



## Połowa Polaków choruje na otyłość

Aż 46 proc. kobiet i 64 proc. mężczyzn w Polsce choruje na nadwagę i otyłość. To największa i najbardziej wykluczona grupa społeczna, która na co dzień spotyka się z powszechną i co gorsza publicznie akceptowaną dyskryminacją. Chorzy są bezkarnie obrzucani wyzwiskami, obrażani, traktowani jako gorsi przez lekarzy i pracodawców. Z okazji przypadającego 22 maja Europejskiego Dnia Walki z Otyłością, Magdalena Gajda, Społeczny Rzecznik Praw Osób Chorych na Otyłość i Prezes Fundacji Osób Chorych na Otyłość OD-WAGA apeluje - *Otyłość to choroba. Chorzy na nadwagę i otyłość zasługują na szacunek innych ludzi i wsparcie instytucjonalne.*

### Otyłość to nie styl życia

W Polsce wciąż dominuje „life-stylowe” podejście do otyłości. Widoczne jest to nie tylko w mediach i przekazach reklamowych, ale także w opracowaniach badawczych. W 2012 r. Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego opublikował raport pt. „Sytuacja zdrowotna ludności Polski i jej uwarunkowania”. Nadwadze i otyłości poświęcono tam trzy strony, z czego połowę treści stanowiły wykresy. Autorzy raportu nazwali nadwagę i otyłość „problemem zdrowotnym związanym ze stylem życia”.

- Tymczasem otyłość to skomplikowane schorzenie metaboliczne. Jedna z największych, najgroźniejszych i wciąż mało rozpoznanych chorób zagrażających zdrowiu i życiu, dodatkowo prowadząca do wielu innych ciężkich schorzeń, m.in. nadciśnienia tętniczego, cukrzycy typu II, nowotworów, niepłodności. Za powstawanie otyłości odpowiedzialne są hormony, których zadaniem jest przesyłanie do mózgu sygnałów o głodzie i sytości, a najważniejszym z nich jest **grelina**. To właśnie destabilizacja pracy tych hormonów wywołuje główny objaw choroby, czyli fizyczny głód – wyjaśnia prof. **Mariusz Wyleźół**, chirurg bariatra, Kierownik Kliniki Chirurgii Wojskowego Instytutu Medycyny Lotniczej w Warszawie.

Otyłość wpisano na listę chorób Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) w 1996r., ale znana jest od wieków. Przez setki lat narosło też wokół niej wiele mitów, które obecnym chorym utrudniają, albo wręcz uniemożliwiają normalne, godne życie, skuteczne leczenie i akceptację społeczną.

- To co przeraża w chorobie, to jej nieprzewidywalność. Otyłość może „dopaść” każdego bez względu na wiek, płeć, wykształcenie, status społeczny i materialny. W wielu przypadkach, z niewyjaśnionych powodów doprowadzenie do redukcji masy ciała i utrzymanie jej jest bardzo trudne lub niemożliwe – mówi prof. Wyleźół.



## Kto się zajmie chorym na otyłość?

Efektywne leczenie choroby otyłości utrudnia w Polsce nie tylko postrzeganie jej jako wyłącznie zaniedbania „żywieniowo-ruchowego”, ale przede wszystkim brak lekarzy specjalistów tzw. obesitologów (obesity – z ang. otyłość) leczących nadwagę i otyłość kompleksowo, przy wsparciu specjalistów ds. żywienia, psychologów i fizjoterapeutów.

- *Chore nerki wyleczy nefrolog. Złamaną nogą zajmie się ortopeda. A chorzy na nadwagę i otyłość nie mają do kogo pójść. Trafiamy więc do internistów, lekarzy rodzinnych, którzy albo nie wiedzą o otyłości nic, albo mało. Zarzucają nam, że „sami doprowadziliśmy się do takiego stanu”, zalecają „mniej jeść” nie wskazując jak mamy walczyć z głodem i jak odżywiać się, gdy go w ogóle nie czujemy, albo kwitują naszą chorobę milczeniem. A ponieważ stale słuchamy komentarzy: weź się za siebie, odchudź się, zobacz jak koszmarnie wyglądasz, „leczymy” się sami „dietami-cud” lub, co gorsza, nielegalnymi, niebezpiecznymi dla zdrowia środkami - mówi **Magdalena Gajda**, Społeczny Rzecznik Praw Osób Chorych na Otyłość i Prezes Fundacji Osób Chorych na Otyłość OD-WAGA.*

Skierowanie chorego na otyłość do specjalisty ds. żywienia też nie rozwiązuje problemu. – *Dietetycy nie mają kompleksowej wiedzy na temat wszystkich metod leczenia otyłości, w tym o zabiegach chirurgicznych. Co ważniejsze, za ich porady trzeba dodatkowo płacić, nie ma ich w koszyku podstawowych świadczeń. Leczenie nadwagi i otyłości, trwa latami. Chory uczy się obserwować i analizować reakcje organizmu na różne składniki odżywcze i modyfikować dietę. To się czasem wiąże z dwiema, trzema konsultacjami w miesiącu. Jedna kosztuje od 50-80 zł i więcej. Wielu chorych na otyłość po prostu nie stać na leczenie u dietetyka – mówi Magdalena Gajda.*

W lutym br. Gajda złożyła wniosek do Rzecznika Praw Obywatelskich o przeprowadzenie pierwszych w Polsce badań dotyczących dyskryminacji osób chorych na nadwagę i otyłość w obszarze opieki zdrowotnej. Wniosek przygotowała na podstawie własnych doświadczeń oraz skarg, które spływały do niej z całej Polski. Osoby chore głównie kierowały zarzuty pod adresem placówek służby zdrowia i ich personelu. Dominowały wśród nich: odmowa wykonania badania dotykowego u pacjenta chorego na nadwagę lub otyłość, odmowa leczenia schorzenia wyjściowego czyli otyłości oraz podjęcia leczenia innych schorzeń „dopóki pacjent nie schudnie”, a także brak podstawowego i specjalistycznego sprzętu diagnostycznego i medycznego dostosowanego do potrzeb osób chorych na nadwagę i otyłość. Jak się okazuje nagminnie wręcz jest stosowanie przez lekarzy porównania sytuacji osoby chorej na otyłość do sytuacji więźniów obozów koncentracyjnych poprzez stwierdzenie: „W Oświęcimiu grubych nie było”.

Z ponad 90 wniosków Rzecznik Praw Obywatelskich wybrał 4 tematy badawcze. Wniosek Społecznego Rzecznika Praw Osób Chorych na Otyłość nie przeszedł. - *Na nadwagę i otyłość choruje już połowa społeczeństwa. Naszą chorobę dobrze widać, a mimo to wciąż jesteśmy niewidzialni. W kwietniu odwiedziłam pacjentkę o wadze ok.*



200 kg mieszkającą w jednym z miast na wschodzie kraju. Dowiedziałam się, że w jej bloku są jeszcze dwie panie, które ze względu na otyłość nie wychodzą już z domu. Jeśli nikt nas nie dostrzeże, obawiam się, że o wielu chorych na otyłość olbrzymią dowiemy się wówczas, gdy firmy pogrzebowe zaczną żądać podwójnych stawek za ich pochówek - komentuje Magdalena Gajda.

### Walcz o swoje prawa z OD-WAGĄ!

Na początku roku w mediach pojawiła się informacja o chorym na otyłość olbrzymią o wadze ok. 300 kg. Wtedy Społeczny Rzecznik Praw Osób Chorych na Otyłość po raz pierwszy podał publicznie swój adres e-mail. W ciągu trzech dni przyszło na niego ponad 300 listów od chorych na otyłość.

– *Wielu opowieści nie byłam w stanie udźwignąć jako człowiek. Zamykanie lodówek, głodzenie, karmienie chlebem i wodą, molestowanie seksualne, bicie, publiczne upokarzanie, gwałty...* - mówi Magdalena Gajda. – *W każdym z listów bezsilność, żal, że nie ma się komu poskarżyć, że nikt nie rozumie i podziękowanie, że ktoś miał odwagę mówić głośno o dyskryminacji osób chorych na otyłość. Przekonałam się, że moja Fundacja Osób Chorych na Otyłość OD-WAGA przyjęła dobrą nazwę.*

Bo OD-WAGA to śmiałość w walce o szacunek i respektowanie praw człowieka, pacjenta, praw obywatelskich chorych na otyłość. Bo OD-WAGA to wskazanie na konieczność walki z chorobą. **Fundacja OD-WAGA działa pod hasłem: „Nie jesteś grubasem. Jesteś chory na otyłość”.** Celem organizacji jest m.in. informowanie o prawdziwych przyczynach powstawania choroby otyłości oraz o wiarygodnych i bezpiecznych dla zdrowia i życia metodach jej leczenia, zwalczanie stereotypów społecznych w postrzeganiu otyłości i chorych na otyłość, doprowadzenie do wprowadzenia w Polsce wielodyscyplinarnego systemu diagnozowania, leczenia i rehabilitacji osób chorych na nadwagę i otyłość – systemu realizowanego w ramach podstawowych świadczeń medycznych i socjalnych.

- *Chcę, aby mnie dobrze zrozumiano. Ani ja, ani Fundacja OD-WAGA nie domagamy się dla chorych na otyłość specjalnych praw. Chcemy dla nas praw równych. Odnalezienia nas i wsparcia w obecnym systemie opieki medycznej i socjalnej, przestrzeni publicznej, rynku pracy etc. Nikt mnie nie przekona, że staranie się, aby pacjent z wagą ok. 300 kg leżał w szpitalu na łóżku, a nie na podłodze to walka o szczególny przywilej dla niego –* mówi Magdalena Gajda.

---

#### **Kontakt:**

#### **Fundacja Osób Chorych na Otyłość OD-WAGA**

Magdalena Gajda, Społeczny Rzecznik Praw Osób Chorych na Otyłość

Tel. 601 251 256, e-mail: [rzecznikotylych@gmail.com](mailto:rzecznikotylych@gmail.com)

[www.od-waga.org.pl](http://www.od-waga.org.pl), [www.rzecznikotylych.pl](http://www.rzecznikotylych.pl)



## Informacje dodatkowe

### **Wszystkiemu winna grelina – to ona rozkazuje: jedz!**

Nadmierne pokłady tkanki tłuszczowej to najbardziej widoczna oznaka otyłości, ale to tylko efekt uboczny tej choroby.

- *Za powstawanie otyłości odpowiedzialne są hormony, których zadaniem jest przesyłanie do mózgu sygnałów o głodzie i sytości. Głównym jest **grelina**, wydzielana przez komórki znajdujące się w ściankach żołądka. To właśnie destabilizacja pracy tych hormonów wywołuje główny objaw choroby, czyli fizyczny głód – tłumaczy prof. Mariusz Wyleżół.*

Mechanizm choroby otyłości jest prosty. Przychodzimy na świat z układem pokarmowym nie przystosowanym do przyjmowania jedzenia z zewnątrz. Kolejne etapy karmienia (mleko matki, zastępcze, inne napoje, papki, pokarmy stałe) służą zaadaptowaniu układu trawiennego do działania w nowych warunkach. W tym czasie tworzy się także system wydzielania greliny i innych hormonów głodu/sytości, a sprzyja temu regulacja pór i wielkości posiłków. To właśnie w tym czasie najłatwiej zakłócić pracę greliny poprzez zwykłe przekarmianie dziecka.

Znamy już ok. 50 czynników, które destabilizują pracę greliny, ale według naukowców może być ich nawet kilkaset. Najważniejsze to: nieprawidłowe odżywianie, niska aktywność fizyczna, inne schorzenia i leki przyjmowane podczas ich leczenia, zmiany hormonalne dokonujące się w organizmie np. podczas ciąży, zaburzenia genetyczne i emocjonalne (stres, depresja, lęki).

- *Ale nieprawidłowe odżywianie, to nie tylko jedzenie posiłków zbyt dużych, ale zbyt bogatych w tłuszcze, cukry i węglowodany. Pracę greliny można zakłócić jedząc produkty wysoko przetworzone, z konserwantami, barwnikami, polepszaczami, albo podjadając przekąski, czy podczas 7 dniowych wczasów all inclusive z pełnym wyżywieniem, kiedy sobie „nie załujemy” jedzenia - mówi prof. Mariusz Wyleżół.*

Pod wpływem jednego lub wielu czynników, grelina „wariuje”, bo nie wie, czy jesteśmy syty czy nie. Na wszelki wypadek, wysyła więc do mózgu sygnał: organizm jest głodny, trzeba go nasycić, bo przestanie działać. Zdarza się, że okresowo nie przysyła tego sygnału wcale, albo – w skrajnych przypadkach – śle go ciągle.



## Informacje dodatkowe

### Weightism – dyskryminacja ze względu na nadwagę i otyłość

Forma dyskryminacji skierowana wobec osób chorych na nadwagę i otyłość, bez względu na ich wiek, płeć, rasę, pochodzenie, poziom wykształcenia, zawód, pozycję społeczną, wyznawaną religię i kulturę, z której się wywodzą.

### Formy dyskryminacji osób chorych na nadwagę i otyłość:

1. patrzenie wzrokiem pełnym odrazy i obrzydzenia;
2. werbalne – używanie przezwisk, obelg, nazw ośmieszających i upokarzających;
3. fizyczne – zastraszanie, szturchanie, potrącanie, bicie, inne zachowania agresywne;
3. sytuacyjne – doprowadzanie do sytuacji upokarzających i szykanujących;
4. prawne – pomijanie tej grupy chorych w ustawodawstwie;
5. technologiczne, architektoniczne i społeczne.

### Najczęstsze przejawy weightizmu w Polsce:

1. nękanie psychiczne przez bliskich, znajomych i osoby obce – wypominanie choroby;
2. obrzucanie wyzwiskami i obelgami;
3. publiczne ośmieszanie – także w mediach, filmie, teatrze, kabarecie, reklamie;
4. W placówkach służby zdrowia:
  - odmowa zbadania chorego na nadwagę i otyłość przez lekarza;
  - odmowa podjęcia leczenia innych schorzeń poza otyłością „*dopóki pacjent nie schudnie*” w sytuacji, gdy nadwaga i otyłość nie wiążą się z danym schorzeniem;
  - odmowa wykonania zabiegu ze względu na nadwagę i otyłość, choć nie zagraża on zdrowiu i życiu pacjenta;
  - brak odpowiedniego sprzętu do diagnostyki, leczenia, opieki i rehabilitacji pacjentów chorych na nadwagę i otyłość – np. wag z odpowiednio wysokim zakresem pomiaru, ciśnieniomierzy z szerokimi mankietami, wzmocnionych stołów operacyjnych i łóżek;
  - odmowa wykonania podstawowych i specjalistycznych badań diagnostycznych ze względu na brak odpowiedniego sprzętu;
  - poniżające traktowanie przez lekarzy i personel medyczny;
  - porównywanie sytuacji chorego na nadwagę i otyłość do sytuacji więźnia obozu koncentracyjnego – „*w Oświęcimiu grubasów nie było*” – użycie takiego lub podobnego stwierdzenia, to jawne nakłanianie do ludobójstwa, do masowej eksterminacji osób chorych na nadwagę i otyłość.
5. Na rynku pracy:
  - odmowa przyjęcia do pracy pracownika ze względu na jego nadwagę i otyłość;
  - pomijanie przy rozdzielaniu bardziej odpowiedzialnych zadań, awansów i kierowaniu na szkolenia;
  - uzależnianie przydzielenia bardziej odpowiedzialnych zadań, awansu lub skierowania na szkolenia od tego czy pracownik schudnie i w jakim czasie;



Fundacja Osób Chorych na Otyłość **OD-WAGA**

Al. Dworków 20/67, 02-157 Warszawa tel. +48 518 500 816 ■ www.rzeczniokotylich.pl ■ www.od-waga.org.pl ■ KPS: 0000507631

- obarczanie pracownika chorego na nadwagę i otyłość zadaniami, które nie należą do jego obowiązków, a których, ze względu na swoją chorobę nie może wykonać dostatecznie dobrze i sprawnie;
- separowanie osób chorych na nadwagę i otyłość od klientów, kontrahentów etc. – jako osób „mniej reprezentacyjnych”, „wpływających źle na wizerunek firmy”;
- odmowa dostosowania stanowiska pracy do potrzeb pracownika chorego na nadwagę i otyłość;
- krytykowanie odżywiania i stylu życia pracownika chorego na nadwagę i otyłość.

#### 6. W przestrzeni publicznej:

- brak odpowiednich krzeseł i siedzisk w: urzędach, kinach, środkach komunikacji itp.;
- brak odpowiednio szerokich łóżek w wagonach sypialnych;
- tworzenie specjalnego sektora w sklepie z odzieżą w rozmiarze powyżej 44;
- żądanie zapłaty za dodatkowe miejsce w samolotach.