

ПЕРСОНІФІКОВАНИЙ ПІДХІД ДО ФОРМУВАННЯ ЗАСАД ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ЯК ДІЄВА СТРАТЕГІЯ В ЛІКУВАННІ І ПРОФІЛАКТИЦІ ІШЕМІЧНОЇ ХВОРОБИ СЕРЦЯ

Потяженко М.М., Настрога Т.В.,Невойт Г.В, Кітура О.Є., Люлька Н .О.
Полтавський державний медичний університет, м. Полтава

Мета дослідження

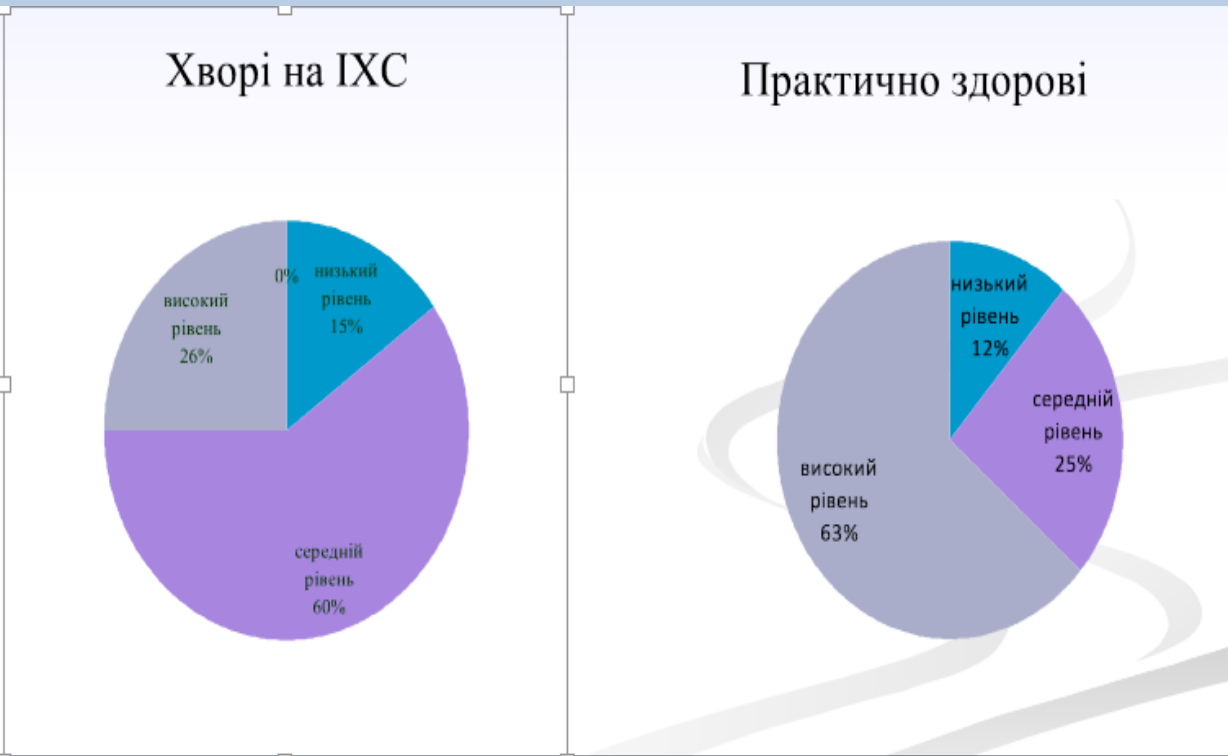
розробити персоніфікований підхід -
індивідуальну та дієву стратегію,по дотриманню
засад ЗСЖ у хворих на ІХС

Матеріали і методи дослідження

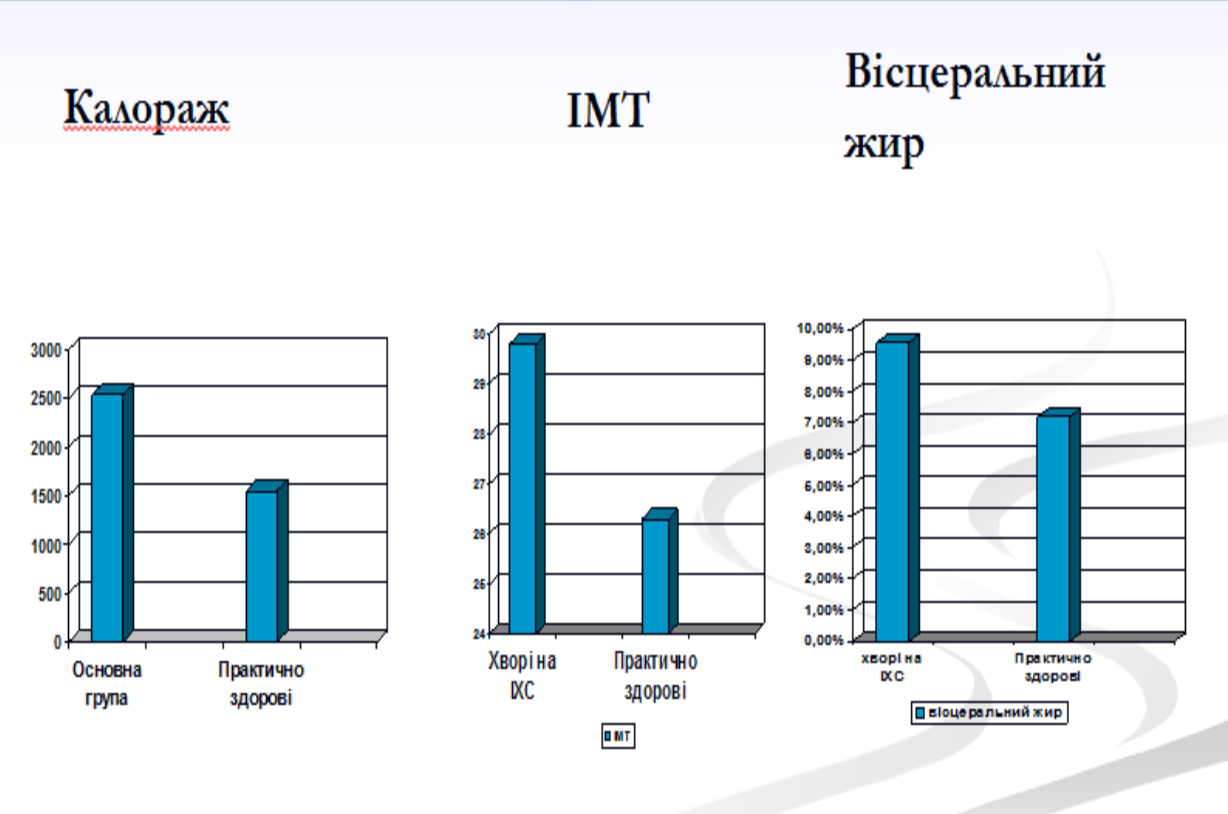
В дослідження були включені 40 хворих на ІХС: стенокардію напруги стабільну ФК І (основна група) та 30 практично здорових осіб (контрольна група). Середній вік склав $42,3 \pm 2,4$ р. Групи були співставні за віком та статтю. Діагноз ІХС формували згідно з наказом МОЗ №152 Тolerантність до фізичного навантаження вивчали за допомогою тесту з 6-ти хвилинною ходою (6 minute walking distance -6MWD).

Всі респонденти основної та контрольної групи заповнювали опитувальник, розроблений дослідниками.
Етап «А» включав тестування за опитувальником«Сформованість компонентів здорового способу життя» (методика Носова А.Г).
Етап «Б» - біоімпендансна оцінка складу тіла на моніторі(модель HBF-500-E, Omron, Японія)
Етап «С» - обробка отриманих даних

Рівень становлення здорового способу життя у хворих на ІХС та практично здорових



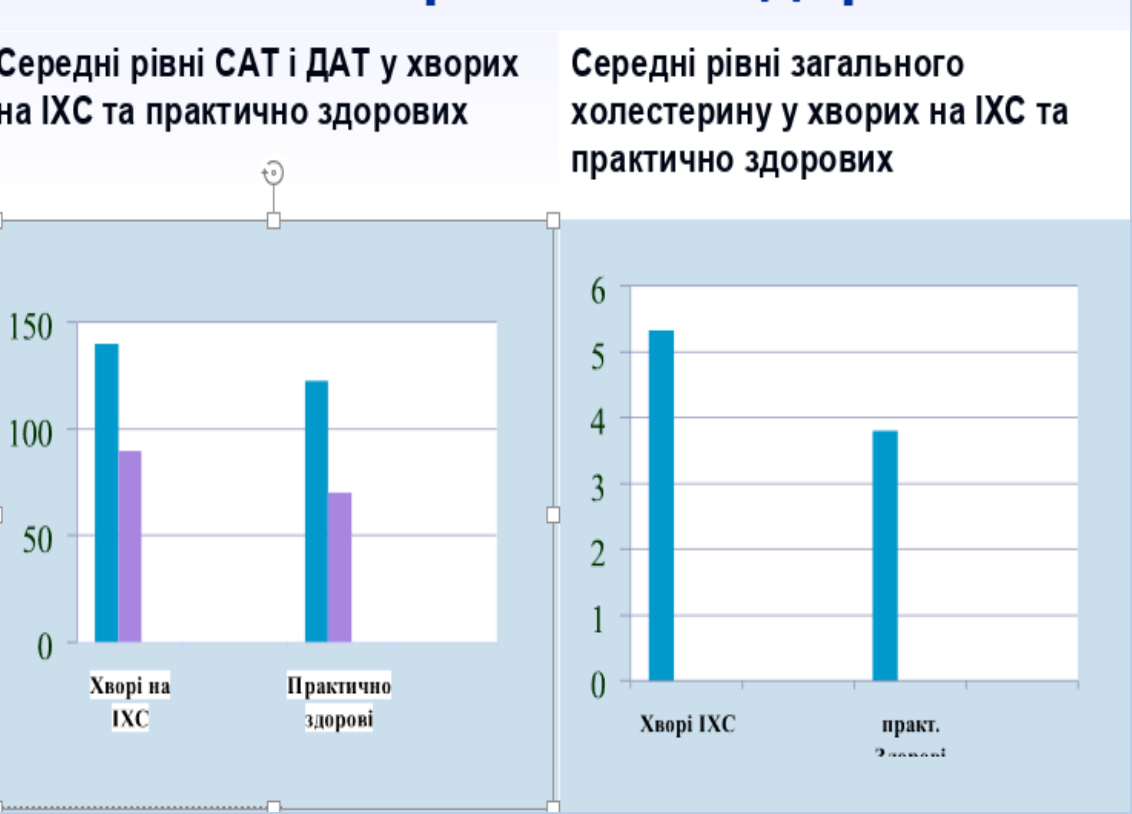
Результати біоімпедансного аналізу тіла у хворих на ІХС та групи практично здорових відмічено суттєві розбіжності по наступним показникам:



Результати

Другий етап дослідження проводився через 3 місяців після виконання хворими персоніфікованих рекомендацій щодо дотримання ЗСЖ і включав повторне обстеження пацієнтів. Через 3 місяці спостереження хворих ІХС, нами були виділені групи: основна група – хворі, що дотримувались розроблених рекомендацій (n=19) і контрольна група – хворі, що не виконували рекомендацій (n=21).

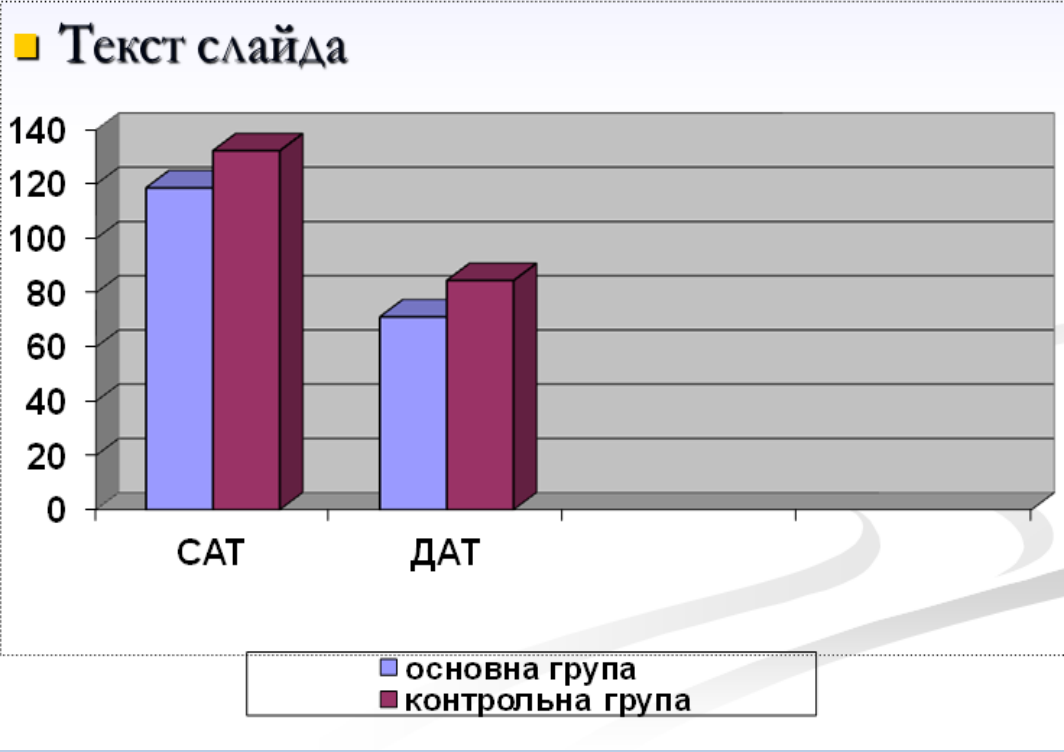
Результати дослідження рівню АТ, загального холестерину у хворих на ІХС та практично здорових



Результати оцінювання рівня ЗСЖ через 3 місяці у хворих на ІХС(основної і контрольної групи)



Показники САТ і ДАТ у хворих основної контрольної групи



Динаміка 6 MWD (м) у пацієнтів ІХС(стабільна стенокардія І ФК) основної та контрольної групи

Група	6 MWD (м)	
	При первинному обстеженні, відстань (м.)	Через 3 місяці відстань (м.)
Основна група(n=25)	468,52±11,36	566,47±13,79*
Контрольна група(n=20)	451,32±14,58	478,73±12,84

Висновки

Отримані результати свідчать про важливість дотримання засад здорового способу життя хворим на ІХС і дозволяють рекомендувати всім пацієнтам з ІХС контролювати та підтримувати ІМТ в межах 18,5-24,9 кг/м2., дотримуючись низькокалорійної дієти з обмеженням вуглеводів;повну відмову від тютюнопаління;ввести в алгоритм поведінки комплекс вправ ранкової гімнастики.