

Obsah

| | |
|--|----|
| Úvod | 11 |
| 1 Proč léčit obezitu? <i>MUDr. Dita Pichlerová, Ph.D.</i> | 15 |
| 1.1 Definice obezity | 15 |
| 1.2 Epidemiologie obezity | 16 |
| 1.3 Etiopatogeneze obezity..... | 20 |
| 1.4 Komorbidity obezity..... | 29 |
| 1.5 Obezita a psychika | 33 |
| 1.6 Obezita a mortalita | 36 |
| 1.7 Obezita a COVID-19 | 37 |
| 1.8 Existuje metabolicky zdravá obezita?..... | 39 |
| 1.9 Stigmatizace obezitou..... | 40 |
| 1.10 Obezita jako chronické onemocnění..... | 40 |
| 2 Obézní pacient v ambulanci praktického lékaře <i>MUDr. Dita Pichlerová, Ph.D.</i> | 44 |
| 2.1 Diagnostika obezity v ordinaci VPL | 45 |
| 2.2 Jak komunikovat s obézním pacientem | 46 |
| 2.3 Cíle léčby obezity..... | 47 |
| 2.4 Základy intervence v ambulanci VPL..... | 48 |
| 2.5 Závěr | 53 |
| Příloha 1 – Redukční jídelníček | 54 |
| Příloha 2 – Seznam obezitologických a bariatrických center v ČR..... | 62 |
| Obezitologická centra v ČR..... | 62 |
| Odborná centra pro chirurgickou léčbu obezity..... | 63 |
| 3 Dietoterapie obezity <i>Bc. Lucie Kašparová, DiS., Mgr. Kristina Šístková</i> | 64 |
| 3.1 Anamnéza a spolupráce s pacientem | 64 |
| 3.2 Časté chyby v jídelníčku obézních pacientů | 65 |
| 3.3 Mýty ve výživě obézního pacienta | 68 |
| 3.4 Dieta při různých onemocněních | 71 |
| 3.5 Módní diety | 72 |
| 3.6 Porce pokrmů..... | 72 |
| 3.7 Pitný režim..... | 76 |
| 3.8 Doplnky stravy | 80 |
| 3.9 Redukce hmotnosti v dětském věku | 82 |
| Příloha 1 – Bílkoviny | 85 |
| Příloha 2 – Proteinové nápoje | 88 |

| | |
|---|-----|
| Příloha 3 – Vzor záznamového archu týdenního jídelníčku | |
| Příloha 4 – Vybrané mléčné výrobky | 90 |
| Příloha 5 – Vybrané nápoje | 92 |
| 4 Léčba obezity pohybem <i>MUDr. Ing. Tomáš Větrovský, Ph.D.</i> | 94 |
| 4.1 Zdravotní benefity pohybu | 94 |
| 4.2 Pohyb a regulace tělesné hmotnosti | 96 |
| 4.3 Co doporučit svým pacientům | 99 |
| 4.4 Jak účinně intervenovat..... | 103 |
| 4.5 Závěr | 107 |
| 5 Psychologické přístupy v léčbě obezity <i>PhDr. Iva Málková</i> | 109 |
| 5.1 Psychika a kila navíc..... | 109 |
| 5.2 Základy psychoterapie..... | 112 |
| 5.3 Zjištění motivace pacienta ke změně návyků | 115 |
| 5.4 Terapie pacienta s nízkou motivací ke změně | 119 |
| 5.5 Terapie pacienta s vyšší motivací ke změně..... | 122 |
| 5.6 Role psychologa v terapii obezity | 136 |
| 6 Současné možnosti farmakoterapie obezity v České republice <i>MUDr. Dita Pichlerová, Ph.D.</i> | 139 |
| 6.1 Výskyt obezity v ČR | 139 |
| 6.2 Cílové BMI..... | 140 |
| 6.3 Obezita a hypothalamus | 140 |
| 6.4 Indikace antiobezitik | 140 |
| 6.5 Nežádoucí účinky antiobezitik | 141 |
| 6.6 Přehled antiobezitik v současnosti dostupných v ČR | 141 |
| 6.7 Antidiabetika používaná v ČR s pozitivním vlivem na hmotnost..... | 152 |
| 6.8 Budoucnost ve farmakoterapii obezity | 152 |
| 6.9 Závěr | 153 |
| 7 Léčba obézních pacientů s diabetem <i>prof. MUDr. Martin Prázný, CSc., Ph.D.</i> | 156 |
| 7.1 Úvod..... | 156 |
| 7.2 Vztah mezi obezitou a diabetes mellitus 2. typu..... | 157 |
| 7.3 Klinické dopady redukce hmotnosti..... | 158 |
| 7.4 Farmakoterapie obezity u diabetes mellitus 2. typu | 158 |
| 7.5 Vliv antidiabetik na tělesnou hmotnost..... | 160 |
| 7.6 Antidiabetika spojená s poklesem hmotnosti..... | 162 |
| 7.7 Antidiabetika s neutrálním vlivem na tělesnou hmotnost..... | 166 |
| 7.8 Antidiabetika spojená s přírůstkem tělesné hmotnosti..... | 167 |
| 7.9 Léčba obezity u pacientů s diabetes mellitus 1. typu | 170 |
| 7.10 Závěr | 172 |

| | |
|--|-----|
| 8 Bariatrická léčba obezity a diabetu <i>MUDr. Dita Pichlerová, Ph.D.</i> | 177 |
| 8.1 Úvod..... | 177 |
| 8.2 Jaký je princip účinku chirurgických postupů na léčbu diabetu?..... | 178 |
| 8.3 Kritéria remise diabetu..... | 180 |
| 8.4 Indikační kritéria bariatrické chirurgie..... | 180 |
| 8.5 Kontraindikace bariatrických výkonů | 181 |
| 8.6 Multidisciplinární péče | 181 |
| 8.7 Příprava pacienta k bariatrickému výkonu..... | 182 |
| 8.8 Některá mezinárodní prvenství české bariatrie | 187 |
| 8.9 Standardizované metody v léčbě obezity | 188 |
| 8.10 Nové experimentální postupy..... | 195 |
| 8.11 Závěr | 200 |
| | |
| 9 Experimentální a alternativní metody léčby obezity | |
| – mýty a omyly <i>MUDr. Dita Pichlerová, Ph.D.</i> | 203 |
| 9.1 Dieta FODMAP | 203 |
| 9.2 Histaminová dieta | 204 |
| 9.3 Intermittent fasting (přerušované hladovění) | 205 |
| 9.4 Vegetariánství..... | 206 |
| 9.5 Další módní diety současné doby..... | 207 |
| 9.6 Nutrigenetika a nutrigenomika | 209 |
| 9.7 Fekální transplantace v léčbě obezity | 209 |
| 9.8 Obezita a štítná žláza..... | 211 |
| 9.9 Obezita a doplňky stravy | 212 |
| | |
| 10 Obezita a sexualita <i>MUDr. Dita Pichlerová, Ph.D.</i> | 215 |
| 10.1 Obezita a sex | 215 |
| 10.2 Diabetes a sex..... | 220 |
| 10.3 Sexuální dysfunkce u obézních žen po bariatrické léčbě obezity..... | 221 |
| 10.4 Závěr | 225 |
| | |
| 11 Obezita a neplodnost <i>doc. MUDr. Zlatko Pastor, Ph.D.</i> | 229 |
| 11.1 Úvod..... | 229 |
| 11.2 Ženská sterilita obézních žen a její etiologie | 230 |
| 11.3 Mužská neplodnost..... | 233 |
| 11.4 Závěr | 237 |
| | |
| 12 Obezita a nádorová onemocnění <i>MUDr. Radka Obermannová, Ph.D.</i> | 239 |
| 12.1 Etiopatogeneze..... | 240 |
| 12.2 Adenokarcinom jícnu a gastroezofageální junkce..... | 241 |
| 12.3 Kolorektální karcinom a karcinom pankreatu | 243 |
| 12.4 Karcinom prsu | 246 |

| | |
|---|------------|
| 12.5 Karcinom endometria | 248 |
| 12.6 Nádory ledvin | 248 |
| 12.7 Karcinom prostaty | 249 |
| 12.8 Bariatrické operace a riziko nádorových chorob | 250 |
| O autorech knihy | 255 |
| Rejstřík..... | 259 |