

## **ГЕМАТОЛОГІЧНІ ПОКАЗНИКИ ПРИ ГІПО- ТА ГІПЕРТИРЕОЗИ**

Оленіченко А.А., Мандрикіна Х.В., Щербак О.А.

Національний фармацевтичний університет, м. Харків, Україна

В даний час захворювання щитоподібної залози мають велике значення для практичної охорони здоров'я. Це обумовлено широкою поширеністю серед населення різних форм гіпо- та гіпертиреозу щитоподібної залози і залежністю її патології від екологічної ситуації, яка постійно погіршується. Тиреотоксикоз і гіпотиреоз – це клінічні синдроми, що характеризуються відповідно стійким надлишком і дефіцитом тиреоїдних гормонів в організмі. Основні фізіологічні ефекти тиреоїдних гормонів досить чітко верифікованій обумовлені прямим їх впливом на експресію генів, що контролюють синтез структурних та функціональних білків в клітинах різних систем організму.

У осіб із захворюваннями щитоподібної залози часто відзначаються відхилення гематологічних параметрів.

У пацієнтів з гіпертиреозом можуть спостерігатися еритроцитоз, помірний лімфоцитоз, помірна гранулоцитопенія і тромбоцитопенія. У деяких випадках розвивається мікроцитарна гіпохромна анемія, а в 1-3% і перниціозна анемія. Кліренс факторів згортання при гіпертиреозі збільшений, але концентрація більшості з них в плазмі крові залишається у межах норми.

При гіпотиреозі часто спостерігається помірна макроцитарна нормохромна анемія, у 10% хворих при хронічному аутоімунному тиреоїдиті розвивається справжня перниціозна анемія. Крім того, може зменшуватися концентрація в плазмі фактора згортання VIII і подовжуватися частковий тромбoplastиновий час, що супроводжується такими порушеннями гемостазу, як збільшення часу кровотечі після хірургічних процедур і легке утворення синців. При гіпотиреозі відбувається зниження кліренсу факторів згортання.

Таким чином, аналіз літературних даних показав, що підвищення або зниження функціональної активності щитоподібної залози призводить до зміни з боку органів кровотворення, при цьому найчастіше зазначені порушення оборотні.

## **ФЕЙСБІЛДИНГ ЯК МЕТОД ЗБЕРЕЖЕННЯ МОЛОДОСТІ ОБЛИЧЧЯ ТА ЗАПОБІГАННЯ СТАРІННЯ**

Яценко О.Ю., Калашнік К.Ю.

Національний фармацевтичний університет, м. Харків, Україна

**Вступ.** Обличчя покрите м'язами, які утворюють своєрідний каркас. Коли вони втрачають тонус, обличчя опускається. Також, з часом з'являться зморшки через неправильний спосіб життя та догляд за шкірою обличчя, шкідливі звички, алкоголь, куріння, відсутність фізичних навантажень тощо. Не потрібно чекати появи перших ознак старіння шкіри, куди краще попередити їх виникнення. Тому, в усьому світі фейсбілдинг – гімнастика для м'язів обличчя – відомий в першу чергу як альтернатива пластичних операцій і різних антивікових програмам. Це ще один спосіб надовго зберегти тонус і пружність шкіри, підтягнути овал обличчя, зробити його більш скульптурним і чітким за рахунок активного тренування лицьових м'язів. Спільно з іншими способами впливу на шкіру – використанням відповідних кремів, масок, скрабів для обличчя, повноцінним сном і правильним харчуванням – курс тренувань допоможе вам щодня радіти власному відображенню в дзеркалі, яке буде сяяти красою і молодістю.

**Мета дослідження.** Дослідження ефективності фейсбілдингу для збереження молодості обличчя та запобігання старіння.

**Матеріали та методи.** Проведено дослідження в групі людей, які кожного дня виконували вправи фейсбілдингу.

**Отримані результати.** У дослідженнях було показано, що гімнастика для м'язів обличчя протягом одного місяця допомогла жінкам досягти помітних результатів. Фейсбілдинг допоміг окреслити вилиці, загострити контур підборіддя, промальовувати кут нижньої щелепи, який часто «пливе» з віком. Вправами реально підтягти щоки, підняти брови, розгладити горизонтальні та вертикальні заломы на лобі, підняти опущені куточки рота. Найскладніше з центром обличчя, адже тут багато м'язів, і з зоною навколо очей. Але в середньому вже через 2,5 місяці стабільних занять були помітні зміни всіх зон.

**Висновки.** Суспільство ділиться на тих, хто вірить в результати фізичних вправ для м'язів обличчя, і тих, хто заперечує їх користь. Проте, вчені періодично проводять дослідження, які доводять користь тренувань. Ми побачили власні результати і переконались у ефективності фейсбілдингу. Його сенс – робота з м'язами обличчя. Їх треба тренувати так само, як м'язи тіла, і не допускати, щоб вони втрачали тонус, ставали млявими. Якщо ви хочете, щоб овал обличчя був підтягнутим, а шкіра молодою, робіть зарядку для обличчя.

## **ЗНИЖЕННЯ ОВАРІАЛЬНОГО РЕЗЕРВУ У ЖІНОК**

Яценко О.Ю., Гончар Ю.В.

Національний фармацевтичний університет, м. Харків, Україна