

1. Пациенты, принимающие участие в исследовании, обладают большей приверженностью к проведению терапии. Постоянный контакт «врач-пациент» делает результаты проводимой терапии более качественными. Даже в группе плацебо видно снижение уровня гипергликемии у пациентов на 12%. Этот критерий может говорить о том, что пациент соблюдает все рекомендации врача и принимает все гипогликемические препараты.

2. В нашем исследовании зафиксирована положительная динамика липидного спектра на фоне приема препарата по показателям ТГ (снижение на 43%), коэффициента атерогенности (снижение на 13%), глюкозы (снижение на 4%). В группе пациентов, принимавших препарат, так же зафиксировано увеличение HDL на 24%.

3. Новый препарат из группы фибратов (пемафибрат) обладает более высокой специфичностью к рецепторам PPAR α . В доклинических исследованиях доказан ряд плейотропных эффектов препарата: противовоспалительный эффект, микрососудистые эффекты, положительный почечный и печеночный профили.

Список литературы:

1. Araki E, Yamashita S, Arai H, Yokote K, Sato J, Inoguchi T, et al. The effects of a selective PPAR α modulator (SPPARM α), K-877 on glucose metabolism in type 2 diabetic patients with dyslipidemia. *Diabetes Care*.

2. Haffner SM. Dyslipidemia management in adults with diabetes. *Diabetes Care* 2004; 27 (Suppl. 1): S68-71.

3. Kertsen S. Integrated physiology and systems biology of PPAR α . *Mol Metab*. 2014;3:354–71

4. Kowa erreicht sein Ziel der Aufnahme 10.000 randomisierter Patienten in die entscheidende PROMINENT-Studie der Herz-Kreislauf-Ergebnisse von K-877 (Pemafibrat) – [электронный ресурс]. – режим доступа: https://www.ots.at/presseaussendung/OTS_20200219_OTSO204/kowa-erreicht-sein-ziel-der-aufnahme-10000-randomisierter-patienten-in-die-entscheidende-prominent-studie-der-herz-kreislauf-ergebnisse-von-k-877-pemafibrat (дата обращения 10.03.2020)

5. Valensi P, Avignon A, Sultan A, Chanu B, Nguyen MT, Cosson E. Atherogenic dyslipidemia and risk of silent coronary artery disease in asymptomatic patients with type 2 diabetes: a cross-sectional study. *Cardiovasc Diabetol*. 2016;15(1):104.

УДК 613.2.035

**Винокурова Д.А., Суровцева Д.Э., Дорохина К.Р., Самылкина А.А.
ОЦЕНКА ХАРАКТЕРА ПИТАНИЯ, УРОВНЯ ТРЕВОГИ И
ДЕПРЕССИИ У ПАЦИЕНТОВ СТАРШЕЙ ВОЗРАСТНОЙ ГРУППЫ**

Кафедра факультетской терапии и гериатрии
Кафедра гигиены и профессиональных болезней

Уральский государственный медицинский университет
Екатеринбург, Российская Федерация

**Vinokurova D.A., Surovtseva D.E., Dorokhina K.R., Samylkin A.A.
ASSESSMENT OF NUTRITION, ANXIETY AND DEPRESSION IN
OLDER PATIENTS**

Department of internal therapy and geriatrics
Ural state medical university,
Yekaterinburg, Russian Federation

E-mail: dafylya_1998@mail.ru

Аннотация. В данной статье приведен анализ качества питания и уровня депрессии и тревоги пациентов в возрасте старше 70 лет, находящихся на стационарном лечении в ЦГБ №7. Для оценки симптомов тревоги и депрессии использовались госпитальная шкала тревоги и депрессии HADS и опросник питания.

Annotation. This article provides an analysis of the quality of nutrition and the level of depression and anxiety of patients over the age of 70 who are in hospital at MBT No. 7. The HADS Hospital Anxiety and Depression Scale and Nutrition Questionnaire were used to assess symptoms of anxiety and depression.

Ключевые слова: пациенты, питание, тревога, депрессия.

Key words: patients, nutrition, anxiety, depression.

Введение

Одной из основных проблем современности является – старение населения. Рост продолжительности жизни означает, что акцент внимания медицины смещается в сторону лечения возрастных заболеваний и поддержания здоровья. В сложившихся условиях чрезвычайно важно направить усилия на улучшение качества жизни людей преклонного возраста с целью поддержания их физического и психического благополучия [1].

Одним из основных факторов поддержания здоровья является рациональное питание. Установлено, что в процессе старения организм претерпевает ряд существенных изменений. В первую очередь, это замедление анаболических процессов, снижение активности ферментных систем, нарушение секреторной и моторной функции ЖКТ, а также изменения нормальной микрофлоры кишечника. Все перечисленные возрастные изменения могут обуславливать дисбаланс нутриентов в рационе питания пожилых людей.

Опираясь на вышесказанное, можно выдвинуть гипотезу о том, что недостаточное и несбалансированное питание может стать причиной начала или осложнения течения заболеваний сердечнососудистой, эндокринной, кроветворной систем, органов пищеварения и опорно-двигательного аппарата

[2]. Также рациональное питание помогает поддерживать не только физическое, но и ментальное благополучие человека.

Цель исследования – оценка характера питания, уровень тревоги и депрессии у пациентов старших возрастных групп.

Материалы и методы исследования

Проведено анонимное анкетирование пациентов в возрасте старше 70 лет, наблюдающихся в поликлинических отделениях МБУ «ЦГБ №7», с применением программы Google Форма. В анкетировании приняли участие 50 человек, из них количество опрошенных женщин и мужчин составило 36 и 14 соответственно. В исследовании использовались госпитальная шкала тревоги и депрессии HADS и опросник питания. Статистическая обработка результатов проводилась с использованием пакета прикладных программ MicrosoftExcel версии 2010, gretl 2019.

Результаты исследования и их обсуждение

В ходе анализа результатов анкетирования было установлено, что в среднем пациенты предпочитают принимать пищу дробно 4-5 раз в день (56% опрошенных), 36% предпочитают привычную трехразовую модель питания.

На вопрос «Каким способом вы предпочитаете готовить еду?» - 52% респондентов ответили, что предпочитают варку в качестве термической обработки пищи, одинаковое количество опрошенных предпочитают запекать и готовить на пару – 18%, и только 6% опрошенных в качестве способа готовки выбирают жарку. Данные результаты показывают, что большинство пациентов предпочитают готовить пищу диетическими способами: на пару и отвариванием (Рис.1).

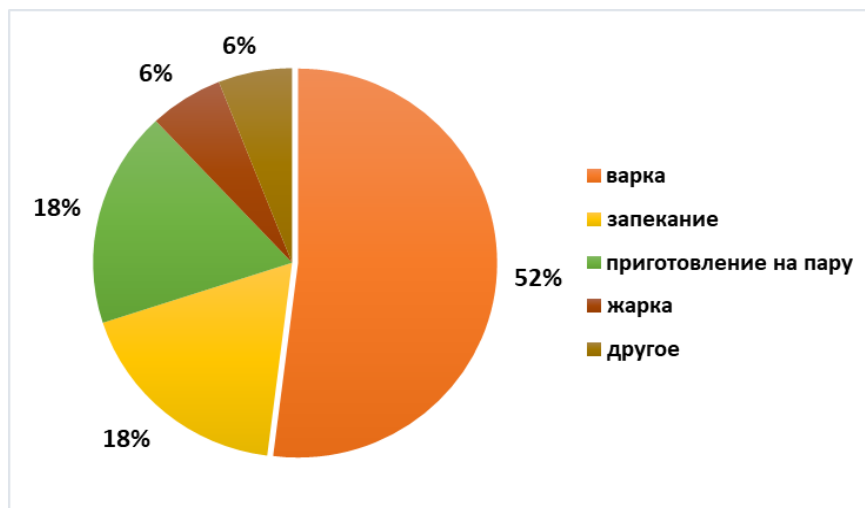


Рис. 1. Предпочитаемый способ приготовления пищи.

Одной из главных причин смертности людей преклонного возраста является мультифокальный атеросклероз. Для профилактики атеросклероза необходимо снизить употребления животных жиров, и повысить количество рыбы, так как в ней содержатся омега 3 и 6 жирные кислоты. В ходе опроса

выяснилось, что более половины (74%) опрошенных еженедельно используют рыбу в своем рационе, 12% употребляют рыбу редко и только 14% не употребляют рыбу совсем. Ежедневно мясо в своем рационе употребляют 46% пациентов, 4-5 раз в неделю 14%, а 2-3 раза 30%, менее одного раза в неделю – 6%, а не едят совсем 4%.

В рационе питания кисломолочные продукты, овощи и фрукты являются незаменимыми. Овощи и фрукты нормализуют жизнедеятельность полезной кишечной микрофлоры, снижают интенсивность гнилостных процессов, повышают моторную функцию желудочно-кишечного тракта, участвуют в поддержании кислотно-щелочного равновесия, а пектиновые вещества способствуют детоксикации некоторых ядов. Молоко и кисломолочные продукты содержат все необходимые для человеческого организма пищевые вещества в хорошо сбалансированных соотношениях и легко усвояемой форме. Овощи и фрукты ежедневно употребляют в пищу 64% респондентов, молоко и кисломолочные продукты 60% опрошенных. Также большая часть пожилых людей стараются включать вышеперечисленные продукты в свой рацион не менее 4 раз в неделю, а совсем не употребляют молочные продукты всего 2% опрошенных.

Высокое содержание соли в рационе является фактором риска для развития и прогрессирования заболеваний сердца и сосудов. Большое количество соли употребляют лишь 10% пациентов, среднее количество 42%, недосаливают пищу 30% пожилых и совсем не солят 18%. Жирные и копченые блюда служат источником избыточно поступления эндогенного холестерина, высокое содержание которого, также служит фактором риска для развития заболеваний сердечно-сосудистой патологии. Часто употребляют данные продукты 34% больных, 2% почти не употребляют жареное и копченое и 64% совсем исключили такие блюда из своего рациона. Из вышеперечисленного можно сделать вывод о том, что такой подход к составлению своего рациона снизит вероятность развития и прогрессирования заболеваний.

Пожилые люди часто подвержены одиночеству, склонны к тревоге и депрессии. Данное эмоциональное состояние может усугублять течение настоящих заболеваний или способствовать появлению новых. Поэтому было очень важно установить уровень тревоги и депрессии пациентов. При оценке результатов анкетирования тревоги и депрессии HADS было установлено, что как среди женщин, так и среди мужчин клинически выраженная тревога наблюдается в возрастной группе 75-80 лет, в остальных группах наблюдаются показатели нормы и субклинически выраженной тревоги (Таблица 1).

Таблица 1

Уровень тревоги и депрессии среди пациентов ГКБ№7 по шкале тревоги и депрессии HADS

Уровень тревоги	
женщины	мужчины

	70-75 лет	75-80 лет	80-85 лет	85+ лет	70-75 лет	75-80 лет	80-85 лет	85+ лет
Нормальный уровень тревоги	83,3%	44,4%	63,6%	75%	100%	60%	75%	66,7%
Субклинически выраженная тревога	16,7%	33,3%	36,4%	25%	0	20%	15%	33,3%
Клинически выраженная тревога	0,00	22,2%	0,00	0,00	0	20%	0	0
Уровень депрессии								
	женщины				мужчины			
	70-75 лет	75-80 лет	80-85 лет	85+ лет	70-75 лет	75-80 лет	80-85 лет	85+ лет
Нормальный уровень депрессии	100%	88,9%	81,8%	100%	75%	100%	100%	100%
Субклинически выраженная депрессия	0	11,1%	9,1%	0	25%	0	0	0
Клинически выраженная депрессия	0	0	9,1%	0	0	0	0	0

Уровень депрессии у мужчин остается низким почти во всех возрастных группах, показатели субклинически выраженной депрессии выявлены только в группе 70-75 лет. В данном возрастном коридоре процент нормы и субклинически выраженной депрессии составил 75% и 25% соответственно.

Среди женщин уровень депрессии остается низким в группах: 70-75 и старше 85. В возрастной категории 75-80 показатели нормы – 88,9%, а субклинически выраженной депрессии 11,1%. Пациентки в возрасте 80-85 больше всего подвержены депрессии, количество субклинически и клинически выраженного уровня депрессии равны и составили 9,1%.

Выводы:

1. Большая часть пациентов придерживаются сбалансированного питания с употреблением овощей, фруктов, мясных и молочных продуктов, ограничивая употребление соли, копченых и жареных продуктов.

2. Среди женщин и мужчин клинически выраженная тревога наблюдается в возрастной группе 75-80 лет, но на характер питания пациентов данной группы данные показатели не оказали существенного влияния.

Список литературы:

1. Досмагамбетова Р.С. К вопросу о здоровом питании в пожилом и старческом возрасте/ Терехин С.П., Ахметова С.В.// Медицина и экология – 2017. – С.32 – 41
2. Карпенко О.М. Питание пациентов старших возрастных групп как значимый фактор качества жизни/ И.М. Жамилов// Здоровье населения и среда обитания – 2012. – №2 - С.12-14
3. Королев А. А. Питание различных групп населения //Гигиена питания. – М., 2006. – С. 332-384
4. Турушева А.В., Моисеева И.Е. Недостаточность питания в пожилом и старческом возрасте // Российский семейный врач. – 2019. – Т. 23. – № 1. – С. 5–15.
5. Ebrahimpour-Koujan, S. Adherencetolowcarbohydratediet and prevalenceofpsychologicaldisorders in adults/ Keshteli, A.H., Afshar, H.// Nutrition Journal - №18. – 2019. – С.87
6. Nadine Schlüter Besonderheiten in der Ernährung im Alter/ Patricia Gross// SWISS DENTAL JOURNAL SSO – 2019. - №129 – С.929-936

УДК 616.71

**Вихарева А.А., Сафьяник Е.А., Попов А.А., Изможерова Н.В.
ОЦЕНКА ВКЛАДА ОБЕСПЕЧЕННОСТИ ВИТАМИНОМ D₃
В ФОРМИРОВАНИЕ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ
У ЖЕНЩИН В ПОСТМЕНОПАУЗЕ**

Кафедра фармакологии и клинической фармакологии
Кафедра госпитальной терапии и скорой медицинской помощи
Уральский государственный медицинский университет
Екатеринбург, Российская Федерация

**Vikhareva A.A., Safianik E.A., Popov A.A., Izmozherova N.V.
ESTIMATION OF VITAMIN D₃ CONTRIBUTION IN
CARDIOVASCULAR DISEASES FORMATION OF POSTMENOPAUSAL
WOMEN**

Department of pharmacology and clinical pharmacology
Department of hospital therapy and emergency medical care
Ural state medical university
Yekaterinburg, Russian Federation

E-mail: anna1993vi@gmail.com

Аннотация. В статье представлены результаты одномоментного исследования, посвященного оценке уровня витамина D₃ у пациенток позднего постменопаузального периода и его вклад в развитие сердечно-сосудистых