

Praha 30.1.2004

3

Světové šetření o zdraví (5. díl)

Úvod k rizikovým faktorům zdraví. Nadváha a obezita.

Cílem zdravotnických systémů je především zlepšování zdraví populace. To zahrnuje nejen léčbu, ale zároveň aktivní předcházení negativním důsledkům nemocí nebo zhoršenému zdravotnímu stavu, čili prevenci. K provádění prevence je třeba mít přehled o zdravotních rizicích, jak jsou tato rizika v populaci rozšířena a jaká opatření lze realizovat k jejich eliminaci. Na zdraví člověka má pozitivní či negativní vliv mnoho nejrůznějších faktorů sociálních, kulturních, ekonomických, environmentálních, behaviorálních, biologických i jiných, jejichž účinky se mohou vzájemně eliminovat nebo naopak posilovat. Rizikové faktory zdraví jsou takové atributy, charakteristiky nebo vlivy, které zvyšují pravděpodobnost vzniku onemocnění. Negativní působení rizikových faktorů na vznik onemocnění nebo jinak zhoršené zdraví, se projevuje s časovým odstupem, který je u každého faktoru jiný. Posuzování vztahu rizikových faktorů ke zdraví je proto v rámci průřezového šetření omezené, avšak výsledky o jejich rozložení lze využít k předpovědi budoucího zdraví populace.

Do Světového šetření o zdraví, shromažďujícího údaje od obyvatel, byly zahrnuty faktory vycházející ze zjišťování základních biometrických veličin, životního stylu a prostředí, ve kterém domácnosti respondentů žijí. Tyto faktory pokrývají významnou část nejrozšířenějších rizikových faktorů podle vlivu na zdraví tak, jak byly publikovány ve *World Health Report 2002*. Při výběru faktorů bylo použito následujících kritérií:

- vysoký dopad na nemocnost a úmrtnost u nepřenositelných onemocnění;
- jejich rozšíření může být ovlivňováno účinnou primární prevencí (tj. ve fázi před vznikem onemocnění);
- mohou být spolehlivě zjišťovány a přinášet co možná nejplatnější výsledky.

Do tohoto šetření byly zahrnuty otázky zjišťující rozšíření těchto rizikových faktorů:

- nadváha a obezita
- kouření tabáku
- nadměrná spotřeba alkoholu
- nevhodná výživa (nedostatečná konzumace ovoce a zeleniny)
- nedostatečná fyzická aktivita
- rizikové faktory životního prostředí (omezený přístup k pitné vodě a základnímu hygienickému vybavení a znečištění vzduchu používáním pevných paliv).

V následujících aktuálních informacích budou popsány výsledky o rozšíření jednotlivých rizikových faktorů v populaci České republiky a vztah těchto faktorů k socio-demografickým charakteristikám respondentů. Celkové hodnoty ukazatelů je nutné brát jako předběžné a platné pouze pro tento výběrový soubor, neboť výpočty jsou zatím provedeny bez použití dopočetů chybějících hodnot a výběrových vah. Provedení dodatečných přepočtů ukazatelů ovšem neovlivní získaná zjištění týkající se vztahu mezi socio-demografickými faktory a ukazateli zdraví či životního stylu. Při analýzách bude přihlédnuto k věku a pohlaví, které jsou při zkoumání zdravotních témat základními určujícími a vysvětlujícími faktory. Do této zprávy přikládáme první z výsledků o rozšíření rizikových faktorů týkající se nadváhy a obezity.

Nadváha a obezita

Nadváha nebo obezita, způsobená ukládáním nadměrného množství tuku v těle, je bezpochyby jedním z nejrozšířenějších a bohužel i nadále se rozšiřujících rizikových faktorů zdraví. Rozšíření nadváhy a obezity souvisí s hospodářským rozvojem společnosti a z toho vyplývajících změn životního stylu, který s sebou přináší vyšší konzumaci energeticky bohaté stravy v protikladu ke snižující se tělesné aktivitě. Nadváha vede k metabolickým poruchám projevujících se zvýšeným krevním tlakem a hladinou tuků v krvi, které pak společně působí jako významné faktory zejména při vzniku chorob srdce a cukrovky druhého typu, ale i dalších závažných onemocnění.

Výskyt nadváhy a obezity bývá nejčastěji určován pomocí indexu tělesné hmotnosti (Body Mass Index), který je silně korelován s množstvím tělesného tuku. Tento index se spočte jako podíl hmotnosti v kilogramech a druhé mocniny výšky v metrech:

$$BMI = \frac{\text{hmotnost v kilogramech}}{(\text{výška v metrech})^2}$$

V literatuře se lze setkat s různým vymezením hranic podváhy, normální váhy, nadváhy a obezity založené na hodnotách BMI. Podváha bývá uvažována pro BMI menší než některá z hodnot 18 nebo 20, dolní hranice normální váhy bývá nejčastěji vymezena hodnotami 18,5 nebo 20 a horní hranice hodnotami 25 nebo 27, za nadváhu se berou hodnoty BMI od 25 nebo 27 a obezita bývá stanovena pro BMI větší nebo roven hodnotě 30 (dále se rozlišují ještě 3 stupně obezity). V tomto šetření spadají do rizikové skupiny „nadváha“ osoby s hodnotou BMI větší nebo rovno 25 a do skupiny „obezita“ osoby s hodnotou tohoto indexu větší nebo rovno 30 kg/m².

V našem dotazníku jsme dotazovali respondenty na jejich hmotnost a výšku. Co se týká získaných výsledků, tak již dříve bylo prokázáno, že lidé spíše podhodnocují svou hmotnost a nadhodnocují svou výšku. Výsledky je tak vhodné brát spíše jako dolní hranici skutečného výskytu nadváhy a obezity v populaci.

Průměrná výška mužů v souboru byla 177,5 cm a žen 165,3 cm, průměrná hmotnost mužů byla 84,3 kg a žen 69,2 kg. Index tělesné hmotnosti dosahoval v průměru hodnoty 26,8 kg/m² u mužů a 25,4 kg/m² u žen. Všechny rozdíly mezi hodnotami mužů a žen byly statisticky významné. U mužů i žen je patrné zvyšování BMI spolu s věkem, které se zastavuje okolo 60 let věku.

Podle výsledků žily s nadváhou asi dvě třetiny mužů a polovina žen. Obezita byla zjištěna u zhruba jedné pětiny mužů i žen. Podíl osob s nadváhou i obezitou se s věkem zvyšoval až někde k věku 60 let a v nejvyšších věkových skupinách opět klesal. Poloviční podíl obézních osob byl zjištěn ve velkých městech (nad 50 000 obyvatel), především pak v Praze. Méně osob s nadváhou bylo opět ve velkých městech (zejména u žen). Podíl

obézních žen nebo žen s nadváhou klesá s rostoucím vzděláním. U mužů tato závislost není příliš patrná. Méně obézních mužů je mezi těmi, kteří mají alespoň maturitu.

Nadváha a obezita

Věková skupina roky	Muži			Ženy		
	Průměrný BMI kg/m ²	Podíl osob s nadváhou %	Podíl osob s obezitou %	Průměrný BMI kg/m ²	Podíl osob s nadváhou %	Podíl osob s obezitou %
18 - 29	24,2	37,7	5,9	21,2	12,1	0,0
30 - 44	26,7	63,0	16,8	24,3	35,2	10,4
45 - 59	28,2	76,1	32,6	27,2	67,4	29,7
60 a více	27,6	76,5	27,0	27,2	66,2	25,7
Celkem	26,8	64,5	20,9	25,4	49,0	18,3

Zdroj: WHS (ÚZIS ČR)

Zjištěné výsledky korespondují s výsledky jiných šetření provedených na území České republiky (v tomto šetření byl zaznamenán vyšší podíl mužů s nadváhou nebo obezitou) a dokládají nepříznivou skutečnost o vážných zdravotních rizicích pro českou populaci.

Vypracoval: Ing. Jakub Hrkal