

Παχυσαρκία στη Παιδική και Εφηβική Ηλικία

Σήμερα όλα τα δεδομένα βεβαιώνουν ότι η παχυσαρκία θα είναι η πιο διαδεδομένη μη μεταδοτική νόσος του 21ου αιώνα.

Η παχυσαρκία αποτελεί βασικό προδιαθεσικό παράγοντα των καρδιαγγειακών νοσημάτων. Η παχυσαρκία μαζί με την υπέρταση και την αυξημένη χοληστερίνη, αν δεν θεραπευτούν γρήγορα, πράγματι φθείρουν τον οργανισμό, γι' αυτό και τα νοσήματα αυτά, λέγονται νοσήματα φθοράς.

Τι λέμε Παχυσαρκία;

Παχυσαρκία είναι η υπερβολική αύξηση της λιπώδους μάζας του σώματος.

Υπερβάλλον βάρος είναι ένα πλεόνασμα του σωματικού βάρους σε σχέση με το ύψος. Στην καθημερινή πράξη και οι δύο αυτοί όροι χρησιμοποιούνται ως στάδια μιας συνεχώς αυξανόμενης σχέσης του βάρους προς το ύψος.

Η παχυσαρκία γίνεται εύκολα αντιληπτή, ακόμη και όταν δεν διαθέτει κάποιος ειδικές γνώσεις ή όργανα μέτρησης, μόνον με την επισκόπηση.

Τρόποι προσδιορισμού παχυσαρκίας

Υπάρχουν διάφοροι τρόποι που εκφράζουν τον βαθμό παχυσαρκίας. Ο πλέον αποδεκτός είναι ο προσδιορισμός του δείκτη μάζας σώματος (Body Mass Index-BMI) που αποτελεί τον λόγο του βάρους σώματος σε κιλά, δια του ύψους σε μέτρα υψωμένου στο τετράγωνο.

Δείκτης Μάζας σώματος	Βάρος (kg)
Body Mass Index(BMI)	Ύψος (m ²)

και την σύγκριση με ανάλογα διαγράμματα.

Συχνότητα Εμφάνισης

Η συχνότητα εμφάνισης υπέρβαρων και παχύσαρκων παιδιών φαίνεται να αυξάνει με ταχείς ρυθμούς σε πολλές χώρες σε όλο τον κόσμο. Η χώρα μας από πρόσφατες επιδημιολογικές μελέτες από πανεπιστημιακά κυρίως κέντρα, κατέχει από τις υψηλότερες θέσεις στον Ευρωπαϊκό χώρο. Η συχνότητα της παχυσαρκίας από πρόσφατη μελέτη της Ενδοκρινολογικής Μονάδος της Α' Παιδιατρικής Κλινικής του Πανεπιστημίου Αθηνών είναι σχεδόν διπλάσια συγκρινόμενη με ανάλογη μελέτη πριν 20 χρόνια.

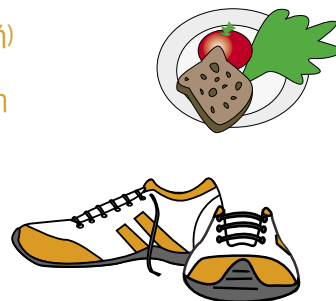
Αίτια Παχυσαρκίας

- Γενετική προδιάθεση
- Υπερσιτισμός ή λανθασμένη διατροφή
- Ελαττωμένη κινητικότητα
- Ορμονικές διαταραχές(σπάνια)
- Ψυχολογικά προβλήματα

Αντιμετώπιση Παχυσαρκίας

Εφ'όσον διαπιστωθεί ότι πρόκειται για απλή παχυσαρκία που καλύπτει πάνω από το 95% των περιπτώσεων της παιδικής παχυσαρκίας, η αντιμετώπιση περιλαμβάνει:

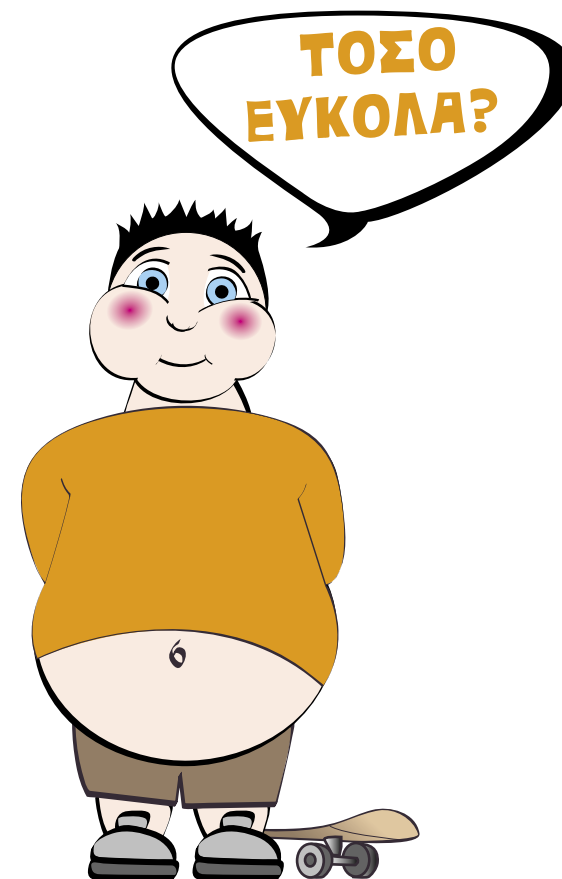
- Δίαιτα (σωστή διατροφή)
- Άσκηση
- Ψυχολογική Υποστήριξη



Δεν συνίσταται:

- Η χορήγηση ανορεξιογόνων φαρμάκων
- Οι χειρουργικές επεμβάσεις για την αντιμετώπιση της παιδικής παχυσαρκίας

Η παχυσαρκία που εγκαταστάθηκε από την παιδική ηλικία αντιμετωπίζεται δυσκολότερα, από τα άτομα εκείνα που η παχυσαρκία τους εμφανίστηκε στην ενήλικη ζωή.



ΠΑΙΔΙΚΗ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ

ΤΜΗΜΑ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑΣ  ΕΥΡΩΚΛΙΝΙΚΗ
ΠΑΙΔΩΝ

ΦΡΟΝΤΙΖΟΥΜΕ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ
ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΣΑΣ
ΜΕ ΤΟΝ ΚΑΛΥΤΕΡΟ ΤΡΟΠΟ

Υπάρχει πρόληψη:

Επειδή η παιδική παχυσαρκία εάν εγκατασταθεί, είναι δύσκολο να θεραπευτεί, πρέπει να δοθεί μεγάλη σημασία στη πρόληψη, δηλαδή στη σωστή διατροφή που πρέπει να αρχίζει πολύ νωρίς, από την βρεφική ηλικία.

Ακόμη να αρθούν έγκαιρα όλα τα αίτια που μπορούν να προκαλέσουν αργότερα παχυσαρκία. Οι σχετικές προσπάθειες επιβάλλεται να αρχίσουν τα πρώτα χρόνια ζωής, με πρωταρχικό μέλημα του παιδίατρου την έγκαιρη αναγνώριση του παιδιού με προδιάθεση για παχυσαρκία.

Η Ευρωκλινική Παιδών, πρωτοπόρος στον τομέα της κοινωνικής ευαισθησίας, δημιούργησε ένα πλήρως οργανωμένο ειδικό τμήμα για την πρόληψη και αντιμετώπιση της παχυσαρκίας παιδιών και εφήβων.

Στελεχωμένο από Ενδοκρινολόγο Παιδών, Παιδοψυχίατρο και Διαιτολόγο, με την εποπτεία του Παιδιάτρου – Ενδοκρινολόγου κ. Δημητρίου Χιώτη, μπορεί να βοηθήσουν ουσιαστικά τα παιδιά, την οικογένεια, αλλά και κάθε παιδίατρο που έχουν να αντιμετωπίσουν υπέρβαρα και παχύσαρκα παιδιά και εφήβους.



Λεμεσού 39 - 41 & Αχαρνών 209, 104 46 Αθήνα
Τηλ.: 210 86 91 900, Fax: 210 86 91 950
Τμήμα Παχυσαρκίας: 210 86 91 960
E-mail: paidon@euroclinic.gr
Τηλ. άμεσης ανάγκης: 1011



ΔΩΣΤΕ
ΛΥΣΗ *

* ΣΤΗΝ ΑΠΕΙΛΗΤΙΚΟΤΕΡΗ
ΙΣΩΣ «ΕΠΙΔΗΜΙΑ» ΤΟΥ
21 ΑΙΩΝΑ