

ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ: ТЕОРІЯ І ПРАКТИКА

**Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції,
присвяченої 25-річчю Медичного інституту
Сумського державного університету**

(Суми, 17–19 жовтня 2017 року)

За загальною редакцією О. О. Єжової



УДК 613.96:616-008

ПОШИРЕНІСТЬ ПОВЕДІНКОВИХ ЧИННИКІВ РИЗИКУ МЕТАБОЛІЧНОГО СИНДРОМУ У СУЧАСНИХ ПІДЛІТКІВ

О.В. Добрянська, О.В. Бердник, Т.П. Скочко, К.В. Шевчук
ДУ «Інститут громадського здоров'я ім. О.М. Марзєєва НАМН України»,
Київ, Україна
dobryansky@ukr.net

The prevalence of metabolic syndrome among the adolescents is high enough (3,5 % of children have “obesity”; almost a half of the respondents have soft drink consumption; one in five schoolchildren is daily smoker). Strengthening of the health education activities aimed at lifestyle changes, optimization of physical activity will contribute to the prevention of the development of this syndrome and respectively chronic non-communicable diseases.

Keywords: metabolic syndrome, prophylaxis, adolescents, non-infectious diseases.

Częstość występowania czynników ryzyka zespołu metabolicznego u współczesnych nastolatków jest bardzo wysoka (u 3,5% młodzieży zdiagnozowano otyłość; połowa osób badanych regularnie używają napoje alkoholowe, każdy piąty jest aktywnym palaczem). Intensyfikacja profilaktycznego komponentu działalności lekarzy w kierunku przemian sposobu życia będzie sprzyjała profilaktyce zespołu metabolicznego a przewlekłych chorób niezakaźnych.

Боротьбу з хронічними неінфекційними захворюваннями ВООЗ визнала пріоритетним напрямком своєї діяльності на XXI століття. Серед них особливої уваги потребують хвороби системи кровообігу та цукровий діабет, які посідають чільні місця серед причин ранньої інвалідизації та передчасної смертності. Підґрунтям їх формування є метаболічний синдром (МС), який включає «букет» клінічних предикторів, але існує і низка поведінкових факторів ризику розвитку МС, аналіз та мінімізація яких особливо важлива для дитячого населення.

Виходячи з цього, метою даної роботи було провести оцінку поширеності поведінкових чинників ризику МС у підлітків.

Ризик формування МС оцінювався за наявністю 3-х чинників – надлишкова маса тіла/ожиріння, шкідливі звички та низька рухова активність.

Згідно даних МОЗ України, за останні 10 років поширеність ожиріння у школярів 15–17 років зросла у 2,5 рази. В нашому дослідженні встановлено, що питома вага підлітків з дисгармонійним і різко дисгармонійним фізичним розвитком за рахунок надлишку маси тіла сягає 7,2% у хлопців і 12,5% у дівчат. Високий ступінь невідповідності маси і довжини тіла, що може

розглядатись як «ожиріння», виявлений у 3,5% хлопців, а середній ступінь, що є «загрозою ожиріння» – у 14,1% .

В ході анкетного опитування лише 45,5% старшокласників зазначили, що займаються спортом або фізичною культурою і це свідчить про низьку рухову активність підростаючого покоління.

Впритул стоїть і питання тютюнопаління та вживання слабоалкогольних напоїв. Дослідження показали, що кожний 5-й школяр 13–15 років є активним курцем, а частка підлітків, що вживають пиво, суттєво зростає з 9-го по 11-й клас: у хлопців – майже у 8 разів, а у дівчат – в 3 рази.

Важливо зауважити, що тільки 21,2% старшокласників не мали жодного із зазначених чинників ризику розвитку МС. Серед хлопців питома вага тих, які мали один чинник ризику або не мали їх взагалі, вірогідно більша, ніж серед дівчат, а всі три фактори ризику частіше мали саме дівчата.

Таким чином, проведені дослідження показали високу поширеність поведінкових чинників ризику розвитку МС у сучасних підлітків, що потребує консолідації зусиль лікарів різного профілю, підсилення профілактичного компоненту їх діяльності, спрямованої на зміну способу життя, оптимізацію рухової активності, корекцію харчової поведінки тощо, що сприятиме профілактиці метаболічного синдрому, і відповідно, хронічних неінфекційних захворювань.

УДК: 616.12-008.331.1-08:616-056.52:615.374.2

ПРОФІЛАКТИЧНІ ЕФЕКТИ ДІЄТОТЕРАПІЇ У ХВОРИХ НА ГІПЕРТОНІЧНУ ХВОРОБУ З МЕТАБОЛІЧНИМ СИНДРОМОМ

*Дмитро Милославський, Ірина Снігурська, Вадим Божко, Олена Щенявська
ДУ «Національний інститут терапії імені Л.Т.Малої НАМН України»,
Харків, Україна
dmiloslavsky@gmail.com*

Diet therapy is one of the leading components in the prophylactic strategy of basic measures in patients with hypertension and metabolic syndrome. Low-salt DASH diet in combination with antihypertensive therapy led to achievement of target levels of blood pressure and lipids, reduction of body weight, normalization of uric acid levels and blood glucose.

Key word: Hypertension, metabolic syndrome, DASH diet.

Dietetyczna terapia jest jednym z głównych elementów strategii profilaktycznej podstawowych środków u pacjentów z chorobą nadciśnieniową i metabolicznym zespołem. Niskosłodzona dieta DASH w połączeniu z terapią przeciwnadciśnieniową prowadziła do osiągnięcia do celowych poziomów ciśnienia