



בלי הדמה

להיות שמן — אין פירושו תמיד להיות חולה. אין פירושו גם להיות מכוער. אבל תעשייה שלמה מתעשרת מניצול פחדי השמנים

מלחמתה של רחל יפרח בעודפי השומן שלה נסתיימה בכי רע: בשיאו של טיפול-הרזייה שיטתי, היא הועלתה על שולחן הניתוחים בבית-חולים אסף הרופא, כדי לעבור קיי צור-מעיים — ונפטרה, בת 25 בסך-הכל.

בעלה ושלושת ילדיה, המתגוררים בקריית-מוצקין, יקבלו אמנם פיצוי כספי ממישרד-הבריאות — 75 אלף ש"ח — אך אין כסף או שווה-כסף העשוי לנחמם. סיפור עצוב. העובדה שהרבה אנשים שמנים נושאים את גופם בעצב, כמו היה אסור טבע מהלך על שתיים, אינה מפריעה

במעט מכל דבר, אינו מהסס עוד להרוויח מאסון הזולת וממרי חלתי; תעשייה שלמה מפיקה רווחים גדולים מחוללים. רופאי אים, פיסיות-רפואיים, מומחים לרפואה טיבעונית, רופאי-אליל וסתם שלטנים עושים חיים על חשבון השמנים, צוברים כסף ומתעשרים, בונים וילות, רוכי שים מכונות-פאר ומטיילים להנאתם ברחבי העולם בגלל רצונם של השמנים להרוות ולהתאים עצמם לנורמות האסי תטיות המקובלות. אל התעי שיה הקוסמתית בעלת הוותק

התופסת אצל בני כל העמים והמעי מרות החברתיים, בכל הזמנים. המרי שגים "שמן" ו"רוה" משתנים מעת לעת וממקום למקום. אדם רזה במושגי העמים הסלביים יכול להיחשב שמן אצל האנגלים, ההודים והיאפנים. אדם "רוה מאוד" אצל האיכרים שבמרכז רוסיה היה נחשב "שמן מאוד" בעיני האצילים הרוסיים.

אצל אמני הרנסנס, אשה יפה היתה גם אשה מלאתי-גוף; עד כדי כך, שיופיר-נסנסו היה נזקק היום לטיפול-הרזייה רחוק, כדי להמשיך ולשאת בתואר "יפה". ובכל זאת, הרופאים והפיסולוגים

צירציל, שליט יוגוסלביה יוסף ברוז טיטו, המלך הסעודי פאהד ועוד רבים אחרים. גם במקרי מותינו ישנם שמנים פעילים, כמו חיכ אברהם שפירא, השר אריאל שרון, הרב שמואל הד בהדאבדור ואיש הטלוויזיה רפי גינת.

ישנן מחלות התוקפות שמנים ביתר שאת: סכרת, אבנים בכיס המרה, יתר לחץ-דם, מחלות זיהומיות, מחלות-לב, טחורים, מחלות פרקים, מחלות עור. האם יש קשר בין השמנה לתמותת-ייתר?

התמותה בקרב גילאים שמעל 45 הסובלים מהשמנה גדולה פי 1.5 מאשר אצל הלא-שמנים. תוחלת החיים בשיכי בת האנשים, שמישקלה עולה ב-10 אחוז על הנורמה, יורדת בשנה אחת. אך ראוייה לציון העובדה, שאין נתונים סטטיסטיים המוכיחים כי אדם שמן מאריך את תוחלת החיים שלו כשהוא מוריד ממישקלו. השערה: לא ההשמנה גורמת לקיצור תוחלת החיים; אנשים בעלי מיבנה שמן נושאים מחלות, והן המחלות! — שמקצרות את חייהם. ההשמנה גורמת להפחתת כושר הפעילות המינית; אכן כן, ולעומת זו רווחת השערה, שנושאים שמנות הן יותר תאוונות. ומה על קצב ההשמנה?

גשתו הסובייקטיבית של האדם. לפי הגדרה סובייקטיבית-פיסולוגית, אדם נחשב שמן כשהוא מרגיש שהוא כן שמן. הוא מתחיל להשמין, כשד... ש. שמינהגיו מישתנים: הוא פעיל פחות מכפי שהיה בעבר, מתעייף על נקלה ונוקק להחליף בגדים שהפכו לפתע צריך בכגדים חדשים, בעלי מידות יותר גדולות.

הפרופ' עזרה זוהר: "אין להג"ר השמנה עליפי מיספר הק"ר לוגרמים, אם מכריד וקרוביך חוזרים ואומרים לך ששמנת, סימן שאכן כך — היית לאדם יותר שמן."

בעשורים האחרונים הולכים בני-האדם ומשמנים והאנושות הולכת ותופחת.

מהן סיבות ההשמנה? בין השאר — **שינויים בוויסות חילופי חומרים שומניים.** מקור השינויים האלה יכול להיות במערכת-עצבים מרכזית ופריפריית, כמו גם בתוך תאי צלולוזה. לעתים נגרמים השינויים על-ידי גושים במוח, באיזור בלוטת היפר פי.

שינויים בבלוטות פני-מיות מסוימות המפרישות הורמונים, כמו בלוטת המגן.

השמנה תורשתית (גנטית). שיעורי השמנת-נשים כפולים מאלה של גברים, השמנת נשים מתחילה

הדוילארים השמנים

- **השמנה מהירה מאוד:** 3-2 ק"ג בחודש.
- **השמנה איטית:** עד 0.5 ק"ג בחודש.
- **השמנה בלתי-משתנה:** מי גיעים למישקל מסוים ונעצרים בו. האנרגיה וכושר העבודה יורדים רק בהשמנה מהירה מאוד. בהשמנות כד"ג שנה ושלישית יש כאלה שאפילו מעלים את כושר המאמץ שלהם (טונוס) ואת יכולתם לעבוד.

בגילים 35-40 והשמנת גברים — כ-40-45. הפעילות הפיסית הינה גורם שולי בתהליך ההשמנה: ישנם אנשים שאינם מורגלים בפעילות פיסית ובכל זאת אינם משמינים; ויש, לעומתם, אנשים המורגלים בפעילות פיסית ובכל זאת משמינים.

ההיסטוריה רצופה בניבורים פעילים שהיו כבדי-גוף; הקיסרות הרומית מסלינה, ראש ממשלת בריטניה וינסטון

מסכימים היום על הגדרות רפואיות של "אדם רזה", "אדם שמן" ו"אדם לריקה בהשמנת-יתר". את הקבוצה האחד רונה מוסיפים וממיינים עליפי-שלוש חלוקות-מישנה; לכל קבוצה מאפיינים מיספריים שונים, הנמדדים בקילוגרמים.

נתוני המישקל — השוב להרגיש — אינם אחידים לכל בני-האדם: הם משתנים עליפי הגיל, המין, מיבנה הגוף ורמת הפיתוח של השרירים.

נתלו תעשיות חדשות-יחסית: ניתוחים פלסטיים וטיפולי-הרזייה.

הטיפול בנשים שמנים הוא שוק פרוע משוחרר כמעט מכל ביקורת ומישמעת מדעית, פועל לפי חוקים ספקולטיביים. הוא מבוסס על פחדים מפני השמנה ועל רצון עז, שכמעט אינו בריכיבוש, להיפטר מעורפי-שומן. מיהו אדם שמן ומיהו אדם רזה? איז על כך תשובה אחת, מוחלטת.

לעמיתיי הרופאים לייצר אינסוף כד"ח על הנושא. "הריהו", שמעתי פעם עמית במיסרון בית-החולים, מצביע על אשה עת-בשר: "כמה דולארים אפשר לחלוב מן הפרה הזו..." ובהר דמנות אחרת: "מהשמן הזה אפשר לטי גן נסיעה טובה למזרח-הרחוק", אמר רופא והצביע על גבר כבדי-גוף, שמישי קלו — יותר מ-120 ק"ג — דחף אותו לחפש עזרה על שולחן הניתוחים. האדם, שלמד לעשות רווחים



חיכ אברהם שפירא — כמו אסון-טבע מהלך על שתיים

ניטול לרוגמה אדם שגובהו 180 ס"מ, מיבנה גופו רחב, רמת פיתוח השרירים שלו בינונית, הגבול העליון של אדם כזה, בקילוגרמים, הוא כדל-הלך:

גיל	גברים	נשים
20-29	77.4	75.9
30-39	85.1	82.9
40-49	88.9	88.1
50-59	87.0	84.1
60-69	84.4	81.6

כדי להתאים את הנורמה הזו לאדם בעל מיבנה בינוני, יש להוריד כ-4 ק"ג בהתאמה. כדי להתאימה למיבנה צר — יש להוריד עוד 4-3.5 ק"ג. לדוגמה: נורמת-מישקל של גבר בעל מיבנה בינוני בקבוצת הגיל 59-50 היא 83 ק"ג.

תוספת של 20 אחוזים לנתוני המישקל המופיעים בטבלה מעידה על ראשיתה של השמנה, תוספת של 40 אחוזים מצביעה על אדם שמן ואילו תוספת של 60 אחוזים פירושה — שמן מאוד!

הנורמות הללו הן נורמות יח-סיות; הן משתנות בצמוד לשינויים אחרים המתחוללים בחי-רה האנושית, כמו שינויים בכי-מות המזון ובסוג המזון, בפעי-לות הפיסית, ברמת-המחיייה וכי.

שמנות תאוותניות

בצר השימוש השכיח בטבלות מן הסוג הנ"ל, גוברת ההכרה בקרב המדענים, שאין די בנתונים מיספריים יבשים ויש צורך לשיים-לב להרי



שר אריאל שרון נושאים את גופם בעצב