

**МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ФАРМАЦЕВТИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ І ЗДОРОВ'Я**



**VIII науково-практична internet-конференція
з міжнародною участю**

**«МЕХАНІЗМИ РОЗВИТКУ ПАТОЛОГІЧНИХ ПРОЦЕСІВ І
ХВОРОБ ТА ЇХ ФАРМАКОЛОГІЧНА КОРЕКЦІЯ»**

**20 жовтня 2025 р.
ХАРКІВ – Україна**

РОЗУМІННЯ МЕХАНІЗМІВ СТАРЕЧОЇ САРКОПЕНІЇ ЯК ТЕОРЕТИЧНЕ ПІДґРУНТТЯ ДЛЯ РОЗРОБКИ ПРОГРАМ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ДЛЯ ОСІБ ГЕРОНТОЛОГІЧНОГО ВІКУ

Жаботинська Н. В.

*Національний фармацевтичний університет, м. Харків, Україна
bronkevih@gmail.com*

Вступ. Стареча саркопенія — це прогресуюча втрата м'язової маси та сили, внаслідок вікових змін у м'язах. Розвиток саркопенії призводить до зниження функціональних можливостей, підвищеного ризику падінь та погіршення якості життя у пацієнтів геронтологічного віку. Саркопенія, з одного боку, може значно обмежувати можливості проведення фізичної терапії у осіб геронтологічного віку, з іншого боку — саркопенія може і повинна бути «об'єктом» для втручань при фізичній терапії. Розуміння механізмів розвитку старечої саркопенії допоможе побудувати програму фізичної терапії таким чином, щоб максимально ефективно досягти поставлених цілей.

Мета. Провести аналіз літературних даних для узагальнення інформації про патогенетичні механізми розвитку старечої саркопенії.

Матеріали та методи. Вивчення матеріалів вітчизняних та міжнародних досліджень з вивчення механізмів розвитку саркопенії.

Результати. Згідно з літературними даними виділяється декілька основних патогенетичних механізмів розвитку старечої саркопенії: порушення балансу між анаболізмом та катаболізмом білків, зниження фізичної активності, хронічне запалення, вікові зміни м'язової тканини. В переважанні катаболізму білків у осіб геронтологічного віку провідну роль відіграє дефіцит гормонів, вітаміну D, амінокислот, які є стимуляторами анаболізму, прискорення апоптозу; збільшення рівня міостатину гальмує регенерацію м'язових волокон. Важливим механізмом розвитку саркопенії є погіршення кровопостачання м'язів через гіподинамію, наслідком чого є порушення функціонування мітохондрій та окислювального стресу в міоцитах. Наявність хронічних запальних процесів у пацієнтів геронтологічного віку сприяють підвищенню синтезу прозапальних цитокінів, які пригнічують анаболічні процеси в міоцитах. Крім того, з віком м'язова тканина втрачає здатність ефективно реагувати на анаболічні стимули. З огляду на основні механізми впливу фізичних вправ на м'язи, а саме покращення кровообігу, збільшення доставки кисню та поживних речовин, сприяння відновленню та посиленню обміну речовин, вони можуть мати ключовий вплив на зниження прогресування та попередження розвитку старечої саркопенії.

Висновки. Таким чином, фізична терапія в програмах реабілітації пацієнтів геронтологічного віку має патогенетично обґрунтований вплив на механізми розвитку саркопенії, завдяки чому сприяє зменшенню її проявів.

Ключові слова: стареча саркопенія, фізична терапія, геронтологічний вік.