

Близько 25% дорослих українців живуть з ожирінням. Чи є ожиріння захворюванням і чи можна його ефективно лікувати в Україні?

Листопад 2021, Київ. У Києві 1 листопада відбулось обговорення проблеми ожиріння «**Здорова розмова про ожиріння**». Експерти поділились статистикою щодо поширеності ожиріння у світі та в Україні, а також розповіли про сучасні погляди на проблему та методи боротьби із захворюванням.

Експерти переконують, що ожиріння – не косметична проблема, а хронічне захворювання, яке потребує лікування. Це підтвердила Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ) та визнають авторитетні провідні медичні організації. Згідно з даними ВООЗ, 650 млн дорослих людей [живуть](#) із ожирінням у всьому світі, понад 1,9 мільярда мають зайву вагу. В Україні з ожирінням живе кожен четвертий, а 59% – мають зайву вагу. Згідно із [дослідженням STEPS](#), в Україні у 2019 році лише дві п'ятих (39,6%) населення мали нормальну вагу.

В Україні люди з ожирінням відмічають такі проблеми пов'язані з вагою: погіршення здоров'я, зниження фізичних можливостей, погіршення психологічного стану, а також зниження самооцінки, почуття непривабливості. Такі результати дослідження, що провела науково-дослідна компанія з охорони здоров'я IQVIA.

Світлана ЖАХАЛОВА: керівниця маркетингових досліджень в Україні та СНД компанії IQVIA:

«За даними нашого дослідження, українці з ожирінням проблему зайвої ваги сприймають швидше як косметичну, основний акцент стоїть на незадоволеності зовнішнім виглядом. Пацієнти починають замислюватися над проблемою, однак активну роботу з її вирішення – відкладають на «більш зручний» період. Причиною для звернення до лікаря найчастіше є гострий прояв супутніх захворювань, які розвиваються на фоні ожиріння».

В Україні пацієнти схильні затягувати прийняття рішень щодо лікування ожиріння, адже не вважають це медичною проблемою, йдеться у дослідженні IQVIA. Схуднення і набір ваги відбуваються циклічно, втрачені кілограми повертаються назад у більшій кількості. Це все впливає і на психічне здоров'я: підвищується незадоволеність собою, гостро переживається відсутність ефекту від схуднення, проявляється відчуття провини після зривів «режиму».

В середньому, людина з ожирінням починає самостійну боротьбу із захворюванням у 33 роки, [йдеться](#) у дослідженні ACTION IO. Часто минає кілька років, коли пацієнт усвідомлює проблему та звертається до лікаря за допомогою .

Оксана СКИТАЛІНСЬКА, лікарка-дієтолог, віце-президентка Асоціації дієтологів України:

«Скільки б сили та ресурсів не прикладали люди, аби призупинити ожиріння – часом навіть жорсткої зміни способу життя не вистачає для подолання цього захворювання та його наслідків. Ми живемо у часи, коли харчових спокус дуже багато і вони на кожному кроці. Ми мало рухаємося, працюємо за комп'ютерами, відпочиваємо також за «екранами». Для вирішення проблеми зайвої ваги потрібен комплексний підхід: зусилля людини з оздоровлення способу життя та медичний супровід лікаря. Лише в такому тандемі та співпраці можна отримати довгострокові результати».

За даними дослідження ACTION IO, близько 81% людей з ожирінням намагалися схуднути та робили в середньому 4 серйозні спроби схуднути. Однак лише 11% вдалось втримати досягнутий результат зниження ваги на 5% від початкової маси тіла, не набравши зайві кілограми знову.

Результатом правильного лікування ожиріння є не лише втрата ваги та утримання результату. Адже при втраті ваги, метаболічні процеси в організмі зазнають змін та мають позитивний вплив на організм.

Правильне та ефективне лікування – це покращення загального статусу здоров'я та зменшення негативного впливу зайвої ваги на організм.

Якщо не лікувати ожиріння, воно може призвести до ускладнень та десятків інших захворювань. Наприклад, зайва вага суттєво збільшує ризик серцево-судинних захворювань, які є основною причиною смерті в Україні. Люди із ожирінням набагато частіше хворіють на цукровий діабет 2 типу.

Любов СОКОЛОВА, лікарка-ендокринолог, керівниця відділу діабетології Інституту ендокринології та обміну речовин ім. В.П.Комісаренка НАМН України:

«Наше тіло реагує на схуднення шляхом відновлення ваги. Втрата кілограмів змінює гомеостатичну систему організму, яка контролює апетит, споживання та витрати енергії. Відтак змушує організм посилювати голод і знижувати швидкість метаболізму. Тож самостійно схуднути людям із ожирінням важко, відновити вагу легко. Шлях до здоров'я – довгий та складний, але реальний. Це комплексна робота пацієнта та лікаря, а також медикаментозне лікування, яке тепер є в Україні. Тож отримати вчасну та правильну медичну допомогу пацієнтам із ожирінням – дуже важливо».

Владислав МОРОЗ, генеральний менеджер «Ново Нордіск Україна»

«Ожиріння – це хронічне захворювання, яке не має нічого спільного з лінню або відсутністю сили волі, попри те, як це часто сприймається у суспільстві. Це складне і багатофакторне хронічне метаболічне захворювання, яке можна долати. Замість того, щоб покладати повну відповідальність на людину з ожирінням та звинувачувати у власних проблемах, треба домогтися та підтримати її на шляху до здоров'я. І тут сім'я та друзі відіграють важливу роль. А головне, людей з ожирінням повинен лікувати лікар, який може зробити клінічну оцінку ситуації та виявити потреби в професійній терапевтичній допомозі чи підтримці.

На жаль, соціальне середовище не завжди сприятливе, а люди з ожирінням все ще сильно стигматизовані і щодня стикаються з упередженнями та дискримінацією. Людей з ожирінням звинувачують у ожирінні, водночас людей з іншими захворюваннями, такими як гіпертонія, – ні. Поки ми не почнемо сприймати людей з ожирінням як людей із проблемою здоров'я – хворобою, за яку їх не можна звинувачувати, ми не змінимо сприйняття суспільства про неї як про щось ганебне.

25 % дорослого населення в Україні живуть з ожирінням, більша половина – має зайву вагу. Боротьба з ожирінням має стати одним з пріоритетів охорони здоров'я. Адже ця хвороба пов'язана з рядом ускладнень, включаючи серцево-судинні захворювання, цукровий діабет 2 типу та деякі види раку.

Ми у Ново Нордіск впевнені, що можемо і повинні робити більше для розпізнавання, запобігання та лікування цієї хвороби. Так, в жовтні 2021 року ми запропонували лікарям України інноваційне лікування цієї хвороби. Вже майже 30 років Ново Нордіск допомагає покращити лікування українців з цукровим діабетом і тепер можемо прийти на допомогу й людям з ожирінням».

Про Ново Нордіск

Novo Nordisk – це провідна світова медична компанія, заснована в 1923 році зі штаб-квартирою в Данії. Наша мета – сприяти змінам для подолання діабету та інших серйозних хронічних захворювань, як-от ожиріння, рідкісні порушення згортання крові та ендокринної системи. Ми робимо це завдяки новаторським науковим досягненням, розширюючи доступ до наших ліків та працюючи над тим, щоб запобігти та врятувати ці хвороби. У компанії Novo Nordisk працює близько 43 100 співробітників у 80 країнах, а продукція продається приблизно в 170 країнах. Для отримання додаткової інформації відвідайте novonordisk.ua, [Facebook](#), [Twitter](#), [LinkedIn](#), [YouTube](#).