

Spis treści

Część I

Definicja, epidemiologia i koszty otyłości

Rozdział 1. Wprowadzenie: problematyka otyłości w ujęciu historycznym i współczesnym	15
Problematyka otyłości w ujęciu historycznym	15
Problematyka otyłości w ujęciu współczesnym	21
Prewencja i leczenie otyłości – spojrzenie taktyczne	22
Paradoks współlistnienia epidemii otyłości i głodu	24
Rozdział 2. Kliniczna definicja nadwagi i otyłości	26
Ilość tkanki tłuszczowej w organizmie człowieka	27
Znaczenie określania prawidłowej i należytej masy ciała	29
Podsumowanie	40
Rozdział 3. Epidemiologia otyłości	42
Wskaźniki epidemiologiczne	42
Wpływ płci i wieku na epidemiologiczne wskaźniki otyłości	51
Wpływ otyłości na umieralność	53
Epidemiologia powikłań i chorób skojarzonych z otyłością	55
Otyłość a umieralność z powodu różnych chorób	56
Wpływ redukcji masy ciała na umieralność	58
Podsumowanie	59
Rozdział 4. Koszty otyłości	61
Bezpośrednie koszty otyłości	63
Pośrednie koszty otyłości	64
Podsumowanie	65

Część II

Etiologia i patogeneza otyłości

Rozdział 5. Genetyczne podstawy etiologii otyłości	69
Badania genetyczne doświadczalne	69
Badania predyspozycji genetycznej do wystąpienia otyłości u ludzi	72
Wpływ warunków rozwoju płodowego na powstanie predyspozycji do nadwagi i otyłości	74
Genetyka populacyjna otyłości	75
Genetyczne badania molekularne	80

Podłoże genetyczne nawrotów otyłości	94
Podsumowanie	94
 Rozdział 6. Histofizjologiczna charakterystyka tkanki tłuszczowej: rozrost i przerost tkanki tłuszczowej w otyłości	97
Rodzaje tkanki tłuszczowej	98
Struktura i funkcje tkanki tłuszczowej	101
Podsumowanie	115
 Rozdział 7. Patofizjologia regulacji apetytu i sytości	117
Zasady czynnościowej regulacji popędu żywieniowego	117
Anatomia i histofizjologia mózgowych ośrodków regulujących apetyt i sytość	119
Wytwarzanie w mózgu i przekazywanie „na obwód” sygnałów wykonawczych	123
Fizjologiczne zależności między tkankami obwodowymi a ośrodkami regulacyjnymi w kształtowaniu popędu żywieniowego	127
Czynnościowe „osie regulacyjne” – układy patogenetyczne zaburzeń popędu żywieniowego w otyłości	132
Podsumowanie	135
 Rozdział 8. Zaburzenia endokrynne tkanki tłuszczowej w patogenezie otyłości	138
Czynność endokrynną adypocytów	139
Podsumowanie	146
 Rozdział 9. Endokrynologia otyłości: wpływ systemowych regulacji endokrynnych na homeostazę energii	148
Endokrynną regulacją homeostazy masy ciała	148
Endokrynopatie powodujące otyłość	165
Podsumowanie	166
 Rozdział 10. Znaczenie menopauzy, zaburzeń miesiączkowania i ciąży w powstawaniu i przebiegu otyłości	168
Menopauza a otyłość	168
Miesiączkowanie a otyłość	170
Cięża a otyłość	170
 Rozdział 11. Psychospołeczne przyczyny i powikłania otyłości. Leczenie otyłości metodami behawioralnymi. Edukacja terapeutyczna	172
Popęd żywieniowy – wpływy zewnętrzne i wewnętrzne	174
Obesogenne wpływy cywilizacyjne	178
Otyłość jako przyczyna problemów psychoemocjonalnych i społecznych	180
Nawroty otyłości	181
Edukacja terapeutyczna otyłych osób	182
„Złote myśli” i dobre rady dla pacjentów	184
Podsumowanie	186

Część III

Otyłość brzuszna i zespół metaboliczny

Rozdział 12. Otyłość brzuszna i insulinooporność jako przyczyny zaburzeń metabolicznych	191
Definicja insulinooporności	191
Patofizjologia otyłości brzusznej	194

Insulinooporność w praktyce klinicznej	197
Metody oceny insulinooporności	198
Podsumowanie	200
Rozdział 13. Zespół metaboliczny: zaburzenia metaboliczne i kliniczne indukowane przez insulinooporność i otyłość brzuszną. Diagnostyka, prewencja i leczenie	202
Wyodrębnienie zespołu metabolicznego	202
Definicje zespołu metabolicznego	208
Epidemiologia zespołu metabolicznego	210
Zespół metaboliczny jako predyktor choroby niedokrwiennej serca	215
Rozpoznawanie zespołu metabolicznego	218
Przeobrażenia w epidemiologii chorób sercowo-naczyniowych spowodowane zwiększeniem się częstości występowania zespołu metabolicznego	221
Taktyka prewencji i leczenia zespołu metabolicznego	223
Podsumowanie	224
 Część IV	
Badanie kliniczne. Leczenie i prewencja otyłości	
Rozdział 14. Podstawowy plan klinicznego badania osoby z nadwagą lub otyłością	229
Organizacja badania klinicznego	229
Okoliczności powstania i objawy otyłości uchwytne w badaniu klinicznym	231
Czynniki konstytucjonalne otyłości	233
Skojarzenie otyłości z innymi chorobami	235
Wpływy środowiskowe	237
Przeciwwskazania do redukcji nadmiaru masy ciała	237
Przebieg badania klinicznego	238
Wpływ redukcji masy ciała na kliniczne cechy otyłości	248
Podsumowanie	249
Rozdział 15. Otyłość i nadwaga u dzieci i młodzieży – prewencja i leczenie	250
Mechanizmy biologiczne	251
Mechanizmy psychoedukacyjne	253
Rozpoznanie otyłości u dzieci i młodzieży	254
Leczenie psychoedukacyjne dzieci i młodzieży	254
Rozdział 16. Obesogenne wpływy środowiska społecznego i kulturowego – leczenie edukacyjne	256
Edukacja terapeutyczna w prewencji i leczeniu otyłości	256
Kontrola popędu żywieniowego	258
Uczenie się zachowań sprzyjających zmniejszeniu ilości spożywanych pokarmów	259
Czynniki psychopatologiczne otyłości	262
Podsumowanie	264
Rozdział 17. Dietetyczne leczenie nadwagi i otyłości	266
Cele leczenia nadwagi i otyłości	266
Program leczenia nadwagi i otyłości	267
Odtłuszczanie ciała za pomocą deficytu energii z pokarmów	268
Proporcje makroskładników żywnościowych w dietach z deficytem energii	273
Węglowodany, białko, tłuszcze i inne składniki w dietach z deficytem energii	282
Leczenie odtłuszczające w przypadkach otyłości skojarzonej z innymi chorobami	298
Podsumowanie	299

Rozdział 18. Diety z deficytem energii w praktyce – przepisy dietetyczne	302
Zasady kompozycji diet odłuszczających	303
Dzienny rozkład posiłków	305
Diety z deficytem energii	307
Kontynuacja monitorowanego żywienia po osiągnięciu redukcji nadmiaru tkanki tłuszczowej	331
Sztuka kulinarna w redukcji nadmiaru tkanki tłuszczowej	332
Edukacja terapeutyczna – przykłady praktycznych rad dla osoby stosującej dietę deficytową	333
Ocena stopnia przestrzegania diety	334
 Rozdział 19. Zastosowanie wysiłków fizycznych w prewencji i leczeniu nadwagi i otyłości	336
Patofizjologiczne skutki bezczynności ruchowej	336
Fizjopatologiczne podstawy leczenia treningiem fizycznym	338
Podsumowanie	350
 Rozdział 20. Farmakologiczne leczenie otyłości	352
Leki zarejestrowane do leczenia otyłości w Polsce i Europie	353
Leki znajdujące się w IV fazie badań farmakoterapeutycznych	356
Peptydy antyorekсыgenne znajdujące się II lub III fazie badań farmakoterapeutycznych	358
Leki o potencjalnym znaczeniu w farmakoterapii otyłości	359
Otyłość wtórna	361
 Rozdział 21. Chirurgiczne leczenie monsturalnej otyłości – operacje bariatryczne . .	364
Podział zabiegów bariatrycznych i rozwój bariatrii	364
Procedury chirurgiczne – wybór postępowania	365
Techniki chirurgiczne	367
Mechanizmy prowadzące do redukcji masy ciała po zabiegach chirurgicznych .	370
Wyniki operacji bariatrycznych	370
Zaburzenia psychiczne a operacje bariatryczne	373
Podsumowanie	373

Część V

Powikłania układowe i narządowe otyłości

Rozdział 22. Sercowo-naczyniowe powikłania nadwagi i otyłości – patofizjologia i leczenie	377
Kardiomiopatia otyłościowa	377
Patofizjologia zaburzeń układu sercowo-naczyniowego powodowanych przez otyłość	379
Naczynia krwionośne włosowate i ich czynność w otyłości	388
Łepkość krwi	389
Otyłość a zaburzenia krążenia obwodowego	390
Miażdżycy a otyłość	390
Otyłość jako czynnik zagrożenia chorobą niedokrwienną serca	391
 Rozdział 23. Nadciśnienie tętnicze metaboliczne. Glomerulopatia związana z otyłością	393
Nadciśnienie tętnicze metaboliczne	393
Glomerulopatia związana z otyłością	401

Rozdział 24. Otyłość jako przyczyna zaburzeń oddychania – zespołu hipowentylacyjnego i zespołu bezdechu sennego	403
Upośledzenie wentylacji płucnej i zaporowa niewydolność oddechowa w otyłości	403
Otyłość jako przyczyna zaburzeń oddychania w czasie snu	404
Rozdział 25. Nadwaga i otyłość jako czynniki patogenetyczne cukrzycy typu 2	409
Patogeneza diabetogennego wpływu otyłości	410
Zaburzenia metaboliczne w cukrzycy typu 2	412
Prewencja cukrzycy typu 2 u osób z otyłością	412
Cele i zasady leczenia cukrzycy typu 2 skojarzonej z otyłością	414
Podsumowanie	424
Rozdział 26. Otyłość jako przyczyna aterogennej dyslipidemii	427
Klasyfikacja dyslipidemii	427
Leczenie dyslipidemii	428
Rozdział 27. Otyłość jako przyczyna kamicy dróg żółciowych oraz przewlekłego stłuszczeniowego zapalenia wątroby i zapalenia trzustki	438
Otyłość jako przyczyna chorób dróg żółciowych	438
Otyłość jako czynnik etiologiczny niealkoholowego stłuszczenia wątroby	439
Zapalenie trzustki	442
Rozdział 28. Otyłość jako czynnik zwiększający ryzyko nowotworów złośliwych	444
Rozdział 29. Otyłość jako przyczyna zwyrodnieniowych chorób układu ruchu	449
Patofizjologia	449
Osteoartroza stawów skokowych i kolanowych	451
Osteoartroza stawu biodrowego	452
Zespół bólu krzyża	452
Rozdział 30. Otyłość a choroby skóry	454
Obserwacje kliniczne	454
Infekcje skóry a otyłość	455
Skorowidz	459