

## Účast' Šance pre pečeň na webinári Obezitologické dni 2020

Keďže kvôli pandémie Covid 19 sa tohtoročné Obezitologické dni nemohli konať prezenčne, organizátori zabezpečili aspoň dva webináre, ktoré sa majú konať 14.10.2020 a 21.10.2020.

Na webinári 14.10.2020, ktorý viedla prezidentka Obezitologickej sekcie Diabetologickej spoločnosti MUDr. Ľubomíra Fábryová, PhD., bolo odprezentovaných 8 prednášok (viď. priložený program), kde okrem iných mali prednášky aj nášmu združeniu veľmi dobre známe slovenské kapacity ako doc. MUDr. Peter Minárik, PhD., MSc. a prof. MUDr. Pavol Jarčuška, PhD. a ďalší.

Na úvod prof. MUDR. Marián Mokáň, DrSc. bol ocenený Sečanského cenou za jeho doterajšiu činnosť.

V prehľadovej prednáške porozprával o parametroch metabolického syndrómu, ako aj o aktivitách jeho tímu na JLF UK v Martine. Dozvedeli sme sa, že okrem klasických markerov, ktorými sú:

- **veľký obvod pásu** (ženy 89cm / muži 102cm)
- **vysoká hladina triglyceridov** (nad 1,7 mmol/l)
- **znížená hladina HDL cholesterolu** (menej ako - ženy 1,3 mmol/l / muži 1,04 mmol/l)
- **zvýšený krvný tlak (viac ako 135/85 mmHg)**
- **zvýšená hladina cukru v krvi nalačno** (viac ako 5,6 mmol/l)

bol objavený okrem klasických nový diagnostický marker – glykovaný hemoglobín (HbA1c). Zároveň upozornil na fakt, že na Slovensku v porovnaní s ostatnými európskymi krajinami je vysoké percento populácie s nízkou hladinou HDL cholesterolu (56%), pričom toto percento percento stúpa u mladších ľudí (18-29 rokov okolo 60%).

Téme bariatrickej/metabolickej (B/M) chirurgii sa venoval doc. MUDr. Pavol Holéczy, CSc., kde ma zaujalo porovnanie by-passu žalúdok-tenké črevo ku koronárnemu by-passu. kde podľa údajov v USA by-pass žalúdok-tenké črevo (ktorý je asi 5-krát lacnejší ako koronárny by-pass) by mohol byť ako prevencia budúceho koronárneho by-passu hlavne u mladších pacientov.

Ďalší prednášajúci mali svoje prednášky v súvislosti s aktuálnym ochorením COVID-19, kde práve obézni pacienti sú rizikovejší, nakolko vírus si hľadá útočisko/rezervoár v tukovom tkanive človeka. Zlá správa je, že sa nemusí jednať o vyložene obézneho pacienta, ale aj o človeka napr. so steatózou pečene.

MUDr. Ľubomíra Fábryová, PhD. Vo svojej prednáške upozornila na nárast nadmernej obezity u slovenských pacientov - cca 33 000 ľudí, čo je 1% dospeléj populácie, ako aj na vzrastajúci trend u detí a adolescentov. V Európe sa začali vytvárať centrá pre manažment obezity – COM, ale na Slovensku bohužiaľ takéto centrum ešte nie je založené.

MUDr. Peter Minárik, PhD., MSc, ktorý je aj hlavným autorom publikácie, na ktorej vydaní mala podiel aj Šanca pre pečeň „Diéta pri ochoreniach pečene“ nám predstavil, čo by mal obsahovať „zdravý tanier“ a ako by mala vyzeráť „zdravá pyramída“.

Ďalší prednášajúci nás upozornili na potrebu pohybu – stačí 30 min. denne „do spotenia“, pričom odporúčajú rýchlu chôdzu ako jeden z najprirodzenejších a najdostupnejších pohybov.

Záver patril prof. MUDr. Pavol Jarčuškovi, PhD., ktorý aj napriek jeho nesmiernej momentálnej vyťažnosti si našiel čas a informoval o aktuálne podávaných, ale aj skúšaných liekoch v terapii COVID-19 - remdesivir, dexamethazon, polyoxidonium, azoximer bromid, favipiravir,...

Čo je ale pre nás ako pacientov dôležité, to je potreba vitamínu D – keďže sú tu jesenné dni, bolo by dobre si ho dopĺňať v tabletkovej forme. Odporúčané dávkovanie je začať 4 000 IU/denne a pokračovať udržiavacou dávkou 2 000 IU/deň.