

УДК 612.66: 616-053.9

УРОВЕНЬ МЕДИКО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ ЖЕНЩИН О СИНДРОМЕ ПРЕЖДЕВРЕМЕННОГО СТАРЕНИЯ И МОТИВАЦИЯ К ПРОВЕДЕНИЮ КОМПЛЕКСНОЙ ПРОФИЛАКТИКИ ЕГО РАЗВИТИЯ.

Бирюкова И.В.

ООО «Марго», Санкт-Петербург

Целью исследования явилось изучение уровня медико-гигиенических знаний женщин о синдроме преждевременного старения и мотивации к проведению комплексной профилактики его развития. В ходе исследования был разработан и применен оригинальный опросник. В целом уровень информированности пациенток о необходимости применения специальной терапии и модификации образа жизни следует охарактеризовать как средний, на крайне недостаточном уровне находятся знания о терапевтических возможностях заместительной гормональной терапии, недостаточной является физическая активность, об оптимальном уровне физической активности информации у пациенток также недостаточно. При этом достаточно высоким уровнем следует охарактеризовать желание повысить качество своих знаний по вопросу успешного преодоления климактерического синдрома, особенно в возрастной группе 50 лет – 54 года. Полученные данные свидетельствуют о важности проведения грамотного терапевтического обучения и информирования пациенток о возможности курации климактерического синдрома, в том числе с точки зрения профилактики синдрома преждевременного старения.

Ключевые слова: медико-гигиенические знания, климактерический синдром, синдром преждевременного старения, профилактика.

THE LEVEL OF MEDICAL AND HYGIENIC KNOWLEDGE OF WOMEN ABOUT THE SYNDROME OF PREMATURE AGING AND MOTIVATION TO CARRY OUT THE COMPREHENSIVE PREVENTION OF ITS DEVELOPMENT.

Birjukova I.V.

Limited liability company «Margo», Saint-Petersburg

The aim of the study was to study the level of medical and hygienic knowledge of women about the syndrome of premature aging and motivation to conduct a comprehensive prevention of its development. The original questionnaire was developed and applied in the course of the study. In General, the level of awareness of patients about the need for special therapy and lifestyle modification should be characterized as average, knowledge about the therapeutic possibilities of hormone replacement therapy is at an extremely insufficient level, physical activity is insufficient, information about the optimal level of physical activity in patients is also insufficient. At the same time, a sufficiently high level should be characterized by a desire to improve the quality of their knowledge on the successful overcoming of climacteric syndrome, especially in the age group of 50 years – 54 years. The obtained data testify to the importance of the therapeutic literacy learning and informing patients about the possibility of treatment in climacteric syndrome, including from the point of view of prevention of premature aging syndrome.

Keywords: medical and hygienic knowledge, climacteric syndrome, premature aging syndrome, prevention.

Введение. В последние годы в литературе широко обсуждается синдром преждевременного старения и пути его коррекции посредством превентивных гериатрических мероприятий [1,

5,6]. Это обусловлено комплексной природой данного состояния, которое развивается на фоне полиморбидности у пациентов преимущественно среднего возраста, что в последующем, в старших возрастных группах в значительной степени ухудшает как клинический статус, так и качество жизни [3, 4, 7]. В этой связи возрастает значение своевременного выявления и коррекции синдрома преждевременного старения, который является основной, наиболее часто встречающейся формой старения людей в возрасте после 40-50 лет. Под термином преждевременное старение понимают любое частичное или общее ускорение темпа старения, приводящее к тому, что человек «опережает» средний уровень старения своей возрастной группы. Следует отметить, что имеют место определенные гендерные различия в характере течения данного заболевания. У мужчин синдром преждевременного старения начинается в более ранние сроки, ассоциирован с образом жизни и вредными привычками. У женщин начало заболевания, как правило, совпадает с климактерическими изменениями, которые характеризуются не только манифестными клиническими симптомами, но и присоединением ряда заболеваний в связи со снижением эстрогенной защиты [1,6]. При том, что климактерический синдром имеет яркие клинические проявления, что делает его диагностику сравнительно несложной, говорить об успехах его своевременного выявления и, соответственно, адекватной терапии пока крайне преждевременно. До сих пор многие специалисты крайне осторожно подходят к назначению заместительной гормональной терапии, плохо знакомы с показаниями и противопоказаниями к ее проведению [1,2,7]. С другой стороны, сами женщины плохо информированы о необходимости гормональной терапии, у них не проводится модификация образа жизни [8]. Все указанные факторы приводят к недостаточному объему лечебных и реабилитационных мероприятий, прогрессированию синдрома преждевременного старения у женщин, осложненному его течению. В этой связи крайне актуальной проблемой является выявление уровня знаний женщин о заместительной гормональной терапии, немедикаментозных мерах, которые необходимо применять для предотвращения или терапии синдрома преждевременного старения в пери- и постменопаузальном периоде, изучение состояния оказания помощи женщинам с синдромом преждевременного старения и научное обоснование алгоритма раннего выявления и эффективной комплексной терапии синдрома преждевременного старения у женщин в перименопаузальном периоде.

Цель исследования – изучить уровень медико-гигиенических знаний женщин о синдроме преждевременного старения и мотивации к проведению комплексной профилактики его развития

Материал и методы. В исследование включено 175 женщин в возрасте от 45 до 64 лет, средний возраст составлял $54,5 \pm 2,5$ года.

При проведении опроса женщин по поводу выявления уровня их знаний о климактерическом синдроме в контексте синдрома преждевременного старения и существования у них потребности в повышении степени информированности по данному вопросу нами был составлен формализованный опросник, который включал в себя 5-балльную оценку (0 баллов – минимальная степень выраженности признака, 5 баллов – максимальная) каждой позиции опроса. Вопросы были следующими: 1) оцените уровень Ваших знаний о климактерическом синдроме и методах его успешного преодоления; 2) оцените уровень Ваших знаний о заместительной гормональной терапии как основного метода терапии климактерического синдрома; 3) занимаетесь ли Вы регулярной физической активностью?; 4) знаете ли Вы какой уровень физической активности является оптимальным для поддержания здоровья?; 5) придерживаетесь ли Вы определенной диеты?; 6) знаете ли Вы какой должный уровень диеты необходим для поддержания здоровья?; 7) принимаете ли Вы регулярно медикаменты при наличии показаний, например, при наличии артериальной гипертензии?; 8) знакомы ли Вам возможные последствия климактерического синдрома, например, хронизация повышения артериального давления; 9) хотели бы Вы повысить качество своих знаний по вопросу успешного преодоления климактерического синдрома; 10) откуда Вы черпаете информацию о методах терапии климактерического синдрома.

Результаты и их обсуждение. При проведении опроса женщин по поводу выявления уровня знаний о климактерическом синдроме в контексте синдрома преждевременного старения и существования потребности в повышении степени информированности по данному вопросу нами были получены следующие результаты (таблица 1). Из представленных данных видно, что достоверно значимых различий между пациентками разных возрастных групп по большинству позиций нами не было выявлено. Вместе с тем, при ответе на вопрос «оцените уровень Ваших знаний о климактерическом синдроме и методах его успешного преодоления» достоверно более высокий балл - $3,5 \pm 0,6$ имел место у пациенток 50 – 54 лет; регулярность своей физической активности оценили в $1,5 \pm 0,6$ балла пациентки 45 – 49 лет, $1,7 \pm 0,5$ балла – в возрасте 50 – 54 лет, $1,8 \pm 0,4$ балла – 55 – 59 лет, $2,1 \pm 0,5$ балла – опрошенные в возрасте 60 лет и старше, $p < 0,05$ по мере увеличения возраста. Желание повысить качество своих знаний по вопросу успешного преодоления климактерического синдрома в наибольшей степени было выражено у пациенток возрастной группы 50 – 54 года - $4,1 \pm 0,5$, $p < 0,05$ по сравнению с другими возрастными категориями.

Также достоверно более высокий уровень знаний о заместительной гормональной терапии был у женщин возрастной группы 50 – 54 и 55 – 56 лет – соответственно, $2,1 \pm 0,6$ и $2,2 \pm 0,5$, $p < 0,05$ по сравнению с другими возрастными группами.

Обобщая социологическую часть исследования, отметим, что в целом уровень информированности пациенток о необходимости применения специальной терапии и модификации образа жизни следует охарактеризовать как средний, на крайне недостаточном уровне находятся знания о терапевтических возможностях заместительной гормональной терапии, недостаточной является физическая активность, об оптимальном уровне физической активности информации у пациенток также недостаточно. При этом достаточно высоким уровнем следует охарактеризовать желание повысить качество своих знаний по вопросу успешного преодоления климактерического синдрома, особенно в возрастной группе 50 лет – 54 года. Полученные данные свидетельствуют о важности проведения грамотного терапевтического обучения и информирования пациенток о возможности курации климактерического синдрома, в том числе с точки зрения профилактики синдрома преждевременного старения.

Таблица 1

Результаты оценки уровня знаний женщин по вопросам профилактики преждевременного старения в пери- и постменопаузальном периоде (в баллах).

Позиция опросника	Возрастная группа (годы)			
	45 – 49 (n=41)	50 – 54 (n=45)	55 – 59 (n=44)	60 и > (n=45)
Уровень знаний о климактерическом синдроме и его лечении	$3,1 \pm 0,5$	$3,5 \pm 0,6^*$	$3,5 \pm 0,5$	$3,4 \pm 0,4$
Уровень знаний о заместительной гормональной терапии	$2,0 \pm 0,5$	$2,1 \pm 0,6^*$	$2,2 \pm 0,5^*$	$2,0 \pm 0,4$
Занимаетесь ли Вы регулярной физической активностью?	$1,5 \pm 0,6$	$1,7 \pm 0,5^*$	$1,8 \pm 0,4^*$	$2,1 \pm 0,5^*$
Знаете ли Вы какой уровень физической активности является оптимальным для поддержания здоровья?	$1,4 \pm 0,4$	$1,5 \pm 0,5$	$1,4 \pm 0,5$	$1,4 \pm 0,5$
Придерживаетесь ли Вы определенной диеты?	$3,5 \pm 0,6$	$3,6 \pm 0,6$	$3,6 \pm 0,5$	$3,5 \pm 0,6$

Знаете ли Вы каков должный уровень диеты необходим для поддержания здоровья?	3,4±0,4	3,5±0,7	3,6±0,6	3,5±0,5
Принимаете ли Вы регулярно медикаменты при наличии показаний	3,7±0,5	3,6±0,6	3,7±0,5	3,6±0,5
Знакомы ли Вам возможные последствия климактерического синдрома	2,4±0,6	2,5±0,6	2,4±0,5	2,4±0,5
Хотели бы Вы повысить качество своих знаний по вопросу успешного преодоления климактерического синдрома	3,8±0,7	4,1±0,5*	3,9±0,4	3,9±0,6

* $p < 0,05$ по сравнению с предыдущей возрастной группой

Заключение. Уровень медико-гигиенических знаний женщин о необходимости применения специальной терапии и модификации образа жизни в пери- и постменопаузальный периоды следует охарактеризовать как средний, однако на крайне недостаточном уровне находятся знания о терапевтических возможностях заместительной гормональной терапии, недостаточными являются физическая активность и уровень знаний о ее оптимальном уровне, что свидетельствуют о важности проведения грамотного терапевтического обучения и повышения степени информирования пациенток.

Список литературы

1. Арьев А.Л., Овсянникова Н.А., Арьева Г.Т., Дзахова С.Д., Хавинсон В.Х. Полиморбидность в гериатрии // Практическая онкология. - 2015. - Т. 16. - № 3. - С. 83-90.
2. Кулаков, В. И. Новые технологии и научные приоритеты в акушерстве и гинекологии / В. И. Кулаков // Гинекология. - 2017. - № 1. - С. 8-9.
3. Попович И.Г., Анисимов В.Н. Есть ли у нас лекарство от старости ? // Вестник эстетической медицины. 2013. - Т. 12. - № 2. - С. 44-50.
4. Превентивная гериатрия, или антивозрастная медицина / А.Н. Ильницкий, К.И. Прощаев, С.В. Трофимова [и др.] // Успехи геронтологии. – 2015. – Т. 28, № 3. – С. 589-593.

5. Прощаев, К.И. Качество жизни пациентов старческого возраста [Электронный ресурс] / К.И. Прощаев, С.Г. Горелик, А.И. Притчина // Вестник новых медицинских технологий. – 2013. – № 1. – Режим доступа: <http://medtsu.tula.ru/VNMT/Bulletin/E2013-1/4206.pdf>. ИФ РИНЦ 0,2012
6. Хавинсон В.Х., Линькова Н.С., Ничик Т.Е., Салль Т.С., Орлова О.А., Гутоп Е.О. Пептидная регуляция клеточного старения// Проблемы возрастной патологии в Арктическом регионе: биологические, клинические и социальные аспекты сборник тезисов, статей российской научно-практической конференции с международным участием. -2016.- С. 156-158.
7. Шабалин В.Н. Медицинское обеспечение условий физиологического старения и здоровья. // Геронтология и гериатрия. - 2010. - № 9. - С. 3.
8. Шабалин В.Н. Психология долгожительства //Здравоохранение Российской Федерации. - 2014. - Т. 58. - № 1. - С. 3-5.

The list of references

1. Ar'ev A.L., Ovsjannikova N.A., Ar'eva G.T., Dzahova S.D., Havinson V.H. Polimorbidnost' v geriatrii// Prakticheskaja onkologija. - 2015. - Т. 16. - № 3. - S. 83-90.
2. Kulakov, V. I. Novye tehnologii i nauchnye priority v akusherstve i ginekologii / V. I. Kulakov // Ginekologija. - 2017. - № 1. - S. 8-9.
3. Popovich I.G., Anisimov V.N. Est' li u nas lekarstvo ot starosti ?// Vestnik jesteticheskoy mediciny. 2013. - Т. 12. - № 2. - S. 44-50.
4. Preventivnaja geriatrija, ili antivozrastnaja medicina / A.N. Il'nickij, K.I. Proshhaev, S.V. Trofimova [i dr.] // Uspehi gerontologii. – 2015. – Т. 28, № 3. – S. 589-593. IF RINC 0,469
5. Proshhaev, K.I. Kachestvo zhizni pacientov starcheskogo vozrasta [Jelektronnyj resurs] / K.I. Proshhaev, S.G. Gorelik, A.I. Pritchina // Vestnik novyh medicinskih tehnologij. – 2013. – № 1. – Rezhim dostu-pa: <http://medtsu.tula.ru/VNMT/Bulletin/E2013-1/4206.pdf>. IF RINC 0,2012
6. Havinson V.H., Lin'kova N.S., Nichik T.E., Sall' T.S., Orlova O.A., Gutop E.O. Peptidnaja reguljacija kletochного starenija// Problemy vozrastnoj patologii v Arkticheskom regione: biologicheskie, klinicheskie i social'nye aspekty sbornik tezisov, statej rossijskoj nauchno-prakticheskoy konferencii s mezhdunarodnym uchastiem. -2016.- S. 156-158.
7. Shabalin V.N. Medicinskoe obespechenie uslovij fiziologicheskogo starenija i zdorov'ja. // Gerontologija i geriatrija. - 2010. - № 9. - S. 3.

8. Shabalin V.N. Psihologija dolgozhitel'stva //Zdravoohranenie Rossijskoj Federacii. - 2014. - Т. 58. - № 1. - С. 3-5.