

# ВПЛИВ НАДМІРНОЇ ВАГИ НА ЯКІСТЬ ЖИТТЯ ОСІБ МОЛОДОГО ВІКУ

Дудар Л.В., Гончаренко Л.І., Овдій М.О., Бруханська В.С.

Національний медичний університет ім. О.О. Богомольця, м. Київ, Україна

**Ключові слова:** якість життя, надмірна маса тіла, особи молодого віку, індекс маси тіла.

**Вступ.** Зростання темпів ожиріння є життєво важливою проблемою світового масштабу. Особливої уваги заслуговує поширення надлишкової маси тіла і ожиріння серед дітей та осіб молодого віку. Ожиріння серед дітей стало однією з найсерйозніших проблем сьогодення. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) в 2010 році більше ніж 40 мільйонів дітей в світі мали надлишкову масу тіла [1,6].

В Україні ситуація також є несприятливою. За даними МОЗ України надмірна вага спостерігається майже у половини дорослого населення та 15–16% дітей. Є велика вірогідність того, що коли ці діти досягнуть зрілого віку, то будуть страждати ожирінням. Вже в молодому віці вони можуть мати проблеми з боку серцево-судинної системи, що в свою чергу може призвести до передчасної смерті та інвалідності [4]. Збільшення маси тіла на 5 кг або більше у віці 18–20 років підвищує ризик розвитку артеріальної гіпертензії, цукрового діабету, ішемічної хвороби серця та жовчнокам'яної хвороби [8].

Поряд з чисельними захворюваннями та патологічними станами, що спричинені надмірною вагою та ожирінням, такими як цукровий діабет II типу, серцево-судинні захворювання, апное уві сні, артроз, метаболічний синдром, рак товстого кишківника та жовчного міхура, надлишкова маса тіла в молодому віці має значні психологічні наслідки [10]. Особи молодого віку з надмірною вагою, частіше мають незадоволення своїм тілом, низький рівень самооцінки, проблеми поведінкового характеру, ніж їх однолітки з нормальною вагою [7]. Це значно знижує їх якість життя, яка є інтегральною характеристикою фізичного, психічного, емоційного та соціального функціонування індивідуума, основане на його суб'єктивному сприйнятті. Визначення поняття “якість життя” логічно та структурно пов'язано з терміном “здоров'я”, яке ВООЗ трактує, як повне фізичне, соціальне та психологічне благополуччя людини, а не просто відсутність захворювань [3].

Такі психологічні симптоми, як депресія, тривога, нервозність раніше розглядались, як етіологічні чинники надмірної ваги, але сьогодні більшість авторів схильні розглядати їх, як наслідки даної проблеми. Враховуючи серйозні фізичні та психічні розлади для здоров'я, пов'язані з надмірною вагою та ожирінням, необхідні додаткові дані про детальний вплив надмірної ваги на психосоціальне функціонування [2,5].

**Мета дослідження.** Підвищення якості життя осіб молодого віку з надмірною вагою шляхом впровадження в

клінічну практику науково об'рунтованої програми по корекції надмірної ваги.

**Матеріали і методи дослідження.** Матеріалом дослідження були 134 особи віком 18–22 років, студенти НМУ ім.О.О. Богомольця. В залежності від індексу маси тіла (ІМТ) всі досліджені були поділені на дві групи. Першу групу склали 98 осіб з нормальною масою тіла (ІМТ 18–24,9 кг/м<sup>2</sup>), а другу – 36 осіб з надмірною вагою (ІМТ 25–30 кг/м<sup>2</sup>). Обстеженням було проведено опитування за допомогою опитувача якості життя (ЯЖ) SF-36 (Medical Outcomes Study-Short Form). За результатами опитування проводився розрахунок 8 параметрів: фізичного функціонування (ФФ), рольового функціонування, обумовленого фізичним станом (ФА), інтенсивності болі (ІБ), загального стану здоров'я (ЗЗ), рольового функціонування, обумовленого емоціями (РЕ), життєвої активності (ЖА), соціального функціонування (СФ), психічного здоров'я (ПЗ). Кожен параметр оцінювався відповідно шкалі від 0 до 100 балів, при цьому, чим менша кількість балів, тим гірше ЯЖ.

## Результати

Таблиця №1

### Фізичний компонент здоров'я в залежності від маси тіла

Шкали опитувача якості життя SF-36 в балах	Групи	
	ІМТ 18-25 кг/м <sup>2</sup>	ІМТ 25-30 кг/м <sup>2</sup>
Фізичне функціонування	94±0,64	91±1,4
Рольове функціонування, обумовлене фізичним станом	92±1,56	80±5,3
	p=0,03	
Інтенсивність болі	87±1,2	84±2,6
Загальний стан здоров'я	71±1,4	64±2
	p= 0,03	

Фізичний компонент здоров'я формують шкали, які дають можливість оцінити, які причини можуть обмежити фізичну діяльність людини. Для осіб з надмірною вагою характерне достовірне (p=0,03) зниження рольового функціонування, обумовленого фізичним станом на 12 балів в порівнянні з особами з нормальною вагою. Їх фізичний стан викликає обмеження у виконанні певної роботи, доводиться скорочувати час на виконання роботи, виникають труднощі при виконанні даної роботи.

Надмірна вага достовірно (p=0,03) впливала на загальне здоров'я, оскільки особи з надмірною вагою на 7 балів нижче

оцінюють свій рівень здоров'я в порівнянні з особами з нормальною вагою. Вони вважають себе більш хворобливими, схильними до розвитку хвороб, ніж інші, частіше мають песимістичний настрій щодо свого здоров'я.

Показники інтенсивності болю та фізичного функціонування суттєво не відрізнялися в обох групах.

Таблиця. № 2

### Психічний компонент здоров'я в залежності від маси тіла

Шкали опитувача якості життя SF-36 в балах	Групи	
	ІМТ 18-25 кг\м <sup>2</sup>	ІМТ 25-30 кг\м <sup>2</sup>
Рольове функціонування обумовлене емоціями	82±3,3	63±7,1
Життєва активність	67±1,3	65±2,6
Соціальне функціонування	81±1,7	78±3,2
Психічне здоров'я	72±1,1	60±3,1

Психічний компонент здоров'я дозволяє оцінити, яким чином психічний стан впливає на щоденну роботу та фізичне функціонування.

Показник, який характеризує настрій та наявність депресивних станів, тривоги, негативних емоцій – психічне здоров'я. Виявлено достовірний ( $p=0,001$ ) вплив надмірної ваги на психічне здоров'я. Цей показник на 12 балів нижче в групі з надмірною вагою в порівнянні з групою з нормальною вагою. Це вказує на те, що особи з надмірною вагою більше схильні до депресивних станів, їх частіше турбує відчуття нервозності, втомленості, нестачі енергії, відчуття розпачу.

Рольове функціонування обумовлене емоціями також достовірно ( $p=0,01$ ) знижено в групі з надмірною вагою – на 19 балів в порівнянні з групою з нормальною вагою. Особам з надмірною вагою емоційний стан заважав виконувати звичну для них роботу, вони більш залежні від своїх емоцій ніж особи з нормальною вагою.

Життєва активність та соціальне функціонування значно не відрізняється в обох групах.

**Висновки.** Надмірна вага має достовірний вплив на загальне здоров'я, рольове функціонування, обумовлене фізичним станом, рольове функціонування, обумовлене емоціями та психічне здоров'я, тим самим знижує якість

життя у осіб молодого віку з надмірною вагою. Ці дані мають важливе значення для розробки та впровадження в клінічну практику науково обгрунтованої програми для корекції надмірної ваги у осіб молодого віку.

Рецензент: д.мед.н., професор Хайтович М.В.

### СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Аметов А. С. Ожирение – эпидемия XXI века / А. С. Аметов // Тер. архив. – 2002. – № 10. – С. 5–7.
2. Кузнецова Л. М. Показатели психического здоровья современных старшеклассников и студентов вуза / Л. М. Кузнецова, В. Д. Кузнецов, К. Т. Тимошенко // Гигиена и санитария. – 2008. – № 3. – С. 59–63.
3. Новик А. А., Ионова Т. И., Кайнд П. Концепция исследования качества жизни в медицине. – СПб.: “Элби”, 1999. – 140 с.
4. Ожирение у подростков / Ю. И. Стрив, Л. П. Чурилов, Л. А. Чернова, А. Ю. Бельгов. – СПб.: ЭЛБИ, 2006. – 216 с.
5. Пилипчук В. В. Надлишкова маса тіла студентів як проблема метаболізму і фізичної активності / В. В. Пилипчук, М. Б. Авустинович, О. Ю. Курінов // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фіз. виховання і спорту. – 2011. – № 4. – С. 122–124.
6. Проблема ожирения в Европейском регионе ВОЗ и стратегии ее решения: резюме / Под ред. F. Branca, H. Nikogosian, Tim Lobstein. – Всемирная организация здравоохранения, 2007. – 77 с.
7. Якість життя студенток молодших курсів з різним індексом маси тіла / Мелега К. П., Дуб М. М., Дуло О. А., Мелега О. О. // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. – Вінниця, 2011. – Вип. 12, т. 1. – С. 236–241.
8. Gerharz EW, Eiser C, Woodhouse CR. Current approaches to assessing the quality of life in children and adolescents. *BJU Int.* 2003;91:150–4.
9. Manson JE, Willett WC, Stampfer MJ, et al. Body weight and mortality among women. *New Engl J Med.* 1995;333:677–685.
10. Swallen K, Reither E, Haas S, Meier A. Overweight, obesity, and health-related quality of life among adolescents: national longitudinal study of adolescent health. *J Pediatr.* 2005;115:340–7.

### ВЛИЯНИЕ ИЗБЫТОЧНОЙ МАССЫ ТЕЛА НА КАЧЕСТВО ЖИЗНИ У МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ

Дударь Л.В., Гончаренко Л.И., Овдий М.А.,  
Брюханская В.С.

Национальный медицинский университет  
имени А.А. Богомольца

**Резюме.** Данное исследование показывает различия в качестве жизни молодых людей с избыточной и нормальной массой тела. Для молодых людей с избыточной массой тела характерно снижение качества жизни.

**Ключевые слова:** качество жизни, избыточный вес, индекс массы тела, osoby молодого возраста.

### IMPACT OF OVERWEIGHT ON QUALITY OF LIVE IN YOUNG ADULTS

Dudar L.V., Goncharenko L.I., Ovdii M.A.,  
Bruchanska V.S.

A.A. Bohomolets National Medical University

**Summery.** This study shows difference between quality of life overweight young people and nonoverweight young people. Overweight young people are more likely to be associated with impaired quality of life.

**Key words:** quality of life, overweight, body mass index, young people.