

tyto relapsy předvídat, normalizovat a zpracovávat je bez morálního hodnocení, vykazují delší dobu udržení změn (16). V tomto ohledu je velmi efektivní zapojení dalších odborností – nutričního terapeuta, psychologa či farmaceuta – kteří pomáhají pacientovi udržet motivaci v mezidobí mezi lékařskými kontrolami (18).

Z hlediska farmakologické léčby (např. GLP-1 agonisté) je nutné, aby očekávání pacienta byla reálně nastavena – ani účinný lék nemůže nahradit změnu chování. Naopak kombinace behaviorálních technik a moderní farmakoterapie se ukazuje jako nejefektivnější přístup.

Význam motivace se neomezuje jen na vstupní fázi léčby, ale je **zásadní pro udržení změn**, prevenci relapsu a dlouhodobé adherence. Proto je doporučováno pravidelné hodnocení a posilování motivace v každém kontaktu s pacientem.

Závěr

Motivace pacienta je proměnlivá, dynamická a ovlivnitelná – nikoli daná nebo fixní. V léčbě obezity hraje zásadní roli, přičemž její absence by neměla být důvodem k rezignaci na léčbu. Právě cílená práce s motivací umožňuje překlenout často frustrující zkušenosti pacientů a vytvořit prostor pro reálnou změnu. Lékaři, kteří rozumí psychologickým aspektům obezity, dokáží nejen přesněji identifikovat bariéry změny, ale také vhodně přizpůsobit formu komunikace, podpořit pacientovu autonomii a navrhnout realistické intervence. Vzhledem k narůstajícímu využití farmakoterapie je klíčové, aby behaviorální podpora nezůstala v pozadí. **Podpora motivace není samostatná terapeutická oblast, ale součást každého efektivního kontaktu s pacientem s obezitou. Práce s motivací by tak měla být standardní součástí klinické praxe léčby obezity.**

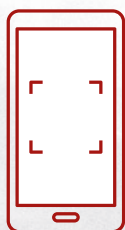
PROHLÁŠENÍ AUTORŮ: Prohlášení o původnosti: Publikace byla zpracována s využitím uvedené literatury a nebyla publikována ani zaslána k recenznímu řízení do jiného média. **Střet zájmů:** Žádný. **Financování:** Ne. **Poděkování:** N/A. **Registrace v databázích:** N/A. **Projednání etikou komisí:** N/A.

LITERATURA

1. Bray GA, Kim J, Wilding JPH. Obesity: a chronic relapsing progressive disease process. A position statement of the World Obesity Federation. *Obes Rev.* 2016;18(7):715-723.
2. Teixeira PJ, Carraça EV, Marques MM, et al. Motivation, self-determination, and long-term weight control. *Int J Behav Nutr Phys Act.* 2020;17(1):2.
3. Volkow ND, Koob GF, McLellan AT. Neurobiologic advances from the brain disease model of addiction. *N Engl J Med.* 2015;374(4):363-371.
4. Ryan RM, Deci EL. *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness.* New York: Guilford Press; 2017.
5. Ng JYY, Ntoumanis N, Thøgersen-Ntoumani C, et al. Self-determination theory applied to health contexts. *Perspect Behav Sci.* 2019;42(1):91-108.
6. Prochaska JO, DiClemente CC. Stages and processes of self-change of smoking. *J Consult Clin Psychol.* 1983;51(3):390-395.
7. Rollnick S, Miller WR, Butler CC. *Motivační rozhovory v praxi: pomoc lidem změnit se.* Přel. Bartoš M. Praha: Portál; 2013.
8. Martins RK, McNeil DW. Review of motivational interviewing in promoting health behaviors. *Clin Psychol Rev.* 2019;70:51-62.
9. Puhl RM, Himmelstein MS, Pearl RL. Weight stigma as a psychosocial contributor to obesity. *Am Psychol.* 2021;76(9):1301-1313.
10. Hebl MR, Xu J. Weighing the care: physicians' reactions to the size of a patient. *Int J Obes (Lond).* 2019;43(2):242-250.
11. Warziski MT, Sereika SM, Styn MA, Music E, Burke LE. Changes in self-efficacy and dietary adherence: predictors of weight loss success. *Appetite.* 2021;156:104984.
12. Schwarzer R, Luszczynska A, Ziegelmann JP, Scholz U, Lippke S. Social-cognitive predictors of physical exercise adherence: three longitudinal studies in rehabilitation. *Health Psychol.* 2016;25(1):54-65.
13. Farpour-Lambert NJ, Baker JL, Hassapidou M, et al. Childhood obesity: causes, consequences, and management. *Lancet Diabetes Endocrinol.* 2018;6(4):251-260.
14. Donnelly JE, Blair SN, Jakicic JM, et al. Mental health comorbidities in obesity management. *Obes Rev.* 2022;23(3):e13393.
15. Michie S, Ashford S, Sniehotta FF, et al. A refined taxonomy of behavior change techniques to help people change their physical activity and healthy eating behaviors: the CALO-RE taxonomy. *Psychol Health.* 2020;25(11):1479-1498.
16. Čadová E, Mareček J, Novák P, et al. Efektivita krátkých behaviorálních intervencí v léčbě obezity. *Prakt Med.* 2023;21(1):14-19.
17. Rubino D, Abrahamsson N, Davies M, et al. Effect of weekly semaglutide on weight loss in adults with overweight or obesity. *Lancet.* 2022;397(10270):971-984.
18. Yumuk V, Tsigos C, Fried M, et al. European guidelines for obesity management in adults. *Obes Facts.* 2023;16(2):67-82.

Nabídka Solenu

pro mladé lékaře...



SOLEN MEDICAL EDUCATION



- první kongres zdarma pro absolventy
- 40% sleva pro lékaře do 35 let na:
 - předplatné našich časopisů
 - námi pořádané kongresy
- brigády pro studenty medicíny