

Efekti rehabilitacije, dijete i fizičke aktivnosti na aerobni kapacitet kod gojaznog pacijenta

Marina Ostojić¹, Jelena Simić¹, Branko Beleslin^{1,2}, Vojislav Giga^{1,2}, Ana Đorđević Dikić^{1,2}, Nikola Bošković¹, Ivana Nedeljković^{1,2}

¹Klinika za kardiologiju, Univerzitetski Klinički centar Srbije, ²Medicinski fakultet, Univerzitet u Beogradu

Gojaznost je hronično stanje sa velikom prevalencijom među mlađom populacijom. Povezana je sa značajnim povećanjem morbiditeta i mortaliteta, uključujući povišen rizik za razvoj kardiovaskularnih bolesti. Kardiovaskularna rehabilitacija (KR) podrazumeva promenu načina ishrane uz vođenu fizičku aktivnost i predstavlja osnovu za poboljšanje funkcionalnog kapaciteta i redukciju telesne težine kod gojaznih bolesnika.

U ovom prikazu slučaja opisaćemo mladog gojaznog pacijenta koji je prošao vođeni tretman KR sa promenom režima ishrane i postepenim uvođenjem fizičke aktivnosti sa posledičnim značajnim poboljšanjem aerobnog kapaciteta. Na početku procesa naš pacijent je bio gojazan sa indeksom telesne težine (BMI) 30.1 kg/m² i obimom struka 110 cm. Laboratorijski je registrovan povišen ukupni holesterol 5.8 mmol/L i poremećena tolerancija glukoze sa vrednostima HbA1c 6.0 %. Ehokardiografski nalaz je bio potpuno normalan. Kardiopulmonalni test je izvršen na početku KR kada je registrovan jako nizak stepen funkcionalnih sposobnosti sa vršnom potrošnjom kiseonika (peak VO₂) 32,0 ml/kg/min. Godinu dana nakon početka rehabilitacije registrovano je poboljšanje peakVO₂ 42.9 ml/kg/min, dok je na kraju procesa registrovano značajno unapređenje funkcionalnog kapaciteta sa vršnim VO₂ to 49.1 ml/kg/min, uz redukciju BMI na 22.4 kg/m² i poboljšanje laboratorijskih parametara.

Vođena KR može popraviti funkcionalni kapacitet. Dugoročno, uspešna regulacija BMI kod mladog gojaznog pacijenta može voditi boljem kvalitetu života i redukciji potencijalnog razvoja bolesti povezanih sa gojaznošću.

Ključne reči: cerebralni T talas; ishemijski moždani udar