

Т. Н. Жуковец, В. И. Гудинович
**ОЦЕНКА ВЛИЯНИЯ ФАКТОРОВ РИСКА НА РАЗВИТИЕ
ИЗБЫТОЧНОЙ МАССЫ ТЕЛА И ОЖИРЕНИЯ**

Научный руководитель д-р мед. наук, проф. А. П. Шепелькевич
Кафедра эндокринологии,

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

***Резюме.** Статья посвящена актуальной на сегодняшний день проблеме избыточной массы тела и ожирения. Авторами проанализированы основные возможные факторы риска развития данного заболевания у жителей города Минска. Проведенное исследование позволило выявить наиболее значимые причины развития избыточной массы тела и ожирения.*

***Ключевые слова:** ожирение, ИМТ, факторы риска, избыточная масса тела.*

Resume. *The article is devoted to today's actual problem - overweight and obesity. The authors analyzed the main possible risk factors for this condition among residents of the city of Minsk. The study identified the most significant causes of overweight and obesity.*

Keywords: *obesity, BMI, risk factors, overweight.*

Актуальность. Ожирение – хроническое рецидивирующее заболевание, характеризующиеся избыточным отложением жировой ткани в организме. По данным ВОЗ на январь 2015 года более 1,9 миллиарда взрослых людей в возрасте 18 лет и старше имеют избыточный вес. Из этого числа свыше 600 миллионов человек страдают от ожирения. 13% населения планеты (11% мужчин и 13% женщин) страдают от ожирения; 39% людей в возрасте 18 лет и старше имеют избыточный вес (38% мужчин и 40% женщин). По сравнению с 1980 годом количество людей с ожирением увеличилось более чем в 2 раза.

Цель: проанализировать основные возможные факторы риска развития избыточной массы тела и ожирения у жителей города Минска.

Задачи:

1. Определить наследственные факторы риска развития избыточной массы тела и ожирения.
2. Определить основные особенности питания, которые являются факторами риска развития избыточной массы тела и ожирения.
3. Определить уровень физической активности участников исследования.

Материал и методы. Исследование проводилось на базе ГУ «РЦМРиБ» среди лиц с избыточной массой тела и ожирением. В анализ были включены анкеты 134 человек (19 мужчин и 115 женщин), средний возраст $45,8 \pm 12,9$ лет. При сборе анамнеза оценивались следующие факторы риска: наличие ожирения и СД 2-го типа по материнской и отцовской линии, суточный рацион и режим питания пациентов, уровень физической активности и особенности пищевого поведения участников.

Результаты и их обсуждение. Избыточная масса тела зарегистрирована у 14% человек, ожирение I степени – 31%, II степень – 27,5%, III степень – 27,5%. Анализ наследственного анамнеза показал наличие ожирения у близких родственников по материнской линии у 61,2% пациентов, по отцовской линии – 41%; СД 2-го типа по материнской линии у 15,7% участников, по отцовской линии – 9% участников.

Анализ особенностей питания показал, что у 68 (51%) пациентов в суточном рационе преобладала пища с повышенным содержанием жира, у 2 (1,5%) – углеводы. Также нарушения питьевого режима были выявлены у 123 (92%) опрошенных – 17 (13%) потребляют менее 1 л жидкости в сутки, 106 (79%) – 1-1,5 литров (рисунок 1).

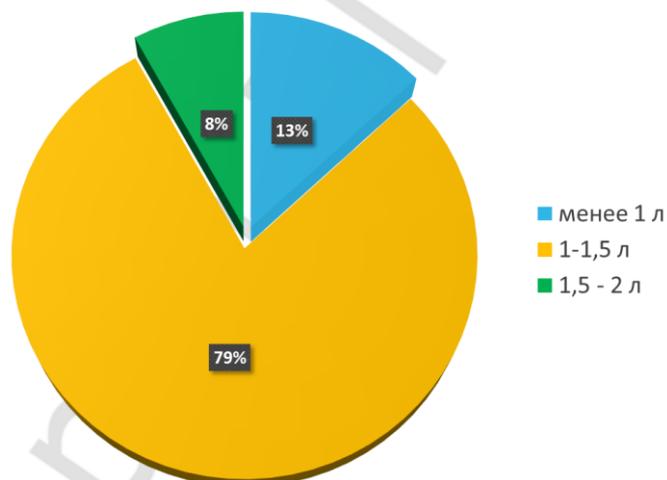


Рисунок 1 – Структура суточного употребления жидкости в группе анкетированных

Нарушения пищевого поведения были отмечены у 81 анкетированного. Из их числа 71(53%) человек отмечал употребление пищи 2-3 раза в сутки и 12 (9%) – ночные приёмы пищи.

Анализ физической активности был разделен на две составляющие – условия труда и дополнительная физическая активность. Малоподвижный образ жизни отметили 85,1% человек. Недостаточная физическая активность (в режиме менее 150 минут в неделю) зарегистрирована у 73,3% (рисунок 2).

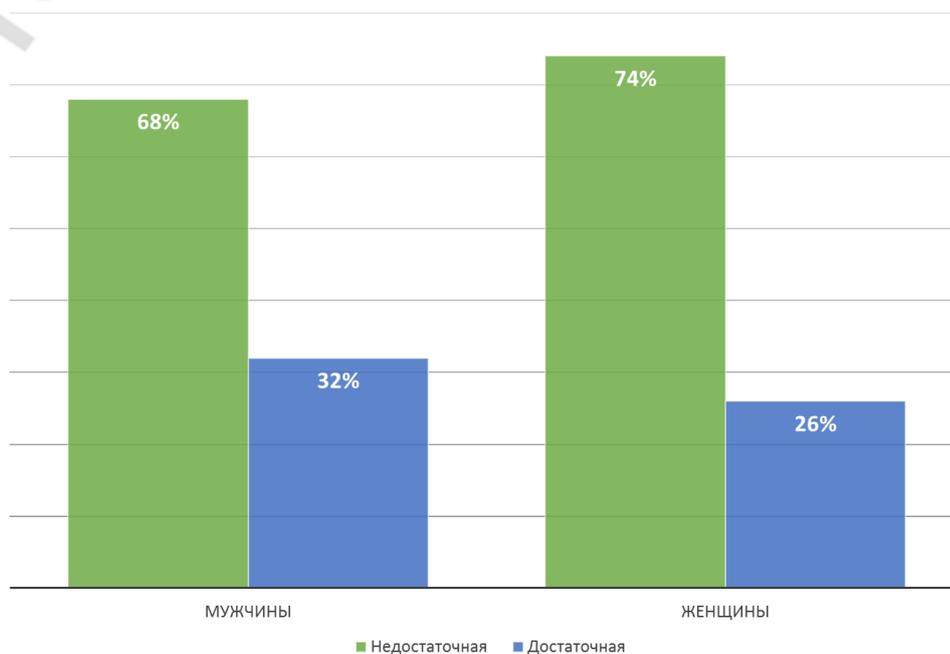


Рисунок 2 – Уровень физической активности у мужчин и женщин в группе

анкетированных

Выводы:

1. Среди наследственных факторов наиболее часто отмечается наличие ожирения у близких родственников по материнской линии - 61,2% человек.

2. Среди экзогенных факторов выявлено: повышенное содержание жиров в пище 51%, недостаточное употребление жидкости 92%, нарушение суточных ритмов приёмов пищи у 53% пациентов, недостаточный уровень физической активности у 73,3% опрошенных.

T. N. Zhukovets, V. I. Hudinovich

**ASSESSMENT OF THE IMPACT OF RISK FACTORS ON THE
DEVELOPMENT OF OVERWEIGHT AND OBESITY**

Tutor Professor A. P. Shepelkevich

Department of Endocrinology

Belarusian State Medical University, Minsk

Литература

1 Ожирение и избыточный вес // Всемирная организация здравоохранения URL: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/ru/> (дата обращения: 16.01.2015).

2 Obesity: Overview of Prevalence, Etiology, and Treatment. Susan B Racette, Susan S Deusinger and Robert H Deusinger PHYS THER. 2003; 83:276-288.

3 "Global recommendations on Diet, Physical Activity and Health", WHO 2000.