

УДК 616-056.5+613.25

Л.Е. Весніна, Х.Р. Боряк, Л.М. Колінько

ВПЛИВ ПІДВИЩЕННЯ МАСИ ТІЛА НА ЯКІСТЬ ЖИТТЯ У МОЛОДИХ ОСІБ

Українська медична стоматологічна академія, м. Полтава, Україна,
kristinaboriak@gmail.com

Актуальність. Проблема формування підвищеної маси тіла та ожиріння, незважаючи на велику кількість досліджень, потребує постійної уваги науковців. Споживання висококалорійної їжі, порушення гуморальної регуляції харчування призводить до формування позитивного енергетичного балансу. Цьому сприяють порушення збалансованості харчування та значне зниження фізичної активності. Досі відсутня чітка стратегія розвитку підвищеної маси тіла, особливо у молодому віці та її вплив на якість життя.

Тому **метою** дослідження стало визначення впливу підвищеної маси тіла на якість життя у молодих осіб з нормальною, підвищеною масою та ожирінням I ступеня.

Методи та результати досліджень. У дослідженні прийняли участь особи обох статей віком 18-25 років, яким було проведено визначення маси тіла, зросту, півкružності талії, стегон, розрахунок індексу маси тіла (ІМТ). В першій когорті обстежених сформовано контрольну групу з ІМТ 18,5-24,9 кг/м² (51 особа) та групу з підвищеною масою тіла - ІМТ вище 25 кг/м² (36 осіб). У другій когорті обстежених із 89 осіб додатково була сформована група з 28 осіб із ІМТ 30-34,9 кг/м², що становить ожиріння I ступеня. Якість життя визначали за допомогою опитувальника SF-36 (Short Form Health Survey), оцінювали наступні показники - фізичне та рольове фізичне функціонування, інтенсивність болю, загальний стан здоров'я, життєву активність, соціальне та рольове емоційне функціонування, психічне здоров'я, фізичний та психічний компоненти здоров'я. Дані були оброблені статистично.

У першій когорті обстежених визначено вірогідне зниження показників фізичного та рольового фізичного функціонування, рольового емоційного функціонування та психічного здоров'я у чоловіків з підвищеною масою тіла. Низькі показники психічного компонента здоров'я відмічені у чоловіків як контрольної ($50,39 \pm 1,24$ бали), так і дослідної груп ($44,47 \pm 2,26$ бали). У жінок із підвищеною масою тіла вірогідно знижені показники загального здоров'я, життєздатності, соціального та рольового емоційного функціонування. Також вірогідно знижений показник психічного компоненту здоров'я - $40,65 \pm 1,70$ бали проти $48,87 \pm 1,80$ балів. У другій когорті обстежених відмічено вірогідне зниження практично всіх показників у осіб із ожирінням I ступеня в порівнянні з особами контрольної групи. Особливо низькі показники визначені за шкалою рольового емоційного функціонування у чоловіків з ожирінням I ступеня проти осіб контрольної групи, відповідно $45,36 \pm 10,35$ бали проти $91,69 \pm 4,81$.

Зроблено **висновок**, що підвищення маси тіла значним чином впливає на якість життя молодих осіб, що потребує корекції психологічного та фізичного стану. Одним із можливих шляхів є зміна способу життя шляхом підвищення фізичної активності та зниження енергетичної цінності харчового раціону, формування позитивної та активної соціальної позиції.