



Mam otyłość

Program opieki nadzorowanej Medi-BAR
krok po kroku

Broszura dla Ciebie

przygotowana przez członków Zespołu Leczenia Otyłości Medi-BAR,

byś wiedział więcej,

—

byś rozumiał lepiej,

—

byś łatwiej mógł podjąć decyzję

Autorzy:

Justyna Papierz

Zofia Szczeklik - Kumala

Tomasz Kolipiński

Małgorzata Mizińska



Copyright © Medispace

Zespół Leczenia Otyłości, Program Medi-Bar

Warszawa 2023

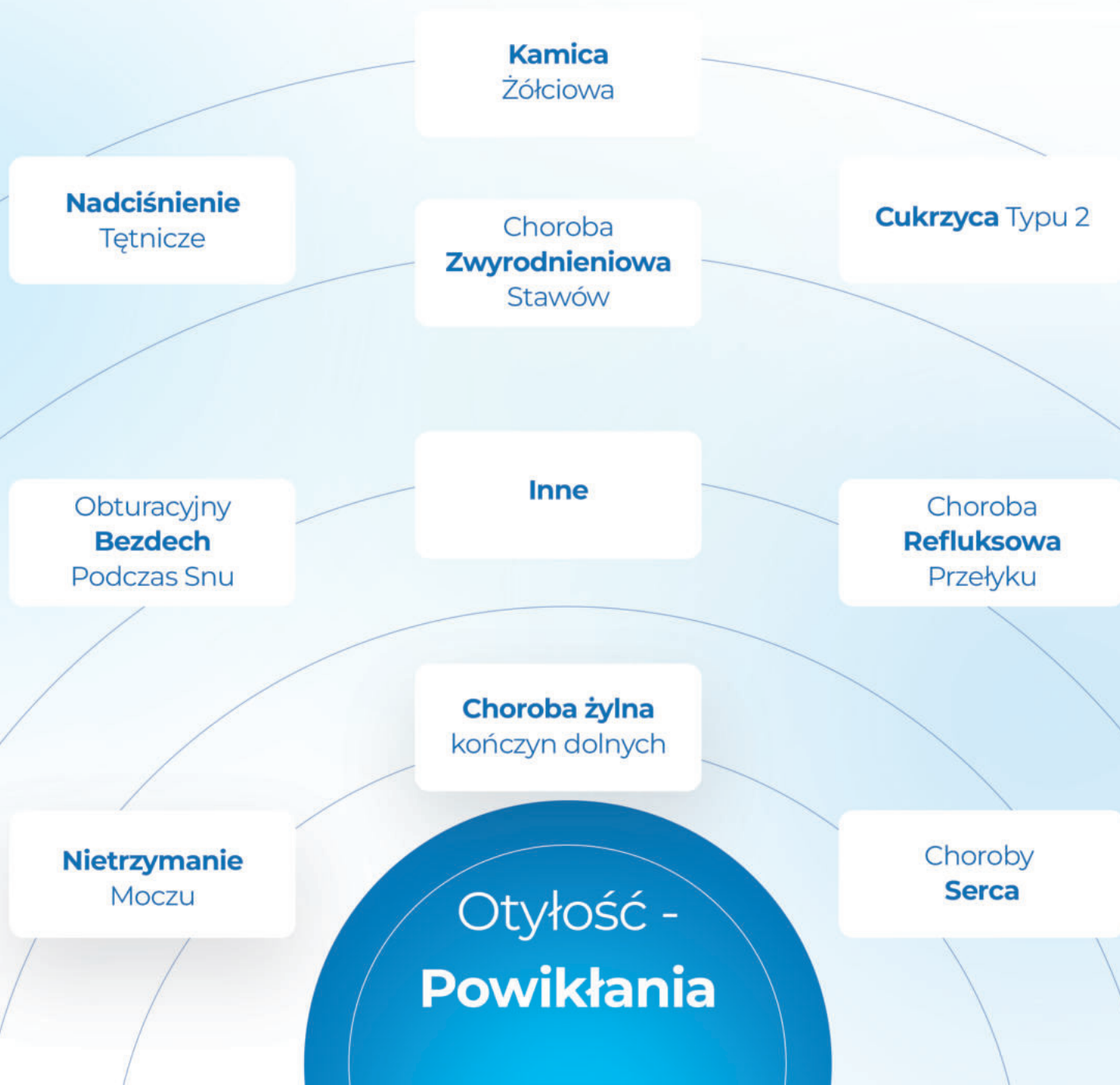
Wszelkie treści zamieszczone na tej stronie internetowej, szczególnie firma, logotypy, grafiki, dane osobowe podlegają ochronie prawnej na podstawie przepisów prawa, w tym ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych (tekst jednolity z 2006 r., Dz.U. nr 90, poz. 631 z późn. zm.). Bez pisemnej pod rygorem nieważności zgody jej autorów zabronione jest m.in. powielanie treści, ich opracowywanie, modyfikowanie, zmienianie, kopiowanie, przedrukowywanie, przechowywanie i przetwarzanie z zastosowaniem jakichkolwiek środków elektronicznych, zarówno w całości, jak i w części, jak również wykorzystanie w innym celu niż na potrzeby użytku osobistego, np. uzyskania informacji o świadczeniach zdrowotnych Medispace.

Nieautoryzowane wykorzystanie informacji dotyczących Medispace, jej personelu, w tym informacji biograficznych oraz wizerunków w celu innym niż na potrzeby związane ze świadczeniem przez Medispace usług zdrowotnych jest zabronione.

Niniejsza broszura oraz informacje w niej zawarte nie stanowią oferty w rozumieniu art. 66 kodeksu cywilnego, a zaproszenie do zawarcia umowy, o którym mowa w art. 71 tej ustawy.

Otyłość jest chorobą przewlekłą bez tendencji do samoistnego ustępowania. Dlatego tak jak każda inna choroba wymaga rozpoznania i leczenia. Z otyłością jest jak z rzeką z meandrami. W jej leczeniu bywają trudności, które sprawiają, że tak jak zakole rzeki, cofamy się o krok do tyłu po to jednak, żeby ostatecznie płynąć dalej.

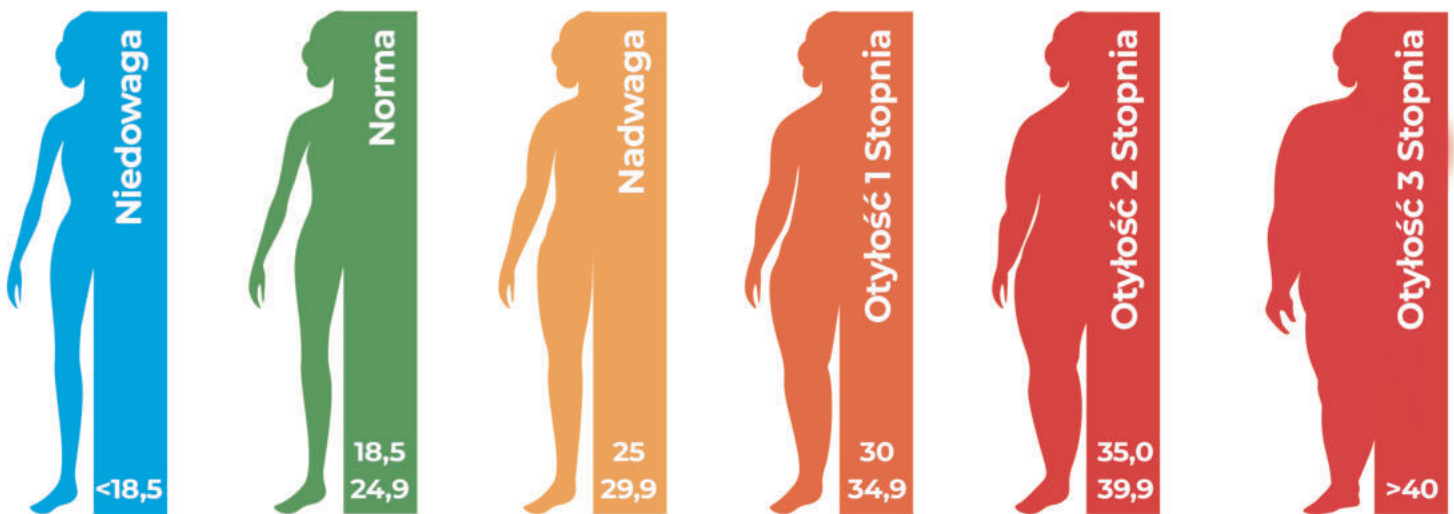
Otyłość często nie jest postrzegana jako choroba. Na pytanie: 'na co chorujesz?' często odpowiadamy: „na nadciśnienie tętnicze, cukrzycę, niedoczynność tarczycy”. Mało osób wymienia otyłość jako swoją chorobę, podczas gdy to ona **może być powodem wielu innych schorzeń takich jak** właśnie nadciśnienie tętnicze, cukrzyca typu 2, choroba refluksowa przełyku, kamica żółciowa, choroba zwyrodnieniowa stawów, depresja czy choroba nowotworowa. Często to one, a nie otyłość, są rozpoznawane jako pierwsze. **Niejednokrotnie jednak to leczenie otyłości mogłoby pozwolić na uniknięcie tych pozostałych.**



Otyłość to trudna choroba. Jej leczenie wymaga wiele zapału i wytrwałości. Każdy czynnik, który wspiera motywację w jej leczeniu, jest na wagę złota. Nie zawsze jednak same dobre chęci wystarczą.

W leczeniu otyłości jako choroby pojawiły się rozwiązania, które pomagają w poprawie zdrowia. Jeśli jesteś chory, nie pozbawiaj się takiej możliwości. **Przeczytaj tę broszurę.** Mamy nadzieję, że pozwoli Ci ona oswoić się z problemem i **pomoże w gotowości podjęcia się leczenia.**

Zobacz, czy to nie
Twoja historia?



Mam 32 lata. Zmieniłam pracę, ciągle siedzę przed komputerem, pracuję po nocy, jem w biegu, często też w nocy, ważę dziś 80 kg (**BMI 27**). Pojawiły się u mnie problemy z cukrem i wysokie wartości ciśnienia, wysłano mnie do kardiologa.

Mam 39 lat. Moja masa ciała rośnie. Aktualnie ważę 96 kg (**BMI 32.4**). Z powodu wysokich wartości ciśnienia dostałam leki, ponieważ coraz częściej odczuwam bóle kolan i pleców stosuję okresowo leki przeciwbólowe, nie zawsze dobrze je toleruję, coraz częściej łapie mnie zgaga.*

Mam 45 lat. Przeszłam zawał serca, ból złapał mnie w pracy, koledzy z pracy musieli wzywać pogotowie. W szpitalu poza zawałem serca rozpoznano mi cukrzycę. Mam teraz gorszą tolerancję wysiłku, przez co już zdecydowanie mniej się ruszam, coraz częściej boli mnie kręgosłup, ale kardiolog przestrzega mnie przed stosowaniem leków przeciwbólowych z uwagi na serce. Ważę aktualnie 106 kg (**BMI 35.8**), przyjmuję łącznie 9 leków każdego dnia.

Zrezygnowana zgłosiłam się do obesitologa celem leczenia otyłości.

Ponieważ moje cukry szalały pomimo terapii zaproponowano mi leczenie chirurgiczne otyłości. Zanim wyraziłam na nie zgodę przyjmowałam kosztowną terapię lekiem w zastrzyku podskórnym. Teraz jestem już po operacji. Mój komfort życia znacznie się poprawił, nie jest jednak taki, jaki był w okresie, gdy ważyłam o 40 kg mniej.

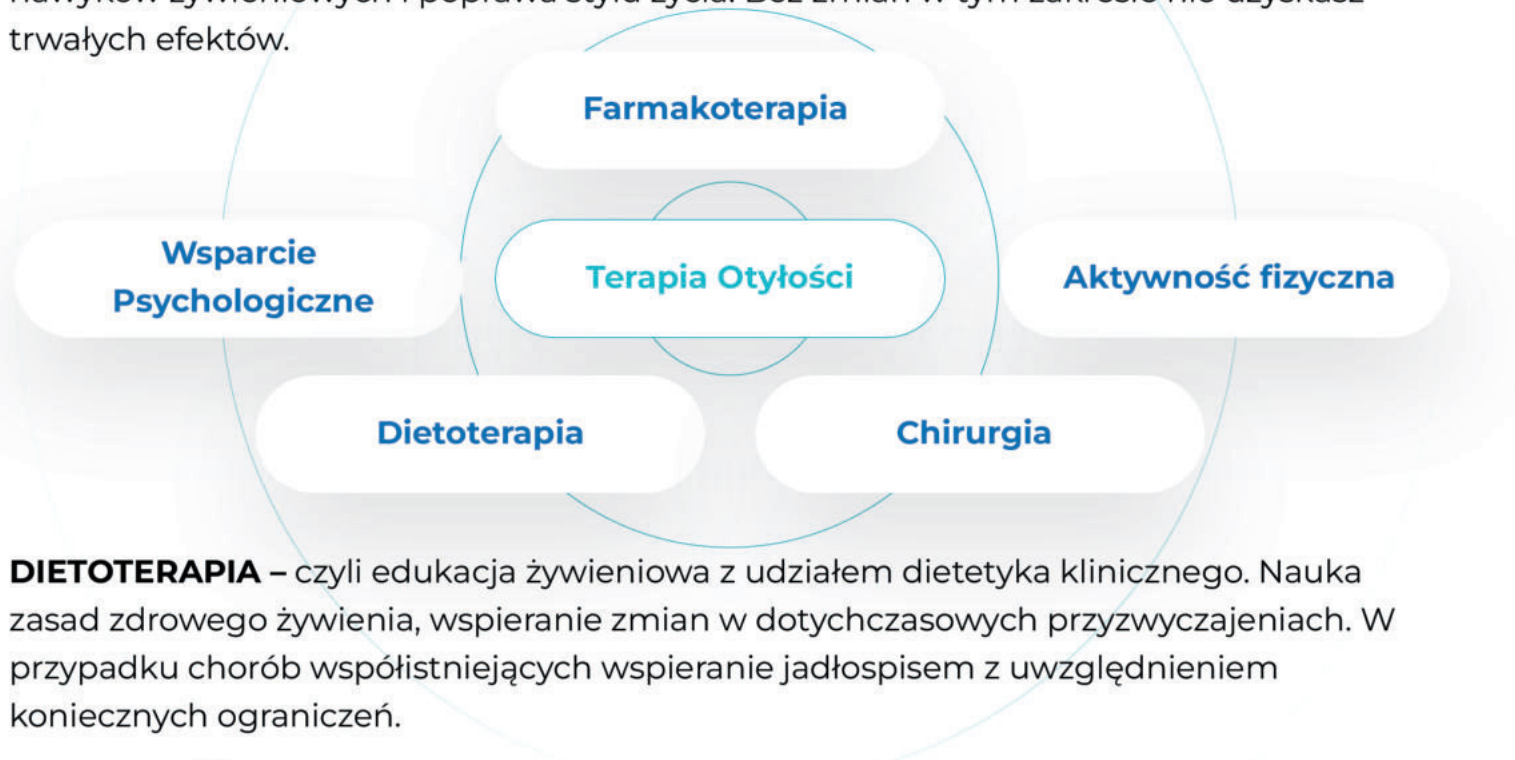
Dziś mogę tylko pomyśleć, czy gdyby mój styl życia zmienił się, gdy miałam 32 lata, udałoby się uniknąć tych wszystkich chorób, cierpienia i kosztów?

Jak leczyć otyłość?

Otyłość jest chorobą przewlekłą i jako taka wymaga systematycznego leczenia. Nie znaczy to jednak, że jej leczenie wiąże się z bezwzględnym przyjmowaniem leków. To, jak intensywne może być Twoje leczenie, zależy od:

- Twojej motywacji na dziś
- chorób, które posiadasz i z powodu których się leczysz
- stopnia zaawansowania tych chorób i ich kontroli
- Twoich możliwości finansowych.

W leczeniu otyłości podstawa to: edukacja i wspieranie Twojej motywacji, zmiana nawyków żywieniowych i poprawa stylu życia. Bez zmian w tym zakresie nie uzyskasz trwałych efektów.



DIETOTERAPIA – czyli edukacja żywieniowa z udziałem dietetyka klinicznego. Nauka zasad zdrowego żywienia, wspieranie zmian w dotychczasowych przyzwyczajeniach. W przypadku chorób współistniejących wspieranie jadłospisem z uwzględnieniem koniecznych ograniczeń.

AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA – czyli stopniowe i konsekwentne włączanie ruchu do codziennego życia wg zasady „im więcej, tym lepiej” oraz „cokolwiek lepiej, niż nic”. Preferowane aktywności to: spacer / nordic walking / basen / rower / ćwiczenia w domu / taniec. Niejednokrotnie dużym wsparciem jest pomoc fizjoterapeuty. Jest to szczególnie ważne dla osób z zaawansowaną otyłością i dolegliwościami stawowymi. Ocena funkcjonalna naszego ciała pozwala na optymalne planowanie ruchu oraz bezpieczeństwo w czasie jego wykonywania.

WSPARCIE PSYCHOLOGICZNE – czyli pomoc psychologa w motywacji do zmian, a w razie dodatkowych zaburzeń do pracy w ich zakresie. Jest to szczególnie ważny element terapii dla osób z osłabioną motywacją oraz stwierdzonymi zaburzeniami odżywiania z towarzyszącym obniżonym nastrojem.


FARMAKOTERAPIA – czyli stosowanie leków zarejestrowanych do leczenia otyłości pod nadzorem lekarza.

LECZENIE CHIRURGICZNE – czyli zabiegowe leczenie otyłości w przypadku zaistnienia wskazań medycznych, które w określonych przypadkach nie wyklucza równoczesnego leczenia farmakologicznego.



DLACZEGO WARTO LECZYĆ OTYŁOŚĆ?

- aby poczuć się lepiej,
- aby być zdrowszym,
- aby uniknąć chorób będących powikłaniami otyłości,
- aby być bardziej sprawnym,
- aby być bardziej zadowolonym z życia.



Jeżeli rozważasz leczenie choroby otyłościowej, wybierz lekarza i ośrodek mający akredytację Polskiego Towarzystwa Badań nad Otyłością lub Polskiego Towarzystwa Leczenia Otyłości. Możesz go znaleźć na stronie Towarzystwa:

<https://www.certyfikacjaptbo.pl/pl/pacjent-lekarze-i-osrodki>


Jednym z takich ośrodków jest nasza placówka, Medispace. **Zapraszamy Ciebie!**

NA CZYM POLEGA PROGRAM Medi-BAR?

To program, który stworzyliśmy dla Ciebie, aby umożliwić Ci kompleksowe leczenie otyłości w naszym ośrodku. Obligatoryjnie trwa 6 miesięcy z możliwością późniejszej kontynuacji.

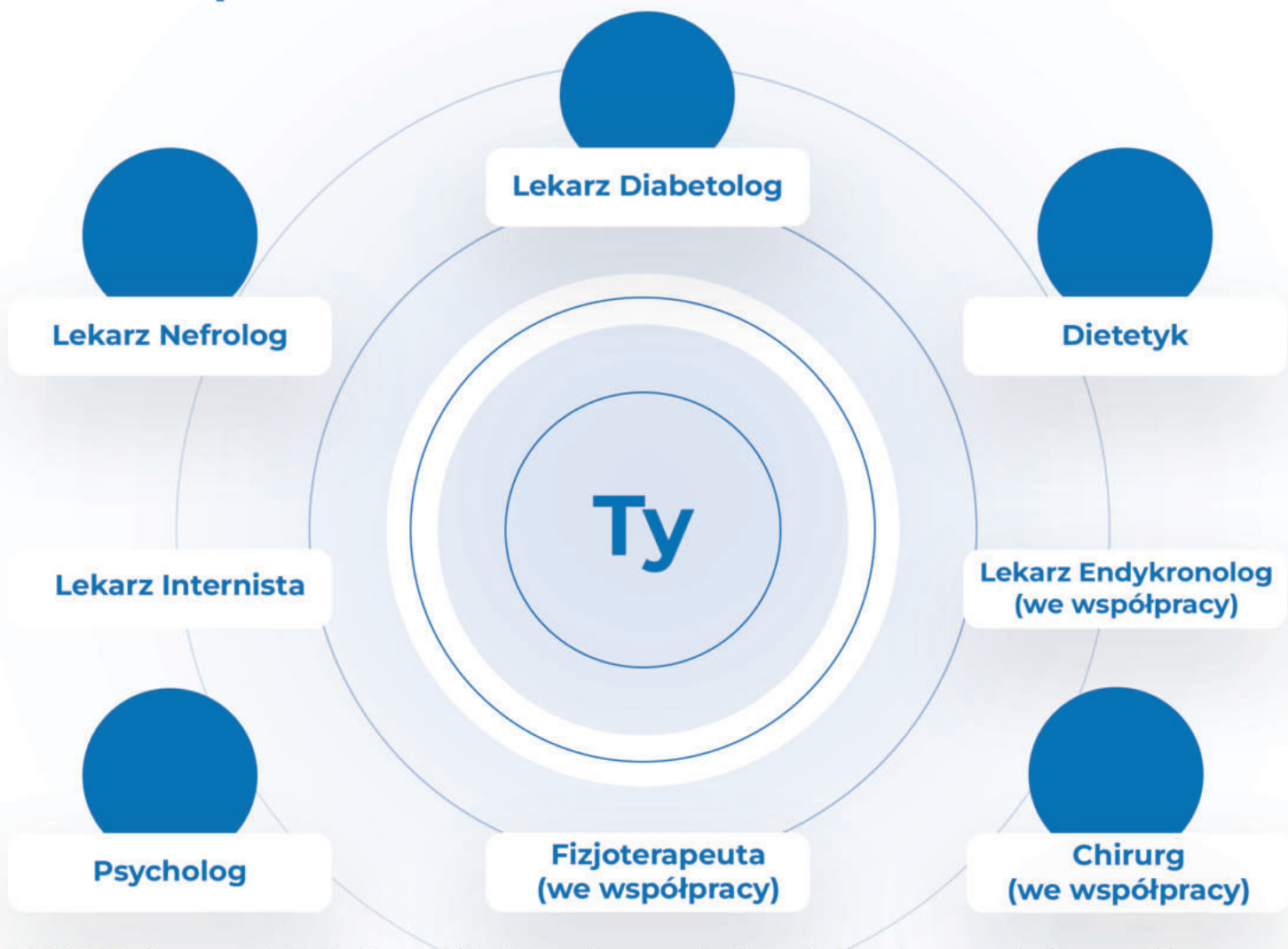
Opiekę w ramach Medi-BAR prowadzi zespół specjalistów (lekarz – dietetyk – psycholog – fizjoterapeuta), który pomoże Ci:

- ✓ wzmocnić motywację do zmian Twojego dotychczasowego stylu życia
- ✓ określi razem z Tobą krótkoterminowe i długoterminowe cele w procesie leczenia otyłości (dostosowane do Twoich aktualnych potrzeb)
- ✓ oceni Twój stan zdrowia, a w przypadku stwierdzenia innych chorób, będących powikłaniami otyłości skieruje Cię do odpowiednich specjalistów
- ✓ w razie nieskuteczności metod nefarmakologicznych rozpocznie farmakoterapię lub wskaże Ci możliwość leczenia operacyjnego otyłości.



Uwaga: Na każdym etapie leczenia / opieki może pojawić się konieczność, w której z uwagi na swoje zdrowie możesz być skierowany na dodatkowe badania lub konsultacje, pozostające poza Medi-BAR.

KTO TWORZY ZESPÓŁ LECZENIA OTYŁOŚCI w Medispace?



LEKARZ dr n. med. Zofia Szczeklik-Kumala - specjalista diabetolog, posiada certyfikat potwierdzający umiejętności profesjonalnego leczenia nadwagi i otyłości w ramach Ogólnopolskiego Programu Certyfikacji i Akredytacji PTBO (Polskiego Towarzystwa Badań nad Otyłością).

LEKARZ Justyna Papierz - specjalista chorób wewnętrznych, nefrolog, posiada certyfikat potwierdzający umiejętności profesjonalnego leczenia nadwagi i otyłości w ramach Ogólnopolskiego Programu Certyfikacji i Akredytacji PTBO (Polskiego Towarzystwa Badań nad Otyłością).

DIETETYK KLINICZNY - mgr inż. Tomasz Kolipiński

PSYCHOLOG KLINICZNY - mgr Małgorzata Mizińska

FIZJOTERAPEUTA - w ramach współpracy z Medispace

CHIRURG - dr n. med. Rafał Marszałek - specjalista chirurgii ogólnej

Zarówno lekarze jak i dietetyk są członkami Polskiego Towarzystwa Leczenia Otyłości.

Członkowie Zespołu Leczenia Otyłości Medi-BAR uczestniczą regularnie w szkoleniach z zakresu leczenia otyłości i jej powikłań organizowanych m.in. przez Polskie Towarzystwo Leczenia Otyłości i Polskie Towarzystwo Badań nad Otyłością.

Centrum Medyczne Medispace posiada **bezterminową** akredytację Polskiego Towarzystwa Badań nad Otyłością.

KTO WSPÓŁPRACUJE W LECZENIU W RAMACH MEDI-BAR?

Endokrynolog

(celem oceny pod kątem wtórnych przyczyn otyłości oraz zaburzeń hormonalnych wymagających niezależnego leczenia)



Fizjoterapeuta

(celem oceny funkcjonalnej Twojego ciała i zaplanowania optymalnego zakresu aktywności fizycznej dla Ciebie)

Chirurg

(w zależności od indywidualnych potrzeb celem omówienia możliwości zabiegowego leczenia otyłości, jego przebiegu, możliwych powikłań)



OPIEKA W RAMACH Medi-BAR:

- ✓ program Medi-BAR skierowany jest do osób powyżej 18 roku życia, które nie ukończyły jeszcze 75 lat.
- ✓ konsultacje mają charakter stacjonarny, odbywają się w gabinecie, w którym wyposażenie (kozetka, krzesło) dostosowane jest do korzystania przez Pacjentów o zwiększonej masie ciała.
- ✓ w przypadku konsultacji z dietetykiem istnieje możliwość kontroli w trybie on-line.
- ✓ konsultacje w ramach programu prowadzone są wyłącznie w języku polskim.
- ✓ konsultacje odbywają się w placówce Medispace przy ulicy Spokojnej 5 w Warszawie z wyjątkiem konsultacji u psychologa, które prowadzone są w gabinecie przy ulicy Wilczej 33/27 w Warszawie.



JAK PRZEBIEGA OPIEKA W RAMACH Medi-BAR?



Wizyta pierwszorazowa

to konsultacja z lekarzem, który będzie Twoim lekarzem prowadzącym w ramach Medi-BAR.

Trwa 60 minut.

Obejmuje:

- ✓ wywiad (dotyczący Twoich chorób, stylu życia, wcześniejszych prób redukcji masy ciała, oczekiwań, planów co do posiadania potomstwa)
- ✓ badanie fizykalne (które obejmuje m.in. pomiar masy ciała i wzrostu w gabinecie, pomiar obwodu talii)
- ✓ analizę dostarczonej dokumentacji medycznej (w tym wyników ostatnio wykonywanych badań krwi i moczu, badań obrazowych tj. USG jamy brzusznej, kart z pobytów w szpitalu - jeśli takie miały miejsce)
- ✓ przedstawienie ogólnego planu postępowania
- ✓ wydanie skierowań na badania lub dodatkowe konsultacje zależnie od Twoich indywidualnych wskazań.

Na tej wizycie zostaniesz poproszony o zapoznanie się i wypełnienie w domu ankiet przygotowanych przez nasz zespół. Informacje, których udzielisz, będą przydatne na etapie dalszego postępowania.

Bardzo pomocne będzie, jeśli przygotujesz się do tej wizyty i przyniesiesz:

- ✓ dotychczasową dokumentację medyczną
- ✓ wyniki badań krwi i moczu wykonane w ostatnim roku
- ✓ wyniki USG/ TK/ MRI, jeśli były wykonywane
- ✓ listę stosowanych leków / suplementów / preparatów ziołowych kupowanych bez recepty
- ✓ spis leków / substancji / pokarmów, na które stwierdzono u Ciebie uczulenie.
- ✓ spis leków, którymi byłeś leczony w przeszłości i których stosowanie zostało przerwane z powodu nasilonych/dokuczliwych objawów niepożądanych (ubocznych)

Wizyta kontrolna 1 z wynikami badań

Jest to wizyta na ogół w ciągu 2-3 tygodni od pierwszej wizyty wraz z wynikami zleconych badań i wypełnionych ankiet. Na ich podstawie lekarz może rozpoznać powikłania otyłości takie jak cukrzyca, kamica pęcherzyka żółciowego, dyslipidemia. Ustalany jest dla Ciebie indywidualny plan postępowania. Jeśli zaistnieje potrzeba wdrożenia farmakoterapii, zostanie ona szczegółowo z Tobą omówiona pod kątem sposobu dawkowania, objawów niepożądanych oraz postępowania w razie ich wystąpienia. Razem z lekarzem ustalisz ważne dla siebie cele krótko – i długoterminowe.

Czyli na przykład:

- * że w ciągu najbliższych 2 miesięcy postarasz się wchodzić 2 piętra w pracy pieszo, nie używając windy,
- * że postarasz się unikać picia słodkich napojów,
- * że będziesz ograniczać ilość spożywanych słodczy,
- * że będziesz stopniowo zwiększać intensywność i częstotliwość zaplanowanej aktywności fizycznej.

Podczas wizyty razem z Tobą zostanie określona optymalna dla Ciebie masa ciała, czyli taka, która pozwoli Ci poczuć się lepiej i taką, którą możesz w zdrowy i powolny sposób uzyskać po upływie 6 miesięcy leczenia – na tej podstawie określany jest cel długoterminowy.

W razie stwierdzenia u Ciebie dodatkowych zaburzeń metabolicznych lub chorób lekarz skieruje Cię na dodatkowe badania, wdroży odpowiednie leki lub skieruje do specjalisty (np. endokrynologa czy kardiologa) celem dalszej diagnostyki. W przypadku takiej konieczności będziesz wymagał wykonania dodatkowych badań oraz konsultacji poza programem Medi-BAR.

Wizyta dietetyczna - pierwszorazowa i kolejne

na wizytę do dietetyka zostaniesz skierowany po ocenie lekarskiej Twojego stanu zdrowia. Jest to o tyle ważne, że w przypadku rozpoznania cukrzycy lub innej choroby możesz wymagać dodatkowych wskazówek w zakresie planowania Twojego leczenia żywieniowego.

Dietetyk w czasie wizyty rozmawia z Tobą o wszystkich aspektach życia, z którymi wiąże się Twoje zdrowie i żywienie. Dlatego będziesz pytany o rodzaj wykonywanej pracy, m.in. o to, czy pracujesz fizycznie, czy umysłowo, czy masz stałe godziny pracy, czy pracujesz zmianowo; czy w ciągu dnia masz zaplanowaną aktywność fizyczną i jak jest ona intensywna. Jeśli Twoja praca wymaga częstych podróży związanych z pobytami w hotelach, to też będzie miało wpływ na planowanie u Ciebie postępowania.

Konsultacje dietetyczne mają charakter edukacyjny. Uczyć się będziesz prawidłowych wzorców żywieniowych, szacowania kaloryczności posiłków, ich wartości odżywczej. Uczyć się będziesz podejmowania racjonalnych wyborów przy zakupie i smakowaniu żywności. Każda porada będzie indywidualnie dopasowana do Twoich aktualnych potrzeb tak, aby Cię wspierać w zmianie / poprawie nawyków żywieniowych w Twoim codziennym życiu. Nie istnieje żadna "dieta cud", którą można zastosować w leczeniu otyłości. Obecne podejście polega na kształtowaniu i utrwalaniu zdrowych nawyków żywieniowych. Dlatego terapia żywieniowa indywidualnie dopasowana do Twojej codzienności powinna być stosunkowo łatwa do realizacji przy wsparciu motywacji do zmian.

Wizyta pierwszorazowa jest najdłuższa. Trwa 60 minut. Pozwala na przeprowadzenie pełnego wywiadu zdrowotnego i żywieniowego oraz wykonanie analizy składu ciała metodą bioimpedancji elektrycznej (BIA) tak, aby ustalić wstępne cele w postępowaniu. Wizyty kontrolne trwają po 30 minut. W przypadku wątpliwości, korekty dotychczasowych zaleceń, trudności w ich przestrzeganiu każdy Pacjent ma możliwość niezależnego kontaktu mailowego z dietetykiem.

W czasie pierwszej wizyty dietetyk:

- ✓ porozmawia z Tobą o dotychczasowych doświadczeniach współpracy z dietetykiem
- ✓ omówi Twoje aktualne potrzeby i nawyki żywieniowe
- ✓ zbierze z Tobą wywiad odnośnie Twoich aktualnych chorób
- ✓ przeprowadzi pomiar składu Twojego ciała metodą bioimpedancji i omówi jego wynik
- ✓ ustali cele żywieniowe, realne do zrealizowania przez Ciebie w danym momencie terapii
- ✓ omówi wszystkie aspekty związane z koniecznością i sposobem dokonywania zmian w żywieniu
- ✓ określi harmonogram wizyt kontrolnych.

Po pierwszej wizycie w ciągu 7 dni uzyskasz indywidualne zalecenia dietetyczne wraz z przykładowym jadłospisem, który ma stanowić rodzaj wskazówki dla wdrażania nowych zasad żywieniowych do Twojej codzienności.

W ramach podstawowego programu Medi-BAR uzyskujesz dostęp do trzech wizyt edukacyjnych. Pomiędzy nimi masz możliwość niezależnego kontaktu mailowego z dietetykiem.

W każdym momencie trwania opieki możesz wystąpić o dodatkowe wizyty lub jadłospisy - wówczas będą one dodatkowo płatne.

Wsparcie psychologiczne

Na spotkanie z psychologiem zostaniesz skierowany już po pierwszej wizycie lekarskiej.

Leczenie otyłości to proces, którego sukces zależy w dużym stopniu od zrozumienia związku między umysłem a ciałem. Psycholog może pomóc Ci zidentyfikować emocjonalne wyzwalacze oraz psychologiczne bariery, które przyczyniły się do przyrostu masy ciała. W trakcie pierwszej wizyty psycholog na podstawie wywiadu oraz wypełnionej ankiety oceni, czy występują u Ciebie zaburzenia odżywiania lub nastroju, które wymagałyby leczenia. Wspólnie rozpoznacie wzorce jedzenia i omówicie realistyczne cele związane z odchudzaniem. W trakcie drugiego i trzeciego spotkania z psychologiem opracujecie strategię wprowadzania zdrowego trybu życia: odżywiania, regularnej aktywności fizycznej oraz radzenia sobie ze stresem w codziennym życiu, zajmiecie się budowaniem motywacji wewnętrznej, która pomoże utrzymać się na wyznaczonej drodze oraz przygotujecie się na potencjalne trudności.

Leczenie otyłości jest procesem trudnym i wymagającym, dlatego tak ważne jest odpowiednie wsparcie i motywacja. Rola psychologa w procesie odchudzania jest niezwykle cenna. Poprzez zrozumienie i rozwiązanie emocjonalnych wyzwalaczy, rozwijanie zdrowych nawyków i dostarczanie motywacji, zwiększasz swoje szanse na sukces.

W programie Medi-BAR przewidujemy trzy obligatoryjne konsultacje z psychologiem, które nastawione są głównie na budowanie w Tobie motywacji do leczenia. W przypadku konieczności dłuższej, stałej pracy z psychologiem, zostanie Ci zaproponowana niezależna konsultacja, wówczas będzie ona dodatkowo płatna jako wizyta poza Medi-BAR.

Wizyta kontrolna 2

to wizyta na ogół jeden miesiąc od pierwszej wizyty, w czasie której oceniane są wczesne efekty leczenia i współpracy. Podczas tej wizyty zostanie wykonany pomiar masy ciała w gabinecie bez butów. Zostaniesz zapytany o trudności, które masz w trakcie leczenia. Dostaniesz wskazówki co do zmian, które możesz wdrożyć, aby wzmocnić swoją motywację. Na podstawie zebranego wywiadu może ulec modyfikacji dotychczasowy plan postępowania tak, aby w danym momencie optymalnie dopasować leczenie do Twoich aktualnych możliwości. W przypadku leczenia farmakologicznego oceniana jest jego tolerancja oraz wstępne efekty terapii. W razie konieczności lekarz planuje czas i rodzaj badań kontrolnych, w tym badań krwi i moczu.

Wizyta kontrolna 3

to wizyta w trzecim miesiącu terapii. Pozwala pełniej ocenić skuteczność Twojego leczenia. Wówczas spodziewamy się, że możesz utracić oczekiwane 5-10% wyjściowej masy ciała. Określone są z Tobą nowe cele krótkoterminowe. Oceniane jest wyrównanie metabolicznych schorzeń, które będziesz leczyć.

Wizyta kontrolna 4

to wizyta ok. piątego miesiąca terapii.

Podczas wizyt kontrolnych (czwartej i piątej) lekarz będzie rozmawiał z Tobą na temat Twoich dolegliwości, tego jak tolerujesz stosowane leczenie. Omówi z Tobą uzyskane efekty dotyczące redukcji masy ciała, zmiany nawyków żywieniowych i tych, które dotyczą aktywności ruchowej. Porozmawia z Tobą o tym, czego nie udało Ci się osiągnąć i jakie mogły być tego przyczyny.

Pamiętaj! lekarz nie będzie Cię krytykował. Te informacje są dla lekarza ważne, aby modyfikować Twój plan leczenia i dostosowywać cele leczenia tak, byś mógł je zrealizować.

Wizyta kontrolna 5

to wizyta w szóstym miesiącu terapii z oceną jej efektów i ustaleniem dalszego postępowania długoterminowego.

Podczas każdej konsultacji z lekarzem wykonany zostanie pomiar masy ciała w gabinecie bez butów. Szczegółowy przebieg każdej z konsultacji może ulec modyfikacji zależnie od stwierdzonych problemów i Twoich aktualnych potrzeb.

KRÓTKO O LEKACH W LECZENIU OTYŁOŚCI

Jeśli lekarz uzna, że masz wskazania medyczne do farmakoterapii w leczeniu otyłości, może rozważyć u Ciebie jeden z poniższych leków. Z uwagi na odmienne mechanizmy działania oraz różnice w ich rejestracji, na wybór leku może mieć wpływ wiele czynników tj.:

- ✓ Twoje choroby przewlekłe
- ✓ Twoje możliwości finansowe
- ✓ Twoje preferencje
- ✓ sposób podawania leku i jego częstotliwość
- ✓ możliwe objawy nietolerancji lub potencjalne interakcje lekowe.

W związku z tym, że coraz więcej osób choruje z powodu otyłości i coraz częściej obserwujemy jej ciężkie powikłania, powstają na rynku farmaceutycznym nowe rozwiązania terapeutyczne, które w przyszłości mogą okazać się kluczowe w leczeniu. Pragniemy podkreślić, że prezentowane tu informacje odnoszą się do stanu faktycznego na chwilę tworzenia broszury i mogą wymagać aktualizacji wraz z napływem nowych informacji.

LIRAGLUTYD - preparat jest zarejestrowany do leczenia otyłości, ale nie cukrzycy.

Lek wpływa na kontrolę łaknienia poprzez zmniejszenie uczucia głodu oraz zwiększenie uczucia sytości i pełności po zjedzeniu posiłku. W praktyce, biorąc ten lek, odczuwa się mniejszą potrzebę jedzenia, co w efekcie sprzyja redukcji masy ciała.

Lek podaje się w formie codziennych iniekcji podskórnych przy pomocy napełnionego już wcześniej fabrycznie gotowego półautomatycznego wstrzykiwacza.

SEMAGLUTYD - preparat w zależności od dawki jest zarejestrowany do leczenia otyłości lub tylko cukrzycy.

Lek zwiększa uczucie sytości, pełności po zjedzeniu posiłku oraz zmniejsza uczucie głodu, co przekłada się na zmniejszenie łaknienia i lepszą kontrolę nad jedzeniem. Dodatkowo, biorąc ten lek, odczuwa się mniejszą ochotę na jedzenie pokarmów o dużej zawartości tłuszczu. W efekcie następuje obniżenie kaloryczności spożywanych posiłków, czyli pojawia się deficyt energetyczny, który sprzyja redukcji masy ciała.

Lek podaje się w formie iniekcji podskórnych, raz w tygodniu za pomocą napełnionego już wcześniej fabrycznie gotowego półautomatycznego wstrzykiwacza.

TIRZEPATYD - lek nowej generacji, od niedawna zarejestrowany nie tylko do leczenia cukrzycy typu 2, ale również otyłości. Utrata masy ciała podczas jego stosowania wynika głównie z redukcji masy tkanki tłuszczowej. Lek stanowi szansę dla pacjentów chorujących na otyłość współistniejącą z cukrzycą typu 2 i wysokimi cukrami pomimo stosowania kilku leków przeciwcukrzycowych, w tym również insuliny. Mechanizmy jego działania są wielorakie, a efekty w odniesieniu do zaburzeń metabolicznych znaczące.

Co bardzo ważne! lek jest szansą także dla tych pacjentów, którzy stosując nowoczesne iniekcyjne leki przeciwcukrzycowe uzyskali poprawę wyników cukrów, ale nie zmniejszyli swojej nadmiernej masy ciała.

NALTREKSON + BUPROPION - lek zarejestrowany jest do leczenia otyłości.

Podobnie jak wyżej wymienione zmniejsza uczucie głodu i zwiększa uczucie sytości po zjedzeniu posiłku. Dzieje się to w oparciu o inne mechanizmy działania.

Dodatkową bardzo korzystną cechą leku jest zmniejszenie apetytu, czyli silnej ochoty / potrzeby na zjedzenie konkretnego pokarmu/produktu np. słodczy. U części osób jedzenie słodczy w sytuacjach napięcia, stresu, przygnębienia, nudy, niepowodzenia, osiągniętego sukcesu jest ważnym ogniwem w rozwoju otyłości.

Lek ma postać tabletek, które przyjmuje się dwa razy dziennie.

PACJENT Z CUKRZYCĄ TYPU 2

U części pacjentów z otyłością, którzy chorują na cukrzycę typu 2 jako jej powikłanie, istnieje możliwość zastosowania semaglutydu lub dulaglutydu w postaci preparatów zarejestrowanych do leczenia cukrzycy, mających wpływ na redukcję masy ciała poprzez mechanizmy opisane powyżej.

ROZPOCZĘCIE LECZENIA

Zanim lekarz podejmie decyzję o włączeniu leku do terapii, to oceni, czy nie występują u Ciebie przeciwwskazania do jego zastosowania lub okoliczności, które wymagają zachowania szczególnej ostrożności. Ponadto, omówi z Tobą możliwe objawy uboczne, które mogą pojawić się podczas przyjmowania leku. Wskaże, na co powinieneś zwrócić uwagę podczas terapii, jakie objawy wymagają pilnego kontaktu z lekarzem, a jakie odstawienia leku.

Podczas leczenia farmakologicznego otyłości (z użyciem jednego z powyżej przedstawionych leków) warto pamiętać o tym, że lek, nie zastąpi ani diety, ani wysiłku fizycznego. Lek daje szansę na uzyskanie redukcji masy ciała, nie stanowi jednak gwarancji, że redukcja, jakiej oczekujesz, nastąpi. Tylko scalone działanie wraz z trwałą zmianą nieprawidłowych dotychczas nawyków żywienia i stylu życia, pozwala przynieść najlepsze i najtrwalsze efekty. Otyłość jako choroba przewlekła wymaga przewlekłego leczenia, co nie oznacza, że zawsze musi być ono prowadzone z udziałem leku. Tak jak czynny sportowiec wymaga codziennych treningów, aby osiągać swoje sportowe cele, tak i tu w leczeniu potrzebna jest codzienna praca nad sobą i wytrwałość.

WAŻNE:

W przypadku stosowania liraglutydu/semaglutydu należy przerwać leczenie na tydzień przed planowaną gastroskopią lub innym badaniem / zabiegiem w znieczuleniu ogólnym.

Leków - liraglutyd/semaglutyd/naltrekson + bupropion nie należy stosować w okresie ciąży, karmienia piersią, a w razie planowania ciąży należy przerwać leczenie na co najmniej 2 miesiące.

Pacjentko!

jeśli planujesz ciążę w najbliższych tygodniach/miesiącach, porozmawiaj o tym z lekarzem. Często otyłość stanowi przyczynę trudności w zajściu w ciążę. Jej nieleczenie może opóźnić szansę na skuteczne zapłodnienie. Przyjmowanie zaś leków uniemożliwia w danym czasie jej planowanie. Podczas decyzji o farmakologicznym leczeniu otyłości ten aspekt musi być przez Ciebie wnikliwie i konsekwentnie przeanalizowany. Bądź pewna, że w tej decyzji otrzymasz pomoc lekarza, ale ostateczną decyzję musisz podjąć Ty

CHIRURGIA BARIATRYCZNA

Uwaga: Program Medi-BAR nie obejmuje usługi chirurgii bariatrycznej – niniejsze informacje mają jedynie charakter informacyjny i edukacyjny.

Leczenie operacyjne pacjentów z chorobą otyłościową jest uznaną metodą jej leczenia, pozwalającą na normalizację zaburzeń hormonalnych przyczyniających się do jej rozwoju.

Przygotowanie do operacji jest procesem długotrwałym, a decyzja o jej przeprowadzeniu zostaje podjęta po ocenie wskazań oraz okoliczności medycznych stanowiących przeciwwskazania do niej.

Leczenie operacyjne poprzez uzyskanie znacznej redukcji masy ciała prowadzi do zmniejszenia nasilenia, a nieraz ustąpienia powikłań otyłości. Ponadto, długoterminowo zmniejsza się szansa na rozwój chorób ze strony układu krążenia, które są jednym z ważniejszych powikłań otyłości. To leczenie daje szansę na lepsze, zdrowe życie.

U pacjentów z otyłością tzw. olbrzymią chirurgia bariatryczna jest jedyną metodą leczenia o udowodnionej skuteczności w odniesieniu do długoterminowej redukcji masy ciała.

Pragniemy podkreślić, że jeśli pacjent pozostaje w programie KOS-BAR, to wszelkie badania w ramach przygotowania do operacji wykonywane są w ramach tego programu w placówce go realizującej. Pacjent, który decyduje się na równoległą opiekę w Medispacie, musi być świadomy konieczności jawności leczenia i diagnostyki w obu placówkach, a wszystkie procedury wchodzące w skład opieki pilotażowej KOS-BAR realizować w dedykowanej placówce NFZ (jest to wymóg proceduralny i prawny).



KOORDYNATOR Medi-BAR:

Nad właściwym przebiegiem realizacji od strony organizacyjnej czuwa KOORDYNATOR.

To osoba, z którą masz bezpośredni kontakt przez cały czas trwania programu (w godzinach jej pracy).

W razie pytań / wątpliwości pozostaje do Twojej dyspozycji.

Pomaga w ustaleniu terminu wizyt / badań.

W przypadku konieczności dodatkowego kontaktu z lekarzem lub innym członkiem Zespołu Terapeutycznego organizuje taką możliwość.



KONTAKT Z CZŁONKAMI ZESPOŁU:

W czasie rozpoczęcia opieki nadzorowanej w ramach Medi-BAR otrzymujesz:

- ✓ kontakt telefoniczny i mailowy do Koordynatora
- ✓ kontakt mailowy do dietetyka i lekarza prowadzącego.

Na każdą wiadomość mailową skierowaną do lekarza otrzymasz odpowiedź w ciągu 3 dni roboczych.

W przypadkach wyjątkowych (podczas nieobecności Koordynatora) istnieje stała możliwość kontaktu za pośrednictwem Rejestracji ogólnej Medispace. Wówczas przy takim kontakcie wskazane jest, abyś poinformował o tym, że jesteś pacjentem Medi-BAR.





OPIEKA W MEDISPACE A Medi-BAR:

Skorzystanie z Medi-BAR nie jest warunkiem opieki w Medispace. Pozwala jednak zarówno Pacjentowi, jak i zespołowi terapeutycznemu na jej optymalne i kompleksowe prowadzenie.

KONTYNUACJA OPIEKI Medi-BAR:

Z uwagi na przewlekły charakter choroby otyłościowej dalsza opieka ma swoją kontynuację w zintegrowanych wizytach dostosowanych do Twoich potrzeb już poza Medi-BAR za dodatkową odpłatnością.



Jeśli po przeczytaniu tej broszury masz jakieś pytania / wątpliwości, skontaktuj się z Rejestracją Medispace i poproś o kontakt z Koordynatorem. Rozmowa ta nic nie kosztuje, a może okazać się pomocna w podjęciu decyzji.

Jesteśmy po to, aby Ci pomóc.

Czekamy na Ciebie.

Zespół Leczenia Otyłości Medi-BAR