

УДК 616.71-007.234(574.13)

Т.Х. НҮРСЕЙТОВА

Марат Оспанов атындағы Батыс Қазақстан мемлекеттік медицина университеті, Ақтөбе қ.

АҚТӨБЕ ОБЛЫСЫНЫҢ АУЫЛ ТҰРҒЫНДАРЫ АРАСЫНДАҒЫ ОСТЕОПОРОЗ СЫРҚАТЫНА САРАПТАМА



Қазақстан халқының түрлі топтары арасында остеопороздың таралуын зерттеу және оның алдын алудағы жаңа әдістемелерді популяциялық деңгейде әзірлеу тағам гигиенасының аса өзекті міндеттеріне жатқызылады.

Зерттеу мақсаты. Ақтөбе облысындағы ауыл тұрғындары арасында остеопороздың таралуын зерттеу.

Материал және әдістері. Зерттеуге 40 – 70 жас аралығындағы 200 ауыл тұрғыны қатысты. Орта жасты 56 жас құрады. Зерттеу барысында тұрғындарға сауалнама жүргізілді.

Нәтижелері және талқылауы. Сауалнама нәтижесінде ауыл тұрғындары арасында остеопороздың өзгеретін факторлары анықталды: шылым шөгетіндер 40%, алкоголь тұтынушылар 72%, кальцийді жеткіліксіз тұтынушылар 68%.

Қорытынды. Остеопороз сырқатына жүргізілген зерттеу нәтижесінде остеопороздың даму қаупі факторлары Ақтөбе облысының ауыл тұрғындары арасында жоғары таралуы анықталды.

Негізгі сөздер: остеопороз, қауіп факторлары, сыну қаупі.

Дүниежүзілік Денсаулық Сақтау Ұйымы дәлелді медицинаның мәліметтеріне сүйене отырып, қауіп – қатер факторы тамақтану құрылымының бұзылуы болып табылатын, алиментарлы – тәуелді аурулар тобын бөліп көрсетеді. Кальций, фосфор және тағы да басқа микроэлементтердің ағзаға түсуі мен сіңіруінің аздығынан болатын остеопороз ауруы тізімнің үшінші орнында.

Остеопороз алиментарлы – тәуелді аурулардың кең таралған түрлерінің бірі. Аурудың шешімі халық денсаулығын жақсартумен, уақытша еңбекке жарамсыздық деңгейін төмендетумен, мүгедектікпен, өліммен, орташа өмір ұзақтығын ұлғайтумен тығыз байланысты. Остеопороз әлеуметтік – гигиеналық маңызды мәселе.

Қазіргі кезеңдегі остеопороз дамуындағы алиментарлы қауіп факторларының мәселесінде Қазақ тамақтану академиясының сараптамалық қорытындысына сәйкес, республика тұрғындары үшін дәрумендер мен микроэлементтердің полинуриентті тапшылығы мен Д – гиповитаминоз және кальциймен қамтамасыз етудің жеткіліксіздігі маңызды болып табылады [1]. Остеопороз және онымен байланысты жарақаттардың қауіп факторлары өзгермелі және өзгермейтін болып бөлінеді. Бірнеше қауіп факторларының бірігуі кумулятивтік әсер етеді, яғни олардың саны артса, остеопороз және сүйек сынуы қаупі де артады [2].

Қазіргі уақытта остеопороздың даму қаупінің негізгі факторлары көптеп сипатталады. Олардың ішінде ең маңыздысы – алиментарлы екендігі ғылыми деректермен дәлелденген. Остеопороздың дәлелденген және ықтимал даму қаупі факторларына: құрамында кальций микроэлементі бар өнімдерді аз пайдалану, тағам құрамындағы кальций мен фосфордың (Са:Р) оңтайсыз арақатынасы, С дәруменін

жеткіліксіз пайдалану, алкогольді, ақуыз бен майды көп мөлшерде пайдалану, сондай – ақ жеткіліксіз дене салмағы мен сүйектің минералды тығыздығының төмендеуі жатады. Сондай – ақ, әйел жынысы, ерте етеккір үзілісінің немесе егде жасының болуы сияқты өзгермейтін факторлар маңызды рөл атқарады. Осыған орай, Қазақстан халқының түрлі топтары арасында остеопороздың даму қаупінің аса маңызды факторларының таралуын зерттеу және оның алдын алудағы жаңа әдістемелерді популяциялық деңгейде әзірлеу тағам гигиенасының аса өзекті міндеттеріне жатқызылады.

Сарапшылардың бағалауы бойынша әлемде остеопороз сырқатымен 200 миллионнан аса адам зардап шегеді. 50 жастан асқан менопауза кезеңіндегі әйелдердің 30 %-да және ерлердің 15–20%-да остеопороз бар. Менопауза кезеңіндегі әрбір үшінші әйел және 75–80 жастан асқан әрбір екінші ер адам остеопорозбен ауырады. Болжамға сәйкес әйелдердің 40% аздаған жарақатқа, бір немесе бірнеше сынықтарға ие болады [3, 4].

ДДҰ критерийлерін пайдалана отырып, остеопороз таралуы туралы ең ауқымды эпидемиологиялық зерттеу Америка Құрама Штаттарында өткізілді. Жоғарыда көрсетілген бүкіл әлемдік статистиканы АҚШ-тың зерттеушілері де растайды. АҚШ-та 2005–2006 жылдары остеопорозбен сырқаттанушылық 50 жастан асқан ақ әйелдерде 30% жағдай, остеопения – 54%, 80 жастан асқан ақ әйелдерде тиісінше 70% және 27% жағдай байқалған. АҚШ-тың остеопороз бойынша Ұлттық қоры 2010 жылы 50 жастан асқан 12 млн адамда сүйектің остеопороздық өзгерістері, 40 миллион адамда остеопения болатынын болжайды, ал 2020 жылы – 14 миллион адамда остеопороз, 47 миллион адамда остеопения пайда болады деп күтілуде [5].

Хабарласу үшін: Нұрсейтова Тотыгүл Хайроллақызы, Марат Оспанов атындағы Батыс Қазақстан мемлекеттік медицина университетінің медико-профилактикалық іс факультетінің магистранты, Ақтөбе қ. Тел.: +7 775 3245193, e-mail: nurseitova_t.h@mail.ru

Contacts: Totygul Hairollakzy Nurseitova, West Kazakhstan state medical university n.a. Marat Ospanov, master student of the faculty "Medical-preventive work", Aktobe c. Ph.: +7 775 3245193, e-mail: nurseitova_t.h@mail.ru

Ресейдің әр түрлі өңірлерінде остеопороз таралуы әйелдер арасында 30,5–33,1%-ға дейін және ерлер арасында 22,8-ден 24,1%-ға дейін ауытқиды. Осы аурудың үлесінің айтарлықтай ұлғаюы 50–59 жыл жас кезеңіндегі байқалады.

Ал, біздің елдегі мәліметтерге сүйенсек, 2011 жылғы зерттеу нәтижесі орта есеппен республика бойынша остеопороз 22,2% деңгейінде анықталды, Қазақстанның әр аймағында 14,7–29,4% шегінде тербеледі. 70 жас-тан асқан адамдарда остеопороздың кездесу жиілігі жоғарғы көрсеткішті көрсетті. Ал қалыпты көрсеткіштері сұралғандардың 24,6% анықталды, басым бөлігі 40–49 жас топтарында [3].

Шетел зерттеушілерінің деректерінде остеопороздың популяцияларда кең таралғандығын растайды. Алайда, бұл зерттеулердің нәтижелерін біздің Республикамыздың халқына қолдану қиындық тудырады. Сол себепті, біздің республикамыздың нақты жағдайларында остеопороз және оның асқынуына байланысты таралу, өлім мен әлеуметтік – экономикалық шығыстарды оқып білу үшін жеке зерттеулер қажет.

Зерттеу жұмысының мақсаты – Ақтөбе облысындағы ауыл тұрғындары арасындағы остеопороз сырқатының таралуын зерттеу негізінде түрлі факторлардың үлесін бағалау.

МАТЕРИАЛ ЖӘНЕ ӘДІСТЕРІ

Зерттеуге 40–70 жас аралығындағы 200 ауыл тұрғыны (100 әйел мен 100 ер) қатысты. Орта жас 56 жасты құрады. Зерттеу барысында тұрғындарға сауалнама жүргізілді.

НӘТИЖЕЛЕРІ ЖӘНЕ ТАЛҚЫЛАУЫ

Остеопороздың даму қаупі факторларының Ақтөбе облысы тұрғындары арасында таралуы зерттелді. Остеопороздың даму қаупі факторлары 1 – кестеде келтірілген.

Сауалнама нәтижесі бойынша алынған деректерге талдау жасадық. Ата – анасында остеопороз сырқаты тіркелген адамдарда сүйектің минералды тығыздығының төмендеуі байқалады. Осындай отбасыларда сүйек массасының

1 кесте – Остеопороз және остеопороз сынықтарының өзгермейтін және өзгертін қауіп факторлары

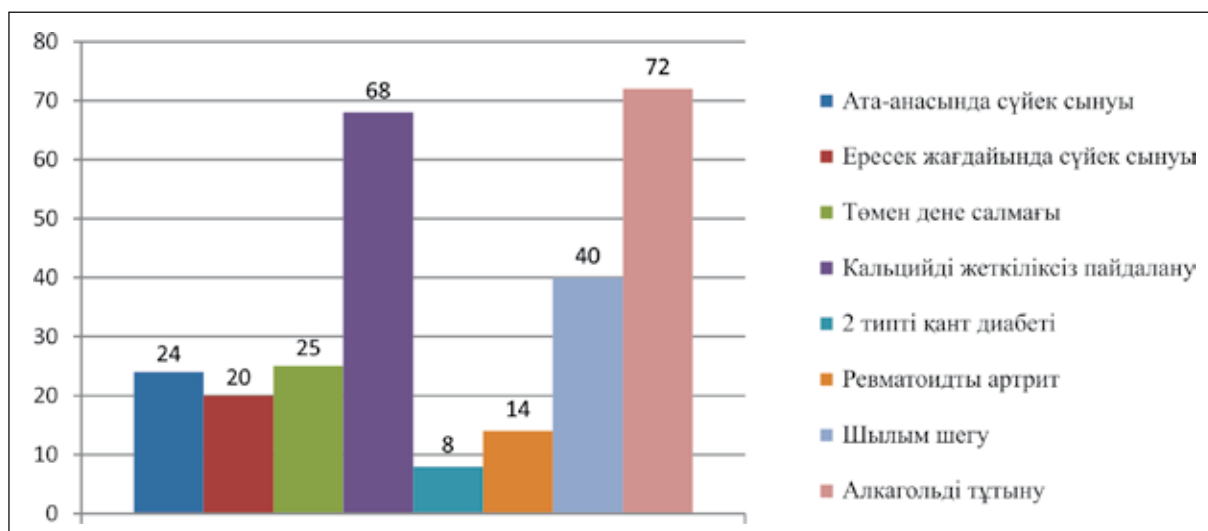
Өзгермейтін факторлар	Өзгертін факторлар
Сүйектің минералды тығыздығының төмендеуі	Кальцийді жеткіліксіз пайдалану
Әйел жынысы	Шылым шегу
65 жастан жоғары жас	Алкоголь тұтыну
Ата-анасында остеопороз болуы	Төмен дене салмағы
Ересек жағдайында сүйек сынуы	Д дәруменінің жеткіліксіздігі
Ерте менопауза	Құлауға бейімділік
Глюкокортикостероидтарды қолдану	Төмен физикалық белсенділік

төменгі шегімен байланысты деп есептеледі [6]. Сауалнама нәтижесі бойынша ерлерде ата – анасында сүйек сынуы болғандар 9%, ал әйелдерде 11% құрайды.

Ересек жағдайында аздаған жарақатта сүйек сынықтарының болуы – остеопороз бен остеопороз сынықтарының маңызды факторы болып есептеледі [6]. Зерттеушілер арасында ересек жағдайында аздаған жарақатта сүйек сынулары болғандар саны 24% .

Остеопороздың дамуындағы маңызды факторларға шылым шегу жатады. Шылым шегетіндерде сүйектің минералды тығыздығы шылым шекпейтіндермен салыстырғанда 1,5–2 есе төмен. Шылым шегетін әйелдерде шылым шекпейтіндерге қарағанда жамбас сыну қаупі жоғары [6]. Сүйектің минералды тығыздығының төмендеуіне әсіресе ұзақ уақыт бойы шылым шегу әсер етеді. Осыған сәйкес біздің зерттеуімізде шылым шегетін ерлер 38% құрайды. 40–49 жас аралығындағы шылым шегетін ерлердің жоғарғы көрсеткіші 14%. Ал әйелдер арасында шылым шегетіндер 2% құрады.

Алкогольді шектен тыс қолдану құлауға бейімділігін арттырады, осыған сәйкес сүйек сыну қаупі де жоғарылайды [6]. Сауалнама нәтижесі бойынша ерлер арасында аптасына 1–2 рет алкоголь тұтынатындар саны 15%, айына 1–2 рет тұтынатындар саны 20% құрайды, ал әйелдер арасында



1 сурет – Остеопороздың даму қаупі факторларының таралуы (%)

жалпы алкоголь тұтынындар саны 4%. Шылым шегу, алкоголь тұтыну секілді қауіп факторларына ие адамдарда кальций сіңірілуі төмендейді, сол себепті оларға кальцийдің жақсы сіңірілуін қамтамасыз ететін құрамында кальций бар препараттарды Д дәруменімен бірге қабылдау қажет.

Төмен дене салмағы немесе төмен дене салмақ индексі (ДСИ) – сүйектің минералды тығыздығының төмендеуінің индикаторы және жамбас сүйегі сынықтардың предикторы. Төмен ДСИ – 20 кг/м², ал төмен дене салмағы 57 кг. 25 жастан жоғары жаста дене салмағының 10% жоғалтуда өте маңызды болып есептеледі [7]. Зерттеуге қатысқандар арасында дене салмағы төмен адамдар саны 25%.

Азық-түлікпен бірге кальцийдің жеткілікті мөлшерде түсуі сыну қаупін төмендететінін дәлелденген [6]. Кальцийді азық – түлікпен бірге қосымша қолдану, кальций препараттарымен медикаментозды қолдау секілді сүйек тініне оң әсер етеді. Құрамында кальций бар препаратты қабылдайтындар саны 42%.

Алынған мәлімет бойынша сұралғандардың 44% сүт өнімдерін тұтынбайды, сол себепті оларда күнделікті кальцийдің түсуінің тапшылығы болады. Осы адамдарға құрамында кальций бар препараттарды қосымша қабылдау көрсетіледі.

Остеопороздық сынықтардың тұрғысынан жоғары деңгейдегі дәлелдемелерге сәйкес ерлер мен әйелдерде жамбас сыну қаупін арттыратын ең үлкен болжамды мәнге ие 2 типті қант диабеті. Сұралғандар арасында 2 типті қант диабетінің таралуы 8%.

Сүйектің минералды тығыздығынан тәуелсіз болып саналатын және өз бетінше басқа бейімделген тәуекел факторлардан бөлек есепке алынатын ревматоидты артрит біздің зерттеуімізде кездесу жиілігі – 14% құрады.

ҚОРЫТЫНДЫ

Жүргізілген ғылыми зерттеу жұмысымыздың нәтижесінде Ақтөбе облысындағы ауыл тұрғындары арасында остеопороздың даму қаупі факторларының жоғары таралуы анықталды.

Құрамында кальций микроэлементі бар өнімдерді аз пайдалану, С дәруменін жеткіліксіз пайдалану, сондай-ақ жеткіліксіз дене салмағы мен өмір салтына байланысты темекі шегу, алкогольді тұтыну секілді қауіп факторлары ерекше назар аударады. Сұралған әйелдердің әрбір үшіншісі сүйектің минералды тығыздығын анықтамай-ақ ем тағайындауға мұқтаж, өйткені 50 жастан асқаннан кейін аздаған жарақатта сүйек сынығының болуы немесе 3 немесе одан да көп қауіп факторларына ие болуы оған себеп болады.

Остеопороз және остеопороздық сынықтар мәселесі Қазақстан Республикасы үшін өзекті болып табылады. Мемлекеттік органдар тарапынан қолдау болуы тиіс көпорталықты эпидемиологиялық зерттеулердің қажеттілігі зор. Осы зерттеулердің нәтижелері остеопороз және остеопороздық сынықтарды диагностикалау, емдеу және алдын алу жөніндегі мемлекеттік бағдарламаның негізін құрауы тиіс.

Зерттеу мөлдірлігі

Зерттеуге демеушілік қолдау көрсетілген жоқ. Автор

баспасөзге қолжазбаның түпкілікті нұсқасын бергендігі үшін толық жауап береді.

Қаржылық және басқа қарым-қатнастар туралы декларация

Автор қолжазбаның түпкілікті нұсқасын мақұлдады. Автор мақала үшін гонорар алған жоқ.

ПАЙДАЛАНЫЛҒАН ӘДЕБИЕТТЕР

- 1 Шакиева Р.А., Дуйсенбаева А.Ж., Шайкенова Л.Б., Ускенбаева У.А. Алиментарные факторы в коррекции метаболических нарушений при остеопорозе и остеопении // Медицина. – 2013. – №3. – С. 5
- 2 Беневоленской Л.И., Лесняк О.М. Остеопороз: Диагностика, профилактика и лечение (клинические рекомендации). – М.: ГЭОТАР – Медиа, 2005. – 176 с.
- 3 Торопцова Н.В. Остеопороз у мужчин: взгляд на проблему // РМЖ. – 2009. – №3. – С. 72–76
- 4 Management of osteoporosis in postmenopausal women: 2006 position statement of The North American Menopause Society // Position Statement. Menopaus. – 2006. – Vol. 13, No 3. – P. 340–367
- 5 Шарманов Т.Ш., Шакиева Р.А., Сулейменова Д.С. Отчет о научно-исследовательской работе. Разработка комплексной программы профилактики остеопороза в Республике Казахстан. – Алматы, 2011. – С. 3–14
- 6 Беневоленской Л.И., Лесняк О.М. Остеопороз: диагностика, профилактика и лечение (клинические рекомендации). – Москва: ГЭОТАР – Медиа, 2010. – С. 19–26
- 7 Brown J.P., Josse R.G. 2002 clinical practice guidelines for the diagnosis and management of osteoporosis in Canada // CMAJ. – 2002. – 167(10). – P. 1–34

REFERENCES

- 1 Shakieva RA, Duysenbayeva AZ, Shaykenova LB, Uskenbaeva UA. Alimentary factors in the correction of metabolic abnormalities with osteoporosis and osteopenia. *Medicina = Medicine*. 2013;3:5 (In Russ.)
- 2 Benevolensky LI, Lesnyak OM. *Osteoporoz: Diagnostika, profilaktika i lechenie (klinicheskie rekomendacii)* [Osteoporosis: Diagnosis, prevention and treatment (clinical guidelines)]. Moscow: GEOTAR-Media; 2005; 176 p.
- 3 Toroptsova NV. Men's osteoporosis: a look at the problem. *RMZh = RMJ*. 2009;3:72–6 (In Russ.)
- 4 Management of osteoporosis in postmenopausal women: 2006 position statement of The North American Menopause Society. *Position Statement. Menopaus*. 2006;13(3):340–67
- 5 Sharmanov TS, Shakieva RA, Suleymenova DS. *Otchet o nauchno-issledovatel'skoi rabote. Razrabotka kompleksnoi programmy profilaktiki osteoporoza v Respublike Kazakhstan* [The report on research work. Developing of comprehensive program of prevention of osteoporosis in the Republic of Kazakhstan]. Almaty; 2011; P. 3–14
- 6 Benevolensky LI, Lesnyak OM. *Osteoporoz: Diagnostika, profilaktika i lechenie (klinicheskie rekomendacii)* [Osteoporosis: Diagnosis, prevention and treatment (clinical guidelines)]. Moscow: GEOTAR-Media, 2010; P. 19–26
- 7 Brown JP, Josse RG. 2002 clinical practice guidelines for the diagnosis and management of osteoporosis in Canada. *CMAJ*. 2002;167(10):1–34

РЕЗЮМЕ

Т.Х. НУРСЕЙТОВА

*Западно-Казахстанский государственный медицинский университет имени Марата Оспанова, г. Актобе***ЭКСПЕРТИЗА ЗАБОЛЕВАНИЙ ОСТЕОПОРОЗОМ СРЕДИ ЖИТЕЛЕЙ СЕЛЬСКОЙ МЕСТНОСТИ АКТЮБИНСКОЙ ОБЛАСТИ**

Исследование распространенности остеопороза среди различных групп населения Казахстана и разработка новых подходов к его профилактике на популяционном уровне представляются весьма актуальной задачей гигиены питания.

Цель исследования. Провести анализ распространенности остеопороза среди жителей сельской местности Актыбинской области.

Материал и методы. В исследовании приняли участие 200 сельских жителей в возрасте от 40 до 70 лет. Средний возраст составил 56 лет. В ходе исследования был проведен анкетный опрос населения.

Результаты и обсуждение. Определены следующие модифицируемые факторы остеопороза среди сельского населения: курящие табак – 40%, употребляющие алкоголь – 72%, недостаточно употребляющие кальций – 68%.

Вывод. Установлена высокая распространенность факторов риска развития остеопороза среди сельских жителей Актыбинской области.

Ключевые слова: остеопороз, факторы риска, риск переломов.

SUMMARY

T.H. NURSEITOVA

*West Kazakhstan Marat Ospanov state medical university, Aktoobe c.***THE EXAMINATION OF OSTEOPOROSIS DISEASE AMONG THE RURAL RESIDENTS OF AKTOBE REGION**

A study of prevalence of osteoporosis among different groups of the population of Kazakhstan and the development of new approaches to its prevention at the population level is very urgent problem of food hygiene.

Purpose of the study. Conduct analysis of the prevalence of osteoporosis among rural residents of Aktoobe region.

Material and methods. The study involved 200 villagers aged between 40 and 70 years. The median age was 56 years. The study was conducted a questionnaire survey of the population.

Results and discussion. It defines the following modifiable factors of osteoporosis among the rural population: smoking tobacco 40%, alcohol consumption 72%, who use inadequate calcium – 68%.

Conclusion. Installed high prevalence of risk factors for osteoporosis among rural residents of Aktoobe region.

Key words: osteoporosis, risk factors, risk of fractures.

Сілтемелер үшін: Нұрсейтова Т.Х. Ақтөбе облысының ауыл тұрғындары арасындағы остеопороз сырқатына сараптама // *Medicine (Almaty)*. – 2016. – No 4 (166). – P. 87-90

Статья поступила в редакцию 01.04.2016 г.

Статья принята в печать 20.04.2016 г.