

OBSAH

PREDSLOV	8
ÚVOD DO PROBLEMATIKY EXTRÉMNEJ OBEZITY	9
1 GENETICKÁ PREDISPOZÍCIA K OBEZITE	15
2 FYZICKÁ INAKTIVITA – GENETICKÉ/NEGENETICKÉ FAKTORY	19
3 SOCIOEKONOMICKÉ FAKTORY VZNIKU OBEZITY	24
3.1 Psychologické rizikové faktory	25
3.2 Obezogénne prostredie	26
3.3 Digitálne médiá	28
4 OBEZITA A ENDOKRINOPATIE	31
4.1 Najčastejšie endokrinopatie	32
4.1.1 Hypogonadizmus	32
4.1.2 Syndróm polycystických ovárií	34
4.2 Obezita a gravidita	35
4.3 Ďalšie endokrinné ochorenia	38
5 OBEZITA A ČREVNÝ MIKROBIÓM	42
5.1 Zloženie črevného mikrobiómu v obezite	44
5.2 Regulácia apetítu v CNS prostredníctvom črevného mikrobiómu	47
5.3 Črevný mikrobióm a pohlavné hormóny	49
5.4 Probiotiká a prebiotiká	50
5.5 Vplyv redukcie hmotnosti na črevný mikrobióm	51
5.5.1 Zmena životného štýlu	51
5.5.2 Bariatrický výkon a črevný mikrobióm	52
5.5.3. Farmakoterapia obezity a črevný mikrobióm	53
6 ZDRAVOTNÉ RIZIKÁ A DÔSLEDKY EXTRÉMNEJ OBEZITY	55
7 VÝZNAM REDUKCIE HMOTNOSTI	61

8	MANAŽMENT A LIEČBA OBEZITY	64
8.1	Zabezpečenie a organizácia starostlivosti o pacienta s obezitou	66
8.2	Identifikácia rizikových pacientov pre vznik nadváhy/obezity	68
8.3	Špecifiká diagnostiky obezity	68
8.3.1	Hodnotenie pripravenosti	70
8.3.2	Štádiá obezity	71
8.4	Celoživotná liečba	74
9	KONZERVATÍVNA LIEČBA OBEZITY	76
9.1	Nutričná intervencia	78
9.1.1	Výber nutričnej terapie	79
9.1.2	Stravovacie režimy	81
9.1.3	Vplyv energetickej „hustoty“ potravín na redukciu hmotnosti	84
9.1.4	Konzumácia soli a obezita	85
9.1.5	Konzumácia ovocia, fruktózy a obezita	86
9.1.6	Pitný režim a obezita	87
9.1.7	Zhrnutie stravovacích stratégií	87
9.2	Pohybová intervencia	88
9.2.1	Modality fyzickej aktivity	90
9.2.2	Fyzická aktivita a cvičenia vhodné pre pacientov s extrémnou obezitou	92
9.2.3	Vzor tréningovej jednotky	98
9.3	Kognitívno-behaviorálna terapia	101
9.4	Spánok a obezita	102
9.5	Využitie „online“ intervenčných programov	104
10	FARMAKOLOGICKÁ LIEČBA OBEZITY	108
10.1	Antiobezitika dostupné na Slovensku	110
10.2	Liečba monogénových foriem obezity	122
10.3	Budúcnosť farmakologickej liečby obezity	123
11	CHIRURGICKÁ LIEČBA OBEZITY	128
11.1	Bariatrické/metabolické chirurgické výkony/operácie (BMO)	132
11.2	Predoperačná príprava pacientov	137
11.3	Kedy možno pokladať BMO výkon za úspešný?	137
11.4	Kedy možno pokladať BMO výkon za neúspešný?	138
11.5	BMO v pediatrickej populácii	141
11.6	Komplikácie BMO výkonov	141

12	ENDOSKOPICKÁ LIEČBA OBEZITY	145
13	VYBRANÉ MOŽNOSTI EXPERIMENTÁLNEJ LIEČBY OBEZITY	150
14	CENTRÁ PRE MANAŽMENT OBEZITY	153
14.1	Kúpeľná liečba v manažmente obezity	154
	ZÁVER	156
	KAZUISTIKY	162
	ZOZNAM BIBLIOGRAFICKÝCH ODKAZOV	170
	ZOZNAM SKRATIEK	213
	PRÍLOHY	217
	Príloha 1 Dotazník s anamnézou	218
	Príloha 2 Dotazník pripravenosti	222
	Príloha 3 Dotazník stravovacích návykov	223
	Príloha 4 Dotazník fyzickej aktivity	225
	Príloha 5 Desatoro zdravého spánku	227
	Príloha 6 Môj plán redukcie hmotnosti	228