

Mensen met obesitas hebben vaak niet alleen overgewicht, maar ook onderliggende gezondheidsklachten, waardoor zelfstandig afvallen bijna ondoenlijk wordt.

Obesitas is een optelsom van allerlei puzzelstukjes, niet alleen van een ongezonde leefstijl. Genen, depressieklachten, stress, slapeloosheid, hormonen enzovoorts spelen een rol, en daarom moet er een totaalaanpak komen voor dit probleem.

Liesbeth van Rossum, hoogleraar Gezond Gewicht en Biologisch Stress onderzoek aan het Erasmus Medisch Centrum en mede-oprichter van het Centrum Gezond Gewicht.

Mensen met ernstig overgewicht kunnen hulp krijgen door middel van een Gecombineerde Leefstijlinterventie (GLI). Dat is een traject van twee jaar waarin ze intensief begeleid worden bij het veranderen van de leefstijl. Ook is in sommige gevallen ondersteuning door middel van medicijnen nodig of kan een maagverkleining helpen.

Hoopgevend is het nieuwe middel tegen obesitas, semaglutide. Waar de huidige medicijnen bijdragen aan een gewichtsverlies van 5- 10 procent, zorgt semaglutide voor een gewichtsverlies tot 20 procent. Het middel wordt nog niet voorgeschreven in Nederland en zal alleen worden voorgeschreven aan mensen die al ernstig obese zijn.