

# OBEZİTENİN RUH SAĞLIĞI ÜZERİNE ETKİLERİ

## 27. BÖLÜM

Oğuzhan KILINÇEL<sup>1</sup>  
Rukiye AY<sup>2</sup>

Obezite ve aşırı kilo, birçok fiziksel hastalığa neden olmakla birlikte ciddi psikiyatrik bozukluklarla da ilişkilidir. 1946 yılında Nicholson'un ruhsal hastalığı olan bireylerde obezite riskinin arttığına ilişkin raporlarından sonra bu alanda çok sayıda araştırma yapılmaya başlanmıştır(1). Tüm bu araştırmaların sonucunda obezite ve ruh sağlığı arasında iki yönlü bir ilişkinin olduğu gösterilmiştir. Ruhsal hastalığı olan bireylerde 2-3 kat artmış obezite riski, obezitesi olan bireylerin de %30-70 arasında ruhsal hastalığa sahip olduğu saptanmıştır. Obezite, depresyon, bipolar gibi duygudurum bozuklukları, anksiyete, kişilik bozuklukları, dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu (DEHB), tıknırcasına yeme bozukluğu, travma, şizofreni ve ruhsal hastalıkların tedavisinde kullanılan ilaçlarla ilişkilendirilmektedir(2). Bununla birlikte obezite nedeniyle depresyon, duygusal ve davranışsal bozukluklar, düşük benlik saygısı, motivasyon bozuklukları, yeme bozuklukları, bozulmuş vücut imajı ve düşük yaşam kalitesi gibi psikolojik sorunlar meydana gelmektedir (3).

<sup>1</sup> Uzman Doktor, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları, Sakarya Yenikent Devlet Hastanesi, okilincel@gmail.com

<sup>2</sup> Uzman Doktor, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları, Bursa Yüksek İhtisas Eğitim ve Araştırma Hastanesi, rukiyeayy@gmail.com

tedavisinin temelini oluşturan atipik antipsikotikler, iştah artışı, kilo alımı, dislipidemi ve tip-2 diyabet gibi ciddi metabolik değişikliklere neden olmaktadır. İştah artışının yanı sıra, gecikmiş tokluk sinyalleri de kilo almanın nedenleri arasında öne sürülmüştür. Bununla birlikte ikinci kuşak antipsikotiklerin çok farklı mekanizmalarla kilo alımına neden olduğu düşünülmektedir (33):

1. Azalan enerji harcamasının indüklerler.
2. Önceden var olan hedonik değişiklikleri daha da kötüleştirerek opioidergik aktiviteyi arttırlar.
3. Lateral hipotalamik serotonin ve/veya histamin aracılı eylemlerin işlevini değiştirebilirler.
4. Dopamin antagonistlerini uyarırlar.
5. Hem periferik hem de beyin dokusundaki hücrelerde glikoz birikimine doğrudan etki eden glikoz taşıyıcı (GLUT) proteinini bloke ederek glikoz alımını değiştirirler.
6. Doğrudan insülin direncini ve insülin salınımını bozarlar.
7. Lipogenezi uyarıp ve lipolizi inhibe ederek trigliserit birikimini arttırlar.
8. Beynin glikoz kullanımını ayarlayan HPA ekseninin aktivitesinde azalmaya yol açar ve beyine yetersiz enerji aktarılmasına sebep olurlar ve bunun sonucunda hipotalamik düzeyde gıda alımında telafi edici bir artış meydana gelmektedir.

## Sonuç

Obezite ve ruhsal sorunlar arasında çift yönlü, karmaşık bir ilişki vardır. Literatürde bu ilişkilerin birçoğunun mekanizmasına açıklık getirilmeye çalışılsa da hala net olmayan ve açıklanamayan bulgular yer almaktadır. Bununla birlikte, obezitesi olan bireylerin üzerindeki hastalık yükünü azaltmak için ruh sağlığı koruyucularının ve diğer sağlık birimlerinin destek olması önem arz etmektedir.

## Kaynaklar

1. Nicholson WM. Emotional factors in obesity. The American Journal of the medical sciences. 1946;211:443-7.
2. Remington G. Schizophrenia, antipsychotics, and the metabolic syndrome: is there a silver lining? The American Journal of psychiatry. 2006;163(7):1132-4.
3. Russell-Mayhew S, McVey G, Bardick A, Ireland A. Mental health, wellness, and childhood overweight/obesity. Journal of obesity. 2012;2012:281801.
4. Taylor V, MacQueen G. Associations between bipolar disorder and metabolic syndrome: A review. The Journal of clinical psychiatry. 2006;67(7):1034-41.

5. Control CfD, Prevention. Depression and Obesity in the US Adult Household Population, 2005-2010. 2014.
6. Lasserre AM, Glaus J, Vandeleur CL, Marques-Vidal P, Vaucher J, Bastardot F, et al. Depression with atypical features and increase in obesity, body mass index, waist circumference, and fat mass: a prospective, population-based study. *JAMA psychiatry*. 2014;71(8):880-8.
7. Brumby S, Chandrasekara A, Kremer P, Torres S, McCoombe S, Lewandowski P. The effect of physical activity on psychological distress, cortisol and obesity: results of the Farming Fit intervention program. *BMC public health*. 2013;13:1018.
8. Lago F, Dieguez C, Gómez-Reino J, Gualillo O. Adipokines as emerging mediators of immune response and inflammation. *Nature clinical practice Rheumatology*. 2007;3(12):716-24.
9. Degawa-Yamauchi M, Moss KA, Bovenkerk JE, Shankar SS, Morrison CL, Lelliott CJ, et al. Regulation of adiponectin expression in human adipocytes: effects of adiposity, glucocorticoids, and tumor necrosis factor alpha. *Obesity research*. 2005;13(4):662-9.
10. Mond J, van den Berg P, Boutelle K, Hannan P, Neumark-Sztainer D. Obesity, body dissatisfaction, and emotional well-being in early and late adolescence: findings from the project EAT study. *The Journal of adolescent health : official publication of the Society for Adolescent Medicine*. 2011;48(4):373-8.
11. Jackson TD, Grilo CM, Masheb RM. Teasing history, onset of obesity, current eating disorder psychopathology, body dissatisfaction, and psychological functioning in binge eating disorder. *Obesity research*. 2000;8(6):451-8.
12. Durso LE, Latner JD. Understanding self-directed stigma: development of the weight bias internalization scale. *Obesity (Silver Spring, Md)*. 2008;16 Suppl 2:S80-6.
13. Danielsen YS, Stormark KM, Nordhus IH, Mæhle M, Sand L, Ekornås B, et al. Factors associated with low self-esteem in children with overweight. *Obesity facts*. 2012;5(5):722-33.
14. Erkaya R, Karabulutlu Ö, Yeşilçiçek Çalik K. The effect of maternal obesity on self-esteem and body image. *Saudi journal of biological sciences*. 2018;25(6):1079-84.
15. Carr D, Friedman MA. Is obesity stigmatizing? Body weight, perceived discrimination, and psychological well-being in the United States. *Journal of health and social behavior*. 2005;46(3):244-59.
16. Schwimmer JB, Burwinkle TM, Varni JW. Health-related quality of life of severely obese children and adolescents. *Jama*. 2003;289(14):1813-9.
17. Cartwright M, Wardle J, Steggle N, Simon AE, Croker H, Jarvis MJ. Stress and dietary practices in adolescents. *Health psychology : official journal of the Division of Health Psychology, American Psychological Association*. 2003;22(4):362-9.
18. van Jaarsveld CH, Fidler JA, Steptoe A, Boniface D, Wardle J. Perceived stress and weight gain in adolescence: a longitudinal analysis. *Obesity (Silver Spring, Md)*. 2009;17(12):2155-61.
19. Kouvonen A, Kivimaki M, Cox SJ, Cox T, Vahtera J. Relationship between work stress and body mass index among 45,810 female and male employees. *Psychosomatic medicine*. 2005;67(4):577-83.
20. Peters A, Kubera B, Hubold C, Langemann D. The selfish brain: stress and eating behavior. *Frontiers in neuroscience*. 2011;5:74.
21. Foss B, Dyrstad SM. Stress in obesity: cause or consequence? *Medical hypotheses*. 2011;77(1):7-10.

22. Isohookana R, Marttunen M, Hakko H, Riipinen P, Riala K. The impact of adverse childhood experiences on obesity and unhealthy weight control behaviors among adolescents. *Comprehensive psychiatry*. 2016;71:17-24.
23. Singh M. Mood, food, and obesity. *Frontiers in psychology*. 2014;5:925.
24. Felitti VJ. Childhood sexual abuse, depression, and family dysfunction in adult obese patients: a case control study. *Southern medical journal*. 1993;86(7):732-6.
25. Russell E, Koren G, Rieder M, Van Uum S. Hair cortisol as a biological marker of chronic stress: current status, future directions and unanswered questions. *Psychoneuroendocrinology*. 2012;37(5):589-601.
26. Kuo LE, Kitlinska JB, Tilan JU, Li L, Baker SB, Johnson MD, et al. Neuropeptide Y acts directly in the periphery on fat tissue and mediates stress-induced obesity and metabolic syndrome. *Nature medicine*. 2007;13(7):803-11.
27. Mason SM, Flint AJ, Roberts AL, Agnew-Blais J, Koenen KC, Rich-Edwards JW. Post-traumatic stress disorder symptoms and food addiction in women by timing and type of trauma exposure. *JAMA psychiatry*. 2014;71(11):1271-8.
28. Pagoto SL, Curtin C, Lemon SC, Bandini LG, Schneider KL, Bodenlos JS, et al. Association between adult attention deficit/hyperactivity disorder and obesity in the US population. *Obesity (Silver Spring, Md)*. 2009;17(3):539-44.
29. Cook BG, Li D, Heinrich KM. Obesity, Physical Activity, and Sedentary Behavior of Youth With Learning Disabilities and ADHD. *Journal of learning disabilities*. 2015;48(6):563-76.
30. Levitan RD, Masellis M, Lam RW, Muglia P, Basile VS, Jain U, et al. Childhood inattention and dysphoria and adult obesity associated with the dopamine D4 receptor gene in overeating women with seasonal affective disorder. *Neuropsychopharmacology : official publication of the American College of Neuropsychopharmacology*. 2004;29(1):179-86.
31. Traversy G, Chaput JP. Alcohol Consumption and Obesity: An Update. *Curr Obes Rep*. 2015;4(1):122-30.
32. Pickering RP, Goldstein RB, Hasin DS, Blanco C, Smith SM, Huang B, et al. Temporal relationships between overweight and obesity and DSM-IV substance use, mood, and anxiety disorders: results from a prospective study, the National Epidemiologic Survey on Alcohol and Related Conditions. *The Journal of clinical psychiatry*. 2011;72(11):1494-502.
33. Avila C, Holloway AC, Hahn MK, Morrison KM, Restivo M, Anglin R, et al. An Overview of Links Between Obesity and Mental Health. *Curr Obes Rep*. 2015;4(3):303-10.
34. Mauro M, Taylor V, Wharton S, Sharma AM. Barriers to obesity treatment. *European journal of internal medicine*. 2008;19(3):173-80.
35. Tholin S, Lindroos A, Tynelius P, Akerstedt T, Stunkard AJ, Bulik CM, et al. Prevalence of night eating in obese and nonobese twins. *Obesity (Silver Spring, Md)*. 2009;17(5):1050-5.
36. de França GV, Gigante DP, Olinto MT. Binge eating in adults: prevalence and association with obesity, poor self-rated health status and body dissatisfaction. *Public health nutrition*. 2014;17(4):932-8.
37. Schreiber LR, Odlaug BL, Grant JE. The overlap between binge eating disorder and substance use disorders: Diagnosis and neurobiology. *J Behav Addict*. 2013;2(4):191-8.

38. Corwin RL, Avena NM, Boggiano MM. Feeding and reward: perspectives from three rat models of binge eating. *Physiology & behavior*. 2011;104(1):87-97.
39. Iannaccone M, D'Olimpio F, Cella S, Cotrufo P. Self-esteem, body shame and eating disorder risk in obese and normal weight adolescents: A mediation model. *Eating behaviors*. 2016;21:80-3.
40. van Zutven K, Mond J, Latner J, Rodgers B. Obesity and psychosocial impairment: mediating roles of health status, weight/shape concerns and binge eating in a community sample of women and men. *International journal of obesity (2005)*. 2015;39(2):346-52.
41. Udo T, McKee SA, White MA, Masheb RM, Barnes RD, Grilo CM. Sex differences in biopsychosocial correlates of binge eating disorder: a study of treatment-seeking obese adults in primary care setting. *General hospital psychiatry*. 2013;35(6):587-91.
42. Bouza C, López-Cuadrado T, Amate JM. Physical disease in schizophrenia: a population-based analysis in Spain. *BMC Public Health*. 2010;10:745.