

OBESİTE: ÇOCUKLUK DÖNEMİNDEKİ KIRIK RİSKİ FAKTÖRÜ

TEHLİKELİ EĞİLİM

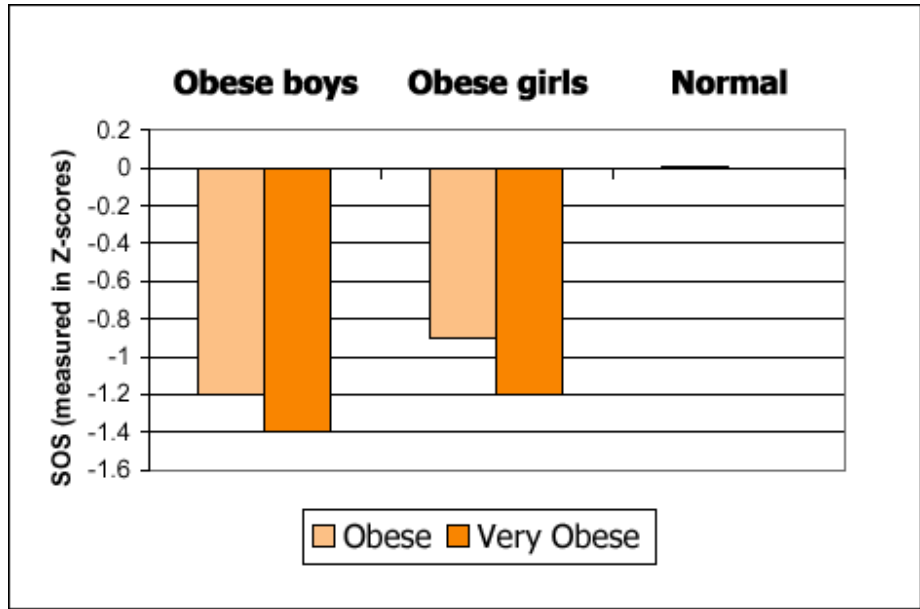
Son yıllarda çocuk ve adolesanlar arasında büyüyen bir obezite eğilimi gözlenmiştir. Obezite, çocukluk dönemi ve sonrasında ortaya çıkan birçok acil sağlık probleminin direkt sebebidir.¹ Obez çocukların düşük kemik sağlığına² sahip olması, çocukluk ve ergenlik döneminde kırık bulgularının³ daha yüksek olması açısından obezite kemik sağlığında belirgin bir rol oynar.



Bugün A.B.D.'de çocukların % 13' ü ve adolesanların % 14' ünde fazla kilo problemi olduğu sanılmaktadır. %95'i yaşlarına uygun ya da daha fazla BMI'e sahiptir.⁴ %85 ve %95'lik dilim arasında kalan bir BMI'e sahip diğer fazla kilolu çocuklarla birlikte geçmişte olduğundan çok daha fazla bir oranda sağlık kaybı gözlenmektedir.⁵ Gelişmekte olan ülkeler dahil olmak üzere dünyanın birçok yerinde, çocuk ve adolesanlardaki bu artan obezite eğilimi mercek altına yatırılmıştır.⁶

KEMİK SAĞLAMLIĞI VE OBESİTE

Ultrasonik bir sonometre (Sunlight Omnisense® 7000P) ile yapılan ölçüm sonrasında obez çocuklardaki kemik sağlığının normal kilodaki yaşlılarına oranla önemli ölçüde düşük olduğu gözlenmiştir.⁷ Bu obez çocukların SOS ölçüm sonuçlarının yaşlılarına oranla 0.9 ile 1.4 arasında değişen negatif standart sapma



gösterdiği saptanmıştır.İleri obez çocuklarda kemik kuvvetinin daha da düşük olduğu görülmüştür. Araştırmacılar, obez çocuk ve adolesanlardaki kemik sağlığı düşüşünü, obesitenin kemiğin kalitatif özelliklerini etkilemesinden kaynaklanabileceğini ve düşük kemik

sağlamlığının bu obez çocuk ve adolosanlarda genç yaşta bile kırık riskini yükseltebileceğini ileri sürmüşlerdir.

Obesitenin pediatrik kemik sağlığı üzerindeki bu olumsuz etkisi, X-ışını tabanlı kemik tayin cihazlarıyla da bulunmuştur.⁵ Bir araştırma sonucunda obez çocuklarda vücut ağırlığına oranla diğer çocuklarla karşılaştırıldığında daha düşük kemik alanı ve yoğunluğu gözlenmiştir.² Bir başka çalışmada ise, yüksek vücut ağırlığının kırık geçmişi olan kızlarda tekrarlama oranını arttırdığı saptanmıştır.³ Araştırmacılar çocuk ve adolosanlarda boy ve kiloya oranla kemik mineral yoğunluğunun geri kaldığını ortaya koymuştur. Sonuç olarak; obez çocuklar, kemikleri vücut ağırlıklarının taşıyamayacak kadar zayıf olduğu için risk altındadır. Bu da özellikle önkolda kırıklara sebep olur.⁸

OBEZİTENİN ÇOCUK KEMİKLERİYLE İLİŞKİSİ

Obezite, çocuk ve adolosanların kemik sağlığı açısından önemli risk faktörlerinden biri olarak görülmektedir. Bu risk grubu için düzenli monitoring, kemiklerinin gelişiminin takibi ve kırık riskini düşürmek açısından önemlidir. Aynı zamanda obez çocuk ve adolosanlar için yüksek kalsiyum içeren dietler, düzenli fiziksel aktivite ve kilo kaybının alışılmış hayat tarzı olması için hizmet edebilir.

Sunlight Omnisense® 7000P kemik sonometresi 0-20 yaşlarında özellikle büyümekte olan kemiklerin gelişiminin ölçüm ve takibi için tasarlanmış bir cihazdır. Hekimler, Omnisense 7000P'nin pediatrik referans veritabanıyla, genç obez hastalarının kemik sağlamlığını aynı yaş ve cinsiyet grubundaki sağlıklı insanlarla karşılaştırabilir. Yaşam tarzındaki düzenlemeler, düzenli monitoring'le birlikte bu hastaların kemik sağlamlığını geliştirmeye ve onlara sağlıklı bir gelecek hazırlamaya yardım eder.

Referanslar:

- 1 Barlow, S.E., Dietz, W.H., "Obesity Evaluation and Treatment: Expert Committee Recommendation," Pediatrics, 1998, 102(3):
- 2 Goulding, A., R.W. Taylor, I.E. Jones, K.A. McAuley, P.J. Manning, S.M. Williams, "Overweight and obese children have low bone mass and area for their weight," International Journal of Obesity, 2000, 24: 627-632
- 3 Goulding, A., I.E. Jones, R.W. Taylor, P.J. Manning, S.M. Williams, "More Broken Bones: A 4-Year Double Cohort Study of Young Girls With and Without Distal Forearm Fractures," Journal of Bone and Mineral Research, 2000, 15(10): 2011-2018
- 4 Prevalence of Overweight Among Children and Adolescents: United States, 1999, National Center for Health Statistics, March 2001 (<http://www.cdc.gov/nchs/products/pubs/pubd/hestats/overwght99.htm>)
- 5 Troiano, R.P., Flegal K.M., Kuczmarski R.J., Campbell S.M., Johnson, C.L., "Overweight Prevalence and Trends for Children and Adolescents: The National Health and Nutrition Examination Surveys, 1963-1991," Arch Pediatric Adolescent Medicine, 1995, 149:1085-1091
- 6 The Unfinished Agenda: Perspectives on Overcoming Hunger, Poverty, and Environmental Degradation, eds. Per Pinstrup-Andersen and Rajul Pandya-Lorch, International Food Policy Institute, Washington, 2001
- 7 Eliakim, A., D. Nemet and B. Wolach, "Quantitative Ultrasound Measurements Of Bone Strength In Obese Children And Adolescents," Journal of Pediatric Endocrinology and Metabolism, 2001, 14(2)
- 8 Goulding, A., "Little Couch Potatoes Often Fracture their Forearms," New Zealand Family Physician, 27(1)