

# Ülekaal mõjutab

SVEN ARBET

**Kõrge kehamassi indeks viitab krooniliste haiguste tekke ohule, seades küsimärgi alla ka lapsesaamise.**

**K**iirustavast eluviisist tulenev ebaregulaarne ja juhuslik toitumine on viinud heaoluühiskonna elanike kehakaalu järsu tõusuni. Samal ajal on meditsiin avastanud kehakaalu ja haiguste vahel nii otseid kui ka kaudseid seoseid.

**Tartu Ülikooli Kliinikumi meestearst KRISTO AUSMEES, kui suur süü liiges kehakaalus on pärilikkusel, kui palju elustiilil?**

“Ülekaalususe nagu kõigi krooniliste haiguste tekkel on oma osa geneetikal, keskkonnal ja elustiilil, viimase osas eelkõige tootumisel ning vähesel liikumisel.

Ülekaal on viimase 10 aasta jooksul silmanähtavalt hakanud mõjutama nii naiste kui ka meeste tervist. Euroopa arenenud riikides ja Põhja-Ameerikas on hakatud aru saama, et kui me tahame kasvajate, krooniliste südamehaiguste või liigesehaiguste arvu kontrolli all hoida ning edaspidi vähendada, siis peame eelkõige tähelepanu pöörama ülekaalusust põhjustavatele faktoritele.”

**Viimasel ajal on hakatud rääkima ka ülekaalu ja viljakuse vahelisest seosest.**

“Ülekaal mõjutab organismi hormonaalset ehk nais- ja meessuguhormoonide tasakaalu. Tekkiv hormonaalne balansi häire hakkab pikemaegse protsessina mõjutama naistel munarakkude, meestel seemnerakkude arengut.

Naiste puhul on üsna tavaline, et ülekaalu puhul tekivad koos hormonaalsete muutusega polütsüstilised ehk suures hulgas vedelikku sisalda-

**TÜ Kliinikumi meestearst Kristo Ausmees tõdeb, et mõni mees on isegi alguses solvunud, kui tohter teeb märkuse tema kehakaalu kohta. Aga kui ta on mõnda aega dieeti pidanud ning tuleb siis tagasi teatega, et tema naine on rase, on rõõm mitmepoolne.**

