

تعرف على المخاطر الصحية التي تسببها السمنة



السبت 1 أبريل 2017 10:04 م

لا تؤثر زيادة الوزن على شكلك فقط، لكنها تؤثر سلبيًا على الجسم وكل أعضائه؛ حيث تعد العامل الرئيس في الإصابة بأمراض خطيرة وعديد من المشاكل الصحية[] إليكم أهم المخاطر التي تسببها السمنة:

1- أمراض القلب

تُسبب السمنة زيادة المشاكل التي تكون سببًا رئيسيًا في الإصابة بأمراض القلب، مثل ارتفاع الكوليسترول في الدم؛ مما قد يسبب النوبات القلبية وفشل القلب ومشاكل صمامه[]

2- السكتة الدماغية

من الأمراض الشائعة لدى الأشخاص الذين يعانون من السمنة ارتفاع ضغط الدم، الذي يعد من أهم عوامل الخطر المسببة للسكتات الدماغية[]

3- هشاشة العظام

يسبب الوزن الزائد في الجسم آلام المفاصل وهشاشة العظام، حيث يتسبب الضغط الزائد على المفاصل في إضعاف الطبقة التي تحمي العظام في المناطق التي تحتك فيها ببعضها، والتي تعرف باسم "الغضروف".

4- انقطاع النفس أثناء النوم

تتمركز الدهون الزائدة في الجسم حول مجرى الهواء، ما يجعله أصغر وأكثر عرضة إلى الانسداد؛ مما يتسبب في انقطاع النفس أثناء النوم[]

ويسبب انقطاع النفس أثناء النوم الشعور بالتعب والإرهاق، ويزيد من خطر الإصابة بعدد من الأمراض؛ مثل مرض السكري[]

5- مشاكل الحمل

السيدات الحوامل اللاتي يعانين من السمنة يكونون أكثر عرضة إلى خطر الإصابة بمرض السكري وارتفاع ضغط الدم، بالإضافة إلى أن الولادة المبكرة أحد الأعراض الخطيرة التي تسببها السمنة[]