

البدانة من علامة على الثروة والرخاء الى مؤشر للأمراض ووفاة ما لا يقل عن ٢.٨ مليون نسمة سنوياً بسببها



رولى راشد

الوسطى وعصر النهضة وأيضاً في الحضارات القديمة في شرق آسيا. اذاً بدأت الطبقة العليا تنبأه بأحجامها الضخمة خلال عصر النهضة، ولوحات هنري الثامن وأليساندرو دل بورو تشهد على ذلك. كما صور بيتر بول روبنس (١٥٧٧-١٦٤٠) النساء بأجسادهن الكاملة في صوره بصورٍ منتظمة. ومن هنا جاء المصطلح Rubenesque. بمعنى امرأة ضخمة جميلة. ورغم ذلك ما زالت النساء، يحافظن على شكل «الساعة الرملية» لعلاقته بالخصوبة، في حين تغيرت النظرة تجاه السمنة في العالم الغربي خلال القرن التاسع عشر. فيعد قرون من كون السمنة مرادفٍ للثروة والمنزلة الاجتماعية. بدأ الناس يرون النحافة على أنها هي المعيار المرغوب.

السمنة والمجتمعات الصناعية

مع بداية الثورة الصناعية، أدرك أن القوة الاقتصادية والعسكرية للأمم تعتمد على كل من حجم الجسم وقوته عند كل من الجنود والعمال. كما أن زيادة متوسط كتلة الجسم ما يعتبر الآن وزناً أقل من الطبيعي إلى ما يعتبر المدى الطبيعي الحالي لعب دوراً هاماً في تطور المجتمعات الصناعية. لذا فقد زاد الطول والوزن خلال القرن التاسع عشر في العالم المتقدم. الا انه خلال القرن العشرين، بعدما وصلت المجتمعات إلى أقصى طول تسمح به جيناتها، بدأ الوزن في الزيادة بمعدلات أكبر من الطول. ما جعل من السمنة نتيجة لتلك الأحداث. وفي الخمسينات من القرن العشرين، أدت الثروة في العالم المتقدم إلى انخفاض الوفيات بين الأطفال. لكن مع زيادة الوزن أصبحت أمراض الكلى والقلب أكثر شيوعاً. كما أدركت شركات التأمين خلال هذه الفترة العلاقة بين الوزن ومتوسط العمر المأمول فزادت رسوماً إضافية على الأفراد الذين يعانون من السمنة.

وبدأت تختلف النظرة العامة في المجتمع الغربي المرتبطة بوزن الجسم الصحي عن تلك المرتبطة بالوزن المثالي. وقد تغيرت كليهما منذ بداية القرن العشرين حيث أصبح الوزن الذي ينظر إليه على أنه مثالي أقل منذ العشرينات من القرن العشرين. يتضح ذلك من خلال معرفة متوسط طول الفائزات بمهرجان ملكة جمال أمريكا الذي زاد بمقدار ٢٪ من عام ١٩٢٢ إلى ١٩٩٩. بينما تناقص متوسط وزنه بمقدار ١٢٪ من ناحية أخرى. فقد تغيرت نظرة المجتمع في ما يتعلق بالوزن الصحي للإجاء المضاد.

اما ماذا يعرف عن السمنة او البدانة؟

١٠ حقائق عن البدانة

١. يُعرّف كل من فرط الوزن والبدانة بالنزوع إلى «تخزين الدهون بشكل غير عادي أو مفرط قد يلحق أضراراً بالصحة».
٢. منسوب كتلة الجسم - الوزن بالكيلوغرام مقسوماً على مربع الطول بالمتر (كلغ/م^٢) - مؤشر شائع الاستعمال لتصنيف فرط الوزن والبدانة لدى البالغين. وتُعرف منظمة الصحة العالمية فرط الوزن بالحالة التي يكون فيها منسوب الجسم يساوي ٢٥ أو أكثر من ذلك. وتُعرف البدانة بالحالة التي يكون فيها ذلك المنسوب يساوي ٣٠ أو أكثر من ذلك..
٣. كان هناك أكثر من ١.٤ مليار نسمة من البالغين يعانون من فرط الوزن في عام ٢٠٠٨. وأكثر من نصف مليار نسمة يعانون من البدانة. ويقضي ما لا يقل عن ٢.٨ مليون نسمة كل عام بسبب فرط الوزن أو البدانة. وقد تضاعف معدل إنتشار البدانة بين العامين ١٩٨٠ و ٢٠٠٨. بعدما كانت البدانة من سمات البلدان المرتفعة الدخل. أصبحت الآن تنتشر أيضاً في البلدان المنخفضة الدخل والبلدان المتوسطة الدخل.
٤. هناك، في جميع أنحاء العالم، أكثر من ٤٢ مليون طفل دون سن الخامسة ممن يعانون من فرط الوزن في عام ٢٠١٣. بدانة الطفولة من أخطر المشاكل الصحية العمومية في القرن الحادي والعشرين. ومن المحتمل أن يتحوّل الأطفال ذوو الوزن المفرط إلى أشخاص بدناء عند البلوغ. ومن المحتمل أيضاً أن يصاب هؤلاء الأطفال. أكثر من غيرهم، بالسكري والأمراض القلبية الوعائية في سن مبكرة. ما قد يؤدي إلى وفاتهم وإصابتهم بالعجز في مراحل مبكرة.
٥. الوفيات التي تُعزى إلى فرط الوزن والسمنة تفوق الوفيات التي تُعزى إلى نقص الوزن. يعيش ١٥٪ من سكان العالم في بلدان يقتل فيها فرط الوزن والبدانة من الناس أضعاف ما يتسبب فيه نقص الوزن من وفيات. وتشمل تلك البلدان جميع البلدان المرتفعة الدخل والبلدان المتوسطة الدخل. ويمكن، عل الصعيد العالمي، عزو ٤٤٪ من حالات السكري و٢٣٪ من حالات مرض القلب الإقفاري و٤١-٧٪ من بعض حالات السرطان إلى فرط الوزن والبدانة.
٦. يُصاب الفرد بالبدانة، عادة، نتيجة عدم التوازن بين السعرات الحرارية التي يستهلكها والسعرات التي ينفقها حيث تؤدي زيادة استهلاك الأغذية الغنية بالسعرات الحرارية، دون زيادة متكافئة في النشاط البدني، إلى زيادة الوزن بشكل غير صحي. كما يسفر انخفاض مستويات النشاط البدني عن اختلال في توازن الطاقة ويؤدي إلى زيادة الوزن.
٧. البيئات والمجتمعات المحلية الداعمة من الأمور

الأساسية لتحديد اختيارات الناس ووقايتهم من السمنة. ولا يمكن أن تنطبق المسؤولية الفردية بشكل تام إلا عندما تُتاح للناس فرص اتباع أنماط الحياة الصحية. وعندما يتم دعمهم لتكون اختياراتهم صحية. وتعمل منظمة الصحة العالمية على حشد طائفة من أصحاب المصلحة الذين لهم أدوار أساسية في تهيئة البيئات الصحية وتيسير فرص الاستفادة من خيارات النظم الغذائية الصحية بأسعار معقولة. ٧. اختيارات الأطفال ونظمهم الغذائية وعادات النشاط البدني التي يكتسبونها تتأثر بالبيئة المحيطة بهم. والتنمية الاقتصادية والاجتماعية والسياسات المنتهجة في مجالات الزراعة والنقل وتخطيط المدن والبيئة والتعليم وصناعة الأغذية وتوزيعها وتسويقها من الأمور التي تؤثر في عادات الأطفال الغذائية والأغذية المفضلة لديهم وفي أنماط ممارستها للنشاط البدني. وتسهم تلك التأثيرات، بشكل متزايد، في زيادة الوزن بشكل غير صحي مما يؤدي إلى زيادة مطردة في معدلات انتشار البدانة بين الأطفال. ٨. يمكن توقي البدانة باتباع نظام غذائي صحي. ٩. ممارسة النشاط البدني بانتظام من الأمور التي تساعد في الحفاظ على وزن صحي. ١٠. عكس اتجاه وباء البدانة العالمي يقتضي اتباع نهج سكاني ومتعدّد



٩٠ سنة من العطاء ومستمرّون في خدمة المرضى من كل لبنان

مشروع توسيع و تطوير



أحدث التقنيات الطبية



عراقة في الخدمات الطبية



- ١٩٦٩ أول مركز لغسيل الكلى في لبنان
- ١٩٨١ أول جهاز تصوير مقطعي في لبنان
- ١٩٨٨ أول جهاز لتفتيت البحص في لبنان
- ١٩٩١ أول جهاز للتصوير عبر الرنين المغناطيسي في لبنان
- ١٩٩٢ أول مركز لمعالجة الحروق في لبنان
- ١٩٩٦ افتتاح قسم التجميل وقسم علاج الامراض السرطانية للاطفال
- ٢٠١٣ تحول الى مستشفى جامعي بالتعاقد مع الجامعة اللبنانية
- ٢٠١٥ افتتاح مركز متخصص لمعالجة الضغط
- ٢٠١٦ افتتاح مركز متخصص لتشخيص الأمراض العصبية



تقليص نسبة البدانة في جنوب أفريقيا بمعدل ٢,٤ في المئة للنساء، و٣,٨ في المئة للرجال.

ورجحت دراسة أن جراحات إنقاص الوزن تعالج نصف الحالات المصابة بالفئة الثانية من داء السكري خمس سنوات على الأقل. ونشرت مجلة «لانسيت الطبية» نتائج تجربة أجريت على ٦٠ شخصاً. تضمنت عدم جدوى الأدوية المعالجة للسكري والأنظمة الغذائية وحدها في علاج الفئة الثانية من المرض. وقالت الدراسة إن جراحة إنقاص الوزن تقلل من ظهور عوارض السكري من خلال إنقاص الوزن وتغيير الطريقة التي تعمل بها الأمعاء.

ومن المعلوم ان العلاج الجراحي يوفّر التكلفة، إذ لا يحتاج المرضى لتناول أي عقاقير بعد إجراء الجراحة.»

ويقول الجراحون بكلية لندن الملكية: إنه لا بد من إتاحة الفرصة أمام المزيد من المرضى لإجراء عمليات جراحية لإنقاص الوزن لأنها لا زالت من الجراحات التي يستفيد منها عدد محدود للغاية من المرضى، والذين يحصلون على فرصة جديدة للحياة عقب الجراحة.

موضوع البدانة او الوزن الزائد هو ملف هذا العدد ٣٦ من «الصحة والانسان» الذي يتناول مفهومها، انتشارها عند الكبار وعند الصغار، خطورتها ووسائل علاجها ومن اهمها العمليات الجراحية المتنوعة المتبعة والمنفذة في لبنان بتقنية عالية.

القطاعات والتخصّصات يراعي الخصائص الثقافية السائدة. وتوفر خطة العمل التي وضعتها منظمة الصحة العالمية لتنفيذ الاستراتيجية العالمية لتوقي ومكافحة الأمراض غير السارية دليلاً تفصيلياً لوضع وتعزيز المبادرات الرامية إلى ترصد الأمراض غير السارية، بما في ذلك البدانة، وتوقّيها وتديبرها علاجياً.

إذا، لقد اتخذت البدانة أبعاداً وبائية في جميع أنحاء العالم، حيث باتت تقف، هي وفرط الوزن، وراء وفاة ما لا يقل عن ٢,٨ مليون نسمة كل عام. وأصبحت، بعدما كانت من سمات البلدان المرتفعة الدخل، تنتشر أيضاً في البلدان المنخفضة الدخل والبلدان المتوسطة الدخل.

تزايد معدلات فرط الوزن والبدانة

وبحسب تحقيق لمنظمة الصحة العالمية، نشرت نتائجه في كانون الثاني الماضي، أصبحت البدانة لدى الأطفال كابوساً متفجراً في البلاد النامية. فقد تضاعف عدد الأطفال من دون سن الخامسة من يعانون الوزن الزائد. وارتفع معدل البدانة بين سنتي ١٩٩٠ و٢٠١٤ من ٥,٤ ملايين إلى ١٠,٣ ملايين.

وأعلنت منظمة الصحة العالمية قبل عشر سنوات، البدانة مرضاً، غير أن السكان يجدون صعوبة في النظر إلى هذه الآفة على أنها مرض قاتل. وأشارت نتائج دراسة مجلة «بلوس وأن» العلمية سنة ٢٠١٤، إلى أن فرض ضريبة بنسبة ٢٠ في المئة على المشروبات المحلاة، من شأنه

