

Adipositas er som en god venn

I 1972 skrev Jak Jervell (f. 1932) en artikkel i Tidsskriftet om behandlingen av fedme (1972; 92: 485–8). Temaet er ikke blitt mindre aktuelt i dag.

Behandlingen av adipositas

I en serie om terapeutiske fremskritt føles det merkelig å skulle behandle emnet adipositas. Det er få nye behandlingsprinsipper og metoder, og iallfall tvilsomt om det nye virkelig representerer noen fremskritt.

Jordens befolkning øker med stadig akselererende hastighet, uttrykket befolkningseksplasjon har med rette vært brukt. Klarer vi ikke på en eller annen måte å få temmet denne eksplosjonen, vil vår generasjons leger antagelig bli den siste som føler behandlingen av fedme som noe problem.
(...)

I alle samfunn og til alle tider har det vært fete folk, men som regel bare i en liten og privilegert overklasse. Derfor har fedme vært betraktet som en positiv ting. Når man får vite at man ser godt ut, er det oftest en advarsel om å passe vekten.
(...)

Adipositas er som en god venn. Det er vanskelig å beskrive ham, men vi kjenner ham igjen når vi ser ham. I Norge bruker vi oftest *N a t v i g s* høyde-vekt-tabeller når vi skal angi graden av overvekt, og pleier da oppgi prosentvekt over ideell eller normalvekt. Lignende tabeller eller kurver finnes utarbeidet for barn av *S u n d a l* i Bergen. I anglosaksiske land har hudfoldtykkelsen vært en del brukt og forskjellige indexter (for eksempel ponderal index) blitt benyttet, uten at jeg er overbevist om nytten av det. Vitenskapelig og helt korrekt ville det være å bestemme mengden triglycider i kroppen, og definere overvekt ut fra det. Slik bestemmelse lar seg imidlertid ikke gjennomføre i praksis.

Overvekt er hyppig. Det er gjort en del undersøkelser i Norge, og i eldre aldersklasser er det funnet opptil 50 % overvektige. I visse yrker, så som sjømannsyirket, er overvekt særlig hyppig. Etter at man ble klar over dette, er det blitt en viss omlegning av kostholdet i norske skip.

Det er gjort en rekke beregninger over overdødelighet og overmorbiditet hos fete, og det viser seg at en rekke, nesten alle sykdommer er hyppigere og har større dødelighet hos fete. Enda viktigere er det at prognosen bedres vesentlig hvis avmagring oppnås.
(...)

Tynntarmsshunting er blitt populært i dagspressen og brukes en del i Danmark for tiden. Formålet er å påføre pasienten en malabsorpsjon ved å koble ut det vesentlige av tynntarmen, og metoden brukes bare ved svær fedme med vekt i 150 til 200 kg gruppen. Jeg har personlig liten lyst til å helbrede en lidelse ved å påføre pasienten en annen som på mange måter må betraktes som vel så alvorlig.

Vi er alle enige om at våre diabetiske pasienter trenger regelmessig kontroll og veiledning for å gjennomføre korrekt behandling og løse alle de problemer som oppstår. Det samme må gjennomføres under en avmagringskur hvis resultatet skal bli vellykket. Det er som regel utilstrekkelig å gi pasienten selv de beste råd og diétforskrifter, hvis man ikke støtter ham videre med regelmessig kontroll. Det er bare et lite mindretall som klarer å gjennomføre en avmagring uten den hjelp og støtte dette betyr, og jeg tror dette vil være avgjørende for resultatet av behandlingen. Typisk ser vi ofte hvor dårlig resultatene av sykehusbehandlingen av adipositas er. Riktignok oppnås ofte et imponerende vekttap under sykehusoppholdet, men uten en systematisk og hyppig etterkontroll vil videre vekttap sjelden oppnås, og altfor ofte legger pasienten like fort på seg igjen, til legenes forbitrelse og pasientenes fortvilelse. Jeg tror det er bedre å satse på å hjelpe pasientene til i sitt hjemlige miljø å legge om sitt levesett. Det er jo der de skal leve resten av livet.

Til slutt, jeg pleier å anbefale alle pasienter å kjøpe en god gramvekt – brevvekt, og å veie maten. Det er ofte lett å lure seg selv, bruk av en slik vekt tvinger til omtanke.