

ГОРОДСКАЯ КЛИНИЧЕСКАЯ БОЛЬНИЦА №1 г.ТОЛЬЯТТИ



ЛАУРЕАТ ПРЕМИИ РФ В ОБЛАСТИ КАЧЕСТВА
ЛАУРЕАТ ПРЕМИИ «ЕВРОСТАНДАРТ»
ЛАУРЕАТ ПРЕМИИ «ПРОФЕССИЯ - ЖИЗНЬ»



«ПРИМЕНЕНИЕ КОМПЛЕКСА ФИЗИОТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ПРОЦЕДУР ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОГРАММ СНИЖЕНИЯ ВЕСА»

Халястова Элина Алексеевна

Зав.отделением восстановительной
медицины, физиотерапии и
санаторно-курортного лечения

Городская клиническая больница №1
г.Тольятти, Россия


2010г.



**Ожирение официально признано
неинфекционной эпидемией
нашего времени**







В развитых странах мира до 25% подростков имеют избыточную массу тела, а 15% страдают ожирением. В России ожирение имеют 14% детей.

к 2025 г.

50%

женщин

40%

мужчин



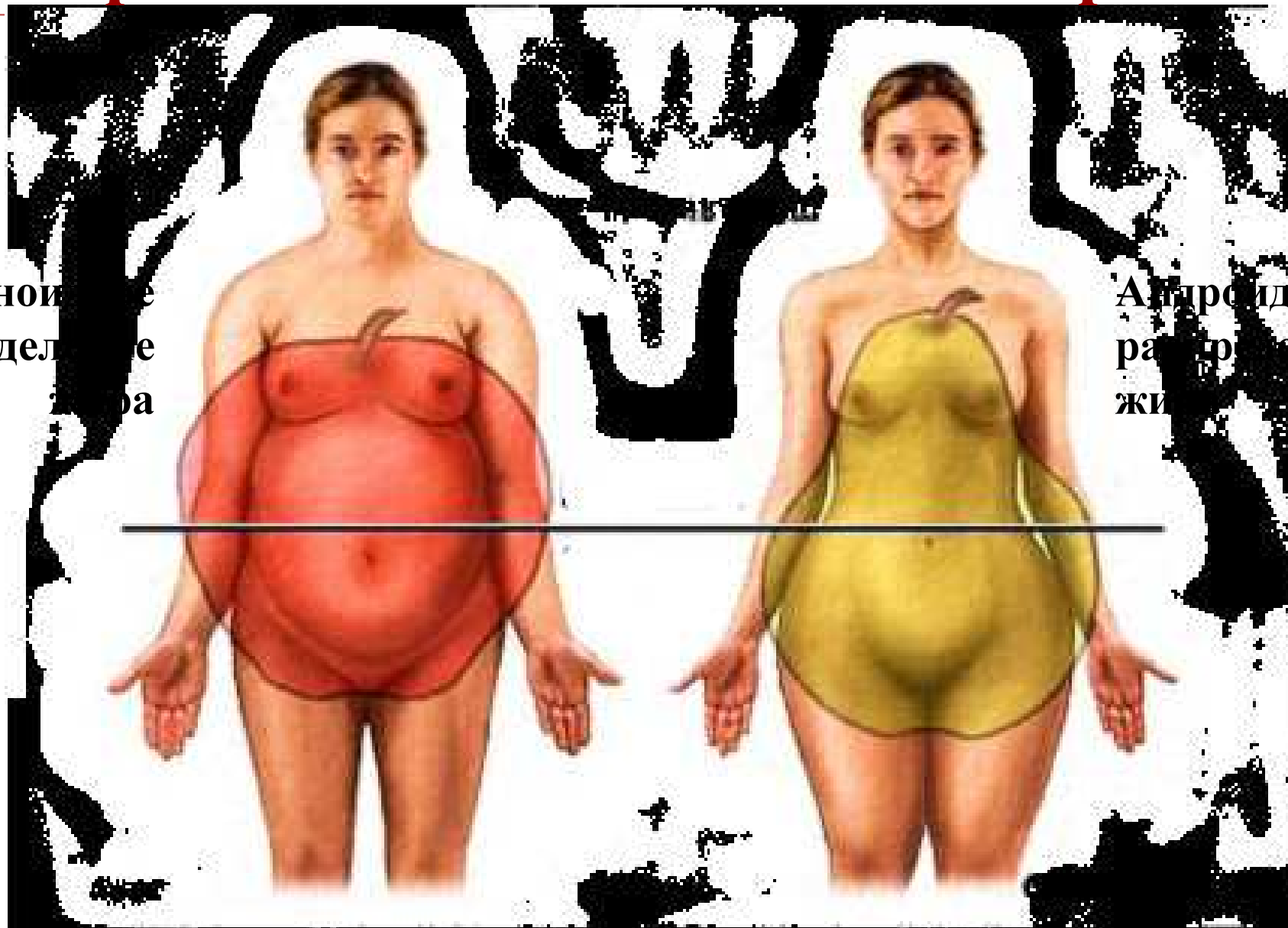
Избыточный вес - это не просто эстетические неудобства и дискомфорт



едущие ученые мира рассматривают МС, как предстадию атеросклероза и сахарного диабета 2 типа.

Центральный тип ожирения - основной признак метаболического синдрома

Гиноидное
распределение
жирора



Андроеидное
распределение
жир



Кроме того, избыточный вес и ожирение ассоциируются с такими проблемами, как:

- ▶ **Ишемическая болезнь сердца**
- ▶ **Деформирующий остеоартроз**
- ▶ **Желчекаменная болезнь**
- ▶ **Синдром ночного апноэ**
- ▶ **Риск злокачественных новообразований (рак груди, простаты, эндометрия, толстой кишки)**



Критерии метаболического синдрома (NCEP ATR-III)

Наличие одномоментно 3 из указанных компонентов:

▶ **Центральное ожирение**

(окружность талии > 94 см. у мужчин, > 80 см. у женщин);
Индекс Т/Б > 0,9 (мужчины), > 0,85 (женщины); ИМТ > 30 кг/м²

▶ **Повышение уровня триглицеридов**

(> 1,7 ммоль/л)

▶ **Низкий холестерин ЛПВП**

(< 0,9 ммоль/л. у мужчин, < 1,1 ммоль/л у женщин)

▶ **Повышенное артериальное давление**

(≥ 130/85 мм рт.ст.)

▶ **Гипергликемия натощак**

(плазма крови - гликемия натощак ≥ 5,6 ммоль/л)



**Известно, что среди врачей избыточный вес
имеют 24%, ожирение - 12,5%**



Исследуемая группа

Для своего исследования мы выделили группу сотрудников нашей больницы, у которых 2 года назад были выявлены:

- ▶ избыточный вес (70%)
- ▶ ожирение (11%)
- ▶ артериальная гипертензия (64%)
- ▶ дислипидемия (62%)
- ▶ гипергликемия (12%)



«ВЕСОВОЕ ПЛАТО»



Назначения:

Была предложена комплексная программа физиотерапевтических процедур, включающая в себя:

- Электромиостимуляция

- Лимфодренаж

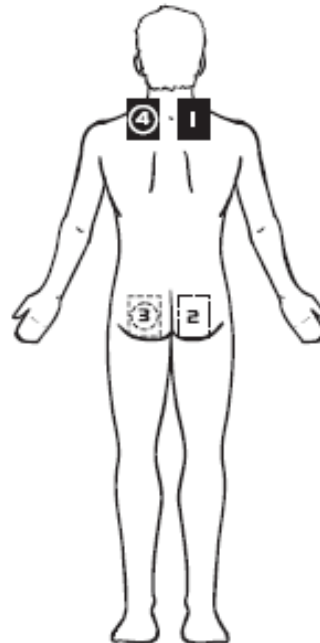
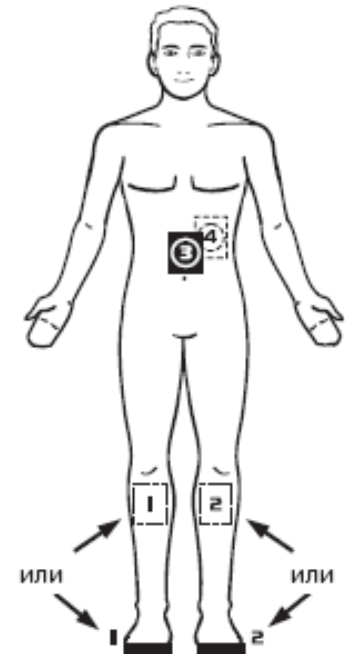
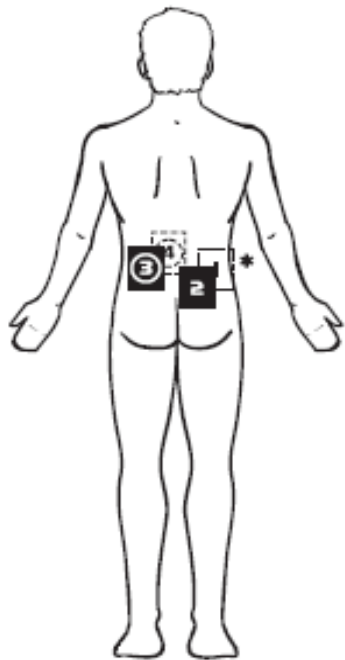
▶ - Гидротерапия



Низкочастотный пояс-миостимулятор



Аппарат СЭСЛДВК



Электростимулятор рефлекторного массажа



рисунок А



рисунок В



рисунок С



рисунок Е



рисунок Д



рисунок F



Гидромассаж



Шотландский душ



...прежний ритм и образ жизни



Наблюдаемая группа:

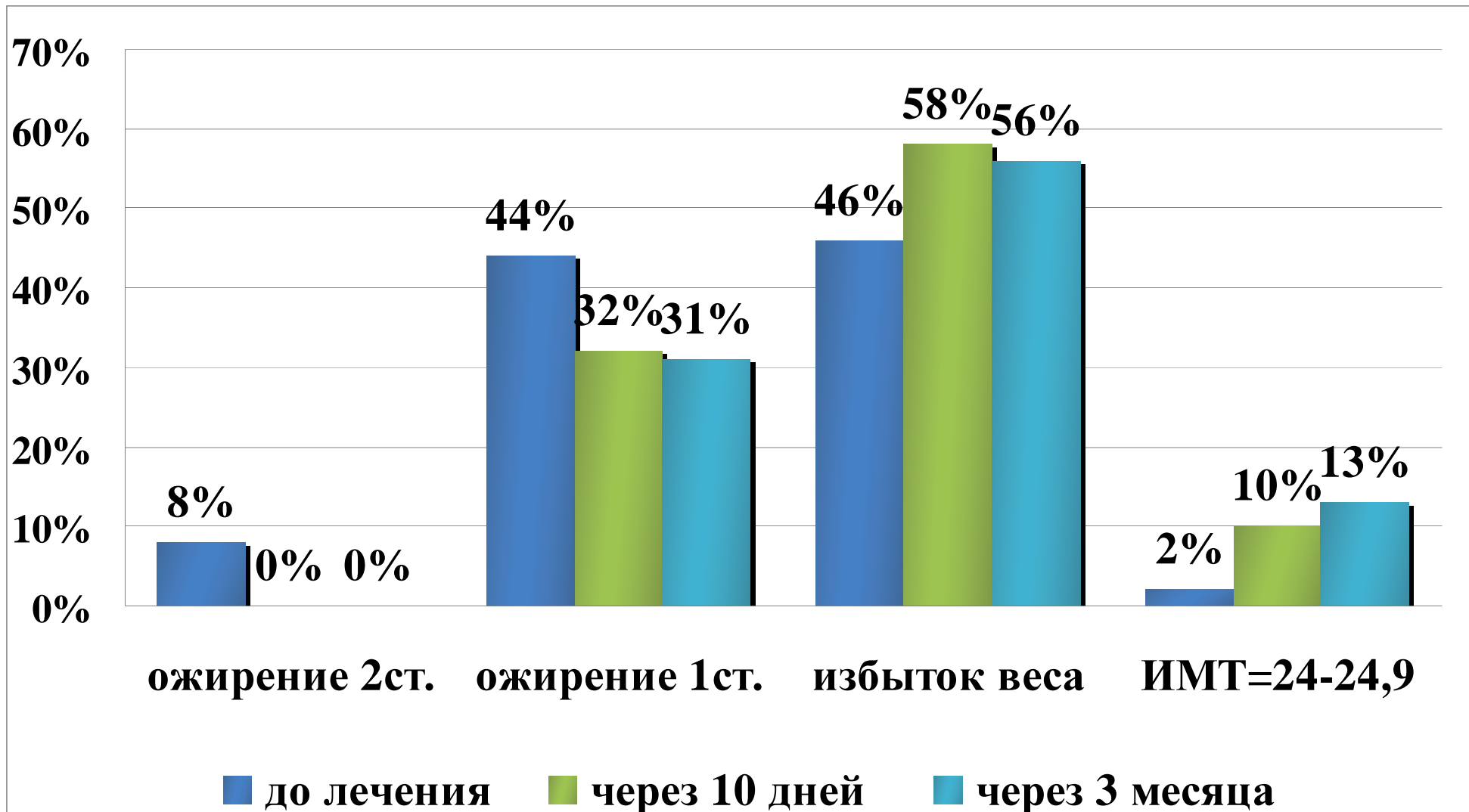
2 человека врачей и медицинских сестер нашей больницы.
Из них **42 женщины (81%)** со средним возрастом 42 года
и **10 мужчин (19%)** со средним возрастом 41 год.



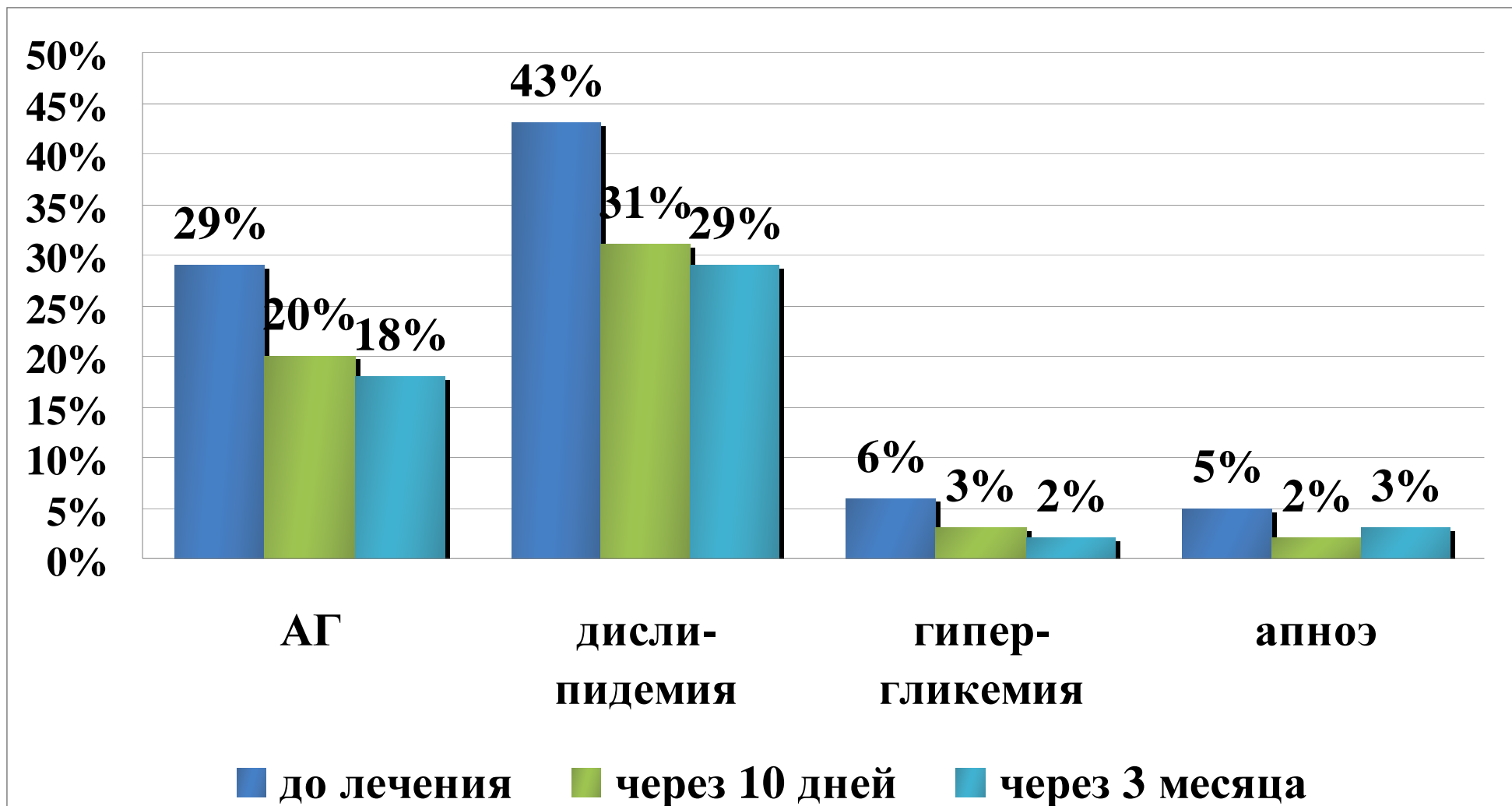
Были проведены исследования



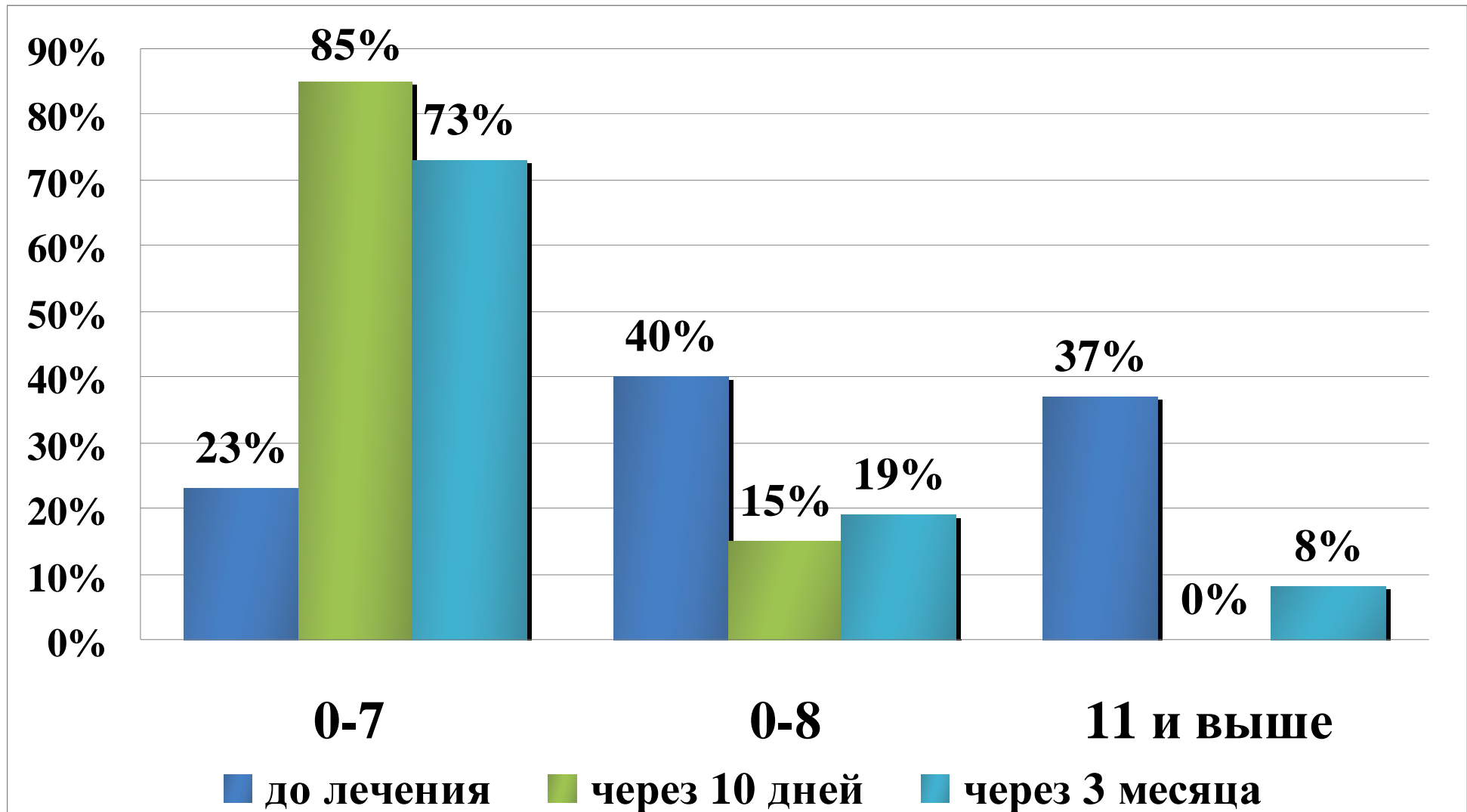
Динамика изменения массы тела в процессе исследования



Динамика клинических показателей в процессе исследования



Динамика уровня тревоги и депрессии по шкале HADS





Выводы:

- ▶ Пациенты с избыточной массой тела и ожирением после достижения определенного результата (снижение веса на 2-3% от исходного за 2 года) в 94% случаев сталкиваются с проблемой «весового плато».
 - ▶ На этапе «весового плато» необходимо активизировать механизмы мотивации для дальнейшего достижения желаемого результата в снижении массы тела.
 - ▶ Введение в программы снижения веса комплекса физиотерапевтических процедур способствует снижению веса в дальнейшем до 6,5 кг. за три месяца.
 - ▶ Наилучшие результаты достигаются при использовании комплекса физиотерапевтических процедур в сочетании с режимом питания, употреблением здоровых продуктов, правильным употреблением жидкости, регулярными и адекватными физическими упражнениями. Правильно подобранные процедуры позволяют увеличить энергозатраты организма, ускоряют обмен веществ и превращают процесс снижения массы тела в максимально комфортное мероприятие.
-



Благодарю за внимание!

