

Nowotwory	<ul style="list-style-type: none"> - przełyku - jelita cienkiego - okrężnicy - odbytnicy - wątroby - pęcherzyka żółciowego - trzustki - nerek - białaczka - szpiczak - chłoniak - u kobiet: endometrium, szyjki macicy, jajnika, piersi (po menopauzie) - u mężczyzn: prostaty
Zmiany kostno-stawowe (kolan) i bóle stawów	
Choroby przewodu pokarmowego	<ul style="list-style-type: none"> - kamica żółciowa - niealkoholowa stłuszczeniowa choroba wątroby (NAFLD) - stłuszczeniowe zapalenie wątroby - refluks żołądkowo-przełykowy - przepuklina
Nietrzymanie moczu	
Zaburzenia płodności	<ul style="list-style-type: none"> - nieregularność miesiączek, bezpłodność, hirsutyzm - zespół policystycznych jajników, poronienia - cukrzyca, nadciśnienie, rzucawka ciążowa - nieprawidłowości płodu - zaburzenia porodu, cięcia cesarskie
Inne	<ul style="list-style-type: none"> - idiopatyczne nadciśnienie wewnątrzczaszkowe - białkomocz, zespół nerczycowy - zakażenia skórne - obrzęk limfatyczny - powikłania anestetyczologiczne - choroby okołozębowe
Konsekwencje psychologiczne i społeczne	<ul style="list-style-type: none"> - niska samoocena - lęk i depresja - napiętnowanie - dyskryminacja w zatrudnieniu, zarobkach, trudności z zaakceptowaniem przez kolegów

Tab. 7.1. RYZYKO ZDROWOTNE I POWIKŁANIA OTYŁOŚCI.

Prawidłowe wartości BMI znajdują się w przedziale między 18,5 a 25.

Nadwaga rozpoznawana jest wtedy, gdy wartość BMI przekracza 25, a otyłość – gdy BMI przekracza 30.

Warto jednocześnie podkreślić, że sam wskaźnik BMI nie jest wystarczający, aby jednoznacznie określić stan fizyczny pacjenta, do tego niezbędna jest ocena zawartości tkanki tłuszczowej, gdyż masa ciała może zależeć również od ilości mięśni.

U dzieci poniżej 5. rż. do określenia prawidłowości masy ciała stosowane są siatki centylowe. Nadwaga rozpoznawana jest u dzieci, które przekraczają 2. centyl na siatkach wagowych, otyłość – u dzieci przekraczających 3. centyl. Do oceny należynej masy ciała mogą posłużyć wzór Broca–Brugsha oraz wzór Lorenza.

BMI (kg/m ²)	KLASYFIKACJA OTYŁOŚCI
< 18,5	niedowaga
18,5–24,9	norma
25,0–29,9	nadwaga
30,0–34,9	otyłość I°
35,0–39,9	otyłość II°
≥ 40,0	otyłość III° (olbrzymia)

Tab. 7.2. KLASYFIKACJA OTYŁOŚCI WEDŁUG WHO.

Wzór Broca–Brugsha

$$\text{Należyne masa ciała (kg)} = \text{wysokość ciała (cm)} - x$$

x – 100 dla wzrostu 155–164 cm

x – 105 dla wzrostu 165–174 cm

x – 110 dla wzrostu 175–184 cm

x – 115 dla wzrostu powyżej 185 cm

Wzór Lorenza dla kobiet

$$\text{Należyne masa ciała} = [\text{wzrost (cm)} - 100] - \{[\text{wzrost(cm)} - 150]/2\}$$

Przekroczenie 20% należynej masy ciała świadczy o otyłości.

Do oceny ryzyka utraty zdrowia wskutek rozwoju otyłości mogą posłużyć obliczenia dotyczące rozmieszczenia nadmiaru tkanki tłuszczowej na ciele. Stosuje się wtedy wskaźnik WHR, czyli wskaźnik określający stosunek obwodu talii do obwodu bioder. Prawidłowy obwód talii ma duże znaczenie, zwłaszcza dla kobiet. Jeśli opisywany wskaźnik wynosi u nich powyżej 0,8, a u mężczyzn powyżej 1,0, świadczy to o nadmiernym nagromadzeniu tkanki lipidowej w jamie brzusznej.

Prawidłowy obwód talii u kobiet nie powinien przekraczać 80 cm, a u mężczyzn 94 cm. Jeśli jego wartości wynoszą odpowiednio 88 cm i 102 cm, powinno się rozpocząć terapię dietetyczną.