

مقدمة

في عالمنا اليوم، تنتوع طرق فقدان الوزن من الجراحة إلى الأدوية وحتى الأنظمة الغذائية. وسنستعرض في هذا المقال بعضاً من أحدث الطرق لفقدان الوزن، مع التركيز على الفوائد والعيوب المتعلقة بها.

إجراءات فقدان الوزن الجراحية

الكبسولة الذكية

أحد الحلول الشهيرة هو الكبسولة الذكية، التي يهكن تناولها عن طريق البلع. تلك الكبسولة تهلك المعدة، مما يقلل الشعور بالجوع. تبقى في المعدة لمدة أربعة أشهر قبل أن تتحلل وتخرج في شكل سائل. هذه الطريقة تناسب الأشخاص الذين يرغبون في فقدان ما بين 10 إلى 20 كيلوغراماً، ولكنها تتطلب الالتزام بنهط غذائي صحي بعد استخدامها.

عملية تحويل مسار المعدة

لمن يعانون من السمنة المفرطة، تعتبر عملية تحويل مسار المعدة خياراً شائعاً. في هذه العملية، يتم قطع جزء كبير من المعدة بحيث تبقى على شكل أنبوب. هذا يقلل حجم الطعام الذي يهكن تناوله، ولكن هناك مخاطر عديدة مثل مشاكل التخدير، والنزيف، والتهابات. علاوة على ذلك، قد يعاني بعض الأشخاص من مشاكل في الهضم أو تكوين حصوات الصفراوية بعد العملية.

الأدوية لفقدان الوزن

أورليستات

يعتبر أورليستات من الأدوية الشائعة في منطقة الشرق الأوسط. يعمل على تقليل امتصاص الدهون من الطعام، ولكنه يهكن أن يؤثر أيضاً على امتصاص الفيتامينات، مما يعني أنه يجب تناول مكملات غذائية جنبه.

شيتوكال

دواء آخر وهو شيتوكال، الذي يُعتقد أنه يهكن أن يساعد في فقدان الوزن عن طريق ربط الدهون في الجهاز الهضمي. ومع ذلك، هناك أبحاث تشير إلى أن تأثيره على البشر ليس كبيراً كما هو الحال في التجارب على الحيوانات.

أوزمبيك

من الأدوية الدولية المعروفة، أوزمبيك، الذي تم تطويره لعلاج السكري من النوع الثاني. ومن الجوانب التي جذبت انتباه

الكثيرين هي قدرته على تقليل الوزن بنسبة تصل إلى 15%. يعمل من خلال تقليل الشهية، مما يساعد المستخدم على الشعور بالشبع لفترات أطول.

الأدوية الحديثة

حتى الآن، تمت الموافقة على دواء جديد يحمل اسم "Not Still"، والذي يُظهر نتائج واعدة في التجارب السريرية، مما يجعله أحد الخيارات المثيرة للاهتمام لفقدان الوزن. يتوقع أن تصل مبيعاته إلى 48 مليار دولار سنوياً، وهذا دليل على اهتمام السوق فيه.

خلاصة

تضج الساحة بعدة طرق لفقدان الوزن، سواء كانت جراحية أو طبية. من المهم أن يتم استخدام أي دواء أو إجراء لفقدان الوزن تحت إشراف طبي. في نهاية المطاف، يعتمد نجاح فقدان الوزن على الالتزام بالتغييرات الصحية في نهج الحياة.