

روش‌های درمان چاقی مفرط در کودکان

چاقی یکی از معضلات زندگی‌های شهرنشینی شده است. استفاده از غذاهای آماده یا همان فست فودها، نشستن پای تلویزیون و رایانه برای زمان‌های طولانی و انجام بازی‌های کامپیوتری به جای فعالیت منجر به چاقی در سنین پایین بسیار بیشتر از گذشته شده است...



چاقی یکی از معضلات زندگی‌های شهرنشینی شده است. استفاده از غذاهای آماده یا همان فست فودها، نشستن پای تلویزیون و رایانه برای زمان‌های طولانی و انجام بازی‌های کامپیوتری به جای فعالیت منجر به چاقی در سنین پایین بسیار بیشتر از گذشته شده است.

برای برآورد چاقی از روش‌های متفاوتی استفاده می‌شود. یکی از این روش‌ها استفاده از BMI (Body Mass Index) است. در این روش وزن فرد تقسیم بر قد به توان 2 می‌شود. عدد به دست آمده برای برآورد میزان چاقی و میزان خطر بروز بیماری‌ها به کار می‌رود. بسیاری از کودکان و نوجوانان دچار چاقی مفرط هستند. به بسیاری از آنها ورزش و برای عده‌ای مصرف دارو و در جزئی از آنها جراحی به عنوان درمان یا کنترل چاقی توصیه می‌شود. استفاده از تصحیح روش زندگی، روال رایج است. به علت وزن زیاد انجام بسیاری از فعالیت‌های بدنی برای این افراد دشوار است.

تعدیل تغذیه روشی کارآمد به نظر می‌رسد. با کاهش کالری روزانه می‌توان از چربی‌های ذخیره شده در بدن استفاده کرد. اما در تحقیقاتی که در ونکوور در سال‌های 2001 تا 2006 انجام شده بود، مشاهده شد که نوجوانان چاق کمتر از افراد با وزن طبیعی و همسن با آنها مصرف کالری داشتند. با این اوصاف، گاهی تنها روش پیشگیری و درمانی برای کنترل چاقی رویکرد فعالیتی است. استفاده از داروهای کاهنده اشتها یکی از روش‌های دیگر مرسوم است که در ایران جای پای پیدا کرده است. بسیاری از کانال‌های ماهواره‌ای با داشتن نمایندگی فروش در ایران یا از طریق بیک‌های تلفنی اقدام به فروش این داروها می‌کنند اما تحقیقات نشان می‌دهد که دارو بندرت در کنترل چاقی در سنین قبل از اتمام بلوغ، مفید است.

از بین رفتن اشتها نه تنها مصرف کالری روزانه را کاهش می‌دهد بلکه می‌تواند با ایجاد اختلال در مصرف مواد پایه‌ای و ضروری که قابل برداشت از بافت چربی بدن و ذخیره بدنی نیست، منجر به سوء تغذیه در فرد شود.

همین اختلال در مواد پایه‌ای بدن در افرادی که رژیم غیر اصولی می‌گیرند، صحت دارد. عده‌ای معتقد هستند اگر پس از تغییر در شیوه زندگی توسط فعالیت بدنی و رژیم غذایی، کاهش متناسب با سن دیده نشد، می‌توان از روش‌های دارویی استفاده کرد. جراحی از روش‌هایی است که در برخی بیماران توصیه می‌شود. جراحی می‌تواند زمان توقف غذا را در معده یا حجم ذخیره غذا را کاهش دهد. جراحی به واسطه تداخل در جذب مواد غذایی می‌تواند در جذب بعضی از مواد مغذی و لازم در بدن اختلال ایجاد کند. از این مواد غذایی می‌توان به کلسیم اشاره کرد که در سنین نوجوانی برای ایجاد تراکم استخوانی ارزشمند است.

جراحی برای نوجوانانی توصیه می‌شود که BMI آنها 40 یا بیشتر بوده و دارای 2 یا بیشتر بیماری همزمان شدید وابسته به چاقی مانند دیابت یا آپنه (توقف تنفس) در خواب، باشند. اگر بیماری‌های همزمان بیمار شدید نباشد یا بیماری همزمانی نداشته باشد، لازم است که BMI بیمار بالای 50 باشد. توصیه پزشکان انجام جراحی قبل از بروز عوارض است.

در بالغین با BMI بیش از 35 اقدام به انجام جراحی می‌کنند؛ درحالی که این سطح از چاقی بندرت در نوجوانان برای انجام جراحی پذیرفته شده، هر چند ممکن است به دلیل بیماری‌های شدید همزمان، انجام جراحی در سطح پایین‌تری از چاقی ضروری باشد.