

Φάρμακα κατά της παχυσαρκίας: Τα οφέλη υπερτερούν των κινδύνων – Τι δείχνει νέα μελέτη



Γεώργιος Π. Χρούσος

Πρώτη Δημοσίευση 26/08/2025, 11:37

Online Έκδοση 26/08/2025, 11:46

Share

Τα τελευταία χρόνια, οι αγωνιστές των υποδοχέων του πεπτιδίου τύπου γλυκαγόνης-1 (GLP-1 RAs) έχουν βρεθεί στο επίκεντρο της ιατρικής έρευνας αλλά και του δημόσιου ενδιαφέροντος. Ο λόγος είναι ότι τα [φάρμακα](#) αυτά, πέρα από τη θεραπεία του σακχαρώδους διαβήτη τύπου 2, έχουν αποδειχθεί ιδιαίτερα αποτελεσματικά και στη ρύθμιση του σωματικού βάρους, προσφέροντας σημαντική βοήθεια σε υπέρβαρους και παχύσαρκους ασθενείς. Ωστόσο, όπως συμβαίνει με κάθε νέα θεραπευτική προσέγγιση, συχνά εγείρονται ερωτήματα για την ασφάλεια και τις πιθανές ανεπιθύμητες ενέργειες.

Μια πρόσφατη μεγάλη συστηματική ανασκόπηση και μετα-ανάλυση, που συγκέντρωσε δεδομένα από 55 κλινικές μελέτες και περισσότερους από 100.000 ασθενείς, έρχεται να ρίξει περισσότερο φως σε αυτά τα ζητήματα. Η μελέτη δημοσιεύθηκε στο έγκριτο περιοδικό «Gastroenterology» και εξέτασε συγκεκριμένα αν οι GLP-1 RAs συνδέονται με αυξημένο κίνδυνο ηπατικών και γαστρεντερικών προβλημάτων. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι υπάρχει μια μικρή, αλλά υπαρκτή, αύξηση του κινδύνου για δύο καταστάσεις: τη χολολιθίαση (πέτρες στη χοληδόχο κύστη) και τη γαστροοισοφαγική παλινδρόμηση (ΓΟΠΝ).

Συγκεκριμένα: Για τη χολολιθίαση, η επίπτωση ήταν **0,6%** στους ασθενείς που έπαιρναν GLP-1 αγωνιστές, έναντι **0,5%** σε όσους έπαιρναν εικονικό φάρμακο. Σε απόλυτους αριθμούς, αυτό μεταφράζεται σε δύο περιστατικά ανά **1.000** ασθενείς. Για τη **ΓΟΠΝ**, η διαφορά ήταν λίγο πιο έντονη: **1%** στην ομάδα των GLP-1 αγωνιστών έναντι **0,3%** στο placebo, δηλαδή περίπου τέσσερα περιστατικά ανά **1.000** ασθενείς. Σημαντικό είναι ότι οι ερευνητές δεν βρήκαν αύξηση του κινδύνου για άλλες πιο σοβαρές ηπατικές ή γαστρεντερικές επιπλοκές, όπως χολοκυστίτιδα, παγκρεατίτιδα ή εντερική απόφραξη. Τα στοιχεία, λοιπόν, υποδηλώνουν ότι, σε γενικές γραμμές, τα φάρμακα αυτά είναι ασφαλή, με τις ανεπιθύμητες ενέργειες να περιορίζονται σε σχετικά ήπια προβλήματα και να εμφανίζονται σπάνια.

Οι αριθμοί

Οι αριθμοί αυτοί, αν και στατιστικά σημαντικοί, είναι καθησυχαστικοί όταν τοποθετηθούν στο σωστό πλαίσιο. Το απόλυτο ποσοστό εμφάνισης των εν λόγω επιπλοκών παραμένει χαμηλό. Για παράδειγμα, η πιθανότητα να εμφανίσει κάποιος πέτρες στη χολή λόγω της θεραπείας είναι της τάξεως των λίγων περιστατικών ανά χίλιους ανθρώπους. Επιπλέον, οι ασθενείς που λαμβάνουν GLP-1 αγωνιστές συνήθως έχουν ήδη αυξημένους παράγοντες κινδύνου για χολολιθίαση ή ΓΟΠΝ, όπως παχυσαρκία, διαβήτη τύπου 2 ή απότομη απώλεια βάρους. Έτσι, είναι δύσκολο να απομονωθούν πλήρως αν το φάρμακο από μόνο του ή η συνολική μεταβολική κατάσταση της/του ασθενούς συμβάλλει περισσότερο στην εμφάνιση αυτών των επιπλοκών.

Προς το παρόν, λοιπόν, φαίνεται ότι τα οφέλη υπερτερούν των κινδύνων, δεδομένου ότι οι GLP-1 αγωνιστές προσφέρουν πολλαπλά τεκμηριωμένα οφέλη, όπως ότι βελτιώνουν ουσιαστικά τον γλυκαιμικό έλεγχο στους διαβητικούς, συμβάλλουν στη μείωση του σωματικού βάρους – κάτι που με τη σειρά του μειώνει τον κίνδυνο για καρδιοπάθεια, υπέρταση και άλλες επιπλοκές – ενώ ορισμένα σκευάσματα έχει αποδειχθεί ότι μειώνουν την καρδιαγγειακή θνησιμότητα, προστατεύοντας την καρδιά και τα αγγεία.

Σε αυτό το πλαίσιο, ο ήπια αυξημένος κίνδυνος για προβλήματα, όπως η χολολιθίαση και η ΓΟΠΝ, μοιάζει ασήμαντος μπροστά στη μεγάλη κλινική αξία των φαρμάκων.

Εξατομίκευση

Για τον ασθενή που σκέφτεται να λάβει ή ήδη λαμβάνει έναν GLP-1 αγωνιστή, το βασικό μήνυμα είναι καθησυχαστικό: οι πιθανότητες εμφάνισης σοβαρής επιπλοκής είναι μικρές. Αντιθέτως, τα οφέλη στην υγεία, τόσο βραχυπρόθεσμα

όσο και μακροπρόθεσμα, είναι σημαντικά και καλά τεκμηριωμένα. Η σωστή ιατρική πρακτική βέβαια προϋποθέτει πάντοτε εξατομίκευση. Οι ασθενείς πρέπει να συζητούν με τον γιατρό τους τις ιδιαιτερότητες της δικής τους κατάστασης και να ενημερώνουν άμεσα για τυχόν συμπτώματα, όπως κοιλιακό πόνο ή έντονη δυσπεψία. Στις περισσότερες περιπτώσεις, με απλές οδηγίες και παρακολούθηση, τα φάρμακα μπορούν να συνεχιστούν με ασφάλεια.

Σημειωτέον, οι γυναίκες αναφέρουν διπλάσιες παρενέργειες κατά τη λήψη GLP-1 αγωνιστών από τους άνδρες. Η αυξημένη ευαισθησία και το γεγονός ότι οι δόσεις των φαρμάκων είναι ίδιες και στα δύο φύλα παρά τη διαφορά μεγέθους μεταξύ τους πιθανόν να εξηγούν αυτή τη διαφορά. Γενικά, πάντως, η συντηρητική χρήση των φαρμάκων με χαμηλές δόσεις συνδυάζεται με ελάχιστα έως καθόλου συμπτώματα και στα δύο φύλα.

Η πρόσφατη συστηματική ανασκόπηση και μετα-ανάλυση επιβεβαιώνει, συνεπώς, αυτό που ήδη υποπτευόταν η ιατρική κοινότητα: οι GLP-1 αγωνιστές είναι αποτελεσματικά και γενικά ασφαλή φάρμακα, με περιορισμένες και σχετικά σπάνιες ανεπιθύμητες ενέργειες. Στο τέλος, η πρόοδος της ιατρικής συνοδεύεται πάντοτε από προσεκτική αξιολόγηση των κινδύνων και των οφελών.

Στην περίπτωση των GLP-1 αγωνιστών, τα δεδομένα είναι ξεκάθαρα: τα οφέλη υπερτερούν των κινδύνων, προσφέροντας μια πολύτιμη επιλογή θεραπείας σε εκατομμύρια ανθρώπους σε όλο τον κόσμο. Όμως, λήψη GLP-1 αγωνιστών χωρίς ισχυρή δέσμευση για μακροχρόνια χρήση και τακτική ιατρική παρακολούθηση, καθώς και παράλληλη **υγιεινή διατροφή, μέτρια φυσική άσκηση, σωστό ύπνο και διαχείριση του στρες**, μπορεί τελικά να αποβεί «δώρον άδωρον». Οι GLP-1 αγωνιστές διευκολύνουν τη θεραπεία, δεν θεραπεύουν μόνοι τους.

Ο Γεώργιος Π. Χρούσος είναι ακαδημαϊκός – ομότιμος καθηγητής Παιδιατρικής και Ενδοκρινολογίας, διευθυντής στο Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Υγείας Μητέρας, Παιδιού και Ιατρικής Ακριβείας, επικεφαλής στην Έδρα UNESCO Εφηβικής Υγείας και Ιατρικής, ΕΚΠΑ, πρόεδρος του Hellenic Pasteur Institute