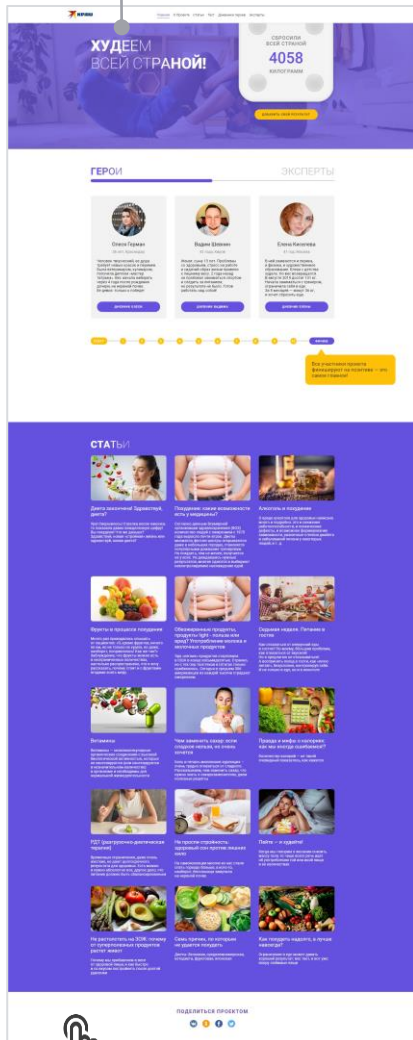


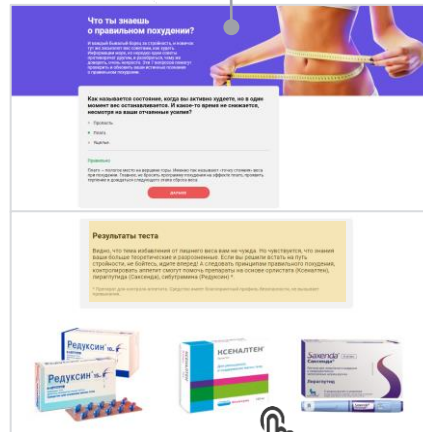
Страница проекта



Интеграция в статью

Снижение веса: чем поможет медицина?
 Есть мнение, что худеющим людям врач нужен только в качестве тизера или даже просто способа самоуспокоения. Врада сидеть в руке профессионала – и ответственность за здоровье уже не чужие плечи.
 Однако оптимистичные прогнозы и плановые консультации, настроивающие на снижение веса, – это не единственное, что может дать медицина.
 Так, например, два важнейших компонента снижения веса – это правильное питание и физические нагрузки. Несмотря на кажущуюся простоту не всякий может самостоятельно определить рацион питания, исключить неподходящие продукты и установить ежедневную норму потребления калорий.
 Как правило, человек перебрал разные виды диет, разгрузочных дней и даже голодовок, срывается на потребление вредной пищи – и начинает все сначала.
 Врач же поможет сделать правильное питание образом жизни, определив рацион с учетом индивидуальных особенностей пациента.
 Что касается физических нагрузок, то при наличии подозрений на избыточную массу тела либо ожирение их лучше не подбирать самостоятельно. Поскольку такие патологии нередко сопровождаются иными хроническими заболеваниями, существуют ограничения к выполнению некоторых видов упражнений. Например, многие виды активности запрещены при заболеваниях суставов, варикозе, сердечно-сосудистых патологиях в тяжелой форме и др.
 На основе истории болезни пациента врач поможет исключить нагрузки, которая противопоказана определенному пациенту.
Что предлагает фармацевт?
 На сегодняшний день медикаментозное лечение ожирения возможно с использованием трех видов препаратов:
 1. на основе орлистата (такие препараты как Ксеникал, Орсолен и т.д.);
 2. на основе ларглютама (в частности, препарат Сибутрамин);
 3. ряд препаратов на основе сибутрамина.
 Что касается первой категории средств, то она применяется в медицинской практике довольно длительное время. Механизм их действия направлен на поступление в организм с пищей жиры как один из факторов набора веса. За счет того, что такие препараты не дают расщепляться и всасываться жирам, они помогают в снижении массы тела, понижают уровень холестерина, а также – инсулина натощак.
 Перейдем ко второму виду препаратов, который уменьшает массу тела за счет регулирования аппетита, снижая ощущение наполненности желудка. Препарат способствует выделению инсулина и снижает неоправданно повышенную выработку глюкогена, помогает некоторой задержке опорожнения желудка. Это дает возможность изменить уровень глюкозы – как натощак, так и после еды.
 Что касается третьего вида лекарственных средств, то они избирательно тормозят обратный захват серотонина и норадреналина. За счет этого ускоряется чувство сытости, что снижает объем употребляемых продуктов питания. А благодаря усиленному процессу выработки тепла растет расход энергии. Такой двойной эффект – снижение получаемых с пищей калорий и увеличение их расхода – способствует потере лишних килограммов. На российском рынке подобные средства можно найти, например, под торговым наименованием Редуксин Форте. Это комбинированный препарат, который дополнительно к сибутрамину в одной таблетке содержит метформин, повышающий чувствительность клеток к инсулину, в результате чего за счет комплексного действия компонентов препарат способствует не только уменьшению чувства голода, но и дополнительному расщеплению жиров и углеводов, что позволяет активизировать метаболизм и нормализовать обмен веществ, приводя к стойкому снижению и дальнейшему удержанию веса. Именно благодаря комбинированному составу препарат назначается врачам на ранних стадиях нарушения углеводного обмена (предиабет) для снижения рисков развития осложнений, например таких как Сахарный диабет 2 типа.
И прочие возможности медицины
 В дополнение нужно сказать, что существуют и хирургические методы лечения ожирения. Однако они применяются только в случае серьезного избытка массы тела – при ИМТ от 40 единиц и в ситуациях, когда иные методы эффекта не дали.
 Нелишним будет напомнить, что нужно бережно относиться к своему телу и вовремя обращаться к доктору. Не стоит уповать исключительно на медикаментозную помощь – ведь каждый препарат имеет противопоказания. Но в то же время не следует отчаиваться, если по каким-то причинам сегодня у врачей есть все возможности оказать пациенту поддержку в снижении лишнего веса.

Тест



Соцсети



ХУДЕЕМ ВСЕЙ СТРАНОЙ

О проекте:

В течение трех месяцев три наших героя из разных городов России в режиме реального времени сражались с лишним весом под чутким руководством троих замечательных экспертов: известного врача диетолога-эндокринолога, психолога и фитнес-тренера

Наполнение проекта:

- тематические статьи с нативной интеграцией продукции – 4 интеграции
- тест с интеграцией продукции в результаты теста

Охват проекта – 299 256 просмотров

- средняя длительность просмотра – 03:48
- объем анонсирования – 11 209 215
- общее количество просмотров статей с интеграцией продукции – 101 136
- просмотров страницы теста – 49 879
- охват в соцсетях – 86 539