



ОЦЕНКА ГЕРИАТРИЧЕСКИХ СИНДРОМОВ У ДОЛГОЖИТЕЛЕЙ

Ганжула Ю.Л., Борыкбай Ж.Б., Уразова С.Н., Ткачев В.А.

Медицинский университет Астана

Астана, Казахстан

Введение. Гериатрические синдромы разнообразны в своих проявлениях. Их изучение у пациентов направлено на оценку степени выраженности астении, саркопении, когнитивных расстройств, мальнутриции, снижения функциональности органов и систем, а также зависимости от помощи окружающих. Исследование данного вопроса поможет в ранней диагностике, своевременном лечении и уходе за пациентами, повышения качества жизни в пожилом возрасте, а также в выявлении предикторов здорового долголетия.

Цель. Изучить распространенность астении, саркопении и степень независимости и активности в повседневной жизни у долгожителей Казахстана.

Материалы и методы. Нами были исследованы 46 долгожителей (n=11 мужчин и n=35 женщин) двух крупных городов Казахстана. Средний возраст респондентов составил $95,26 \pm 2,75$ лет. Исследование проводилось в рамках проекта по изучению долгожителей и здорового старения населения. Для оценки гериатрических синдромов использовались шкалы FRAIL (наличие преастении и астении), SARC-F (наличие саркопении), IADL (повседневная инструментальная активность) и шкала Бартела (зависимость в посторонней помощи). Расчеты проводились с помощью таблиц сопряженности.

Результаты. Наличие преастении было выявлено у 34,8% респондентов (36,4% мужчин и 34,3% женщин), признаки астении выявлены у 65,2% обследуемых (63,6% мужчин и 65,7% женщин). Клинически это проявлялось слабостью, ощущением усталости и прогрессирующим ограничением в привычной физической нагрузке.

По опроснику SARC-F предикторы саркопении выявлены у 45,7% респондентов (45,5% мужчин и 45,7% женщин). Это факт согласуется с данными литературы и нуждается в выявлении прочих предикторов.

Помимо клинических проявлений выраженности мы исследовали социальное проявление гериатрических синдромов, а именно зависимость от посторонней помощи и ухода в повседневной жизни. Оценка по шкале IADL показала, что все наши респонденты демонстрировали потребность в посторонней помощи и снижении инструментальной активности.

По шкале Бартела полную зависимость от ухода показали 10,9% респондентов (9,1% мужчин и 11,4% женщин), выраженную зависимость – 30,4% (27,3% мужчин и 31,4% женщин) и умеренную зависимость показали 58,7% всех исследуемых (63,6% мужчин и 57,1% женщин соответственно). Полная независимость не наблюдалась. Следует отметить, что все долгожители проживали в семьях или имели регулярный контакт с родственниками, которые помогали в повседневных делах и в общении с социумом.

Заключение. Оценка соматических и социальных гериатрических синдромов лежит в основе концепции ВОЗ по комплексной помощи гериатрическим пациентам, а рутинная оценка синдромов призвана улучшить качество жизни пожилого человека. Позднее развитие астении и саркопении снижает инвалидизацию и увеличивает продолжительность жизни, а значит является предиктором здорового старения. В то же время, помощь родственников или социальных работников также способствует увеличению продолжительности жизни и высокому качеству жизни пожилых людей.