



## این بیماری‌ها شما را چاق می‌کند!

بررسی‌ها و تحقیقات پژوهشگران مشخص می‌کند که علاوه بر دلایلی چون سبک زندگی غلط، رژیم غذایی بد و نداشتن فعالیت بدنی که باعث چاقی می‌شوند، گروهی از بیماری‌ها نیز خود عاملی برای چاقی محسوب می‌شوند.

بررسی‌ها و تحقیقات پژوهشگران مشخص می‌کند که علاوه بر دلایلی چون سبک زندگی غلط، رژیم غذایی بد و نداشتن فعالیت بدنی که باعث چاقی می‌شوند، گروهی از بیماری‌ها نیز خود عاملی برای چاقی محسوب می‌شوند.

به گزارش پایگاه خبری تیک (Tik.ir)؛ عوامل متعددی همچون رژیم غذایی و سبک زندگی غلط وجود دارند که باعث چاقی می‌شوند. علاوه بر این دلایل، تحقیقات دانشمندان نشان می‌دهند که ممکن است بیماری‌های خاصی نیز در ایجاد چاقی مؤثر باشند و خود دلایلی برای ایجاد چاقی در افراد مختلف شوند.

در تعریف چاقی می‌توان گفت که اگر شاخص توده بدنی یا BMI (با تقسیم قد برحسب وزن) بیشتر از 30 باشد، آن فرد در گروه افراد چاق قرار می‌گیرد. قابل توجه است که چاقی به عنوان یک بیماری به یک اپیدمی جهانی تبدیل شده و تنها کشورهای توسعه یافته گرفتار آن نیستند و کشورهای درحال توسعه نیز درگیر آن شده‌اند.

چاقی با اختلالاتی مانند دیابت، بیماری‌های قلبی - عروقی، فشارخون بالا و سکته مغزی همراه است. برخی از شایع‌ترین علل چاقی را می‌توان عادات و رژیم غذایی غلط، عدم ورزش، بی‌تحرکی و نداشتن فعالیت‌های بدنی ذکر کرد اما باید گروهی از بیماری‌ها که در ایجاد چاقی نیز مؤثر هستند را به این علل افزود.

در اینجا به بیماری‌هایی که عاملی برای بروز چاقی هستند، اشاره می‌شود: اختلال غده تیروئید (Hypothyroidism): در این عارضه غده تیروئید غیرفعال می‌شود و هورمون‌های کمتر از حد موردنیاز را ترشح می‌کند. وظیفه تیروئید این است که متابولیسم بدن را تنظیم کند. به همین دلیل سطح پایین هورمون تیروئید می‌تواند باعث چاقی شود. قابل توجه است که این عارضه در زنان بیشتر از مردان مؤثر بوده و بیشتر باعث چاقی می‌شود.

افسردگی (Depression): افسردگی با دوره‌های طولانی غم و اندوه مشخص می‌شود و هنگامی که این شرایط وجود داشته باشد، می‌توان آن را به عنوان بیماری افسردگی در نظر گرفت. درست است که افسردگی یک بیماری روحی است و وضعیت ذهنی را درگیر می‌سازد اما بر جسم و شرایط جسمی فرد نیز تأثیرگذار است. اگر بیماری افسردگی درمان نشود ممکن است منجر به ایجاد مشکلات عاطفی، رفتاری و جسمی شدید شود که معمولاً همه بخش‌های زندگی فرد را تحت تأثیر قرار می‌دهد. جالب است بدانید که یکی از رایج‌ترین عوارض ناشی از افسردگی، اضافه وزن و چاقی است که می‌تواند به بروز بیماری‌های قلبی و عروقی و دیابت منجر شود.

سندرم کوشینگ (Cushing syndrome): این بیماری در اثر اختلال غدد درون ریز به وجود می‌آید یعنی ممکن است بدن مدت طولانی در معرض سطح بالای کورتیزول قرار گیرد. اگر این بیماری درمان نشده و مزمن شود، می‌تواند باعث ایجاد چاقی شود. برخی از علل شایع این بیماری، مصرف بیش از حد کورتیکواستروئیدها و تولید بیش از حد کورتیزول توسط غدد آدرنال است.

سندرم ایکس (Syndrome X): این بیماری با مقاومت بدن به انسولین شناخته می‌شود و به هیپرنسینولینمی (hyperinsulinemia) یا سطح بالای انسولین شهرت دارد. این سندرم می‌تواند باعث ایجاد چاقی شود. سندرم ایکس دسته‌ای از شرایط سلامتی بدن است که تصور می‌شود ریشه در مقاومت به انسولین دارند. جالب است هنگامی که بدن به انسولین مقاوم می‌شود، هورمون‌های دیگر بدن که به کنترل متابولیسم کمک کرده، نیز به خوبی کار نمی‌کنند بنابراین می‌تواند باعث چاقی شوند. /سیناپرس