

METABOLİK SENDROM

Hafize ÖZDEMİR ALKANAT

Tanım

Sendrom kelimesi “*Súndromos*” kökünden türeyip “birlikte koşmak” anlamına gelen Yunanca bir terimdir. Anlam yönüyle bakıldığında sendromu belki de en iyi betimleyen örnek, metabolik sendrom (MetS)’dur. MetS toplumda yaygın olarak görülen, kardiyovasküler, endokrin sistem ve lipid metabolizmasında organize bozukluklara neden olan ciddi bir halk sağlığı sorunudur. İlk olarak 1988’de Amerikalı endokrinolog Gerald Reaven tarafından sendrom X olarak adlandırılan MetS; obezite, hipertansiyon, hiperlipidemi, artmış insülin direnci ve kardiyovasküler problemlerin birlikte seyretmesi ile karakterizedir. MetS, ayrıca insülin direnci sendromu, polimetabolik sendrom, ölümcül dörtlü, kardiyometabolik sendrom, dismetabolik sendrom ve Reaven sendromu gibi farklı isimlerle de adlandırılmıştır.

Görülme Sıklığı

Dünyada ve ülkemizde MetS sıklığına ilişkin önemli taramalar yapılmıştır. Araştırmalar sonucunda saptanan prevalans değeri; cinsiyet, yaş, örneklem büyüklüğü ve kullanılan tanı kriterleri gibi değişkenlere bağlı olarak farklılık gösterse de MetS görülme sıklığı ile ilgili söylebilecekler aşağıda sıralanmıştır:

- Avrupa ve Amerika Birleşik Devletleri nüfusunun yaklaşık $\frac{1}{4}$ ’inde MetS görülmektedir.
- Ülkemizde MetS prevalansı ortalama %30-40 arasındadır.
- Çocukluk çağından itibaren yaşla birlikte MetS görülme sıklığı artar.
- Ülkemizde ve birçok doğu ülkesinde MetS görülme sıklığı kadınlarda daha yüksektir.
- Batılı ülkelerde ise bu oran erkeklerde hafifçe daha yüksek olmakla birlikte cinsiyetler arasında belirgin fark yoktur.

Etiyoloji

Metabolik sendromun nedenlerini temel olarak iki başlık altında incelemek mümkündür:

1. Sağlıksız yaşam davranışları (kötü beslenme alışkanlıkları, sedanter yaşam, sigara, alkol tüketimi, stres vb.)
2. Genetik ve epigenetik faktörler

Bu sendromun temelinde genetik faktörlerden çok sağlıksız yaşam tarzı davranışları yer almaktadır. Günümüzde tüketime dayalı, egzersizden uzak, yoğun stres altında sürdürülen endüstriyel yaşam tarzı, insan sağlığını ciddi biçimde tehdit etmektedir. Bu yaşam tarzıyla birlikte bireyler doğal ve sağlıklı yiyeceklerden uzaklaşarak hazır, rafine ve raf ömrü uzatılmış

Kaynaklar

1. Amer, İ., Dabak, R., Tamer, G., Orbay, E., & Sargın, M. Hiperlipidemi. RNA Aile Hekimliği Dergisi.2008; 2(3), 6-10.
2. Aygün, N. Obezite tanımı, komplikasyonları, endokrin kontrolü ve beslenme tedavisi. Okmeydanı Tıp Dergisi.2014; 30, 45-49.
3. Aytekin O(ed):Metabolik Sendrom Yıllığı, 2009: http://www.metsend.org/pdf/Metabolik_Sendrom.pdf (Erişim tarihi: 5 Haziran 2018).
4. Bozkırlı, E. Dislipidemi tanımı, etiyojisi ve sınıflandırması. Türkiye Klinikleri Journal of Endocrin Special Topics. 2018;11(1):6-9
5. Brownell KD:The LEARN Program for weight management. 10th.ed, Dallas, Texas, American-Health Publishing Company, 2004.
6. Carels RA, Young KM, Koball A, et al:Transforming your life: an environmental modification approach to weight loss.: J Health Psychol 2011;16(3):430-438.
7. Çukur, A., & Arıtı, E. Obezite vergilerinin obezite ile mücadelede yeri: Türkiye için bir değerlendirme. Sayıştay Dergisi.2017; (106).
8. Demirtaş A, Akbayrak N: Metabolik sendrom yönetiminde hemşirenin sorumlulukları.:HEAD 2016;13(3):196-201.
9. Erge, S. Obezitede diyet tedavisini destekleyen davranışsal tedavi. Turkish Journal of Endocrinology and Metabolism.2003; 2, 75-82.
10. Ford ES, Giles WH, Dietz WH: Prevalence of the metabolic syndrome among US adults: findings from the third National Health and Nutrition Examination Survey.: JAMA 2002;287:356-359.
11. Giugliano D, Ceriello A, Esposito K: Are there specific treatments for the metabolic syndrome?: Am J Clin Nutr 2008; 87:8-11.
12. Kılıçarslan, A., & Öz, G. Ş. Hiperlipidemiye güncel bakış.İç Hastalıkları Dergisi. 2012;19:1-8
13. Kozan Ö, Oğuz A, Abacı A, et al: Prevalence of the metabolic syndrome among Turkish adults. :Eur J Clin Nutr 2007;61:548-553.
14. Lipid Metabolizma Bozuklukları Tanı ve Tedavi Kılavuzu 2018. "Türkiye Endokrinoloji ve Metabolizma Derneği." Baskı, Miki Matbaacılık san. ve Tic. Ltd. Şti, 2018; Ankara
15. Motoshima H, Wu XD, Sinha MK, et al: Differential regulation of adiponectin secretion from cultured human mental and subcutaneous adipocytes: effects of insulin and rosiglitazone.: J Clin Endocrinol Metab 2002;87:5662-5667.
16. Obezite, Tanı ve Tedavi Kılavuzu 2015. "Türkiye Endokrinoloji ve Metabolizma Derneği." Baskı, Miki Matbaacılık san. ve Tic. Ltd. Şti, 2015;Ankara
17. Oğuz A, Altuntaş Y, Karşıdağ K, et al:The prevalence of metabolic syndrome in Turkey.: Obesity-Reviews 2010;11:486.
18. Onat A (ed), Can G, Yüksel H, ve ark: TEKHARF 2017 Tıp Dünyasının Kronik Hastalıklara Yaklaşımına Öncülük, 2017: <http://file.tkd.org.tr/PDFs/TEKHARF-2017.pdf> (Erişim tarihi: 4 Haziran 2018).
19. Osteoporoz ve metabolik kemik hastalıkları tanı ve tedavi kılavuzu 2016. Baskı, Miki Matbaacılık san. ve Tic. Ltd. Şti, 2016;Ankara
20. Özdemir H, Taşçı S: Motivasyonel görüşme tekniği ve hemşirelikte kullanımı.: Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi 2013;1(1):41-47.
21. Prochaska JO, Clemente CC: Transtheoretical therapy: toward a more integrative model of change:Psychotherapy: theory, research and practice 1982;19(3):276-288.
22. Reaven GM: Role of insulin resistance in human disease. Diabetes 1988;37:1595-1607.
23. Satman, İ. Türkiye'de obezite sorunu. Türkiye Klinikleri Journal of Gastroenterohepatology Special Topics.2016; 9(2), 1-11.
24. Sözen, T., Gogas Yavuz, D. Metabolik Kemik Hastalıkları Tanı ve Tedavi Kılavuzu 2014. Türkiye Endokrinoloji ve Metabolizma Derneği.2014;1, 19-27
25. Steinberg GR:Inflammation in obesity is the common link between defects in fatty acid metabolism and insulin resistance.: Cell Cycle 2007;6:888-894.
26. Şendur MAH, Güven GS: Metabolik Sendroma Güncel Bakış.: İç Hastalıkları Dergisi 2011; 18: 125-131.
27. Third report of the National Cholesterol Education Program (NCEP). Expert panel on detection, evaluation, and treatment of high blood cholesterol in adults. (Adult Treatment Panel III). Final report.: Circulation 2002;106:3143-3241. <http://circ.ahajournals.org/content/106/25/3143.long> (Erişim tarihi: 4 Haziran 2018).

28. The IDF consensus worldwide definition of the metabolic syndrome 2005 <https://www.idf.org/e-library/consensus-statements/60-idfconsensus-worldwide-definitionof-the-metabolic-syndrome.html> (Erişim tarihi: 4 Haziran 2018).
29. Türkiye Endokrinoloji ve Metabolizma Derneği Metabolik Sendrom Kılavuzu 2009 http://temd.org.tr/admin/uploads/tbl_yayinlar/metabolik_sendrom.pdf (Erişim tarihi: 4 Haziran 2018).
30. Walker, J. Pathogenesis, diagnosis and management of Paget's disease of the bone. *Nursing Older People*. 2014; 26(8).
31. World Health Organization. Definition, diagnosis and classification of diabetes mellitus and its complications: report of a WHO consultation. Part 1: Diagnosis and classification of diabetes mellitus, 1999. http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/66040/WHO_NCD_NCS_99.2.pdf?sequence=1&isAllowed=y (Erişim tarihi: 4 Haziran 2018).
32. Yeğen BÇ, Alican İ, Solakoğlu Z (eds). *Guyton tıbbi fizyoloji*, 13.baskı, Ankara, Güneş Tıp Kitabevleri, 2017.