



Obesitas

We spreken over obesitas of zwaarlijvigheid als je vetweefsel overdreven ontwikkeld is ten opzichte van je spier- en botmassa. Je BMI is 30 of hoger.

Over

Obesitas is een chronische ziekte waarbij je lichaam te veel vet opslaat, waardoor je problemen met je gezondheid kan ondervinden.

Er bestaan verschillende stadia van zwaarlijvigheid of obesitas:

- Matige obesitas (BMI tussen 30 en 35)
- Ernstige obesitas (BMI tussen 35 en 40)
- Morbide obesitas (BMI hoger dan 40)



Bereken je BMI

Op basis van de **Body Mass Index (BMI)** kunnen we je gewicht beoordelen.

[Bereken je BMI](#)

BMI	Beoordeling gewicht
< 18	ondergewicht
18 - 20	ondergewicht
20 - 25	gezond gewicht
25 - 30	overgewicht

30 - 35	matige obesitas
35 - 40	ernstige obesitas
> 40	morbide obesitas

Ook je taille heeft een invloed op deze berekening:

- Taille vrouw < 80 cm = gezond gewicht
- Taille man < 94 cm = gezond gewicht
- Taille vrouw tussen 80 cm en 87 cm = overgewicht
- Taille man tussen 94 cm en 101 cm = overgewicht
- Taille vrouw > 88 cm = obesitas
- Taille man > 101 cm = obesitas

Bij ernstige en morbide obesitas kan je meerdere aandoeningen ontwikkelen.

Denk aan:

- **Diabetes type 2**
- Hoge bloeddruk
- Hart-en vaatziekten
- **Galstenen**
- Verminderde vruchtbaarheid
- Verminderde slaapkwaliteit en **slaapapneu**
- Rug- en gewrichtsklachten
- Bepaalde kankers

Oorzaken van obesitas

Mogelijke oorzaken zijn:

- Genetisch bepaald: hormonaal en biochemisch
- Gerelateerd aan je gedrag en omgeving: je manier van koken, verkeerde eetgewoonten, te weinig beweging of economische factoren.

Het resultaat is een verstoorde energieverwerking: je lichaam slaat te veel vet op.

Klachten bij obesitas

Naarmate je gewicht toeneemt, treden er meer en meer klachten op zoals **vermoeidheid, kortademigheid, overvloedig zweten en pijnlijke gewrichten**.

Naast fysieke klachten veroorzaakt overgewicht ook **psychologische hinder**, zoals je minder mooi voelen en een negatief zelfbeeld hebben. Mensen met overgewicht moeten in hun omgeving ook afrekenen met vooroordelen, onbegrip en misprijzen. Overgewicht heeft daarom ook een **invloed op het sociaal leven**.

Ten slotte kan overgewicht op lange termijn ook heel wat **gezondheidsproblemen veroorzaken**, zoals **diabetes type II**, hart- en vaataandoeningen, te hoge bloeddruk (**hypertensie**), gewrichtsproblemen, **slaapapneu**, leververvetting en verminderde vruchtbaarheid.

Diensten

1 - 2 van 2

≡ Filters



Dienst

Endocrinologie

hormoonziekte, suikerziekte,
diabetes, obesitas, bijnier,
hormonen, schildklier,
hypofyse, calciumproblemen

Aanwezig op de volgende locaties:



Expertisecentrum

Obesitascentrum

obesitas, overgewicht,
zwaarlijvigheid

Aanwezig op de volgende locaties:

ZAS Cadix

ZAS Palfijn

ZAS Augustinus

ZAS Cadix

ZAS Elisabeth

ZAS Erasmus

ZAS Middelheim

ZAS Polikliniek Regatta

ZAS Sint-Jozef

ZAS Vincentius

Info ombudsdienst

Nullam id dolor id nibh ultricies vehicula ut id elit. Vivamus sagittis lacus vel augue laoreet rutrum faucibus dolor auctor. Integer posuere erat a ante venenatis dapibus posuere velit aliquet.

Verantwoordelijke uitgever

Nullam id dolor id nibh ultricies vehicula ut id elit. Vivamus sagittis lacus vel augue laoreet rutrum faucibus dolor auctor. Integer posuere erat a ante venenatis dapibus posuere velit aliquet.

Source: <https://www.zas.be/aandoeningen/obesitas>



Obesitas