



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

مستشفى الملك فهد الجامعي
King Fahad Hospital The University

العلاج الدوائي السمنة

Medical Treatment of Obesity



ما هي السمنة؟

السمنة مرض مزمن يتمثل في تراكم الدهون و الأنسجة الدهنية بشكل مفرط حينما يتجاوز معدل كتلة الجسم 30كجم/م².

كيف يتم تصنيف السمنة؟

يمكن تصنيف السمنة حسب معدل كتلة الجسم الى:

مؤشر كتلة الجسم	حالة الوزن
أقل من 18.5 كجم/م ²	نقص الوزن
من 18.5-24.9 كجم/م ²	المعدل الطبيعي
من 25 – 29.9 كجم/م ²	زيادة الوزن
30-34.9 كجم/م ²	السمنة من الدرجة الأولى
35-39.9 كجم/م ²	السمنة من الدرجة الثانية
أكثر من 40 كجم/م ²	السمنة من الدرجة الثالثة

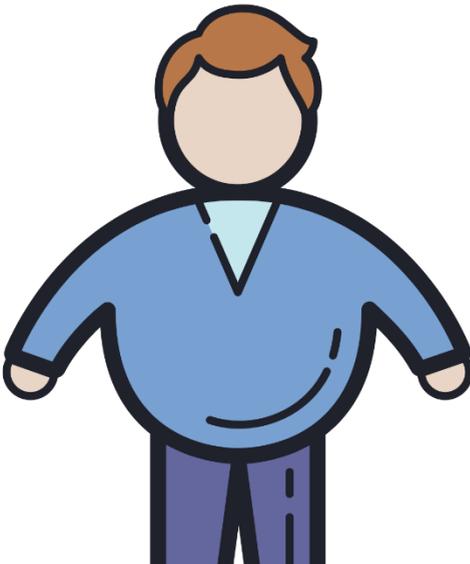
ما هي تبعات السمنة؟

- للسمنة تبعات عديدة حيث أنها تؤدي الى الكثير من المشاكل الطبية و النفسية و الاجتماعية. كما أنها تزيد من خطر الإصابة بالسكري من النوع الثاني
- أكثر من 85% من مرضى السكري من النوع الثاني إما يعانون من زيادة الوزن أو السمنة
- ترتبط السمنة بزيادة خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية، وارتفاع الكوليسترول ، ومقاومة الأنسولين / مرض السكري، والسكتة الدماغية، وحصوات المرارة، والكبد الدهني، وانقطاع التنفس أثناء النوم، وكذلك السرطان



ما هي إحصائيات علم الأوبئة في السمنة؟

- أفاد المسح الصحي الوطني السعودي (SNHS) أن معدل انتشار السمنة (مؤشر كتلة الجسم BMI) تزيد عن أو تساوي 30 يبلغ 23.9% لدى البالغين بناءً على الوزن والطول المبلغين عنهما ذاتيًا.
- قدرت معدلات السمنة وزيادة الوزن بين الأطفال والمراهقين بعمر 14 سنة أو أقل بـ 7.3% و 10.5% على التوالي.



ما هو علاج السمنة؟

تعتبر التدخلات في نمط الحياة حجر الزاوية في علاج السمنة، تشمل هذه التدخلات:

- عادات نمط الحياة الصحية، والتغييرات الغذائية، والاستشارات الغذائية، وممارسة الرياضة البدنية وكذلك التدخلات النفسية والسلوكية
- ممارسة النشاط البدني بانتظام (200-300 دقيقة/أسبوع)
- يكون الهدف هو تحقيق فقدان الوزن بنسبة تزيد عن أو تساوي 5% للأشخاص المصابين بداء السكري من النوع 2 والذين يعانون من زيادة الوزن أو السمنة
- فقدان الوزن بنسبة 3-7% يحسن نسبة السكر في الدم وعوامل الخطر القلبية الوعائية المتوسطة الأخرى

ما هو علاج السمنة؟

- إن فقدان الوزن المستمر بنسبة تزيد عن 10% عادةً ما يحقق فوائد أكبر
- الاستفادة من الأدوية المتاحة في نهج شامل يمكن أن يكون مفيدا لفقدان الوزن وخاصة في حال اضيفت مع التعديلات الغذائية، وممارسة التمارين الرياضية بانتظام، وتغيير نمط الحياة



من يستطيع أن يستخدم أدوية خسارة الوزن؟

- مؤشر كتلة الجسم 30 كجم/م² أو أعلى
- مؤشر كتلة الجسم بين 27 - 29.9 كجم/م² مع وجود مشاكل صحية مرتبطة بالسمنة، مثل مرض السكري أو ارتفاع ضغط الدم



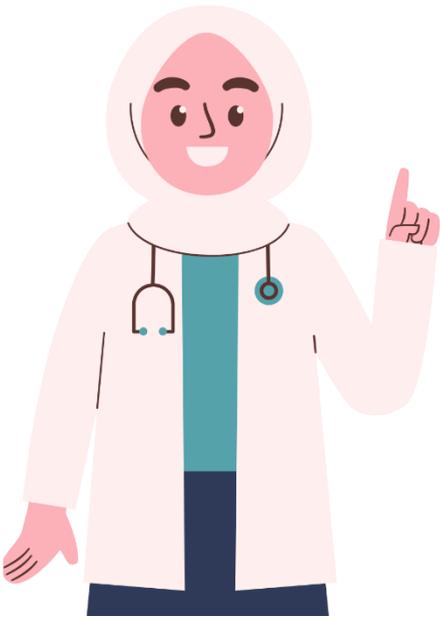
ماذا يجب أن تعرف قبل استخدام أدوية خسارة الوزن؟

1. الاستخدام يجب ان يتم تحت إشراف **طبيب متخصص** وطبقاً للإرشادات الدولية. ولا ينبغي تجاوز الجرعة الموصى بها.
2. ينبغي **الإبلاغ** عن أي آثار جانبية إلى الطبيب
3. يجب **إعلام الطبيب** بجميع الأدوية والمكملات الغذائية الأخرى التي يتم استخدامها في وقت واحد
4. يجب استخدام هذه الأدوية على النحو الذي يحدده الطبيب، ولا يجوز استخدامها **بشكل مفرط** أو لفترات طويلة

ماذا يجب أن تعرف قبل استخدام أدوية خسارة الوزن؟

5. يجب أن نفهم أن أدوية إنقاص الوزن ليست حلاً سحريًا ووحيدًا لفقدان الوزن. وينبغي استخدامها جنبًا إلى جنب مع التغيير إلى نمط الحياة الصحية، مثل التغذية المتوازنة وممارسة التمارين الرياضية بانتظام

6. من الضروري المراقبة المنتظمة لاستخدام أدوية إنقاص الوزن من قبل الطبيب المعالج لتقييم الاستجابة ومراقبة الآثار الجانبية والتأكد من سلامة العلاج



ماهي أدوية خسارة الوزن التي وافقت عليها إدارة

الأغذية والعقاقير؟

- ليراجلوتايد (ساكسيندا)
- سيماجلوتايد (ويجوفي)
- الزيبوند (Zepbound) وافقت عليه إدارة الغذاء والدواء الأمريكية في نوفمبر 2023
- البوبروبيون-النالتريكسون
- أورليستات
- فينترمين-توبيرامات



ما هي أدوية السمنة الحديثة ال (GLP1-RA)

و(GIP/GLP1-RA)؟

تستخدم عن طريق الحقن :

- الساكسندا (Sexenda) الجرعة الأولية هي 0.6 مجم مع زيادة 0.6 مجم أسبوعيًا حتى 3 مجم يوميًا (تعديل الجرعات: 0.6 < 1.2 < 1.8 < 2.4 < 3 مجم) ومتوسط فقدان الوزن 6%
- الوجيهوفي (Wegovy) جرعة البداية هي 0.25 مجم تزداد كل شهر حتى 2.4 مجم تؤخذ مرة واحدة أسبوعيًا (تعديل الجرعة 0.25 < 0.5 < 1 < 1.7 > 2.4 مجم) ومتوسط فقدان الوزن 12.5% في سنة واحدة
- الزيبوند (Zepbound) الجرعات المتاحة هي 5, 10, 15 مجم تؤخذ مرة واحدة أسبوعيًا مع متوسط فقدان الوزن بنسبة 20.9% خلال 72 أسبوعًا بجرعة 15 مجم

ما هي الآثار الجانبية لأدوية السمنة الحديثة؟

- اضطراب الجهاز الهضمي مثل الغثيان والقيء والإسهال والإمساك وحصوات المرارة وحساسية موقع الحقن
- التدرج في الجرعة يساعد في تقليل الآثار الجانبية كالغثيان

ما هي موانع استخدام أدوية السمنة الحديثة؟

- موانع الاستخدام تشمل الحمل/الرضاعة، التهاب البنكرياس تاريخ مرضي بسرطان الغدة الدرقية أو متلازمة أورام الغدد الصماء المتعددة من النوع 2 (MENs 2)

المصادر والمراجع:

جميع الصور المستخدمة من موقع [canva.com](https://www.canva.com)

المراجعة والتدقيق:

تمت مراجعة محتوى هذا الكتيب من قبل استشاريين قسم الغدد الصماء والسكري بمستشفى الملك فهد الجامعي.

الغد الصماء والسكرى

وحدة التوعية الصحية

IAU-24-533



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

مستشفى الملك فهد الجامعي
King Fahad Hospital The University