

ВЛИЯНИЕ ТРАДИЦИОННОГО ПИТАНИЯ НА РАЗВИТИЕ ОСТЕОПОРОЗА В КЫРГЫЗСТАНЕ

Эсенбаев Эрбол Рахатбекович

студент, Кыргызско Российский Славянский Университет, Киргизия, г. Бишкек

Кулмаматов Байканур

студент, Кыргызско Российский Славянский Университет, Киргизия, г. Бишкек

Джумабаева Даяна Камиловна

студент, Кыргызско Российский Славянский Университет, Киргизия, г. Бишкек

Джусупов Алмаз Азатбекович

научный руководитель, Кыргызско Российский Славянский Университет, Киргизия, г. Бишкек

Мирджалилов Валерий Миргиязович

научный руководитель, Кыргызско Российский Славянский Университет, Киргизия, г. Бишкек

Остеопороз, как системное заболевание скелета, приводящее к увеличению хрупкости костей и риска переломов, с его высокой распространенностью становится одной из важных проблем современной медицины. [1] Остеопороз называют «безмолвной» эпидемией XXI века, так как потеря массы кости происходит постепенно, незаметно и часто диагностируется уже после переломов. У данного заболевания нет национальности, оно атакует всех независимо от этнических параметров. Важность проблемы определяется не только высокой распространенностью заболевания, но и моральными и экономическими потерями больного и общества, в целом, в связи с переломами, инвалидностью и смертностью.

Уже сегодня, по данным ВОЗ, остеопороз стоит на четвертом месте после сердечно-сосудистых заболеваний онкологической патологии и сахарного диабета. Он выявлен у 75 млн человек в странах США, Европы и Японии. В течение нескольких лет эксперты ВОЗ ожидают, что остеопороз будет поражать 61 млн американцев старше 50 лет. Внедрение в клиническую практику современных технологий, позволяющих количественно оценивать минеральную плотность костной ткани в разных участках скелета, дало возможность диагностировать остеопороз на ранних этапах развития, определить характер нарушений метаболизма костной ткани, используя биохимические маркеры, и дифференцированно подойти к профилактике и лечению этих заболеваний. Тем не менее, остеопороз в нашей стране до сих пор относится к разряду малоизученных. Окончательно не выяснены многие стороны этиологии и патогенеза остеопороза, их зависимость от многочисленных факторов риска. Нет единых подходов к профилактике и лечению, имеются разногласия и по различным аспектам диагностики. Результатом такого невнимания к данной проблеме могут быть огромные экономические потери, связанные с неизбежными последствиями остеопороза. Все вышеизложенное и определило актуальность выбранного нами научного исследования.

Актуальность данной работы заключается в том, что число заболевания остеопороза с каждым годом все больше и больше увеличивается, а возраст заболевания все молодеет, что

связано с образом жизни и каждодневным питанием.

Целью данной работы является улучшение диагностики остеопороза у разной возрастной категории лиц на основании ультразвуковой костной денситометрии для выработки дифференцированных подходов к выявлению распространенности, дальнейшей профилактики и подбора лечения данного заболевания.

Распространенность остеопороза у жителей старшей возрастной группы Кыргызстана

По рекомендации ВОЗ, с 1994 г. исследование МПКТ позволяет не только диагностировать остеопороз (снижение до $-2,5$ по Т-критерию), но и оценить степень тяжести остеопороза (снижение до $-2,5$ по Т-критерию и низкотравматический перелом). В нашем исследовании за основу взяли следующие критерии диагностики остеопороза на основании снижения МПКТ: «норма» – Т-критерий $-1,0$ и выше и «остеопороз» – Т-критерий от $-2,5$ и ниже с наличием одного или более переломов.

Проведение ультразвуковой денситометрии у жителей низкогогорья показало, что в первой возрастной группе у 261 человека средние значения Т- и Z-критерия находились в пределах нормы ($-0,387$ и $-0,318$ соответственно). у 139 человек средние показатели Т-критерия составили $-2,4$, а Z-критерия –

$-2,5$, они были отнесены к остеопорозу. Таким образом, в первой возрастной группе нормальные значения МПКТ выявлены у 20,9 % - остеопороз (табл. 3).

Во второй возрастной группе (пожилые люди) у 208 человек средние показатели Т- и Z-критерия находились в пределах нормы ($0,280$ и $0,645$ соответственно).

У остальных 203 человек Т и Z-критерий находились на уровне ниже $-2,5$ и составили в среднем от $-2,55$ и $-2,83$ соответственно, что свидетельствует об остеопорозе. Таким образом в данной возрастной группе нормальные значения выявлены у 30,9 % лиц остеопороз – у 30,2 %, что значительно выше, чем в первой возрастной группе исследования (табл. 2), что означает увеличение с возрастом числа лиц с остеопорозом.

Третью возрастную группу в нашем исследовании составили 648 лиц старческого возраста (старше 75– 84 лет). Были получены следующие результаты: у 163 человек средние показатели уровня Т- и Z-критерия находились в пределах нормы – выше $-1,0$ (средние значения – $-0,3$ и $1,3$ соответственно), у 226 человек – в пределах от $-1,1$ до $-2,5$ (средние значения – $-1,83$ и $-0,928$), и у остальных 259 человек значения были ниже $-2,5$ (средние значения – $-2,833$ и $-2,467$) (табл. 3). Это означает, что при ультразвуковой костной денситометрии остеопороз – у 39,9 % пожилых людей.

Нами также анализированы данные ультразвуковой денситометрии в зависимости от распределения по полу. У мужчин показатели минеральной плотности костной ткани были в норме у 351 (39,7 %) человека, а остеопороз – у 223 (25,3 %) человек. У женщин показатели минеральной плотности костной ткани были в норме у 251 (22,7 %) человека, а остеопороз – у 463 (41,9 %) человек. Полученные результаты свидетельствуют о том, что распространённость остеопороза в нашем исследовании статистически значимо выше с увеличением возраста, а при сравнении по полу – чаще у женщин ($p < 0,05$).

Остеопороз – это метаболическое заболевание скелета, которое всё чаще встречается среди стареющего населения. В нашем исследовании распространённость остеопороза была выше среди пожилых людей. Распространённость остеопороза составляла 40,7 % у лиц в возрасте ≥ 75 лет по сравнению с другими возрастными группами (31,9 и 27,4 % в возрастных группах 60–74 лет и 40–59 лет соответственно). Это было обычным результатом многих эпидемиологических исследований на людях. Так, исследование, проведённое с участием 7163 корейцев в возрасте старше 50 лет, показало, что 4,0 % мужчин в возрасте 50 лет страдают остеопорозом. Распространённость увеличилась до 7,2 % среди лиц в возрасте 60 лет, 15,1 % – в возрасте 70 лет и 26,7 % – в возрасте 80 лет. Распространённость среди женщин составила 15,2 %, 36,5 %, 62,7 % и 85,8 % соответственно.

Аналогичная тенденция была обнаружена у 7042 взрослых китайцев (возрастной диапазон – 20–85 лет), при этом мужчины (21,7 %) и женщины (59,3 %) в возрастной группе 75–79 лет, как сообщалось, имели самую высокую распространённость остеопороза, по сравнению с другими возрастными группами. Было очевидно, что возраст является одним из важнейших факторов, определяющих остеопороз.

Заключение. Таким образом, изучение остеопороза с эпидемиологической точки зрения у жителей Кыргызстана обнаружило более высокую, чем ожидалось, частоту денситометрического остеопороза. Так, в возрастной группе 40– 59 лет остеопороз составил 20,9 %, в группе 60–74 года – 30,2 % и в группе 75–90 лет – 39,9 %. Частота остеопороза увеличивалась с возрастом и была зависима от пола – чаще встречалась у женщин.

Также немаловажную роль играет традиционное питание, которое может оказывать как положительное, так и негативное влияние на развитие остеопороза, и важно принимать меры для коррекции рациона в сторону увеличения потребления кальция, витамина D и других полезных нутриентов для профилактики заболевания.

Список литературы:

1. Электронный ресурс <https://www.krasotaimedicina.ru/diseases/traumatology/osteoporosis>