

## **Консультация для родителей**

### **«Хорошего ребенка не должно быть много»**

Лишний вес у детей - прямой путь к ожирению и развитию серьезных болезней. Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) поставила амбициозную задачу – вообще ликвидировать детское ожирение - рассказывает главный внештатный детский специалист-эндокринолог Минздрава России, заведующая кафедрой детской эндокринологии-диетологии Валентина Петеркова: «Хочу сказать, что Россия по сравнению с другими странами находится на неплохих позициях: по лишнему весу и ожирению у детей среди 45 стран мы на 6-месте с конца. Данные передавались в ВОЗ из двух городов – Москвы и Екатеринбурга, в поликлиниках исследовали детей семилетнего возраста. Ожирения у них встречается в 1,5% случаев».

Но, даже имея на руках направление от педиатра, многие родители просто игнорируют факт лишнего веса у ребенка. Лишь 20% детей с ожирением приводят к эндокринологу.

«Очень часто родители считают, что лишний вес не проблема. Подумаешь, он чуть – чуть толще других, зато я его прекрасно кормлю». Увы, у нас до сих пор нет понимания, что ожирение – это болезнь, и болезнь серьезная, - отмечает Валентина Петеркова.

Впрочем, у чиновников от здравоохранения настрой серьезный.

1 декабря 2023 года правительство РФ утвердило комплекс мер по борьбе с ожирением у детей до 18 лет, – рассказала директор департамента медицинской помощи детям службы родовспоможения и общественного здоровья Минздрава России Елена Шешко. «Сотни участковых педиатров проходят дополнительное обучение по теме детского ожирения».

В общем, если у ребенка пухлые щечки и ножки – ручки с перетяжками, этому нужно не умиляться, а идти к врачу. Потому что сопутствующие ожирению заболевания – диабет второго типа, сердечно – сосудистые недуги – достаточно сокращают жизнь и резко ухудшают ее качество.

### **Важно знать: это риск инсультов и инфарктов!**

Прогрессирующее с детского возраста ожирение дает к 40 годам гипертонию, инсульты и инфаркты.

Как правило – даже у ребенка ожирение уже сопровождается коморбидными (присоединившимися) болезнями: преддиабет или диабет 2 – го типа, неалкогольная жировая болезнь печени, ранний атеросклероз и сердечно – сосудистые заболевания, приводящие к риску ранних инсультов. А также проблемы с суставами, кишечником, почками.

Чаще всего в школах дразнят именно таких детей с ожирением (по данным анонимного опроса европейских школ). Из – за чего у них развивается депрессия, падает успеваемость.

### **Только цифры!**

2 – 6% детей и подростков в России страдают ожирением.

18 – 22% ребят с избыточной массой тела.

60% взрослых имеют лишний вес или ожирение.

80% вероятность того, что у детей с ожирением будет лишний вес и во взрослом возрасте.

