

## **Streszczenie prezentacji: Uzdrowisko jako miejsce nowoczesnego leczenia pacjenta z chorobami metabolicznymi**

Otyłość stała się światowym problemem z powodu konsekwencji zdrowotnych i ekonomicznych do których prowadzi. Zaburzenia metaboliczne towarzyszące otyłości są procesem prowadzącym do rozwoju chorób cywilizacyjnych takich jak cukrzyca typu 2, dyslipidemia, nadciśnienie tętnicze, niealkoholowa stłuszczeniowa choroba wątroby, oraz ich groźnych powikłań jakimi są choroby sercowo- naczyniowe z zawałem serca, udarem mózgu na czele. Zatrważające dane statystyczne mówią o globalnym potrojeniu liczby ludzi otyłych w ciągu ostatnich 40 lat.

We współczesnym sposobie myślenia o otyłości traktuje się ją jako chorobę syndemiczną, o wieloczynnikowych uwarunkowaniach zarówno genetyczno – metabolicznych, ale głównie środowiskowych, kulturowych i socjoekonomicznych. Stąd nowoczesne podejście terapeutyczne do otyłości wiąże się z kompleksowym leczeniem pacjenta. W leczeniu kluczową rolę odgrywa zmiana stylu życia i nawyków pacjenta oraz skuteczne i długoterminowe ich wdrożenie w codzienność chorego. Najskuteczniejsze w tym zakresie są wspólne działania zespołu specjalistów: lekarza prowadzącego edukację, diagnozę i farmakoterapię; dietetyka odpowiednio wspomagającego zmiany dietetyczne u chorego; fizjoterapeuty aktywizującego fizycznie i psychologa wprowadzającego oddziaływanie behawioralne, motywujące i przeciwdepresyjne. Dla skutecznej terapii potrzebne są również odpowiednie warunki i czas na jej przeprowadzenie, możliwość długoterminowego wsparcia specjalistów, przyjazne środowisko, kontakt z „grupą wsparcia” (czyli osobami w podobnej sytuacji życiowej radzącymi sobie z problemem) czy dostępność ekonomiczna.

Leczenie uzdrowiskowe ma wyjątkowy potencjał w holistycznym podejściu do problemu otyłości i chorób metabolicznych. W uzdrowisku jest możliwość zastosowania kompleksowej opieki specjalistycznej, współdziałania i wzajemnych konsultacji lekarza, dietetyka, fizjoterapeuty i psychologa, co skutkuje opracowaniem zindywidualizowanego i spójnego programu leczenia. Co więcej, istnieje możliwość przeprowadzenia tematycznych warsztatów (kulinarnych, edukacyjnych, psychoterapeutycznych) co jest najlepszym sposobem przekazywania wiedzy. Istnieje tu wyjątkowe zaplecze techniczne do przeprowadzenia kluczowej w leczeniu chorób metabolicznych kinezyterapii, oraz baza zabiegowa dla balneoterapii i fizykoterapii szczególnie wspomagającej leczenie powikłań. Istnieje również wiele pozytywnych aspektów psychospołecznych prowadzenia terapii chorób metabolicznych w uzdrowisku. Pacjent przyjeżdżając do sanatorium ma czas i przestrzeń aby zająć się sobą i swoją chorobą, możliwość edukacji i odpoczynku o co tak trudno w codziennym rytmie obowiązków. Jest też w nowym miejscu, wychodzi z własnego środowiska i może spojrzeć na nie z dystansem, ma możliwości doświadczenia nowych wzorców i przetrenowania nowych nawyków bez narażenia siebie na oceny swoich bliskich i znajomych. Co więcej, nowe miejsce jest okazją spotkania innych ludzi w podobnej sytuacji oddziaływania „grupy wsparcia”, co ma ogromne znaczenie dla efektów terapii. I to, co jest nie do przecenienia – czyli wspianała przyroda, która sprzyja aktywizacji fizycznej oraz równowadze psychicznej.

Wydaje się więc, że leczenie uzdrowiskowe wspaniale wpisuje się w nowoczesną i innowacyjną koncepcję podejścia syndemicznego, które bierze pod uwagę złożoną naturę otyłości i chorób metabolicznych oraz identyfikuje bariery i okoliczności wpływające na ich skuteczne leczenie.

Literatura:

Frühbeck G, Kiortsis DN, Catalán V. Precision medicine: diagnosis and management of obesity. *Lancet Diabetes Endocrinol.* 09.2017

González-Muniesa P, Martínez-González M-A, Hu FB, Després J-P, Matsuzawa Y, Loos RJF, i in. Obesity. *Nat Rev Dis Primer.* 15

Autor:

Dr n.med. Agnieszka Witkowska

Fundacja Zdrowego Życia, Katowice

Uzdrowisko Wysowa, Wysowa Zdrój

Kontakt: a.witkowska@fundacjazdrowegozycia.pl tel: 736 242 515