

Снижение веса – продление жизни

ИМТ ≥ 30 кг/м²



- Повышение АД** — Артериальная гипертензия
- Повышение холестерина** — Атеросклеротическое поражение сосудов
- Сужение голосовой щели** — Апноэ сна
- Инсульт**
- Структурные изменения миокарда** — Нарушения ритма сердца

Рекомендации

изменение образа жизни посредством коррекции питания и расширения объема физических нагрузок

- **Коррекция питания:** гипокалорийная диета, сбалансированный рацион
- **Регулярные аэробные нагрузки** не менее 150 минут в неделю
- **Ежедневная двигательная активность** 225 – 420 минут в неделю
- **Медикаментозная терапия**

ИМТ 18,5 – 24,9 кг/м²



Снижение АД

Снижение триглицеридов и ЛПНП, повышение уровня ЛПВП

Снижение индекса апноэ/гиппноэ

Достоверное снижение риска сердечно-сосудистых осложнений (инфаркт, инсульт и т.д.)

Медикаментозная терапия ожирения

помогает снизить массу тела на:



Редуксин® Форте



5-10%

Энлигрия



5-10%

Квинсента
(пациенты с СД2)



5-10%

Велгия



10-17%

Тирзетта



20% и более

Включены в клинические рекомендации "Ожирение" 2024 г.