

Το σωματικό βάρος,
στο επίκεντρο της σύγχρονης θεραπευτικής αντιμετώπισης του διαβήτη τύπου-2

Οι περισσότερες από τις φαρμακευτικές αγωγές που κλασσικά χρησιμοποιούνται μέχρι πρότινος στην αντιμετώπιση του διαβήτη, συνοδεύονται με αύξηση του σωματικού βάρους. Η μεγαλύτερη αύξηση βάρους προκαλείται από την ινσουλινοθεραπεία, όπως επίσης σημαντική αύξηση βάρους συνοδεύει τη χορήγηση γλιταζόνης ή σουλφονουλουρίας. Η μετφορμίνη δεν έχει ουσιαστικά επίδραση στο σωματικό βάρος, αν και σε κάποιες μελέτες έδειξε μια μικρή μείωσή του, όπως ουδέτερη επίδραση έχουν και οι αναστολείς του ενζύμου DPP-4. Αντίθετα, τα νεότερα φάρμακα, όπως οι αναστολείς του ενζύμου SGLT-2 και οι αγωνιστές των υποδοχέων GLP-1 προκαλούν ικανή και επιθυμητή μείωση του σωματικού βάρους. Η αύξηση του σωματικού βάρους με την αντιδιαβητική αγωγή, ιατρικά λοιπόν δεν είναι επιθυμητή, αλλά και οι ασθενείς δηλώνουν μικρότερη ικανοποίηση από την αγωγή τους εάν αυτή τους προκαλεί αύξηση του βάρους τους.

Η κατάλληλη διατροφή και άσκηση παραμένει ο θεμέλιος λίθος της αγωγής στο διαβήτη. Άρα, για τον παχύσαρκο διαβητικό, η διατροφή και η άσκηση θα πρέπει να έχουν στόχο και τη μείωση του σωματικού βάρους, στο μέτρο που αυτή είναι εφικτή και επιτεύξιμη. Η απώλεια βάρους μέσω υποθερμιδικής διατροφής που περιλαμβάνει πρωτεΐνες, λίπος και υδατάνθρακες στις σωστές αναλογίες, φαίνεται σήμερα ότι είναι η καλύτερη διαιτητική προσέγγιση. Η ευνοϊκή επίδραση της απώλειας βάρους στη γλυκαιμία είναι εντυπωσιακή. Η σημαντικότητα της εκούσιας απώλειας βάρους για τους παχύσαρκους διαβητικούς, αποδεικνύεται από την προκαλούμενη μείωση της ολικής θνητότητας, της θνητότητας από καρδιαγγειακά αίτια και της θνητότητας από αίτια σχετιζόμενα με το διαβήτη.

Η βαριατρική χειρουργική ή μεταβολική χειρουργική όπως σήμερα αποκαλείται, είναι αποτελεσματική και στη μείωση του σωματικού βάρους και στην αντιμετώπιση του διαβήτη. Προκαλεί σημαντικότερη μείωση στη γλυκαιμία, σε σημείο μάλιστα που να πετυχαίνει ακόμα και υποστρόφη του διαβήτη σε υψηλό ποσοστό, ανάλογα του είδους της επέμβασης.

Συμπερασματικά τονίζεται ότι η ύπαρξη αυξημένου σωματικού βάρους και ιδιαίτερα παχυσαρκίας σε διαβητικά άτομα, όχι μόνον αυξάνει την εμφάνιση επιπλοκών, αλλά δυσχεραίνει και την αντιδιαβητική αγωγή. Επειδή η απώλεια βάρους συνοδεύεται από καλύτερη γλυκαιμική ρύθμιση, επιβάλλεται στο πλαίσιο της σφαιρικής προσέγγισης των προβλημάτων υγείας του υπέρβαρου διαβητικού, να συνυπολογίζεται στην οργάνωση της αντιδιαβητικής θεραπείας και να επιδιώκεται και η απώλεια βάρους.

Πηγή:

1. Brown SA, Upchurch S, Anding R, Winter M, Ramirez G. Promoting weight loss in type 2 diabetes. *Diabetes Care* 1996; 19: 613-624.
2. Buchwald H, Estok R, Fahrbach K et al. Weight and type 2 diabetes after bariatric surgery: systematic review and meta-analysis. *Am J Med* 2009; 122: 248-256.
3. Cheng V, Kashyap SR. Weight considerations in pharmacotherapy for type 2 Diabetes. *Journal of Obesity* doi:10.1155/2011/984245.
4. Flum DR, Dellinger EP. Impact of gastric bypass operation on survival: a population-based analysis. *J Am Coll Surg* 2004; 199: 543-551.
5. Mingrone G, Castagneto-Gissey L. Mechanisms of early improvement/resolution of type 2 diabetes after bariatric surgery. *Diabetes Metab* 2009; 35: 518-523.
6. Mitri J, Hamdy O. Diabetes medications and body weight. *Expert Opin Drug Saf* 2009; 8: 573-584.
7. Sjöström L, Narbro K, Sjöström CD, et al. Effects of bariatric surgery on mortality in Swedish obese subjects. *N Engl J Med* 2007; 357: 741-752.

8. Wing RR, Koeske R, Epstein LH, Nowalk MP, Gooding W, Becker D. Long-term effects of modest weight loss in type II diabetic patients. Arch Intern Med 1987; 147: 1749-1753.
9. Ross R, Dagnone D, Jones PJ, Smith H, Paddags A, Hudson R, Janssen I. Reduction in obesity and related comorbid conditions after diet-induced weight loss or exercise-induced weight loss in men. A randomized, controlled trial. Arch Intern Med 2000; 133: 92-103.

Keywords:

- διαβήτης
- σωματικό βάρος
- παχυσαρκία
- αντιδιαβητικά
- υποθερμιδική διατροφή
- απώλεια βάρους
- άσκηση
- βariatρική
- γλυκαιμική ρύθμιση