

АНАЛИЗ УРОВНЯ ОЖИРЕНИЯ И ОЦЕНКА РИСКОВ ЕГО РАЗВИТИЯ СРЕДИ СТУДЕНТОВ ВГМУ ИМ.Н.Н.БУРДЕНКО

А.С. Киселева, Ю.Э. Мещерякова, О.В. Лидохова

Федеральное государственное образовательное учреждение высшего образования «Воронежский государственный медицинский университет им. Н.Н. Бурденко» Министерства здравоохранения Российской Федерации, Воронеж, e-mail: kiseleva-aleksandra26.2002@mail.ru

Аннотация. В данной работе определены причины и произведена оценка рисков развития ожирения у студентов и детей до 18 лет. Методика исследования включала в себя электронный опросник, созданный на платформе Google. Рассылка осуществлялась через социальные сети. В опросе приняли участие 190 студентов ВГМУ им.Н.Н.Бурденко в возрасте от 17 до 25 лет. Для определения частоты встречаемости ожирения у детского населения были проанализированы медицинские карты 3500 пациентов, поступивших в стационар Воронежской детской клинической больницы ВГМУ им. Н.Н. Бурденко. Результаты исследования оценивались по следующим критериям: оценка индекса массы тела; наличие сопутствующих заболеваний у студентов и их родственников; факторы, предрасполагающие к развитию ожирения; наличие родственников, страдающих ожирением. На основе полученных результатов была выявлена взаимосвязь алиментарного и наследственного факторов, роль малоподвижного образа жизни студентов с развитием ожирения. Выявлено, что присутствие трех факторов риска в дальнейшем будет оказывать негативное влияние на здоровье, а как следствие будет приводить к развитию заболеваний сердечно-сосудистой и других систем. Ожирение приводит не только к снижению общей продолжительности жизни, но и к инвалидности людей, в том числе молодого возраста.

Ключевые слова: Ожирение, малоподвижный образ жизни, сердечно-сосудистые заболевания, заболевания различных систем органов, энергетический дисбаланс, ожирение у детей, наследственная предрасположенность.

ANALYSIS OF THE LEVEL OF OBESITY AND ASSESSMENT OF ITS DEVELOPMENT RISKS AMONG STUDENTS OF THE VORONEZH STATE MEDICAL UNIVERSITY NAMED N.N.BURDENKO

A. S. Kiseleva, J. E. Meshcheriakova, O.V.Lidokhova

Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education Voronezh State Medical University named N.N.Burdenko Ministry of Health Care of the Russian Federation, Voronezh, e-mail: kiseleva-aleksandra26.2002@mail.ru

This paper identified the causes and assessed the risks of obesity in students and children under 18 years of age. The research methodology included an electronic questionnaire created on the Google platform. Distribution was carried out through social networks. A total of 190 students of Voronezh State Medical University N.N. Burdenko aged 17 to 25 years participated in the survey. To determine the incidence of obesity in the pediatric population, medical records of 3500 patients admitted to the hospital of the N.N. Burdenko Children's Clinical Hospital in Voronezh were analyzed. The results of the study were evaluated according to the following criteria: body mass index score; presence of comorbidities in students and their relatives; factors predisposing to the development of obesity; presence of relatives suffering from obesity. On the basis of the results obtained, the interrelation of alimentary and hereditary factors, the role of a sedentary lifestyle of students with the development of obesity was revealed. It was found that the presence of three risk factors in the future will have a negative impact on health, and as a consequence will lead to the development of cardiovascular and other systems. Obesity leads not only to a decrease in overall life expectancy, but also to disability of people, including young people.

Keywords: Obesity, sedentary lifestyle, cardiovascular diseases, diseases of various organ systems, energy imbalance, obesity in children, hereditary predisposition.

Введение. Согласно мнению экспертов ВОЗ, «в современном обществе дети и молодежь подвергаются множеству факторов, способных оказывать влияние на развитие ожирения. Снижение двигательной активности в сочетании с нарушением режима питания и неправильным образом жизни приводит к появлению избыточной массы тела за счет отложения жира в тканях. Ожирение является одной из важных проблем современной медицины. Его частота увеличивается, и в развитых странах ожирение приобретает масштабы социально значимой патологии» [1]. В 2020 году с появлением нового вируса Covid-19 повысился уровень гиподинамии, что спровоцировало у большей части населения рост массы тела, повлекший за собой развитие ожирения. Важной проблемой ожирения является риск дальнейшего развития сердечно-сосудистых заболеваний, которые по данным ВОЗ занимают одно из первых мест в списке ведущих причин ранней смертности людей.

Цель исследования. Целью нашего исследования является анализ уровня ожирения и оценка рисков его развития среди студентов ВГМУ им.Н.Н.Бурденко, а также среди детского населения.

Материалы и методы исследования. В электронном варианте был опубликован опросник, созданный на платформе Google. Рассылка проводилась при помощи социальных сетей. Студенты были опрошены по следующим критериям: оценка индекса массы тела (ИМТ); наличие сопутствующих заболеваний у студентов и их родственников; предрасполагающие факторы к развитию ожирения; наличие родственников, страдающих ожирением. Также были проанализированы медицинские карты 3500 пациентов, поступивших в стационар Воронежской детской клинической больницы ВГМУ им. Н.Н.Бурденко Министерства здравоохранения Российской Федерации в 2022 году. Для оценки степени тяжести ожирения у детей рассчитывался коэффициент стандартного отклонения (standart deviation score -SDS). В норме показатель SDS ИМТ колеблется от +1 до -1. Избыточная масса тела диагностируется при SDS ИМТ +1 – +2, ожирение у детей при SDS ИМТ – +2 и более.

Результаты исследования и их обсуждение. Опрос прошли 190 студентов (167 женского пола и 23 мужского), средний возраст опрашиваемых составил 18-20 лет. Из полученных данных выявлено, что у 65% опрошенных показатель ИМТ находится в пределах нормы, что несомненно является положительным результатом. Однако, у 18% студентов находятся в состоянии предожирения или имеют ожирение I степени. У 80% опрошенных имеются родственники с избыточной массой тела или страдающие ожирением. Результаты опроса выявили наличие сопутствующих заболеваний и симптомов у большинства студентов: 30,5% опрошенных указали на нарушение менструального цикла, 14,2% отметили наличие одышки, 10% человек - сердечно-сосудистые заболевания. Анализ сопутствующих заболеваний у родственников опрошенных показал, что 42,1% человек имеют заболевания сердечно-

сосудистой системы, 40% человек отмечают гипертонию, а 32,6% имеют сахарный диабет, что свидетельствует о вероятном развитии ожирения на фоне сопутствующих заболеваний, а также наследственном факторе у студентов, являющимся одним из причин развития данной патологии. В ходе опроса студенты отметили, что 66,3% испытывают постоянный стресс, у 63,1% нарушен режим питания, у 51,6% хроническое недосыпание, у 30,5% наличие вредных привычек, у 42,6% малоподвижный образ жизни. Стресс и нехватка физической активности являются немаловажным фактором развития ожирения [1]. Статистика, полученная на базе Воронежской детской клинической больницы, показала, что за 2022 год из стационара было выписано 3500 детей, из них страдают ожирением 450 человек, что свидетельствует о тенденции роста данной патологии среди детей и подростков [2]. Большое значение в развитии ожирения в детском возрасте придают пищевому поведению. Перекармливание является одной из основных причин развития ожирения в детстве, при котором чрезмерное поступление энергоемких продуктов приводит к избыточному отложению жировой ткани [3]. Причинами ожирения могут выступать разные факторы, но к числу наиболее явных относится алиментарный. Опрошенные студенты нашего университета отметили, что у них отсутствует режим питания и на фоне этого часто возникают переедания, что, несомненно, ведет к увеличению массы тела. В большинстве случаев ожирение – полигенное заболевание, где полиморфизм каждого гена в сочетании с другими этиологическими факторами определяет риск развития и степень тяжести заболевания, поэтому второй бесспорной причиной может выступать гиподинамия в связи с техническим прогрессом и изменением образа жизни. В том числе студенты нашего университета ВГМУ им. Н.Н. Бурденко находятся в группе риска развития ожирения из-за снижения физической нагрузки, в связи с проведением большей части времени на семинарских занятиях и за выполнением домашних заданий дома. Это и подтверждает статистика, полученная нами в ходе исследования. У 42,6% студентов нашего университета выявлен малоподвижный образ жизни, а также недостаток сна, постоянный стресс, наличие вредных привычек. Все эти факторы являются пусковыми в развитии нарушений липидного обмена, приводящие к ожирению. Наследственная предрасположенность и семейный анамнез так же играют важную роль [4]. К настоящему времени учеными описаны 79 различных синдромов, большинство из которых имеют установленную генетическую причину развития ожирения [5]. В ходе нашего исследования 152 человека отметили, что в их семьях есть родственники, страдающие ожирением, поэтому данная группа студентов наиболее подвержена риску развития патологии. Имеющиеся сопутствующие заболевания как у самих студентов, так и у их родственников, являются предрасполагающими факторами в развитии ожирения, что может вызвать ухудшение

состояния здоровья, привести к более серьезным заболеваниям, в частности сердечно-сосудистым, и снизить качество жизни опрошенных [6].

Выводы и заключения Всемирная Организация Здравоохранения признала ожирение эпидемией XXI века [7]. С каждым днем число людей, имеющих избыточный вес, становится все больше, в том числе среди детей и подростков. Высокая эпидемиологическая скорость данной патологии, отсутствие должного контроля пищевого поведения и лечения лиц, подверженных ожирению, приводит к серьезным последствиям, включая инвалидизацию и раннюю смерть пациентов с излишней массой тела. Это делает проблему ожирения одной из самых актуальных на сегодняшний день. Установлена взаимосвязь между алиментарным и наследственным факторами в сочетании с малоподвижным образом жизни в развитии ожирения.

Список литературы

1. Лескова И.В., Ершова Е.В., Никитина Е.А., Красниковский В.Я., Ершова Ю.А., Адамская Л.В. Ожирение в России: современный взгляд под углом социальных проблем // Ожирение и метаболизм. 2019. Т. 16. № 1. С. 20-26.
2. Аверьянов А.П., Болотова Н.В., Дронова Е.Г. Диагностика ожирения у школьников: значение определения массы жировой ткани // Педиатрия. 2003. № 5. С. 66-69.
3. Джумагазиев А.А., Безрукова Д.А., Богданьянц М.В., Орлов Ф.В., Райский Д.В., Акмаева Л.М., Усаева О.В., Джамаев Л.С. Проблема ожирения у детей в современном мире: реалии и возможные пути решения // Вопросы современной педиатрии. 2016. 15 (3): С. 250-256.
4. Бородина С.В., Гаппарова К.М., Зайнудинов З.М., Григорьян О.Н. Генетические предикторы развития ожирения // Ожирение и метаболизм. 2016. 13(2). С.7-13.
5. Тимашева Я.Р., Балхиярова Ж.Р., Кочетова О.В. Современное состояние исследований в области ожирения: генетические аспекты, роль микробиома и предрасположенность к COVID-19 // Проблемы Эндокринологии. 2021. 67(4). С.20-35.
6. Лупанов В.П. Ожирение как фактор риска развития сердечно-сосудистых катастроф // Русский медицинский журнал. 2003. С.331.
7. Аметов А.С. Ожирение – эпидемия XXI века // Терапевтический архив. 2002. №10. С.5-7.