

Швейцарский толстяк обрел легкость бытия | Swiss Overweight and Lightness of Being

Автор: Людмила Клот, [Берн](#), 23.04.2012.



2009 год, Рето Изели за рабочим столом, перед ним - письма читателей (© www.tagesanzeiger.ch)

Еще два года назад вес 41-летнего Рето Изели составлял 268 килограммов! Сегодня, после операции, отравления крови и остановки сердца, он смог начать новую жизнь. Похудеть до 88 килограммов швейцарскому программисту помогла поддержка любимой девушки и сотен болельщиков со всей страны.

Two years ago 41-year-old programmer Reto Iselli was 268 kg! Today he is just 88 kg. He survived an operation, heart attack and managed to begin a new life. The credit is to be given to his girlfriend and hundreds of supporters from all over the country.
Swiss Overweight and Lightness of Being

Слава пришла к «толстяку Рето» в 2009 году, когда он проиграл в суде против кассы социального страхования, отказавшейся выплачивать независимому программисту пенсию по инвалидности. Ссылаясь на свою генетическую предрасположенность к избыточной полноте, мужчина весом 250 килограммов требовал у государства денег на время похудения и на последующий восстановительный период. Изели практически не мог передвигаться – ноги не выдерживали веса тела, а в положении лежа килограммы сдавливали ему легкие.

Пенсии по инвалидности он не получил, зато быстро стал героем бульварной прессы и объектом для насмешек. «Я был наивным, надеялся, что меня поймут», - вспоминает Рето Изели, с тех пор превратившийся из толстяка в настоящего борца.

«Хватит жрать!», - последовали комментарии со всей страны. Письма с такими пожеланиями завалили электронный и обычный почтовый ящики толстяка из местечка Виммис. Были среди них и издевательские, и поддерживающие, история одного из самых толстых людей Швейцарии вызвала реакцию у тысячи швейцарцев. «Я получил хорошую пощечину», - рассказал Изели. Сегодня, при росте 184 сантиметра, он весит всего 88 килограммов.

А тогда квартира становилась тюрьмой, жизнь теряла для программиста свой смысл. В июне 2009 года «250-килограммовый Рето» связался с доктором Фрицем Хорбером, специалистом по снижению веса. Врач предложил ему операцию гастрешунтирования. Понимая, что живот – его враг, Рето Изели согласился.

В конце ноября 2009 года он был прооперирован в Берне, в клинике Beau-Site. Его желудок уменьшили на две трети: чтобы сократить объем принимаемой им пищи и помочь сбросить вес. Перед операцией его положили на весы, который показали рекордную цифру: 268 килограммов! День спустя после того, как он покинул больничную койку, Изели почувствовал жестокую боль в животе. Во время новой срочной госпитализации врачи обнаружили, что в желудке у него трещина. Результат - воспаление, отравление крови и новая операция. Следующие четыре месяца Изели провел в состоянии искусственной комы, а на Рождество 2009 года пережил остановку сердца. Жизнь толстяка висела на тоненьком волоске... Но организм боролся и победил, в апреле 2010 года Рето Изели смог вернуться домой. На тот момент он весил 190 килограммов.

Борьба за достойную жизнь принесла свои плоды. Сегодня он сияет, рассказывая о многокилометровых прогулках на природе, о том, что может, наконец, раздеться на пляже. А также о переезде из старого жилища в новое и, конечно же, о неожиданном счастье – любви.

«Моя подруга родом из Базеля, мы познакомились в Интернете через социальную сеть Facebook. В выходные она приезжала в Оберланд или я на берег Рейна, а на День Святого Валентина мы обручились. Все благодаря тому, что теперь я куда более подвижен, а моя физическая форма намного лучше, чем год назад. Тогда я таскал на себе 140 килограммов», - говорит Изели.

Пять раз в день по графику - в 9, 12, 15, 18 и 22 часа - прием пищи. Изели собственноручно разработал программу для смартфона, которая показывает, сколько и какой пищи он может съесть. Все, что попадает внутрь организма, записывается. «Я ем все, к примеру, даже соусы, но маленькими порциями, много белковой пищи и почти ничего сладкого», - говорит он.

Чувство насыщения приходит теперь очень быстро. Изели потребляет 1500 калорий в день (на 1000 меньше, чем необходимо обычному мужчине) и при этом теряет порядка одного килограмма в неделю. За 870 дней, которые прошли с момента операции, Рето Изели похудел на 180 килограммов. «Легче, чем 90 килограммов, я был только в школе, - вспоминает тот, - примерно в восьмом классе».

Теперь бывшему толстяку предстоит еще одна операция, по удалению кожного лоскута на животе. Она ничего общего не имеет с эстетической хирургией, но нужна для предотвращения воспаления, - пояснил он. Кожные излишки так велики, что за удаление их заплатит медицинская страховка. Хирургическое вмешательство запланировано на будущую зиму. А к 2013 году Изели намерен полностью восстановить свое здоровье и начать работать на полную ставку. Правда, сейчас он все-таки находится под регулярным врачебным контролем, посещая кабинет доктора Хорбера в Берне. Сейчас Изели смеется: «Люди говорят, что мне нужно есть больше. Еще немного, и я смогу последовать этому совету».

[похудеть](#)

[диета](#)

Статьи по теме

[Похудеть, любой ценой!](#)

[«Мой идеальный вес?!» в швейцарских аптеках](#)

[Каждый второй швейцарец – слишком толстый?](#)

[Диеты под вопросом](#)

Source URL: <http://www.nashagazeta.ch/news/13328>