

Poznań z najmniejszym odsetkiem osób z nadwagą i otyłością w kraju

- **Wzrost i masa ciała – dzięki tym podstawowym parametrom można określić BMI, jeden z kluczowych wskaźników do oceny ryzyka nadwagi lub otyłości.**
- **Lekarze rodzinni od 2020 r. mają obowiązek raportowania tych danych do NFZ.**
- **W okresie od stycznia do lipca 2025 roku lekarze rodzinni sprawozdali dane o wzroście i masie ciała 13,4 mln dorosłych pacjentów.**
- **Z analizy wynika, że Poznań jest powiatem z najniższym odsetkiem osób z nadwagą lub otyłością w całym kraju.**

Każdy pacjent korzystający w ostatnim czasie z porad lekarza rodzinnego, pielęgniarki lub położnej w ramach Podstawowej Opieki Zdrowotnej, powinien mieć wykonywany pomiar wzrostu oraz masy ciała.

Dane te są przekazywane do Narodowego Funduszu Zdrowia. To nie tylko obowiązek administracyjny, ale również źródło wiedzy o skali nadwagi i otyłości w Polsce. Na ich podstawie można planować działania profilaktyczne i rozwiązania systemowe. Dane o podstawowych parametrach pacjentów, a takimi są wzrost i masa ciała, powinny być istotne dla samych lekarzy. Body Mass Index, czyli wskaźnik masy ciała to przydatne narzędzie do oceny ryzyka nadwagi i otyłości u pacjentów. Przyjmuje się, że prawidłowy zakres BMI wynosi od 18,5 do 25,0. Jeśli wartości są wyższe, lekarz może zalecić dodatkowe badania lub zmianę stylu życia.

Poznań liderem w skali kraju

Od początku bieżącego roku do końca lipca lekarze POZ sprawozdali dane o wzroście i masie ciała dla 13,4 mln osób pełnoletnich. W całej Polsce powiatem z najniższym odsetkiem osób pełnoletnich z nadwagą lub otyłością w danych sprawozdawczych był Poznań - z wartością 55,8%. Spośród innych miast wojewódzkich stolica Wielkopolski wyprzedziła Kraków (57,5%) oraz Wrocław (58,3%). Na przeciwnym biegunie znalazły się Olsztyn (62,2%), Białystok (62,8%) oraz Gorzów Wielkopolski (64,0%), czyli miasta, w których nadwagę lub otyłość rozpoznano u największej liczby osób.

Wielkopolski Oddział Wojewódzki NFZ przeanalizował aktualną sytuację w naszym województwie, gdzie do tej pory wzrost i masę ciała sprawozdano u 1,3 mln pacjentów. Ponad pół miliona z nich ma nadwagę, 340 tysięcy cierpi na otyłość.

Oprócz Poznania odsetek osób pełnoletnich z nadwagą lub otyłością poniżej 60% zanotowały jeszcze tylko powiat poznański (59,3%) oraz miasto Leszno (59,4%). Najwyższe wskaźniki pod tym względem odnotowano w powiatach rawickim (66,0%), wągrowieckim (66,2%), kaliskim (66,4%) i kolskim (66,9%). Niechlubnym liderem w Wielkopolsce jest powiat czarnkowsko-trzcianecki, w którym BMI powyżej 25,0 odnotowano u 68,4% pełnoletnich mieszkańców.

Koszty leczenia otyłości

Według raportu „NFZ o zdrowiu. Otyłość i jej konsekwencje” z 2023 r. koszty refundacji leczenia chorób będących skutkiem otyłości wyniosły 6,6 mld zł. Przyjmując, że otyłość nie jest jedynym czynnikiem

tych schorzeń, to szacuje się, że koszty leczenia wybranych chorób z powodu otyłości wyniosły wówczas 3,8 mld zł. Wartości te dotyczą jedynie kosztów leczenia wybranych chorób i nie uwzględniają innych kosztów społecznych, np. związanych ze zwolnieniami od pracy.

Diety NFZ

Jednym z narzędzi, które wspomaga utrzymanie prawidłowej wagi jest bezpłatny portal Diety.nfz.gov.pl. Oferuje on 19 zbilansowanych planów żywieniowych opartych na diecie DASH. Znajdziemy na nim także kilkanaście tysięcy prostych i zdrowych przepisów, które zostały opracowane przez dietetyków. Platforma nie tylko pomaga zapobiegać chorobom, ale także wspiera w wyborze odpowiedniego sposobu odżywiania osoby zmagające się z chorobami przewlekłymi.

Użytkownicy portalu – zarejestrowało się ich już ponad milion - mogą stworzyć plan żywieniowy na wybrany miesiąc oraz pobrać praktyczną listę zakupów z możliwością wykluczenia produktów, które im nie smakują, są dla nich szkodliwe lub już znajdują się w domu. Dostępny jest także dziennik żywieniowy oraz funkcja monitorowania postępów dla osób dążących do redukcji masy ciała.

Więcej informacji może udzielić:

Marta Żbikowska-Cieśla

Rzecznik prasowy WOW NFZ

Tel. 785-252-974

e-mail: marta.zbikowska-ciesla@nfz-poznan.pl