

BÖLÜM

62

KİLO KAYBI

Merve KOŞUCU¹

GİRİŞ

İstemsiz kilo kaybı, kilo kaybının çaba sarf etmeden gerçekleştiği ve ilerlemiş kronik hastalıklar veya tedavileri (örneğin kalp yetmezliği için diüretikler) sonucu olan kilo kaybının dışlandığı klinik durumdur (1).

İstemsiz kilo kaybı, vücut ağırlığında 6-12 ay içinde %5 veya daha fazla azalma olması olarak kabul edilmektedir. Bu azalmanın sayısal olarak doğrulanmaması durumunda ise Marton ve arkadaşlarının (2) kriterleri kullanılabilir. Sayısal olarak kilo ölçüm dokümantasyonuna sahip olmayan hastalarda; giysi bedeninde değişiklik, kilo kaybını destekleyen bir akraba veya arkadaş, hastanın vücut ağırlığına ilişkin tahmini kilo kaybından en az ikisinin olması kilo kaybı olarak kabul edilebilir. Bu yöntem, prognostik olarak doğrulanmamış olsa da, faydalı olmaya devam etmektedir.

Kilo kaybının miktarına ek olarak, süre de dikkate alınmalıdır. Çok kısa bir zaman dilimi yalnızca akut hastalıkları düşündürürken; çok uzun bir zaman diliminde kilo kaybının olması, altta yatan ciddi bir hastalıktan ziyade diğer uzun vadeli fizyolojik değişiklikleri yansıtabilir. Yıllar önce meydana gelen istemsiz kilo kaybı, daha

sonraki dönemde geri kazanımla birlikte, ilerleyici bir hastalığı yansıtmaz, ancak bu durum tekrarlayan bir durumun belirtisi olabilir (3-7).

İstemsiz kilo kaybı, sarkopeni veya kaşeksi gibi diğer zayıflama bozuklukları ile eş anlamlı değildir.

Sarkopeni, jeneralize ve progresif kas kütlesi ve kuvvet kaybı ile karakterize geriatrik bir sendromdur. Birincil (yaşa bağlı) veya ikincil (çoklu morbiditeye bağlı) nedenlere bağlı olabilir ve sıklıkla güçsüzlük, düşük yaşam kalitesi ve ölüm gibi kötü sonuçlara yol açabilir (1,8).

Kaşeksi, kas kütlesi kaybı ile karakterize klinik bir sendromdur ve altta yatan bir hastalığa atfedilebilen inflamatuvar metabolik düzensizliklerden kaynaklanır. 12 ay veya daha kısa sürede en az %5 kilo kaybı, altta yatan bir hastalığın varlığı ile azalmış kas gücü, yorgunluk, anoreksi, düşük yağsız kitle indeksi ve anormal laboratuvar testleri (artmış inflamatuvar belirteçler, anemi, düşük serum albümin) olmak üzere bu 5 maddeden 3'ünün olması ile tanı konmaktadır. Bu koşullar istemsiz kilo kaybı ile eş anlamlı olmasa da, hastalarda kilo kaybının bir sonucu olarak hem sarkopeni hem de kaşeksi gelişebilir (1,3,7).

¹ Uzm. Dr., Isparta Şarkikaraağaç Dr. Sadettin Bilgiç Devlet Hastanesi, drmervekosucu@gmail.com

KAYNAKLAR

1. Perera LAM, Chopra A, Shaw AL. Approach to Patients with Unintentional Weight Loss. *Medical Clinics of North America*. 2021. p. 175–186. doi:10.1016/j.mcna.2020.08.019
2. Marton KI, Sox HC, Krupp JR. Involuntary weight loss: Diagnostic and prognostic significance. *Annals of Internal Medicine*. 1981;95(5): 568–574. doi:10.7326/0003-4819-95-5-568
3. Bosch X, Monclús E, Escoda O, et al. Unintentional weight loss: Clinical characteristics and outcomes in a prospective cohort of 2677 patients. *PLoS ONE*. 2017;12(4). doi:10.1371/journal.pone.0175125
4. Jin Y, Cho J, Lee I, et al. Involuntary weight loss and late-life depression in Korean older adults. *Iranian Journal of Public Health*. 2020;49(4): 637–644. doi:10.18502/ijph.v49i4.3169
5. Rao S, Kikano EG, Smith DA, et al. Unintentional weight loss: what radiologists need to know and what clinicians want to know. *Abdominal Radiology*. 2021;46(5): 2236–2250. doi:10.1007/s00261-020-02908-6
6. Torné Cachot J, Baucells Azcona JM, Blanch Falp J, et al. Isolated involuntary weight loss: Epidemiology and predictive factors of malignancy. *Medicina Clínica (English Edition)*. 2019;152(10): 384–390. doi:10.1016/j.medcle.2019.03.008
7. Wong CJ. Involuntary weight loss. *Medical Clinics of North America*. 2014. p. 625–643. doi:10.1016/j.mcna.2014.01.012
8. Sökmen ÜN, Dişçigil G. Sarcopenia in the elderly. *The Journal of Turkish Family Physician*. 2017;8(2): 49–54. doi:10.15511/tjtfp.17.00249
9. Aligué J, Vicente M, Arnau A, et al. Etiologies and 12-month mortality in patients with isolated involuntary weight loss at a rapid diagnostic unit. *PLoS ONE*. 2021;16(9 September). doi:10.1371/journal.pone.0257752
10. Gaddey HL, Holder K. Unintentional Weight Loss in Older Adults. *American Family Physician*. 2014;89(9):718-722
11. Nicholson BD, Hamilton W, O’Sullivan J, et al. Weight loss as a predictor of cancer in primary care: A systematic review and meta-analysis. *British Journal of General Practice*. 2018;68(670): e311–e322. doi:10.3399/bjgp18X695801