

ІНДИВІДУАЛЬНА ПРОГРАМА РЕАБІЛІТАЦІЇ ПАЦІЄНТІВ ІЗ НАДЛИШКОВОЮ МАСОЮ ТІЛА

Кононенко Н.М.

Національний фармацевтичний університет, м. Харків, Україна,
kononenkonn76@gmail.com

Вступ. На сьогодні ожиріння належить до найбільш розповсюджених і життєво загрозованих захворювань як в Україні, так і у світі. Ожиріння оголошено Всесвітньою організацією охорони здоров'я (ВООЗ) новою неінфекційною епідемією XXI століття.

В Україні на ожиріння страждає близько 30 % населення у віці 25-30 років, а кожен 4-й мешканець має надлишкову масу тіла. Розповсюдженість ожиріння серед осіб старше 45 років складає 50-52 %, а надлишкова маса тіла - 33 %, у тому числі крайніх ступенів – 8-10 %. Розрахунки експертів ВООЗ свідчать, що до 2025 року кількість хворих на ожиріння у світі серед чоловіків складе 40 %, серед жінок – 50 %, а загальний показник у порівнянні з 2000 роком подвоїться.

У зв'язку з цим ожиріння ВООЗ визнано новою неінфекційною епідемією нашого часу.

Соціальна значущість цієї патології обумовлена швидко прогресуючим характером захворювання, що проявляється численними клінічними симптомами і вираженими метаболічними порушеннями, які спричиняють тяжкі функціональні та структурні зміни різних органів і систем організму.

У хворих на ожиріння значно частіше констатується розвиток таких серйозних захворювань, як атеросклероз, цукровий діабет, дегенеративні ураження опорно-рухового апарату, метаболічний синдром, що призводить, врешті-решт, до ранньої інвалідизації та зменшення середньої тривалості життя людини.

Застосування комплексу терапевтичних вправ розроблених за індивідуальною програмою реабілітації для пацієнтів із надлишковою масою тіла має важливе місце у реабілітаційному процесі для людей різних вікових груп.

Мета. Аналіз комплексної реабілітації пацієнтів із надлишковою масою тіла.

Матеріали та методи. Було обстежено 86 пацієнтів із надлишковою масою тіла, віком від 24-х до 49-ти років. Для діагностики надлишкової ваги враховували показник індексу маси тіла (ІМТ). Критерієм включення в дослідження був ІМТ – 25-29,9. Для оцінки якості життя пацієнтів використовували опитувальник SF-36. Пацієнтів було поділено на 2 групи.

До експериментальної групи увійшли 45 пацієнтів, які проходили курс реабілітації за запропонованою програмою (середземноморський режим харчування; аеробна фізична активність: 30 хвилин вправ помірної чи високої інтенсивності в більшість днів тижня; гідрокінезотерапія; фармакотерапія – орлістат 360 мг на добу), до контрольної групи - 41 пацієнт.

Результати та їх обговорення. Встановлено, що після 28-денної комплексної програми у пацієнтів експериментальної групи було виявлено зниження показника індексу маси тіла на 29%, на відміну від пацієнтів контрольної групи.

Висновки. Застосування комплексної програми у пацієнтів з надлишковою вагою демонструє свою ефективність, оскільки існує чітка залежність між харчуванням, фізичною активністю та показником індексу маси тіла. Ефективність запропонованої програми фізичної реабілітації підтверджується позитивною динамікою за рахунок зниження рівня вищевказаних показників та покращення якості життя пацієнтів.