

Гигиенические аспекты ожирения у детей и подростков в республике беларусь

Маркевич Екатерина Константиновна, Митилович Александра Сергеевна

Белорусский государственный медицинский университет, Минск

Научный(-е) руководитель(-и) – Фролов Николай Алексеевич, Пушкилева Анастасия Андреевна *Белорусский государственный медицинский университет, Минск*

По данным доклада ВОЗ «Здоровье подростков мира» на май 2014 года было зафиксировано, что распространенность детского и подросткового ожирения достигает тревожных значений во многих странах мира. С 1975 по 2016 года этот показатель вырос с 4% до 18%, где на данный момент около 381 миллиона детей и подростков до 18 лет имеют избыточный вес или страдают ожирением. Обширное исследование было проведено Национальной службой здравоохранения Великобритании (NHS). Было выявлено: более 9 из 10 женщин, имеющих детей с лишним весом, считают, что с их детьми все в порядке.

К сожалению, данная проблема не обошла и Республику Беларусь (РБ). По данным статистических центров РБ каждый 10 ребенок или подросток имеет лишний вес или страдает ожирением. Только в г. Минске на тысячу несовершеннолетних приходится около 5 детей с диагнозом ожирения.

В последнее время у детей и подростков с ожирением участились случаи диагностирования сахарного диабета второго типа, который может привести к развитию серьезных сердечно-сосудистых заболеваний. При наличии избыточного веса идет значительная нагрузка на весь организм: сердце, суставы, почки, печень и др.

Другим важным аспектом является эстетическое восприятие тела детей с наличием избыточного веса (растяжки, жировые складки и др.). На фоне этого возникают психологические проблемы, комплексы, депрессивные состояния, которые могут привести к суициду.

Есть большое количество факторов возникновения ожирения у детей и подростков. Сюда можно отнести нарушение энергетического баланса, расстройство сна, нервное состояние и компульсивное переедание. Следует учитывать и генетическую предрасположенность. Однако стоит отметить, что это не является приговором. В РБ педиатры предлагают комплекс упражнений для детей и подростков в рамках программы лечебной физкультуры. Стоит объяснить родителям, что если они хотят помочь своему ребенку чувствовать себя комфортно в обществе и избежать проблем со здоровьем, то не стоит подкармливать детей, а нужно строго соблюдать диету. Поэтому, мы считаем, что на базе учреждений здравоохранения необходимо организовать проведение курса лекций по здоровому питанию для родителей, имеющих детей с избыточным весом или ожирением, где в доступной форме будут продемонстрированы все аспекты правильного питания и здорового образа жизни.