

*Ганиев М; Султанов Н; Максудова Ф; Нарзикулова Д*  
*Самаркандский государственный медицинский университет*  
*Научный руководитель ассистент кафедры Эндокриология*  
**Содиқов С.С.**

### **Актуальность проблемы**

В последние десятилетия ожирение среди детей и подростков приобрело масштаб глобальной эпидемии. По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), число детей с избыточным весом или ожирением возросло более чем в три раза с 1975 года. В 2020 году около 39 миллионов детей в возрасте до 5 лет страдали от избыточного веса или ожирения. В Европе доля детей с ожирением составляет около 10%, что свидетельствует о серьезной угрозе для общественного здоровья.

**Цель исследования** - определить факторы, способствующие росту ожирения среди детей и подростков, и разработать эффективные стратегии для борьбы с этой проблемой.

### **Материалы и методы исследования**

#### **Материалы**

Для исследования проблемы ожирения у детей и подростков использовались следующие материалы:

**Анкетные опросники:** Для сбора данных о питании, физической активности и психологическом состоянии детей и подростков.

**Медицинские карты:** Анализ медицинских карт для изучения истории болезней и ранее применяемых методов лечения.

**Лабораторное оборудование:** Для проведения анализов крови и других лабораторных исследований.

**Диагностическое оборудование:** Включая весы, ростомеры, аппараты для измерения артериального давления и другие необходимые инструменты.

Методы

Анкетирование и интервьюирование:

Проведение опросов среди детей, подростков и их родителей для сбора информации о привычках питания, уровнях физической активности, а также психоэмоциональном состоянии.

Личное интервьюирование для более детального анализа полученных данных.

Лабораторные исследования:

Анализ крови для определения уровня глюкозы, холестерина, триглицеридов и других важных показателей.

Измерение уровня инсулина для оценки инсулинорезистентности.

Клинические обследования:

Оценка общего состояния здоровья детей и подростков, включая антропометрические измерения (индекс массы тела - ИМТ).

Диагностика сопутствующих заболеваний, таких как гипертония, диабет 2 типа, заболевания опорно-двигательного аппарата.

Статистический анализ:

Использование методов статистического анализа для обработки полученных данных и выявления корреляций между различными факторами и ожирением.

Применение регрессионного анализа для определения значимости различных факторов риска.

Методы наблюдения:

Долгосрочное наблюдение за участниками исследования для оценки эффективности применяемых методов лечения и профилактики.

**Результаты исследования**

Анкетирование и интервьюирование

Привычки питания:

65% детей и подростков ежедневно потребляют фастфуд и сладкие напитки.

Только 25% респондентов употребляют рекомендованное количество фруктов и овощей.

Физическая активность:

70% детей и подростков проводят более 3 часов в день за экраном (телевизор, компьютер, смартфон).

Только 30% занимаются физической активностью не менее 60 минут в день.

Психоэмоциональное состояние:

40% респондентов испытывают стресс и тревогу, что коррелирует с увеличением потребления пищи в стрессовых ситуациях.

Лабораторные исследования

Глюкоза и инсулин:

У 30% детей и подростков выявлена инсулинорезистентность.

У 20% наблюдается повышенный уровень глюкозы.

Липиды:

25% респондентов имеют повышенный уровень холестерина.

У 15% выявлены повышенные уровни триглицеридов.

Клинические обследования

Индекс массы тела (ИМТ):

У 35% детей и подростков ИМТ соответствует показателям ожирения.

У 25% — избыточный вес.

Сопутствующие заболевания:

10% детей и подростков страдают от гипертонии.

8% имеют заболевания опорно-двигательного аппарата, связанные с избыточным весом.

Статистический анализ

Корреляции:

Высокая корреляция между потреблением фастфуда и уровнем глюкозы в крови.

Сильная связь между малоподвижным образом жизни и повышенным ИМТ.

Регрессионный анализ:

Потребление сладких напитков и фастфуда является значимыми факторами риска развития ожирения.

Физическая активность и потребление фруктов и овощей снижают риск ожирения.

Методы наблюдения

Долгосрочное наблюдение:

У участников, которые внедрили изменения в питание и увеличили физическую активность, наблюдалось снижение ИМТ на 10-15% в течение года.

Психологическая поддержка и консультации способствовали улучшению психоэмоционального состояния у 60% участников.

### **Выводы:**

Ожирение среди детей и подростков является серьезной проблемой, требующей комплексного подхода и активного участия родителей, образовательных учреждений и медицинских работников. Только совместными усилиями можно обеспечить здоровое будущее для подрастающего поколения.

### **Литература.**

Особенности сосуществования ожирение у детей и подростков их лечение  
Гулзода Шухратовна Негматова, Дилдора Эркиновна Салимова ООО «Очик фан», Наука и образование, 2023.

Тогаева Г.С. Клинико-биохимические показатели больных ожирение у детей и подростков. // ЖУРНАЛ БИОМЕДИЦИНЫ И ПРАКТИКИ СПЕЦИАЛЬНЫЙ ВЫПУСК-2. Р-131-136, 2020 г.

Абрарова Д. Н., Негматова Г. Ш., Тогаева Г. С. «Клинико-функциональный статус больных ожирение у детей и подростков». // Американский журнал академических исследований. // Том 2. (5) стр. 409-415. 2022

Нарбаев А.Н. Тогаева Г.С. «ожирение у детей и подростков». // Американский журнал медицинских наук и фармацевтических исследований. // Том 2. Номер 9. 2020. Страницы 82-85

Нарбаев А.Н., Тогаева Г.С. (2020). Материалы конференции научных и практических специалистов Узбекистана. № 17. 30 июня. 2020. Ул. 118-119.

Абрарова Д. Н., Негматова Г. Ш., Тогаева Г. С. «ожирение у детей и подростков». // Американский журнал академических исследований. // Том 2. (5) стр. 409-415. 2022

Халимова З.Ю. и Г.Ш. Негматова. «ожирение у детей и подростков». Центральноазиатский журнал медицинских и естественных наук 2.4 (2021): 166-175.