

# Диабет больше не приговор

**Тверские медики научились «усыплять» сахарный диабет и спасать людей от ожирения**

В Тверской области зарегистрировано 16 тысяч человек, страдающих ожирением. Официальная цифра, считает кандидат медицинских наук, доцент и хирург высшей категории Тверской областной клинической больницы Валерий Силаев, не соответствует реальности. Многие просто не обращаются с проблемой лишнего веса в больницу, ведь до поры таких людей ничего не беспокоит и они не видят в своих 100 с лишним килограммах проблемы. Но это временно, убежден специалист. Ожирение таит много подводных камней, начиная от проблем с сахарным диабетом второго типа и заканчивая онкологией и поврежденными суставами, и они неизбежно дадут о себе знать. Однако многие болезни и даже диабет можно компенсировать с помощью бариатрической хирургии. Валерий Силаев рассказал нашему журналисту о том, кому поможет операция по снижению веса, кто — не самые лучшие пациенты и почему близкие бывают не рады похудению человека

**«Ожидаемая продолжительность жизни больных с ожирением сокращается на 9 лет для женщин, на 12 лет — для мужчин»**

**— Ожирение — проблема для жителей Тверской области?**

— Ожирение — это проблема во всем мире. Людей на планете с таким диагнозом достаточно количество — около двух миллиардов из семи. При этом, если брать Россию, мы являемся далеко не лидерами, у нас людей с лишним весом примерно 50%, а 30% страдают самым настоящим ожирением. В нашей стране женщин с ожирением больше (30%), чем мужчин (19-20%). Существует верхнее и нижнее ожирение — типы фигуры «яблоко» и «груша». Наиболее опасно верхнее ожирение (тип «Яблоко»), встречающееся чаще всего у мужчин. Как правило, такое ожирение способствует развитию других болезней, в том числе онкологических заболеваний, сахарного диабета, ишемической болезни сердца.

**«Бариатрия — медицинская процедура, это не шеллак на ногти нанести»**

**— Что способствует ожирению?**

— Набору веса служат переизбыток калорий, низкая физическая активность, алкоголь, сидячий образ жизни и генетическая предрасположенность к ожирению. Основная причина — мы потребляем больше калорий, чем расходует. Сейчас еда в избытке, она калорийная, энергетически емкая, принимается в больших количествах, все это складывается и не утилизируется, превращаясь в жир. А чем полнее человек, тем выше риск заработать, например, рак молочной железы, почки или толстой кишки.

левания, бесплодие, грыжу и многие другие.

Есть несколько способов лечения ожирения — от разнообразных диет и психотерапии до сложных и высокотехнологичных операций. Мы работаем с теми пациентами, которые самостоятельно не могут похудеть, но у которых есть сильное желание избавиться от своего недуга. Способ выбираем в зависимости от степени ожирения, привычек питания, поведения, сопутствующих болезней. Один из вариантов — установка внутрижелудочного

большая часть желудка. Опять-таки человек начинает меньше есть, так как наедается быстрее, объем еды составляет 100-150 мл за один присест.

Третий способ — гастропунтирование и билиопанкреатическое шунтирование — сложная комбинированная операция, при которой происходит уменьшение объема желудка и реконструкция тонкой кишки, в верхней области желудка создается «малый желудочек» объемом не более 20-30 мл и соединяется с тонкой кишкой. Компенсация

шинстве случаев спустя два месяца после хирургического вмешательства требуется отмена инсулина и сахароснижающих препаратов практически до минимума при лабораторно подтвержденной нормализации сахара крови. Если пациент будет усердствовать в еде и наберет вес — диабет, к сожалению, вернется.

Сахарный диабет второго типа — это заболевание, которое связано с тем, что своего инсулина недостаточно, но организм его не воспринимает и не может повлиять на снижение глюко-

ческими бляшками, которые и перекрывают сосуды. Поэтому если вы видите людей с отрезанными ногами, слепых, на хроническом гемодиализе, то есть у которых не работают почки, перенесших инфаркт и инсульт, — зачастую это и есть последствия длительно текущего сахарного диабета.

Диабет — проблема всей нации, она должна волновать не только врачей-эндокринологов. Получается, что общество само формирует большое количество людей-инвалидов. У нас в



**— А спорт не помогает в случае ожирения?**

— В спортзалах мы можем наблюдать людей с ожирением, но они ходят туда недолго, потому что не видят быстрого результата. А для людей с весом 140-150 кг занятия спортом просто травмоопасны.

**«Здоровье нации определяется здоровьем весом»**

**— И какова ваша методика лечения?**

— Справившись с лишним весом, можно значительно улучшить «сцепленные» с ожирением болезни: сахарный диабет второго типа, артериальную гипертонию, ишемическую болезнь сердца, профилактировать онкологические забо-

баллона, шара из медицинской силиконовой резины. В этом случае человек теряет 20-30% избыточной массы тела. Шар через пищевод помещают в желудок, после чего заполняют жидкостью под контролем эндоскопа (объем баллона 400-700 мл). Находясь внутри желудка, баллон частично замещает его объем, и человек меньше хочет есть. Шар устанавливается на полгода, за это время пациент постепенно привыкает к нему и начинает менять привычки, меньше есть и уменьшать жировые запасы.

Второй способ — продольная резекция желудка (по-другому широко известен как «слив» — рукав). В этом случае удаляется

диабета при таких операциях — 75-80%

**— Неужели от сахарного диабета второго типа можно избавиться после операции?**

— Лишний вес связан с диабетом второго типа. Если человек снижает вес, то он может войти в очень глубокую ремиссию, в боль-

шине. Получается, что сахар является химически агрессивным, он повреждает выстилку сосудов (пласт клеточек, выстилающих внутреннюю поверхность сосудов. — Прим. ред.). Если у человека постоянно высокий сахар в крови, то он токсично действует на выстилку, она разрушается и замещается атеросклероти-

Тверской области официально 46 тысяч диабетиков, 3-4 тысячи — диабетиками первого типа, остальные — диабетиками второго типа. Если бы люди вовремя проходили диспансеризацию и занимались своим здоровьем не в последний момент, а когда сахар только начинает повышаться, ситуация была бы гораздо лучше.

**Лишний вес связан с диабетом второго типа. Если человек снижает вес, то он может войти в очень глубокую ремиссию, в большинстве случаев спустя два месяца после хирургического вмешательства требуется отмена инсулина и сахароснижающих препаратов практически до минимума при лабораторно подтвержденной нормализации сахара крови.**



**Валерий СИЛАЕВ:** «Первые операции мы начали делать в 2004 году. Тогда на подобные операции смотрели с непониманием. Но со временем появилось Общество бариатрических хирургов, входящее в Международную ассоциацию хирургии ожирения. На сегодня администрация больницы активно помогает вне-

дрять новые бариатрические технологии, такая помощь существует далеко не во всех регионах».

**«Жир вырабатывает женские половые гормоны, а мышцы способствуют поддержанию тестостерона, мужского полового гормона»**

— С какого возраста можно делать операцию?

— Мы операции в Твери делаем юридически пациентам только с их совершеннолетия, то есть с наступления 18 лет. Возраст наших пациентов разный, начиная с 22 лет и до 72-х. Была у нас пациентка, которая уже в преклонном возрасте, глубоко за семьдесят, узнала, что можно жить по-другому. Сама на-

шла нас и убедила провести ей операцию, после которой избавилась от гипертонии, диабета, выкинула костыли и теперь в своей деревне пилит бензопилой деревья, а проезжающие мимо водители останавливаются и удивляются, что пенсионерка лазает по деревьям и орудует пилой.

— Всем ли пациентам помогает операция?

— Все зависит от пациентов. Самоконтроль очень важен — и это ключевой момент. Люди, идущие на такой шаг, должны понимать, что после операции им предстоит кардинально изменить

свою жизнь, пищевые и физические привычки, внешний облик, они должны быть готовы к критике со стороны общества. Мы своих пациентов рассматриваем как членов команды. В моей практике бывали случаи, когда знакомые и сослуживцы отнюдь не радовались изменению наших пациентов — до операции они общались с некрасивым человеком, а после операции — с значительно изменившимся в лучшую сторону... Срабатывает зависть.

Очень многое зависит от силы воли пациента и желания сбросить лишние килограммы. Кого-то мы отвечаем делать операцию,

потому что понимаем, что она им не поможет. Например, человеку, привыкшему пить алкоголь, операция не поможет. Как только он возьмет в руки бутылку, к нему начнут снова возвращаться утраченные килограммы.

— Что говорит статистика, как часто вес возвращается?

— Проводимый в Москве эксперимент показал, что всего 2% пациентов следуют рекомендациям врачей и соблюдают все предписания, остальные же рано или поздно сходят с дистанции, набирают вес, и, соответственно, возвращаются болезни. Особенно плохо идут на контакт мужчины, они не очень ответственные пациенты. Кто-то спустя 10-15 лет умудряется снова набрать вес и снова задумывается об операции.

**«Операция — это всего лишь инструмент. Главное, чтобы у человека был лейтмотив»**

— Много ли бариатрических операций проводится в Твери?

— На сегодняшний день в мире в год выполняется порядка 900 тысяч операций, направленных на лечение ожирения и вызванных им других заболеваний. В России количество такого рода операций не превышает 4500 в год.

Этому способствует низкая информированность населения, слабая медицинская грамотность и нехватка специалистов.

В Твери пациентов прибавляется. За этот год мы прооперировали уже более 20 человек. Есть пациенты, которые приходят на консультации к нам, но едут оперироваться в другие регионы. Но и к нам в Тверь летят за тысячу километров, например, сегодняшняя наша пациентка из Уфы. Москвичи проявляют постоянный интерес к Тверской ОКБ. Первые операции мы начали делать в 2004 году. Тогда на подобные операции смотрели с непониманием. Но со временем появилось Общество бариатрических хирургов, входящее в Международную ассоциацию хирургии ожирения. На сегодня администрация больницы активно помогает внедрять новые бариатрические технологии, такая помощь существует далеко не во всех регионах.

— Опасны ли такие операции?

— Любая операция имеет определенные риски. В нашем случае за счет нового оборудования, лапароскопических технологий и квалификации врачей эти риски сведены к минимуму.

**«Люди недопонимают, что здоровье — самое ценное, что у нас есть»**

— Такие операции платные?

— Да, в госгарантии подобные операции не входят, цены кусачие и обусловлены в первую очередь стоимостью используемых инструментов. Но в этом даже есть некий плюс — если бы такие операции проводились неконтролируемо, люди бы думали, что избавиться от своего заболевания легко и не своим трудом, опять нарушали бы предписания врачей и возвращались к нам с претензиями. Кстати, два года назад наша больница закупила 20 внутрижелудочных баллонов, чтобы поставить их пациентам бесплатно, так вот, 80% операция не помогла, пациенты теряли от 20 до 50 кг, но после удаления баллона снова их набирали, так как у людей просто отсутствовала серьезная мотивация.

Таким образом, следует помнить, что выраженное ожирение — это хроническое рецидивирующее заболевание, влекущее развитие целого ряда опасных для жизни патологий. Мировая медицина на сегодня считает, что радикальным способом помочь пациенту является бариатрическая хирургия. И хотя в России этот раздел сильно прихрамывает, тверской регион на бариатрической карте нашей страны смотрится вполне перспективно.

Ульяна БОЙКОВА

## Идеальное место для семейного отдыха

Турбаза «Чайка»:  
Селижаровский район, п. Хотошино  
Тел. 8-903-631-64-38

