

ОЖИРЕНИЕ: КОГДА ЖЕЛУДОК ТЕРЯЕТ ГОЛОВУ

Причины возникновения лишнего веса или ожирения могут быть самыми разнообразными – физическими, психологическими, связанными с особенностями диеты или питания человека. В основе этого хронического заболевания, оказывающего непосредственное воздействие на весь организм, нередко может лежать более серьезное расстройство. Но что, если диетология и привычный рацион питания – это только часть проблемы? Комплексно решать эту проблему позволяет слаженная работа многопрофильной команды специалистов лозаннской клиники Clinique de La Source: всецело посвящая себя заботе о пациентах, они ведут борьбу с заболеванием на всех фронтах. На наши вопросы ответил доктор **ВИТТОРИО ДЖУСТИ**, специалист в области эндокринологии и диетологии, руководитель медико-хирургического центра лечения ожирения в Clinique de La Source (Лозанна), которая на протяжении более века остается одним из ведущих медицинских учреждений.

Что такое ожирение?

Ожирение – это хроническое психосоматическое заболевание. Оно проявляется в избыточном накоплении жировой ткани и увеличении массы тела, что может повлечь за собой проблемы со здоровьем. Эти проблемы могут быть как физическими (диабет, гипертония, апноэ во сне...), так и психологическими (депрессия, низкая самооценка, фобии...). Около половины пациентов с ожирением страдают от психологических расстройств. Поскольку речь идет о хроническом заболевании, проявление его симптомов можно уменьшить, ограничивая или контролируя вес, однако совершенно излечиться от него невозможно. Пациентам придется соблюдать осторожность на протяжении всей жизни, в этой связи особую важность приобретает медицинское наблюдение за их состоянием.

Связаны ли причины этого заболевания только с особенностями диеты или питания?

Мы нередко забываем, что ожирение – это заболевание, которое не только ограничивает физические возможности человека (вплоть до потери трудоспособности), но также крайне тесно связано с психологической точкой зрения. Поэтому для выявления причины заболевания необходим междисциплинарный подход, позволяющий рассмотреть проблему в целом и определить профиль пациента. Менее чем у 5% пациентов ожирение вызвано гормональными причинами, у 3% – метаболическими, и у 70% – нарушением пищевого поведения. У 4 из 10 пациентов ожирение связано с какой-либо психологической проблемой. Часто набор веса объясняется причинами эмоционального характера, такими как стресс или депрессия.

Кто ваши типичные пациенты? Могли бы вы рассказать, например, о лечении одного из недавних пациентов в Clinique de La Source?

Недавно ко мне на прием пришла женщина, вес которой оставался стабильным до 20 лет. Она была иностранкой, и период интеграции в швейцарское общество после переезда в Швейцарию оказался для нее очень трудным: в результате стресса она начала постоянно перекусывать. За первый год пребывания в Швейцарии эта пациентка набрала 10 килограммов. Затем эта женщина попыталась завести ребенка, у нее были проблемы с фертильностью, что вызвало новый стресс, так как отношения с мужем были сложными. Всего за 3 месяца она набрала 15 килограммов. Она страдала от компульсивного переедания: в моменты плохого самочувствия она успокаивала себя при помощи шоколада или печенья. Можно сказать, что набор веса у этой пациентки происходил поэтапно. Поэтому для выяснения причины прибавки в весе нам пришлось проанализировать каждый этап. Привычка «заедать» эмоциональную проблему – не редкость. В настоящее время почти треть пациентов приходят к нам на консультации из-за подобного рода расстройств пищевого поведения. Другая треть пациентов приезжают делать хирургическую операцию с целью похудения. Оставшаяся треть пациентов приезжают для решения вопросов, связанных с диетой или для того, чтобы вернуться к сбалансированному питанию.

Как справиться с этим заболеванием?

Как и любое хроническое заболевание, ожирение требует длительного лечения. В зависимости от серьезности каждого конкретного случая мы начнем с регулярных консультаций, а затем будем проводить их с большим интервалом времени, чтобы избежать рецидива. Мы нередко видим, что ожирение – это болезнь, возникающая прежде всего в сознании пациентов, которые часто повторяют одну и ту же фразу: «доктор, я ем, потому что у меня стресс». Поэтому еще до обсуждения вопросов, связанных со сбалансированным питанием, мы должны помочь пациенту справиться со стрессом. Только решив эту проблему, мы можем начинать работу по снижению веса. Вместе с тем мы стараемся восстановить структуру питания, вернуться к правильному ритму приема пищи. Когда эта задача будет решена, мы подробно изучим качество продуктов и их количество с тем, чтобы найти оптимальный для пациента вариант. Важную роль при этом играет сенсорный аспект, так как пациент должен заново научиться испытывать чувство сытости и голода. Мы также предлагаем индивидуальные или групповые занятия, например, дегустации, на которых пациенты смогут научиться правильно пережевывать пищу. Нередко пациенты с избыточным весом пережевывают пищу слишком быстро, и в результате съедают больше. Подводя итог, скажу, что необходимо заново учиться прислушиваться к своим ощущениям, стараться использовать язык для распознавания разных вкусов, что позволит уменьшить количество съедаемой пищи. В данном случае речь идет о полном восстановлении здорового пищевого поведения.

OBESITY: WHEN THE STOMACH LOSES THE HEAD

The causes of overweight or obesity can be very diverse - physical, psychological, related to the peculiarities of a person's diet or nutrition. This chronic disease, which has a direct effect on the entire body, can often be based on a more serious disorder. But what if nutrition and a normal diet are only part of the problem? The coordinated work of the multidisciplinary team of specialists of the Clinique de La Source in Lausanne allows us to solve this problem in a comprehensive manner. Devoting themselves completely to caring for patients, they are fighting the disease at all fronts. Dr. VITTORIO GIUSTI, specialist in endocrinology and diabetology, head of the medical and surgical center for the treatment of obesity at Clinique de La Source (Lausanne), which for over a century remains one of the leading medical institutions, answered our questions.

И в крайнем случае, хирургическая операция?

Треть наших консультаций посвящена хирургическим операциям на желудке. В ходе операции объем желудка уменьшается с 2 литров до 20 миллилитров, то есть примерно в 20 раз. В результате чувство насыщения у пациента будет возникать очень быстро: съев всего несколько кусочков, он почувствует себя сытым, как после полноценного приема пищи. Проведению этой достаточно серьезной операции предшествует предоперационный период продолжительностью около 6 месяцев, в ходе которого будет проведен ряд анализов и тестов, позволяющих определить, сможет ли пациент приспособиться к маленькому объему желудка и показана ли ему эта операция.

Почему клиника Clinique de La Source идеально подходит для лечения этого заболевания?

Clinique de La Source – это прежде всего многопрофильный центр. Множество специалистов разного профиля работают здесь рука об руку. Приходя в нашу клинику, пациент может быть уверен в том, что он найдет в одном коридоре кабинеты психолога, диетолога, медсестры, специалиста по хирургии желудка и др. – это позволяет нам получить полную картину заболевания и разработать адекватный подход, предложив пациенту комплексное лечение. У Clinique de La Source есть также ряд технических и структурных преимуществ: помещения клиники идеально приспособлены к потребностям пациентов с избыточным весом: здесь более широкие кресла, расширенные коридоры и двери кабинетов, весы, способные выдержать значительную нагрузку... наши пациенты очень ценят эти детали.

Vittorio Giusti



la Source 2018@Anne-Laure Lechat

