**Problem walki z otyłością nie kończy się na operacji bariatrycznej**

**Kwestie zdrowotne, ale też socjalne, społeczne czy psychologiczne – liczba problemów, z którymi zmagają się osoby otyłe jest znaczna. Dla wielu z nich ratunkiem może się okazać operacja zmniejszenia żołądka. Jednak pomyślnie przeprowadzony zabieg to dopiero początek drogi w walce o przywrócenie pełnej sprawności. Osoby, które mają za sobą zabieg bariatryczny wymagają bowiem szczególnej pomocy. Rozwiązaniem są powstające grupy wsparcia. Jedna z nich zainauguruje swoją działalność w Białymstoku.**

Otyłość trzeciego stopnia (>40kg/m2) jest chorobą, której samodzielne pokonanie przy użyciu nieinwazyjnych metod - restrykcyjnej diety połączonej z wysiłkiem fizycznym - jest niezwykle trudne. Jednak współczesna medycyna wychodzi naprzeciw pacjentom, którzy zaliczają się do tej grupy, proponując im rozwiązanie jakim jest leczenie bariatryczne.

*- Warto pamiętać, że zabieg nie jest idealnym panaceum na wszystko. To dopiero początek trudnej drogi powrotu do zdrowia, sprawności i radości życia. Niezwykle ważne jest odpowiednie wsparcie, na jakie może liczyć pacjent po operacji. Efektem zabiegu jest nie tylko utrata nadmiernej masy ciała, ale często także wyleczenie chorób towarzyszących otyłości, takich jak cukrzyca czy nadciśnienie. Pacjent staje przed wyzwaniem nie tylko w zakresie wyboru zdrowych pokarmów – czyli co będzie mu służyć, a nie szkodzić - ale też wobec możliwości i potrzeby stopniowego zwiększania aktywności fizycznej. To tak, jakby narodzić się na nowo i otrzymać drugą szansę na lepsze i bardziej radosne życie – wyjaśnia dr hab. Piotr Myśliwiec, chirurg bariatra i proktolog z Uniwersyteckiego Szpitala Klinicznego w Białymstoku, współpracujący m.in. z Centrum Medycznym Medicover Białystok – aktualny Prezes Sekcji Wideochirurgii Towarzystwa Chirurgów Polskich. - Otyłość jest chorobą, która destrukcyjnie wpływa też na relacje społeczne. Z jednej strony pacjenci oczekują wsparcia od lekarzy, z drugiej - mają potrzebę rozmowy z innymi osobami, borykającymi się z podobnymi problemami.*

Grupa wsparcia formująca się w Białymstoku będzie doskonałym rozwiązaniem zarówno dla tych, którzy operację żołądka mają już za sobą, jak i tych, którzy dopiero się do niej przygotowują.

*- Spotkania, będą się odbywały raz w miesiącu. Wierzę, że będzie to doskonała okazja do wymiany doświadczeń, przemyśleń i uzyskania odpowiedzi na nurtujące problemy. Wezmą w nich udział lekarze, psychologowie i dietetycy, którzy będą służyli swoją wiedzą na temat tego, jak poradzić sobie w nowej sytuacji – podkreśla dr hab. Piotr Myśliwiec i dodaje, że nie jest to pierwsza próba utworzenia tego typu grupy w Białymstoku. Podobna inicjatywa miała miejsce przed kilkoma laty, ale niestety nie udało się jej w pełni rozwinąć z powodu braku kompetentnego moderatora.*

Jak zaznacza specjalista, teraz powinno być inaczej. Udało się bowiem nawiązać współpracę z Katarzyną Partyką, prezesem Stowarzyszenia Pacjentów Bariatrycznych ChLO i założycielką podobnych grup w Krakowie i Warszawie, która będzie organizatorom służyła swoim doświadczeniem w tym względzie.

Otyłość to nadmierna ilość tkanki tłuszczowej w organizmie. W ocenie, czy mamy do czynienia z problemem otyłości wykorzystuje się wskaźnik BMI *(body mass index)*, stanowiący stosunek wagi do wzrostu. Każdy uzyskany wynik powyżej 30 wskazuje na istnienie tego problemu.

*- Operacja bariatryczna to najskuteczniejsza metoda leczenia otyłości,. Skuteczność zabiegów bariatrycznych oceniana jest na poziomie 80 procent przy zastosowaniu surowego kryterium utraty 50% nadmiernej masy ciała, utrzymującej się przynajmniej 5 lat od zabiegu. Według tego kryterium skuteczność leczenia zachowawczego, połączonego z dietą i wysiłkiem fizycznym pod nadzorem dietetyka i trenera personalnego nie przekracza kilku procent. To dane ze świata. W Polsce ten odsetek jest jeszcze mniejszy – mówi dr hab. Piotr Myśliwiec, współpracujący z Medicover Białystok.*

Co ważne, leczenie bariatryczne jest refundowane przez Narodowy Fundusz Zdrowia dla osób o wskaźniku BMI>40kg/m2. Z medycznego punktu widzenia do operacji kwalifikują się także pacjenci z BMI>35kg/m2, jeśli występują u nich powikłania otyłości, takie jak:cukrzyca typu drugiego, nadciśnienie tętnicze, , zespół bezdechu sennego, zwyrodnienie stawów czy refluks żołądkowo-przełykowy. Niestety, w tym wypadku NFZ nie pokrywa kosztów ich leczenia.

Do operacji bariatrycznych kwalifikuje się pacjentów między 18 a 65 rokiem życia. Jednak wiele zależy od stanu zdrowia, a kwalifikacja do leczenia chirurgicznego jest rozpatrywana w sposób indywidualny.

Zabieg polega na modyfikacji żołądka, który zostaje radykalnie zmniejszony. Najpopularniejszą metodą jest rękawowa resekcja żołądka, w czasie której chirurg zmniejsza jego objętość o 80 procent. Operację przeprowadza się laparoskopowo – zatem mało inwazyjnie – przez cięcia wielkości „dziurki od klucza”. Dzięki temu zwykle już następnego dnia pacjent może zostać wypisany do domu. W pierwszych dniach po zabiegu obowiązuje dieta płynna, która następnie zmienia się na półpłynną. Po upływie miesiąca można jeść już praktycznie wszystko, jednak w ograniczonej ilości i w odpowiednim tempie.

*- Tłumaczę pacjentom, że operacja nie leczy otyłości. To zabieg, którego celem jest pomoc pacjentowi w poradzeniu sobie z chorobą przez zmniejszenie żołądka a w konsekwencji łaknienia. Jednak bez zmiany trybu życia, sposobu odżywiania i wdrożenia regularnej aktywności fizycznej sama operacja będzie nieskuteczna. Oczywiście, zabieg powoduje zmniejszenie apetytu, ale pacjenci muszą nauczyć się żyć na nowo – lepiej i radośniej– dodaje lekarz. Dlatego bardzo ważna jest samodzielna decyzja o poddaniu się operacji i motywacja do zmiany życia na lepsze.*

Pierwsze, inauguracyjne spotkanie grupy wsparcia pacjentów bariatrycznych odbędzie się 26 października o godzinie 17.00 na Uniwersytecie Medycznym w Białymstoku w sali kolumnowej. W programie zaplanowano kilka wartościowych prelekcji. Z pacjentami spotka się między innymi Katarzyna Partyka, a także dr hab. n. med. Piotr Myśliwiec który opowie o chirurgicznym leczeniu otyłości. Współorganizatorem konferencji i spotkania jest I Klinika Chirurgii Ogólnej i Endokrynologicznej Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku.