

Debljina najveći zdravstveni problem u svijetu

Autor Chorus
Tuesday, 20 June 2006

Američka savezna uprava za kontrolu hrane i lijekova podržala je prodaju bez recepta jednog preparata za mršavljenje, koji se do sada mogao kupiti samo uz liječnički recept.

Američka savezna uprava za kontrolu hrane i lijekova podržala je prodaju bez recepta jednog preparata za mršavljenje, koji se do sada mogao kupiti samo uz liječnički recept. Naime, farmaceutska kompanija Glaxo Smith Kline želi prodavati lakšu verziju svog lijeka za mršavljenje Xenical bez liječničkog recepta. Pretili ljudi koji žele smršaviti, a lakše se odlučiti na taj korak ukoliko mogu izbjeći posrednike (liječnike), pilule za mršavljenje bez recepta bile bi idealno rješenje. O-ni koji vode višegodišnju bezuspješnu bitku s kilogramima, spremni su manje vremena na sve, te nisu skloni razmišljati o mogućim nuspojavama. Radi se o pilulama koje blokiraju apsorpciju masti i koje nisu bezazlen lijek, kao jabučni ocat primjerice, te mogu prouzročiti ozbiljne bolesti kao što je Chronova bolest ili sindrom iritabilnih crijeva. S druge strane, nova pilula, Alli, sadrži upola manje aktivne supstance, pa je upitno hoće li uopće polučiti željene rezultate. Novom lijeku je i cijena upola manja (iako i dalje iznosi 100 dolara mjesečno). Xenical dovodi do gubitka 5% tjelesne mase tijekom nekoliko mjeseci korištenja, ali samo uz dijetnu prehranu i tjelovježbu. Korištenje upola slabijeg lijeka bez liječničkog nadzora i plana prehrane i tjelovježbe dobivene od kompetentne osobe, može rezultirati razočaranjem zbog negubitka suvišnih kilograma (koje nije potrebno ljudima koji su zbog svojih kilograma višestruko skloni depresijama), ali i izazvati crijevne nuspojave.

Američka populacija je pretila te muku muči da smanji taj zdravstveni problem, čak i odobriti pilule upitne efikasnosti. A Hrvatska? Statistike kažu da više od 55% Hrvata ima problema s prekomjernom težinom te sve više Hrvatica i Hrvata nastoji postići željenu težinu dijetetskim proizvodima. Nažalost, u hrvatskim ljekarnama su registrirana tek dva lijeka za mršavljenje, a sve ostalo su nedovoljno provjereni dodaci jelima. Opasnost vreba od neprovjerenih lijekova jer o-ni iza sebe nemaju studije koje bi provjerile njihov učinak na zdravlje i ispitale moguće trajne i tetne posljedice. Liječnici ne savjetuju njihovo korištenje dulje od tri mjeseca zbog dokazanog i tetnog utjecaja nekih pripravaka na kardiovaskularni sustav. Nažalost, reklamne kampanje dijetetskih proizvoda su sveprisutne, u novinama, prije podnevne sapunice, obećavaju nebo i zemlju (ili gubitak 1 kilograma dnevno bez vježbanja i bez odricanja, pri čemu prvih sto kupaca dobiva paket proizvoda za mršavljenje po ekstra povoljnoj cijeni od samo 500 kn, što je sitnica za hrvatski standard, a svi kupci ulaze u nagradnu igru u kojoj mogu osvojiti perlicu za rublje). Mršavice koje pričaju istinite priče o tome kako ih je muž ponovno poželio, kako se niti kilogram nije vratio, kako se osjećaju odmorno, jednu hamburgera (ma, njih 10 na dan), kako žive novi život, kako su sigurne u sebe, a još su, kao vjerni kupac dobile na dar magičan lančić star 2000 godina iz tamo neke Kukušupu drevne planine (zemljopis i ja nismo se nikad voljeli), koji im dodatno pomaže održati vitku liniju. U Hrvatskoj ljudi nisu skloni probleme prekomjernih kilograma riješavati uz pomoć i nadzor liječnika. Nakon infarkta možda i da, ali samoinicijativno ne. Čak i ulazak u ljekarnu i kupnja dijetetskog proizvoda nije najugodnija situacija za osobu koja svoju težinu doživljava kao kamen spoticanja u životu. Stoga su proizvodi koje reklamiraju dnevne novine i tjedni časopisi (kojih ima mali milijun, a na svakoj drugoj je manekenka od nekih 25 kilograma kao prototip ljepote, a na svakoj trećoj reklama koja objašnjava kako tih 25 kilograma postići) koji se kunu ne samo u učinkovitost i tradiciju, već i u potpunu sigurnost trave iz doline Kukušupu, idealan izbor za sve one koji sanjaju o broju 36, a nose 46. Paket stiže na kućnu adresu, bez naznake sadržaja i sve je fino diskretno (barem kako nas je učila mama).

Debljina je kronična bolest proglašena najvećim zdravstvenim problemom u svijetu. Reklame koje opisuju debljinu kao lako rješiv problem nemaju veze s realitetom, već isključivo s profitom i ljudskom naivnošću. Tek desetak posto ljudi uspijeva zadržati dijetom postignutu željenu težinu dulje od dvije godine. Rezultati su mnogo bolji u onih koji koriste tablete za mršavljenje te čak 40% ljudi uspijeva zadržati novu težinu. Ali, liječenje je skupo, u Hrvatskoj si ga rijetko tko može priuštiti, a moguće su nuspojave kao crijevni problemi. Rigorozan potez operacije probavnog trakta s posljedičnim smanjenjem obujma želuca sve više ljudi prihvaća kao jedini način da se riješi debljine, iako čak ni takva operacija ne jamči 100% uspjeh. Pravilna umjerena i raznolika prehrana uz umjerenu tjelovježbu, riješila bi probleme velike većine pretilih. Gubitak 2 do 3 kilograma mjesečno (24 do 36 kg godišnje) uz stvaranje novih prehrambenih navika je efikasan, ali nažalost od ljudi za sada premalo prihvaćen način mršavljenja. Uz razno razne isprike o neimanju vremena (ili novaca) za teretanu, zdravo hranjenje, većina se više pouzda u skidanje 10 kilograma u 10 dana novim revolucionarnim čajem (kojeg si možemo priuštiti?). Tražimo čudo preko noći i zavaravamo sami sebe. Pilule, operacija, nekako nam je sve lakše prihvatiti negoli odricanje. A ipak smo svi mi samo ljudi, želimo i ovce i novce (punu bućuru iznutra i pločice izvana) ;)