

- РУДН
- МЕД ИНСТИТУТ
- КАФЕДРА ПЕДИАТРИИ
- ПРЕЗЕНТАЦИЯ НА
ТЕМУ: "ОЖИРЕНИЕ "
- АВТОР: АССИСТЕНТ КАФЕДРЫ
БОНДАРЕНКО Н.А.

Ожирение – это гетерогенная группа наследственных и приобретенных заболеваний, связанных с избыточным накоплением жировой ткани в организме (В. А. Петеркова, О.В. Васюкова, 2013).



ОЖИРЕНИЕ

«патологическое или избыточное накопление жира, представляющее риск для здоровья»

Статистика (ВОЗ 2016 год)

Чхат Кумар из Индии 19 кг в восемь месяцев, Германия



41 миллион детей в возрасте до 5 лет страдали избыточным весом или ожирением.

<https://germania.one/2017/04/17/samyj-tolstij-rebenok-v-mire-19-kg-v-vosem-mesjacev/>

Arya Permama, 8 лет 190 кг, Индонезия



340 миллионов детей и подростков в возрасте от 5 до 19 лет страдали избыточным весом или ожирением.

Критерии диагноза

ИМТ коррелирует с количеством жировой ткани в организме как у взрослых, так и у детей.

- Критерии избыточной массы тела и ожирения у детей определяются по данным перцентильных таблиц или стандартных отклонений ИМТ (SDS — standard deviation score). В них учитывается не только рост, вес, но также пол и возраст ребенка. Это связано с тем, что значение ИМТ у детей меняется с развитием ребенка: от высокого в первый год жизни, сниженного в период раннего детства (2—5 лет) и постепенно увеличивающегося в период полового развития, что в целом отражает динамику жировой ткани.
- **С учетом рекомендаций ВОЗ, ожирение у детей и подростков следует определять как +2,0 SDS ИМТ, а избыточную массу тела от +1,0 до +2,0 SDS ИМТ.**

На сайте ВОЗ представлены новые нормативные значения роста и веса для детей в виде таблиц и кривых как для возрастной группы от 0 до 5-ти лет (<http://who.int/childgrowth/standards/ru/>) так и для детей 5-19 лет (http://who.int/growthref/who2007_bmi_for_age/en/index.html).

Ожирение определяется стандартами ВОЗ в отношении роста и развития детей

У младенцев и детей

1. **длина тела/рост-возраст**
2. **масса тела-возраст**
3. **масса тела-рост**
4. **ИМТ-возраст**

У детей и подростков 5-17 лет:

- **ИМТ-возраст.**

графики/таблицы «Длина тела/рост-возраст»

девочки 0-6 месяцев

Length-for-age GIRLS

Birth to 6 months (z-scores)



Height-for-age GIRLS

2 to 5 years (z-scores)



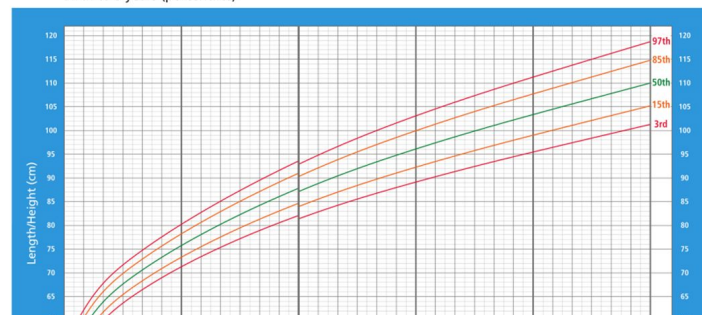
Year: Month	Month	L	M	S	SD	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
2: 0	24	1	85.7153	0.03764	3.2267	76.0	79.3	82.5	85.7	88.9	92.2	95.4
2: 1	25	1	86.5904	0.03786	3.2783	76.8	80.0	83.3	86.6	89.9	93.1	96.4
2: 2	26	1	87.4462	0.03808	3.3300	77.5	80.8	84.1	87.4	90.8	94.1	97.4
2: 3	27	1	88.2830	0.03830	3.3812	78.1	81.5	84.9	88.3	91.7	95.0	98.4
2: 4	28	1	89.1004	0.03851	3.4313	78.8	82.2	85.7	89.1	92.5	96.0	99.4
2: 5	29	1	89.8991	0.03872	3.4809	79.5	82.9	86.4	89.9	93.4	96.9	100.3
2: 6	30	1	90.6797	0.03893	3.5302	80.1	83.6	87.1	90.7	94.2	97.7	101.3
2: 7	31	1	91.4430	0.03913	3.5782	80.7	84.3	87.9	91.4	95.0	98.6	102.2
2: 8	32	1	92.1906	0.03933	3.6259	81.3	84.9	88.6	92.2	95.8	99.4	103.1
2: 9	33	1	92.9239	0.03952	3.6724	81.9	85.6	89.3	92.9	96.6	100.3	103.9
2:10	34	1	93.6444	0.03971	3.7186	82.5	86.2	89.9	93.6	97.4	101.1	104.8
2:11	35	1	94.3533	0.03989	3.7638	83.1	86.8	90.6	94.4	98.1	101.9	105.6
3: 0	36	1	95.0515	0.04006	3.8078	83.6	87.4	91.2	95.1	98.9	102.7	106.5
3: 1	37	1	95.7399	0.04024	3.8526	84.2	88.0	91.9	95.7	99.6	103.4	107.3
3: 2	38	1	96.4187	0.04041	3.8963	84.7	88.6	92.5	96.4	100.3	104.2	108.1
3: 3	39	1	97.0885	0.04057	3.9389	85.3	89.2	93.1	97.1	101.0	105.0	108.9
3: 4	40	1	97.7493	0.04073	3.9813	85.8	89.8	93.8	97.7	101.7	105.7	109.7
3: 5	41	1	98.4015	0.04089	4.0236	86.3	90.4	94.4	98.4	102.4	106.4	110.5
3: 6	42	1	99.0448	0.04105	4.0658	86.8	90.9	95.0	99.0	103.1	107.2	111.2
3: 7	43	1	99.6795	0.04120	4.1068	87.4	91.5	95.6	99.7	103.8	107.9	112.0
3: 8	44	1	100.3058	0.04135	4.1476	87.9	92.0	96.2	100.3	104.5	108.6	112.7
3: 9	45	1	100.9238	0.04150	4.1883	88.4	92.5	96.7	100.9	105.1	109.3	113.5
3:10	46	1	101.5337	0.04164	4.2279	88.9	93.1	97.3	101.5	105.8	110.0	114.2
3:11	47	1	102.1360	0.04179	4.2683	89.3	93.6	97.9	102.1	106.4	110.7	114.9
4: 0	48	1	102.7312	0.04193	4.3075	89.8	94.1	98.4	102.7	107.0	111.3	115.7

WHO Child Growth Standards

мальчики 0-5 лет

Length/height-for-age BOYS

Birth to 5 years (percentiles)



Height-for-age BOYS

2 to 5 years (percentiles)




Year: Month	Month	L	M	S	SD	1st	3rd	5th	15th	50th	75th	85th	95th	97th	99th	
2: 0	24	1	87.1161	0.03507	3.0551	80.0	81.4	82.1	83.9	85.1	87.1	89.2	90.3	92.1	92.9	94.2
2: 1	25	1	87.9720	0.03542	3.1160	80.7	82.1	82.8	84.7	85.9	88.0	90.1	91.2	93.1	93.8	95.2
2: 2	26	1	88.8065	0.03576	3.1757	81.4	82.8	83.6	85.5	86.7	88.8	90.9	92.1	94.0	94.8	96.2
2: 3	27	1	89.6197	0.03610	3.2353	82.1	83.5	84.3	86.3	87.4	89.6	91.8	93.0	94.9	95.7	97.1
2: 4	28	1	90.4120	0.03642	3.2928	82.8	84.2	85.0	87.0	88.2	90.4	92.6	93.8	95.8	96.6	98.1
2: 5	29	1	91.1828	0.03674	3.3501	83.4	84.9	85.7	87.7	88.9	91.2	93.4	94.7	96.7	97.5	99.0
2: 6	30	1	91.9327	0.03704	3.4052	84.0	85.5	86.3	88.4	89.6	91.9	94.2	95.5	97.5	98.3	99.9
2: 7	31	1	92.6631	0.03733	3.4591	84.6	86.2	87.0	89.1	90.3	92.7	95.0	96.2	98.4	99.2	100.7
2: 8	32	1	93.3753	0.03761	3.5118	85.2	86.8	87.6	89.7	91.0	93.4	95.7	97.0	99.2	100.0	101.5
2: 9	33	1	94.0711	0.03787	3.5625	85.8	87.4	88.2	90.4	91.7	94.1	96.5	97.8	99.9	100.8	102.4
2:10	34	1	94.7532	0.03812	3.6120	86.4	88.0	88.8	91.0	92.3	94.8	97.2	98.5	100.7	101.5	103.2
2:11	35	1	95.4236	0.03836	3.6604	86.9	88.5	89.4	91.6	93.0	95.4	97.9	99.2	101.4	102.3	103.9
3: 0	36	1	96.0835	0.03858	3.7069	87.5	89.1	90.0	92.2	93.6	96.1	98.6	99.9	102.2	103.1	104.7
3: 1	37	1	96.7337	0.03879	3.7523	88.0	89.7	90.6	92.8	94.2	96.7	99.3	100.6	102.9	103.8	105.5
3: 2	38	1	97.3749	0.03900	3.7976	88.5	90.2	91.1	93.4	94.8	97.4	99.9	101.3	103.6	104.5	106.2
3: 3	39	1	98.0073	0.03919	3.8409	89.1	90.8	91.7	94.0	95.4	98.0	100.6	102.0	104.3	105.2	106.9
3: 4	40	1	98.6310	0.03937	3.8831	89.6	91.3	92.2	94.6	96.0	98.6	101.3	102.7	105.0	105.9	107.7
3: 5	41	1	99.2459	0.03954	3.9242	90.1	91.9	92.8	95.2	96.6	99.2	101.9	103.3	105.7	106.6	108.4
3: 6	42	1	99.8515	0.03971	3.9651	90.6	92.4	93.3	95.7	97.2	99.9	102.5	104.0	106.4	107.3	109.1
3: 7	43	1	100.4485	0.03986	4.0039	91.1	92.9	93.9	96.3	97.7	100.4	103.1	104.6	107.0	108.0	109.8
3: 8	44	1	101.0374	0.04002	4.0435	91.6	93.4	94.4	96.8	98.3	101.0	103.8	105.2	107.7	108.6	110.4
3: 9	45	1	101.6186	0.04016	4.0810	92.1	93.9	94.9	97.4	98.9	101.6	104.4	105.8	108.3	109.3	111.1
3:10	46	1	102.1933	0.04031	4.1194	92.6	94.4	95.4	97.9	99.4	102.2	105.0	106.5	109.0	109.9	111.8
3:11	47	1	102.7625	0.04045	4.1567	93.1	94.9	95.9	98.5	100.0	102.8	105.6	107.1	109.6	110.6	112.4
4: 0	48	1	103.3273	0.04059	4.1941	93.6	95.4	96.4	99.0	100.5	103.3	106.2	107.7	110.2	111.2	113.1


WHO Child Growth Standards

Перцентильная таблица масса тела-возраст

Simplified field tables

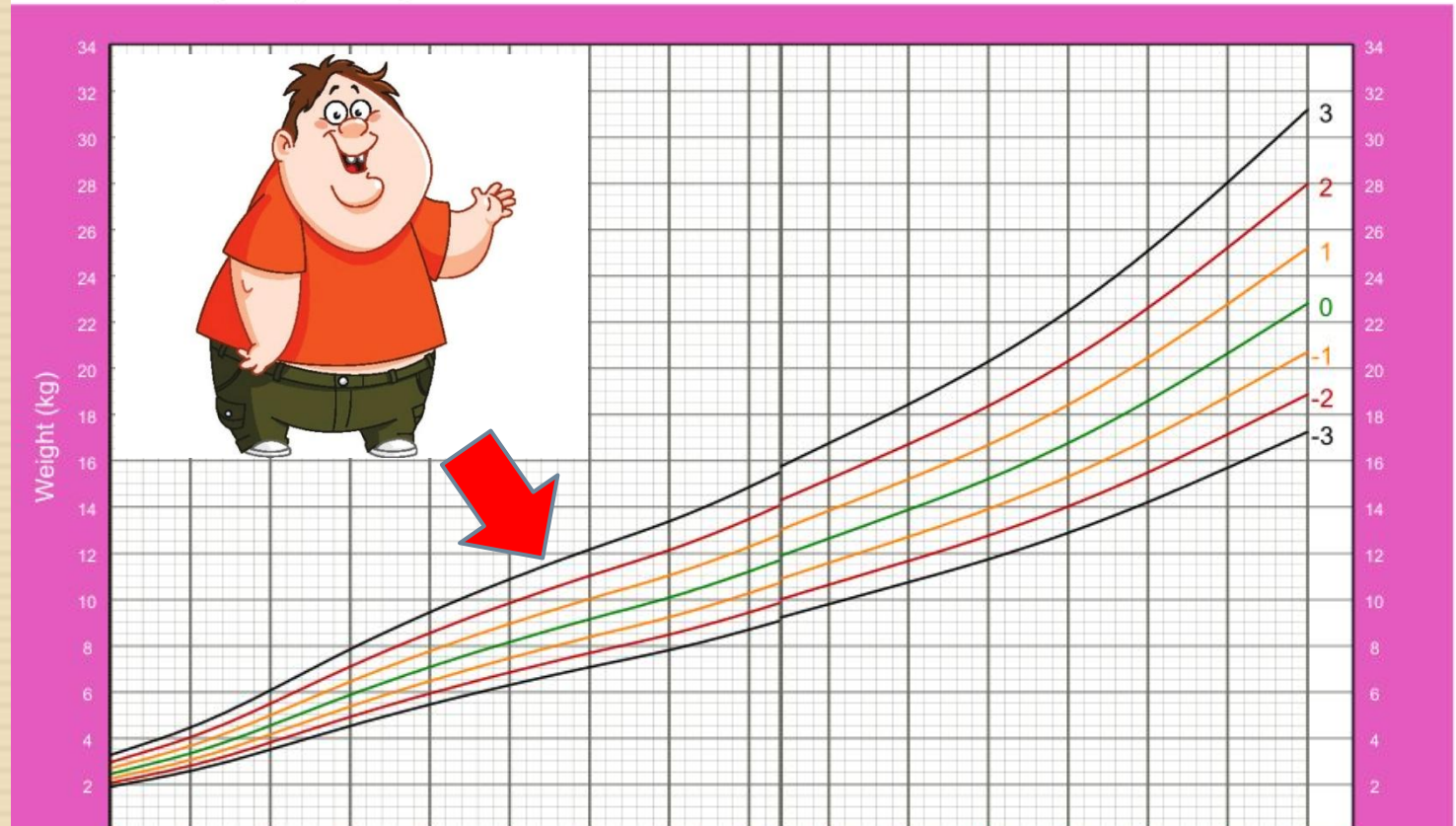
Weight-for-age BOYS Birth to 5 years (z-scores)		 World Health Organization						
Year: Month	Months	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
0: 0	0	2.1	2.5	2.9	3.3	3.9	4.4	5.0
0: 1	1	2.9	3.4	3.9	4.5	5.1	5.8	6.6
0: 2	2	3.8	4.3	4.9	5.6	6.3	7.1	8.0
0: 3	3	4.4	5.0	5.7	6.4	7.2	8.0	9.0
0: 4	4	4.9	5.6	6.2	7.0	7.8	8.7	9.7
0: 5	5	5.3	6.0	6.7	7.5	8.4	9.3	10.4
0: 6	6	5.7	6.4	7.1	7.9	8.8	9.8	10.9
0: 7	7	5.9	6.7	7.4	8.3	9.2	10.3	11.4
0: 8	8	6.2	6.9	7.7	8.6	9.6	10.7	11.9
0: 9	9	6.4	7.1	8.0	8.9	9.9	11.0	12.3
0:10	10	6.6	7.4	8.2	9.2	10.2	11.4	12.7
0:11	11	6.8	7.6	8.4	9.4	10.5	11.7	13.0
1: 0	12	6.9	7.7	8.6	9.6	10.8	12.0	13.3
1: 1	13	7.1	7.9	8.8	9.9	11.0	12.3	13.7
1: 2	14	7.2	8.1	9.0	10.1	11.3	12.6	14.0
1: 3	15	7.4	8.3	9.2	10.3	11.5	12.8	14.3
1: 4	16	7.5	8.4	9.4	10.5	11.7	13.1	14.6
1: 5	17	7.7	8.6	9.6	10.7	12.0	13.4	14.9
1: 6	18	7.8	8.8	9.8	10.9	12.2	13.7	15.3
1: 7	19	8.0	8.9	10.0	11.1	12.5	13.9	15.6
1: 8	20	8.1	9.1	10.1	11.3	12.7	14.2	15.9
1: 9	21	8.2	9.2	10.3	11.5	12.9	14.5	16.2
1:10	22	8.4	9.4	10.5	11.8	13.2	14.7	16.5
1:11	23	8.5	9.5	10.7	12.0	13.4	15.0	16.8
2: 0	24	8.6	9.7	10.8	12.2	13.6	15.3	17.1
2: 1	25	8.8	9.8	11.0	12.4	13.9	15.5	17.5
2: 2	26	8.9	10.0	11.2	12.5	14.1	15.8	17.8
2: 3	27	9.0	10.1	11.3	12.7	14.3	16.1	18.1
2: 4	28	9.1	10.2	11.5	12.9	14.5	16.3	18.4
2: 5	29	9.2	10.4	11.7	13.1	14.8	16.6	18.7

Simplified field tables

Weight-for-age GIRLS Birth to 5 years (percentiles)		 World Health Organization				
Year: Month	Months	3rd	15th	Median	85th	97th
0: 0	0	2.4	2.8	3.2	3.7	4.2
0: 1	1	3.2	3.6	4.2	4.8	5.4
0: 2	2	4.0	4.5	5.1	5.9	6.5
0: 3	3	4.6	5.1	5.8	6.7	7.4
0: 4	4	5.1	5.6	6.4	7.3	8.1
0: 5	5	5.5	6.1	6.9	7.8	8.7
0: 6	6	5.8	6.4	7.3	8.3	9.2
0: 7	7	6.1	6.7	7.6	8.7	9.6
0: 8	8	6.3	7.0	7.9	9.0	10.0
0: 9	9	6.6	7.3	8.2	9.3	10.4
0:10	10	6.8	7.5	8.5	9.6	10.7
0:11	11	7.0	7.7	8.7	9.9	11.0
1: 0	12	7.1	7.9	8.9	10.2	11.3
1: 1	13	7.3	8.1	9.2	10.4	11.6
1: 2	14	7.5	8.3	9.4	10.7	11.9
1: 3	15	7.7	8.5	9.6	10.9	12.2
1: 4	16	7.8	8.7	9.8	11.2	12.5
1: 5	17	8.0	8.8	10.0	11.4	12.7
1: 6	18	8.2	9.0	10.2	11.6	13.0
1: 7	19	8.3	9.2	10.4	11.9	13.3
1: 8	20	8.5	9.4	10.6	12.1	13.5
1: 9	21	8.7	9.6	10.9	12.4	13.8
1:10	22	8.8	9.8	11.1	12.6	14.1
1:11	23	9.0	9.9	11.3	12.8	14.3
2: 0	24	9.2	10.1	11.5	13.1	14.6
2: 1	25	9.3	10.3	11.7	13.3	14.9
2: 2	26	9.5	10.5	11.9	13.6	15.2
2: 3	27	9.6	10.7	12.1	13.8	15.4
2: 4	28	9.8	10.8	12.3	14.0	15.7
2: 5	29	10.0	11.0	12.5	14.3	16.0

Weight-for-length/height GIRLS

Birth to 5 years (z-scores)



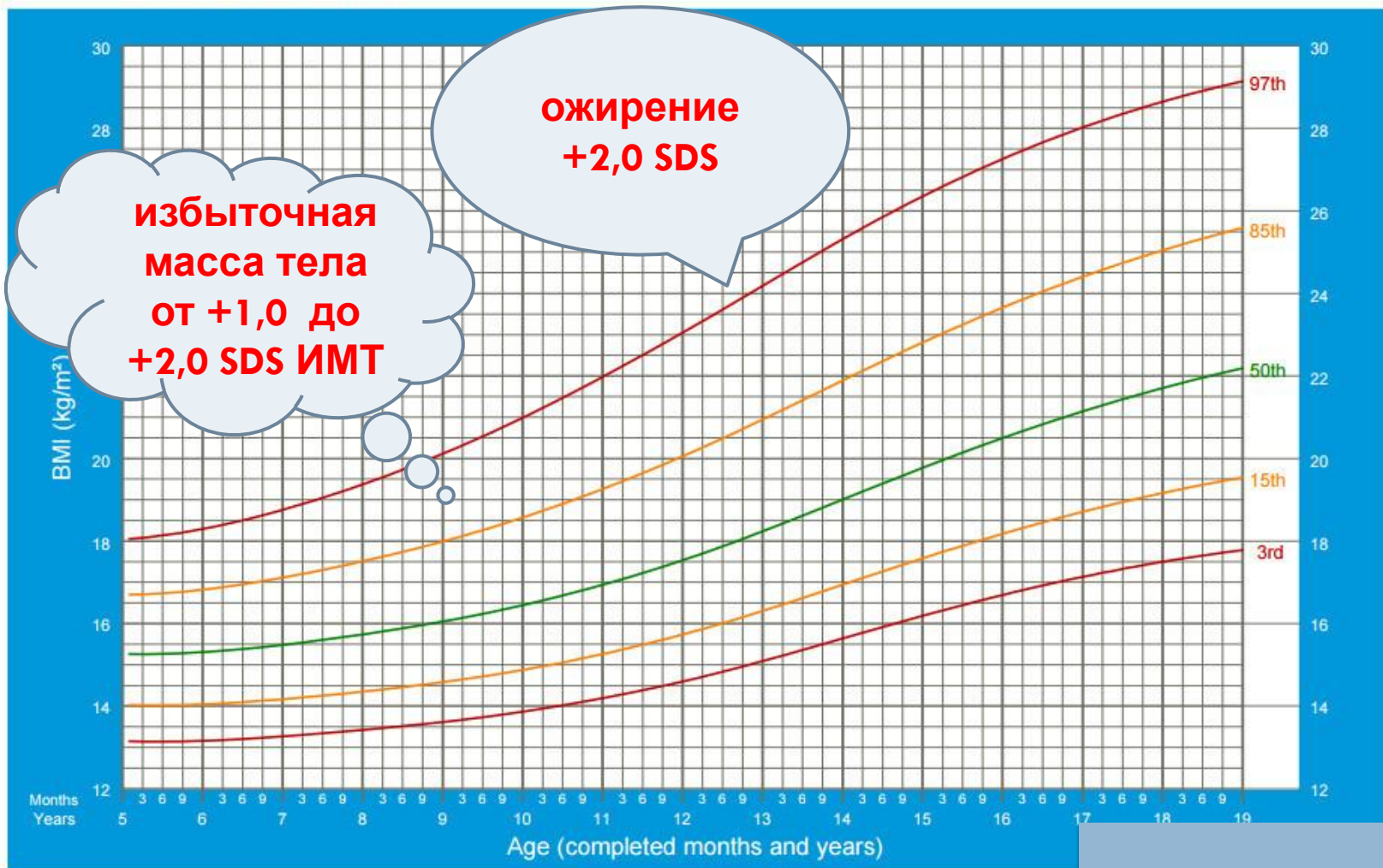
Диагностика ожирения

превышение соотношения «масса тела/рост» медианного значения, указанное в Стандартных показателях физического развития детей (ВОЗ), **более чем на три стандартных отклонения;**

$$\text{ИМТ} = \frac{\text{МАССА(КГ)}}{\text{РОСТ(М)}^2}$$

BMI-for-age BOYS

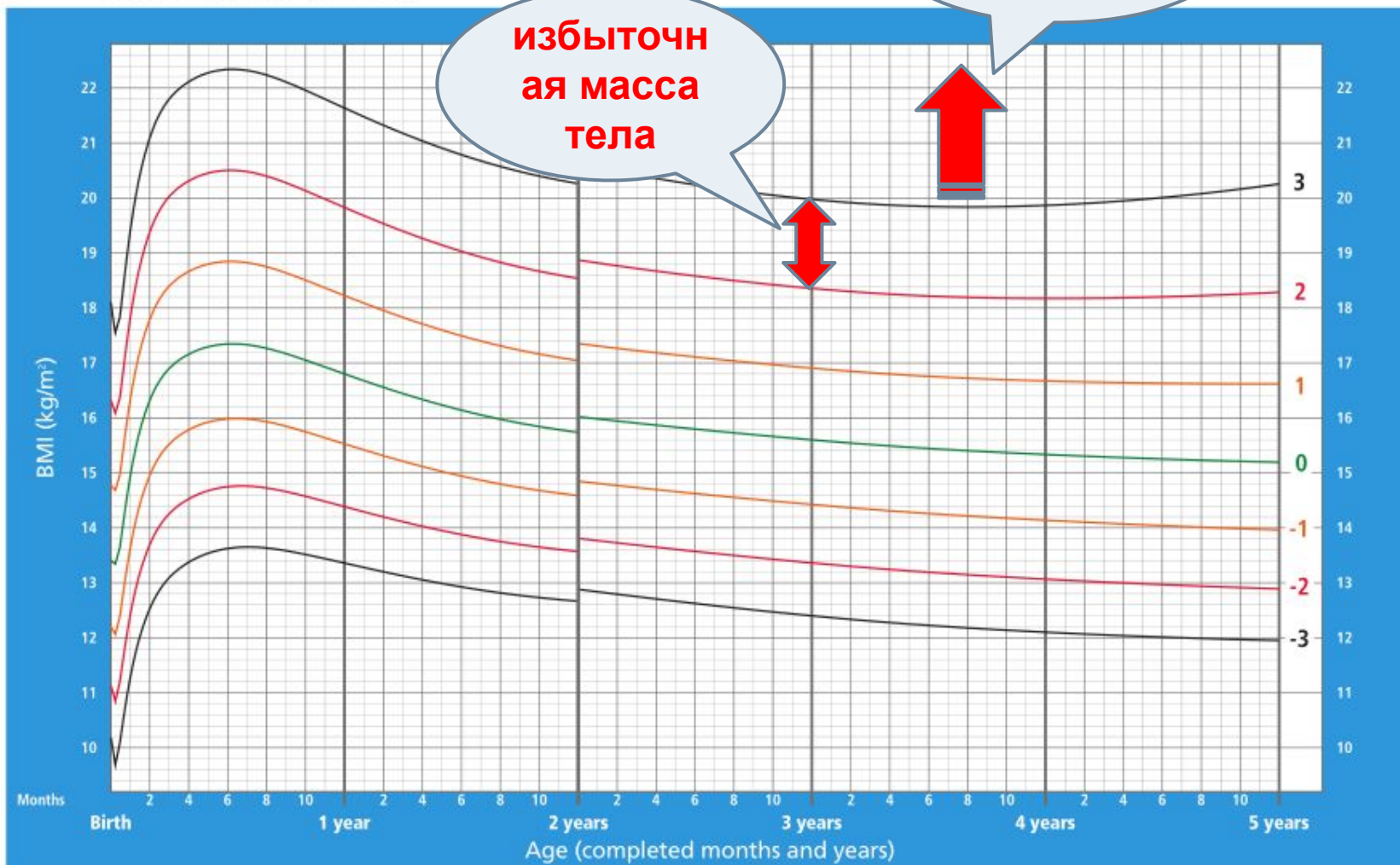
5 to 19 years (percentiles)



ИМТ-возраст

BMI-for-age BOYS

Birth to 5 years (z-scores)



ИМТ-возраст

Weight-for-age BOYS Birth to 5 years (z-scores)		World Health Organization						
Year: Month	Months	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
0: 0	0	2.1	2.5	2.9	3.3	3.9	4.4	5.0
0: 1	1	2.9	3.4	3.9	4.5	5.1	5.8	6.6
0: 2	2	3.8	4.3	4.9	5.6	6.3	7.1	8.0
0: 3	3	4.4	5.0	5.7	6.4	7.2	8.0	9.0
0: 4	4	4.9	5.6	6.2	7.0	7.8	8.7	9.7
0: 5	5	5.3	6.0	6.7	7.5	8.4	9.3	10.4
0: 6	6	5.7	6.4	7.1	7.9	8.8	9.8	10.9
0: 7	7	5.9	6.7	7.4	8.3	9.2	10.3	11.4
0: 8	8	6.2	6.9	7.7	8.6	9.6	10.7	11.9
0: 9	9	6.4	7.1	8.0	8.9	9.9	11.0	12.3
0:10	10	6.6	7.4	8.2	9.2	10.2	11.4	12.7
0:11	11	6.8	7.6	8.4	9.4	10.5	11.7	13.0
1: 0	12	6.9	7.7	8.6	9.6	10.8	12.0	13.3
1: 1	13	7.1	7.9	8.8	9.9	11.0	12.3	13.7
1: 2	14	7.2	8.1	9.0	10.1	11.3	12.6	14.0
1: 3	15	7.4	8.3	9.2	10.3	11.5	12.8	14.3
1: 4	16	7.5	8.4	9.4	10.5	11.7	13.1	14.6
1: 5	17	7.7	8.6	9.6	10.7	12.0	13.4	14.9
1: 6	18	7.8	8.8	9.8	10.9	12.2	13.7	15.3
1: 7	19	8.0	8.9	10.0	11.1	12.5	13.9	15.6
1: 8	20	8.1	9.1	10.1	11.3	12.7	14.2	15.9
1: 9	21	8.2	9.2	10.3	11.5	12.9	14.5	16.2
1:10	22	8.4	9.4	10.5	11.8	13.2	14.7	16.5
1:11	23	8.5	9.5	10.7	12.0	13.4	15.0	16.8
2: 0	24	8.6	9.7	10.8	12.2	13.6	15.3	17.1
2: 1	25	8.8	9.8	11.0	12.4	13.9	15.5	17.5
2: 2	26	8.9	10.0	11.2	12.5	14.1	15.8	17.8
2: 3	27	9.0	10.1	11.3	12.7	14.3	16.1	18.1
2: 4	28	9.1	10.2	11.5	12.9	14.5	16.3	18.4
2: 5	29	9.2	10.4	11.7	13.1	14.8	16.6	18.7

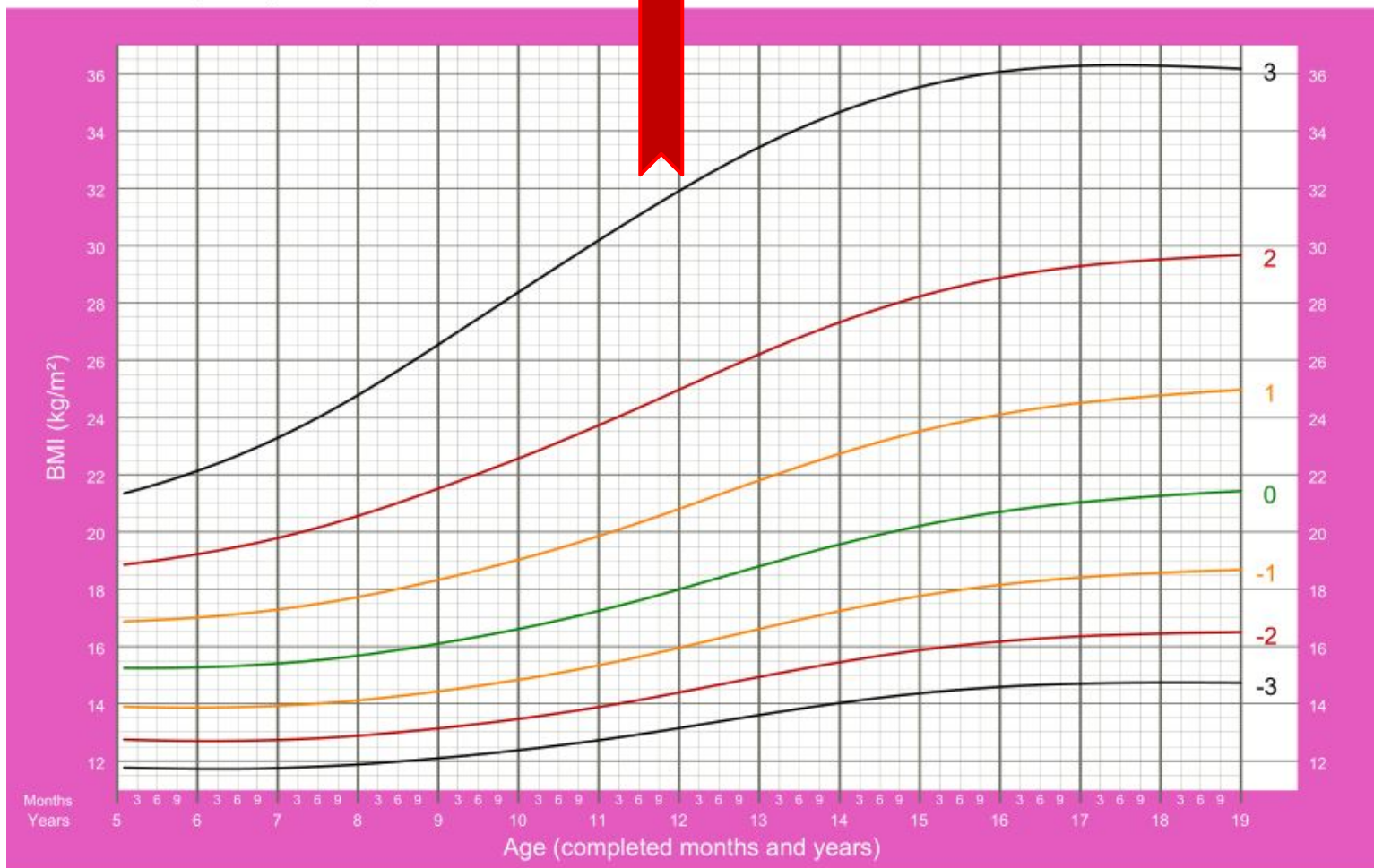
С учетом рекомендаций ВОЗ, ожирение у детей и подростков следует определять как +2,0 SDS ИМТ, а избыточную массу тела от +1,0 до +2,0 SDS ИМТ.

ОЖИРЕНИЕ

ОЖИРЕНИЕ у девочек 5-19 лет:

BMI-for-age GIRLS

5 to 19 years (z-scores)



ОЖИРЕНИЕ у мальчиков 5-19

лет:



BMI-for-age BOYS

5 to 19 years (percentiles)

Year: Month	Month	L	M	S	Percentiles (BMI in kg/m ²)										
					1st	3rd	5th	15th	25th	50th	75th	85th	95th	97th	99th
5: 1	61	-0.7387	15.2641	0.08390	12.7	13.1	13.4	14.0	14.4	15.3	16.2	16.7	17.7	18.1	18.8
5: 2	62	-0.7621	15.2616	0.08414	12.7	13.1	13.4	14.0	14.4	15.3	16.2	16.7	17.7	18.1	18.9
5: 3	63	-0.7856	15.2604	0.08439	12.7	13.1	13.4	14.0	14.4	15.3	16.2	16.7	17.7	18.1	18.9
5: 4	64	-0.8089	15.2605	0.08464	12.7	13.1	13.4	14.0	14.4	15.3	16.2	16.7	17.7	18.1	18.9
5: 5	65	-0.8322	15.2619	0.08490	12.7	13.1	13.4	14.0	14.4	15.3	16.2	16.7	17.7	18.1	18.9
5: 6	66	-0.8554	15.2645	0.08516	12.7	13.1	13.4	14.0	14.4	15.3	16.2	16.7	17.7	18.1	19.0
5: 7	67	-0.8785	15.2684	0.08543	12.7	13.1	13.4	14.0	14.4	15.3	16.2	16.7	17.7	18.2	19.0
5: 8	68	-0.9015	15.2737	0.08570	12.7	13.1	13.4	14.0	14.4	15.3	16.2	16.8	17.8	18.2	19.0
5: 9	69	-0.9243	15.2801	0.08597	12.7	13.1	13.4	14.0	14.4	15.3	16.2	16.8	17.8	18.2	19.1
5:10	70	-0.9471	15.2877	0.08625	12.7	13.1	13.4	14.0	14.4	15.3	16.2	16.8	17.8	18.2	19.1
5:11	71	-0.9697	15.2965	0.08653	12.7	13.2	13.4	14.0	14.5	15.3	16.2	16.8	17.8	18.3	19.1
6: 0	72	-0.9921	15.3062	0.08682	12.7	13.2	13.4	14.0	14.5	15.3	16.3	16.8	17.9	18.3	19.2
6: 1	73	-1.0144	15.3169	0.08711	12.7	13.2	13.4	14.0	14.5	15.3	16.3	16.8	17.9	18.3	19.2
6: 2	74	-1.0365	15.3285	0.08741	12.7	13.2	13.4	14.1	14.5	15.3	16.3	16.9	17.9	18.4	19.3
6: 3	75	-1.0584	15.3408	0.08771	12.8	13.2	13.4	14.1	14.5	15.3	16.3	16.9	17.9	18.4	19.3
6: 4	76	-1.0801	15.3540	0.08802	12.8	13.2	13.4	14.1	14.5	15.4	16.3	16.9	18.0	18.4	19.4
6: 5	77	-1.1017	15.3679	0.08833	12.8	13.2	13.4	14.1	14.5	15.4	16.3	16.9	18.0	18.5	19.4
6: 6	78	-1.1230	15.3825	0.08865	12.8	13.2	13.4	14.1	14.5	15.4	16.4	16.9	18.0	18.5	19.4
6: 7	79	-1.1441	15.3978	0.08898	12.8	13.2	13.4	14.1	14.5	15.4	16.4	17.0	18.1	18.5	19.5
6: 8	80	-1.1649	15.4137	0.08931	12.8	13.2	13.5	14.1	14.5	15.4	16.4	17.0	18.1	18.6	19.6
6: 9	81	-1.1856	15.4302	0.08964	12.8	13.2	13.5	14.1	14.6	15.4	16.4	17.0	18.1	18.6	19.6
6:10	82	-1.2060	15.4473	0.08998	12.8	13.2	13.5	14.1	14.6	15.4	16.5	17.1	18.2	18.7	19.7
6:11	83	-1.2261	15.4650	0.09033	12.8	13.3	13.5	14.2	14.6	15.5	16.5	17.1	18.2	18.7	19.7
7: 0	84	-1.2460	15.4832	0.09068	12.8	13.3	13.5	14.2	14.6	15.5	16.5	17.1	18.3	18.8	19.8
7: 1	85	-1.2656	15.5019	0.09103	12.9	13.3	13.5	14.2	14.6	15.5	16.5	17.1	18.3	18.8	19.8
7: 2	86	-1.2849	15.5210	0.09139	12.9	13.3	13.5	14.2	14.6	15.5	16.6	17.2	18.3	18.8	19.9

2007 WHO Reference

Классификация (Петеркова В.А., Васюкова О. В., 2013) По этиологии:

1. Простое (конституционально-экзогенное, идиопатическое)
2. Гипоталамическое
3. Ожирение при нейроэндокринных заболеваниях (гиперкортицизме, гипотиреозе и др)
4. Ожирение ятрогенное
5. Моногенное ожирение
6. Синдромальное ожирение

Классификация (Петеркова В.А., Васюкова О.В., 2013) По наличию осложнений и коморбидных состояний:

- нарушения углеводного обмена (нарушение толерантности к глюкозе, нарушение гликемии натощак, инсулинорезистентность),
- неалкогольная жировая болезнь печени (жировой гепатоз и стеатогепатит как наиболее часто встречающиеся у детей состояния),
- дислипидемия,
- артериальная гипертензия,
- сахарный диабет 2 типа
- задержка полового развития (и относительный андрогеновый дефицит),
- ускоренное половое развитие,
- гинекомастия,
- синдром гиперандрогении,
- синдром апноэ,
- нарушения опорно-двигательной системы (болезнь Блаунта, остеоартрит, спондилолистез и др),
- желчно-каменная болезнь

Классификация (Петеркова В.А., Васюкова О.В., 2013)

По степени ожирения:

SDS ИМТ 2.0 – 2.5 — I степень

SDS ИМТ 2.6 – 3.0 — II степень

SDS ИМТ 3.1 – 3.9 — III степень

SDS ИМТ ≥ 4.0 — морбидное

Клиническая картина

- Основная жалоба — избыточная масса тела.
- Другие жалобы:
 - ❖ повышение АД
 - ❖ головные боли
 - ❖ повышенное потоотделение
 - ❖ одышка при физической нагрузке и в покое
 - ❖ храп во сне
 - ❖ нарушение менструального цикла у женщин
снижение потенции у мужчин и так далее —
обусловлены ассоциированными с ожирением
заболеваниями.

Последствия ожирения у детей

- развитие сердечно-сосудистых заболеваний;
- резистентность к инсулину (зачастую является ранним признаком скорого возникновения диабета);
- нарушения скелетно-мышечной системы (особенно остеоартрит, крайне инвалидизирующее дегенеративное заболевание суставов);
- некоторые онкологические заболевания (внутриматочные, молочной железы, толстой кишки);
- **ИНВАЛИДНОСТЬ**

Пример формулировки диагноза с учетом шифра по МКБ.

- (E 66.0) Ожирение, обусловленное избыточным поступлением энергетических ресурсов
- (E 66.1) Ожирение, вызванное приемом лекарственных средств
- (E 66.2) Крайняя степень ожирения, сопровождаемая альвеолярной гиповентиляцией
- (E 66.8) Другие формы ожирения
- (E 66.9) Ожирение неуточненное
- (E 67) Другие виды избыточности питания
- (E 67.8) Другие уточненные формы избыточности питания
- (E 68) Последствия избыточности питания
- (E 66.0) Конституционально-экзогенное ожирение (SDS ИМТ=3,26). Дислипидемия. Нарушение толерантности к глюкозе.
- (E 89.3) Краниофарингиома, состояние после удаления. Гипоталамическое морбидное ожирение (SDS ИМТ=4,2). Гипопитуитаризм.
- (E 66.8) Моногенное ожирение, обусловленное дефицитом проопиомеланокортина (SDS ИМТ=2,8). Вторичная надпочечниковая недостаточность.
- (E 67.8) Синдром Прадера-Вилли: ожирение (SDS ИМТ=3,7), задержка психомоторного развития. Состояние после орхидопексии (05.2013). Дислипидемия.

ЛЕЧЕНИЕ ОЖИРЕНИЯ

1. коррекция пищевого поведения
2. диетотерапия – стол №8 по Певзнеру.
3. адекватная физическая нагрузка – активность (ФА) для детей и подростков в возрасте 5-17 лет подразумевает ежедневные занятия продолжительностью не менее 60 минут в день.
4. мотивационное обучение с привлечением родителей и семьи (Школа ожирения)

Лекарственная терапия ожирения у подростков:

- с 12 лет ОРЛИСТАТ по 1 капсуле (120 мг) перед основными приемами пищи, максимальная суточная доза составляет 360 мг (3 капсулы, по 1 капсуле 3 раза в день) 3 -12 месяцев
- с 10 лет с установленным диагнозом сахарного диабета 2 типа - МЕТФОРМИН

Бариатрическая хирургия как способ лечения морбидных осложненных форм

- В Российской Федерации проведение бариатрических операций для лечения ожирения у лиц младше 18 лет не разрешено.

Рекомендации по диетотерапии

1. Худейте медленно, оптимальная скорость потери массы тела — 0,5–1 кг в неделю. Снизив массу тела, постарайтесь ее удержать.
2. Перед тем как что-то съесть, задумайтесь, голодны ли Вы. Это поможет контролировать прием пищи и, следовательно, избежать бессознательного переедания.
3. Постепенно исключайте из рациона продукты, от которых Вы поправляетесь. Постарайтесь найти им замену.
4. Ешьте медленно, тщательно пережевывая пищу.
5. Никогда не бойтесь оставить еду на тарелке, если ее оказалось больше, чем нужно. В следующий же раз накладывайте ровно столько, сколько необходимо.
6. Никогда не обещайте себе еду в награду. Не ешьте, чтобы себя подбодрить, утешить, поднять настроение. Эту привычку легко приобрести, но избавиться от нее трудно.
7. Не пробуйте пищу, когда готовите, — от этого толстеют.
8. Не ходите в магазин голодными! Покупайте продукты по ранее составленному списку.
9. Когда почувствуете невыносимый голод, съешьте что-нибудь низкокалорийное, например яблоко, или выпейте чай с лимоном, а еще лучше — стакан воды.
10. Контролируйте себя в гостях, на приемах, во время отдыха.

изделий. Ешьте мясные продукты только один раз в день. Устраивайте вегетарианские дни 2–3 раза в неделю.

Рекомендации по диетотерапии

Планируйте с вечера, чем Вы будете питаться на следующий день.

Покупайте постное мясо. Убирайте видимый жир с мяса и кожу птицы.

Сократите, а по возможности исключите потребление копченого мяса, бекона, салями и других колбасных

Используйте минимум масла при приготовлении, даже растительного.

Для приготовления пищи пользуйтесь грилем, пароварками, микроволновой печью.

Будьте осторожны со скрытыми жирами в сыре, кокосе, авокадо, выпечке, печенье, колбасных изделиях.

По возможности исключите из рациона майонез или замените его 10% сметаной.

Включайте в рацион питания обезжиренные молочные продукты.

Ешьте овощи 3–4 раза в день в сыром и приготовленном виде, минимум 300–400 г. Каждый прием пищи начинайте с овощного салата. В свою порцию салата добавляйте только 1 чайную ложку растительного масла.

Не забывайте включать в рацион фрукты, но не более 2–3 штук в день.

Не отказывайтесь от хлеба грубого помола, макарон, круп; за один раз можно съесть 1 кусок хлеба, 4–6 столовых ложек отварной крупы или макарон.

По возможности избегайте сладкого.

Утоляйте жажду водой, а не фруктовыми соками или сладким чаем. Лучше есть натуральные фрукты и овощи, чем пить соки, лишённые клетчатки. Разбавляйте фруктовые соки содовой или минеральной водой

Профилактика ожирения у детей

Рекомендуется кормить младенцев исключительно грудным молоком в течение полугода после рождения. После введения прикорма семьи могут:

- ограничивать калории, поступающие из жира и сахара;
- повышать потребление ребенком фруктов, овощей, бобовых и цельнозерновых продуктов;
- обеспечивать младенцам и детям раннего возраста возможности для активного движения, а детям старше 5 лет — регулярную физическую активность (60 минут в день).

Профилактика ожирения

- 1. Выявление детей с ИМТ более 1,0 SDS в возрасте 2 – 9 лет
- 2. Обучение родителей вместе с детьми
- 3. Занятия по питанию и физической активности в школе