



OTYŁOŚĆ



Pracownia Opieka Zdrowotna w Siedlcach

OTYŁOŚĆ

Nazywana **EPIDEMIA** XXI w.

Znacząco zwiększa ryzyko zapadalności na niektóre choroby, w tym:

- zawał serca
- udar mózgu
- nadciśnienie tętnicze
- cukrzycę typu 2



OTYŁOŚĆ

Znacząco zwiększa ryzyko zapadalności na niektóre choroby, w tym:

- obturacyjny bezdech senny
- niektóre typy nowotworów
- zapalenie kości i stawów



OTYŁOŚĆ



Wyjątkowo duża otyłość prowadzi do:

- niepełnosprawności**
- gorszej sprawności seksualnej**

- obniżenia samopoczucia i skrócenia życia**



OTYŁOŚĆ

JAK SIĘ CHRONIĆ ?



Podstawą są

- świadomość problemu



OTYŁOŚĆ



JAK SIĘ CHRONIĆ ?

- zrównoważona dieta



- zmiana stylu życia

OTYŁOŚĆ

Inne metody leczenia:

**farmakologiczne i chirurgiczne
są tylko dodatkiem.**



OTYŁOŚĆ

**Kto z nas świadomie
chce sobie szkodzić?**

...to zrób coś z tym !



**Więcej na ten temat
na naszej stronie
internetowej**

- Strefa pacjenta