

Ожирение – хроническое заболевание, характеризующееся патологически избыточным накоплением жира в организме. Высокая распространенность ожирения ставит это заболевание в большинстве развитых стран в разряд социальных проблем.

Лечить больных с ожирением очень сложно. Известно, что более 80% больных восстанавливают исходную массу тела через 3–6 месяцев после окончания курса лечения. Однако бороться с ожирением необходимо, так как снижение массы тела всего на 5–10% достоверно уменьшает инсулинорезистентность, риск развития осложнений и сопровождается улучшением общего состояния.

Основными методами борьбы с ожирением являются диетотерапия, физические нагрузки и модификация пищевого поведения, дополнительными – прием лекарственных препаратов, биологически активных добавок к пище, хирургическое лечение.

В лечении ожирения можно выделить две фазы: похудения и поддержания достигнутых результатов. Наиболее успешной является первая фаза, во время которой пациенты мобилизуют силу воли и худеют. Как только образ жизни и питания возвращаются к исходным позициям, потерянные килограммы набираются вновь. В связи с этим большое внимание со стороны врача должно быть уделено фазе поддержания достигнутых результатов. Излечить от ожирения невозможно, поэтому лечение следует проводить пожизненно.

Лечение любого вида ожирения невозможно без диетотерапии. Диета разрабатывается для конкретного больного индивидуально с учетом его личностных, национальных, профессиональных и других особенностей.

Типовой совет следовать диете, как правило, не приносит успеха, так как воспринимается больным как краткосрочный. Если заставить больных резко изменить свои пищевые привычки, они будут плохо придерживаться таких рекомендаций, чувствовать неудовлетворенность и раздражение и, в конечном итоге, вновь прибавят в весе.

Рекомендуется постепенное, длительное изменение характера питания, пищевых привычек, а не временное ограничение употребления определенных продуктов.

Актуальность программы обусловлена необходимостью совершенствования врачами гастроэнтерологами, терапевтами, общей врачебной практики, кардиологами, диетологами, нефрологами, эндокринологами, а также по специальности лечебное дело теоретических знаний в вопросах диетотерапии и практических умений обследования больных с ожирением, оценке состояния питания, составления плана лечебного питания.

Продолжительность обучения: 36 часов.

Форма обучения: очно-заочная (с применением дистанционных образовательных технологий). Дистанционная часть обучения включает самостоятельное изучение материала слушателями по разделу "Общие вопросы питания здорового и больного человека", а также выполнение входящего и итогового тестирования для контроля знаний.