

# Nefarmakologická léčba obezity

doc. MUDr. Vladimír Pavlík, Ph.D.<sup>1,2</sup>, MUDr. Václav Šafka, Ph.D.<sup>1</sup>, MUDr. Blanka Kupsová, Ph.D.<sup>1</sup>,  
Mgr. Petr Lašák<sup>1</sup>, Jitka Turňová<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Katedra vojenského vnitřního lékařství a vojenské hygieny, Vojenská lékařská fakulta, Univerzita obrany, Hradec Králové

<sup>2</sup>III. interní gerontometabolická klinika, Fakultní nemocnice Hradec Králové

<sup>3</sup>Oddělení léčebné výživy a stravování, Krajská nemocnice Jihlava

Zvyšující se prevalence obezity a komorbidit s ní spojené vedou k nutnosti intenzivní prevence a léčby tohoto závažného onemocnění již lékaři prvního kontaktu. Základem léčby obezity jsou úpravy životního stylu, založené na pohybové aktivitě a dietních opatřeních. Tato opatření budou účinná pouze při plné spolupráci motivovaného pacienta. Text podává přehled o současných možnostech dietních opatření a možnostech pohybové aktivity u obézních pacientů v ordinaci praktických lékařů. Zvláštní pozornost věnuje možnostem spolupráce praktických lékařů s nutričními terapeuty.

**Klíčová slova:** obezita, režimová opatření, pohybová aktivita, dietní opatření, primární prevence.

## Non-pharmacological treatment of obesity

The increasing prevalence of obesity and its associated comorbidities have led to the need for intensive prevention and treatment of this serious disease by primary care physicians. The treatment of obesity is focused on lifestyle modifications based on physical activity and dietary measures. These interventions will be only effective with the full cooperation of a motivated patient. The text gives an overview of the current options for dietary measures and physical activity in obese patients in general practitioners' offices. Special attention is paid to the possibilities of cooperation between general practitioners and nutritional therapists.

**Key words:** obesity, regimen measures, physical activity, dietary measures, primary prevention.

## Úvod do problematiky

Obezita je závažné chronické onemocnění postihující metabolismus a přímo či nepřímo celou řadu orgánových systémů, zejména kardiovaskulární a pohybový. Neléčená obezita zvyšuje riziko vzniku a rozvoje diabetu 2. typu a kardiovaskulárních a nádorových onemocnění. Je charakterizována množenin tukové tkáně v organismu nad fyziologickou hranici. Obezita je definována podle klinicky snadno dostupného vyšetření tělesné výšky a tělesné hmotnosti pomocí hodnoty body mass indexu (BMI). Neléčená obezita má ne-

gativní vliv na kvalitu života, snižuje pracovní schopnost obyvatel, zvyšuje nemocnost a mortalitu populace. Podle dostupných dat Českého statistického úřadu za rok 2022 má BMI v pásmu nadváhy 48 % mužů a 36 % žen. Hodnota BMI v pásmu obezity byla zjištěna u 21 % mužů a u 18 % žen (1).

Úvodem tohoto sdělení je nutné konstatovat, že nejlepší a zároveň výrazně nejlevnější variantou zdravotnické péče je nemocem, tedy i obezitě, předcházet. Tedy primárně preventivními opatřeními předejít vzniku a rozvoji tohoto závažného chronického onemocnění.

## DECLARATIONS:

### Declaration of originality:

The manuscript is original and has not been published or submitted elsewhere.

### Ethics approval and consent to participate:

The authors attest that their study is in compliance with human studies committees and animal welfare regulations of the authors' institutions as well as with the Food and Drug Administration guidelines, including patient consent where appropriate. The authors also declare that their paper is in accordance with the World Medical Association Declaration of Helsinki on Ethical Principles for Medical Research Involving Human Subjects adopted by the 18th WMA General Assembly in Helsinki, Finland, in June 1964, with subsequent amendments, as well as with the ICMJE Recommendations for the Conduct, Reporting, Editing, and Publication of Scholarly Work in Medical Journals, updated in December 2018.

### Conflict of interest:

Not applicable.

### Consent for publication:

Not applicable.

Cit. zkr: **Med. Praxi. 2024;21(1):26-29**  
<https://doi.org/10.36290/med.2024.001>  
Článek přijat redakcí: 13. 7. 2023  
Článek přijat k tisku: 12. 1. 2024

**doc. MUDr. Vladimír Pavlík, Ph.D.**  
vladimir.pavlik@unob.cz