαλύτερου του 35. Οι επεμβάσεις αυτές ξεκίνησαν να διαδίδονται εδώ και περίπου μια εικοσαετία. Η αλήθεια είναι ότι επρόκειτο για μια μεγάλη καινοτομία, την οποία η συντεταγμένη πολιτεία αρχικά δεν φρόντισε να πλαισιώσει κατάλληλα. Στην αρχή συνεπώς υπήρξαν ορισμένοι ερασιτεχνισμοί με αρνητικές συνέπειες. Σήμερα όμως τα πράγματα είναι ριζικά διαφορετικά. Η βαριατρική χειρουργική είναι πλέον αναγνωρισμένη από την ιατρική κοινότητα. Η Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας έχει αποφανθεί ότι «η χειρουργική αποτελεί την πιο αποτελεσματική μέθοδο κατά των σοβαρών (ΔΜΣ > 35) και πολύ σοβαρών μορφών (ΔΜΣ>40) της παχυσαρκίας». Και πράγματι, οι μελέτες που έχουν γίνει, κυρίως στις ΗΠΑ αλλά και σε Ευρωπαϊκές χώρες όπως η Σουηδία, δείχνουν ότι η σωστά εφαρμοζόμενη βαριατρική χειρουργική μειώνει κατά 90% την θνησιμότητα όσων υποβάλλονται σε αυτή την θεραπεία.

Βέβαια στη χώρα μας απομένουν πολλά βήματα να γίνουν. Το πιο σημαντικό συνίσταται στο να καθιερωθούν από το Υπουργείο Υγείας και τους επιστημονικούς φορείς οι βασικές προδιαγραφές των εξειδικευμένων μονάδων, που εφαρμόζουν τη βαριατρική χειρουργική. Ως βουλευτής, γραμματέας της Επιτροπής Κοινωνικών Υποθέσεων, είχα εισηγηθεί τη δημιουργία μιας ομάδας εργασίας με σκοπό την υποβολή στον Υπουργό συγκεκριμένων προτάσεων. Το έργο αυτής της ομάδας ολοκληρώθηκε και αναμένουμε την συνέχεια. Για να δώσουμε την εικόνα της ωφέλειας που μπορεί να προκύψει από ένα πρόγραμμα σε εθνικό επίπεδο, μπορούμε να υπολογίσουμε, σε θεωρητικό επίπεδο βέβαια, πόσες ζωές μπορούν να σωθούν σε μια πενταετία. Στην Ελλάδα έχουμε 7000 θανάτους ετησίως από την παχυσαρκία. Δηλαδή 35.000 στην πενταετία. Αν ο πληθυσμός αυτός θεραπευόταν από την παχυσαρκία, ο αριθμός των θανάτων θα μειωνόταν κατά 90%. Με απλά λόγια θα σωζόταν πάνω από 30.000 ζωές, δηλαδή ο πληθυσμός μιας ολόκληρης πόλης!

Βέβαια τίθεται το θέμα του κόστους ως δημόσια δαπάνη. Το κόστος αυτό όμως μπορεί να αντιμετωπιστεί ως επικερδής επένδυση, τόσο σε οικονομικό όσο και κοινωνικό επίπεδο. Πράγματι η χειρουργική θεραπεία κοστίζει πολλαπλάσιες φορές

λιγότερο από την περίθαλψη του παχύσαρκου ατόμου σε βάθος πενταετίας. Έχει διαπιστωθεί ότι, μετά από βariatρική επέμβαση, οι επισκέψεις σε ιατρό και οι μέρες νοσηλείας μειώνονται πάνω από 40%. Και βέβαια, σε κοινωνικό επίπεδο, αίρονται όλα τα εμπόδια που υπονομεύουν την επαγγελματική και κοινωνική ζωή του νοσηρά παχύσαρκου ατόμου.

Ας ελπίσουμε ότι αυτή η φετινή Παγκόσμια Ημέρα Κατά της Παχυσαρκίας έδωσε φτερά στα παραπάνω μηνύματα.

Υ.Γ. Αν η ανάγνωση αυτού του άρθρου σας πήρε 10', να ξέρετε ότι στο διάστημα αυτό πέθαναν περίπου 50 άνθρωποι από την παχυσαρκία τους.

**ΔΜΣ: Δείκτης Μάζας Σώματος, σχέση μεταξύ ύψους και βάρους που μετράει τον βαθμό της παχυσαρκίας.*

** Ο Οδυσσέας Βουδούρης είναι Ιατρός Χειρουργός*

Πηγή: tvxs.gr