

Деца са стомачићем



Др Весна
Димитријевић-Срећковић

Многи родитељи желе да им дете буде здраво и зато га претерано хране не водећи рачуна да вишак калорија оптерећује метаболизам и ствара услове за прерано оболевање



Ах, ши слајкиши!

Првих неколико година живота сазрева имунолошки систем и у том периоду многа деца су склона оболевању горњих дисајних путева због чега имају слабији апетит. Родитељи, будући да желе да им дете буде здраво, настоје да га што боље хране како би му помогли да се избори с инфекцијама. Обично су у питању висококалоричне намирнице као што су пуномасно млеко и јогурт, кајмак, пуномасни сир или качкавал, павлака, мајонез, сухомеснати про-

Већи обим струка - већи ризик

Наша саговорница већ две деценије проучава синдром инсулинске резистенције у преддијабетесу и дијабетесу тип-2. Пре две године, после текста о великој распрострањености овог типа дијабетеса објављеном у „Магазину“, помоћ су јој затражили и млади. Метаболички синдром је пронашла код 38 одсто деце и омладине, а више од 62 одсто имало је један до два његова показатеља (већи обим струка и низак ХДЛ холестерол). Деца код које је откривен метаболички синдром имала су и повећане факторе тромбозе и смањену антиоксидантну заштиту. У септембру месецу резултати су представљени на конференцији у Санторинију и изложени проф. др Џорџу Албертију и проф. др Еле Феранинију, водећим научницима у свету из области метаболичког синдрома и инсулинске резистенције.

изводи, паштета, пржено свињско месо, цигерица, лисната и пржена теста, концентровани воћни сокови.

Од такве хране деца се брзо заокругле, посебно стомачић. Међутим, многа истраживања у развијеним земљама, а однедавно и она која код нас спроводи доц. др Весна Димитријевић-Срећковић, ендокринолог у Институту за ендокринологију, дијабетес и болести метаболизма Клиничког центра Србије, показала су да таквом исхраном родитељи уведу децу у синдром инсулинске резистенције. Неумерено и неправилно хранена деца не само да нису отпорнија на микробе, већ добијају и метаболички синдром због којег и настаје прерано оболевање крвних судова, срца и панкреаса. Ове болести не настају изненада као инфекције због којих се мора отићи код лекара. Током њиховог развоја који траје десетак и више година, деца и одрасли се углавном добро осећају, а наговештаји могуће болести се дуго толеришу.

Халапљивост први знак

Зашто настаје метаболички синдром? По речима наше саговорнице свакодневно узимање колача, слаткиша и слатких напитака подстиче панкреас на повећано лучење инсулина. А када се овај хормон претерано излучује, ћелије временом постају неосетљиве на његово деловање (инсулинска резистенција) и настаје поремећај у метаболизму шећера. Последице овог стања су гојазност, повећане масноће у крви, повишени притисак. Први знаци метаболичког синдрома и његовог утицаја на здравље могу се открити у раној младости када се дете због повишеног крвног притиска жали на упорну главобољу. Тада се најчешће и открива инсулинска резистенција.

Како родитељи могу да препознају да им дете има повећану количину инсулина у крви? По речима докторке Димитријевић-Срећковић, деца с инсулинском резистенцијом имају повремено осећај изражене глади, мучнину, раздражљива су, често имају и смањену пажњу и брже се замарају у школи. Да би се ослободила напетости, халапљиво узимају храну или слаткише,