

Результаты. По результатам анкетирования выяснилось, что 7 (63,7%) из 11 девушек считают, что они питаются правильно, а также ежедневно контролируют калорийность суточного рациона; 6 (54,6%) девушек из 11 всегда готовят еду самостоятельно с подсчетом количества макронутриентов, остальные пользуются чаще всего предприятиями общественного питания; 2 (9,1%) девушки придерживаются, по их мнению, «здорового» веганского питания. Также выяснилось, что все 11 (100%) девушек употребляют фаст-фуд до 4 раз в месяц.

Как показало исследование, средние расчетные значения суточного расхода энергии девушек составили $3641,6 \pm 815,5$ ккал/сут. При этом необходимые потребности в белках составили $135,6 \pm 30,9$ г/сут, жирах — $100,4 \pm 29,8$ г/сут, углеводах — $542,2 \pm 100,4$ г/сут.

Ежедневная обычная «продуктовая корзина» участниц исследования включала: переработанное мясо (говядина, свинина, курица, индейка) — 63,7%; колбасу и колбасные изделия — 18,2%; яйца — 45,5%; хлеб, макароны — 54,6%; свежие овощи — 81,8%; свежие фрукты — 63,7%; молочные продукты — 63,7%; крупы (овсяная, пшеничная, гречневая, пшенная, манная) — 63,6%; нерафинированное растительное масло (подсолнечное и оливковое) — 18,2%; кондитерские изделия, шоколад и сахар — 90,1%; орехи — 9,1%.

Несмотря на весьма разнообразный набор продуктов, как показал количественный анализ питания спортсменок, их рацион не возмещает физиологических потребностей ни в энергетическом, ни в пластическом компонентах. Дефицит калорийности их питания составил 43%; белка — 34,1%; жиров — 23,4%; углеводов — 56,4%.

Вывод. Таким образом, анализ фактического питания студенток ФГБОУ ВО «ВГАФК», занимающихся спортом, показал, что оно остается недостаточным и несбалансированным, несмотря на проводимый ими самими мониторинг. Очевидно, что это не позволит существенно улучшить не только спортивный результат, но показатели здоровья, связанные с питанием.

* * *

ВАКУУМ-ИНТЕРФЕРЕНЦТЕРАПИЯ В КОМПЛЕКСНОМ ЛЕЧЕНИИ БОЛЬНЫХ ХРОНИЧЕСКИМ БАКТЕРИАЛЬНЫМ ПРОСТАТИТОМ

Боков А.И.², Кончугова Т.В.², Кияткин В.А.²,
Кызласов П.С.¹

¹ФГБУ ГНЦ ФМБЦ им. А.И. Бурназяна ФМБА России, Москва, Россия;

²ФГБУ «Национальный медицинский исследовательский центр реабилитации и курортологии» Минздрава России, Москва

Актуальность. Хронический бактериальный простатит (ХБП) — инфекционно-воспалительное заболевание предстательной железы с преимуществен-

ным поражением железистой, соединительной тканей и многофакторным этиопатогенетическим механизмом его развития, а также длительным рецидивирующим течением, плохо поддающимся лечению (К.Л. Локшин, 2013, О.И. Аполихин и др., 2019).

Сложный этиопатогенез хронического простатита, наличие различных осложнений и отсутствие эффективного единого метода лечения диктуют настоятельную необходимость разработки и широкого внедрения в клиническую практику новых физиотерапевтических методов.

Цель исследования. Оценка эффективности применения вакуум-интерференцтерапии в комплексном лечении больных ХБП.

Материал и методы. В исследовании участвовали 90 пациентов в возрасте 25—50 лет с ХБП (категории II по NIDDK/NIH). Исследование проводилось в сравнительном аспекте на 3 рандомизированных группах больных, сопоставимых по всем критериям, разделенных в зависимости от применяемых методов на 2 лечебные (1-я группа — проводилась вакуум-интерференцтерапия, 2-я группа — интерференцтерапия) и одну контрольную (3-я группа), с исходным стандартным медикаментозным лечением. Оценка непосредственных результатов лечения — после курса из 10—12 ежедневных процедур.

Результаты. После проведенного лечения купирование болевого и дизурического синдромов составило в 1-й группе 93,2 и 90,7% случаев, во 2-й — 88,4 и 86,1%, в контрольной группе — 75,3 и 49,1% ($p < 0,05$). Снижение количества лейкоцитов в микрокопии секрета предстательной железы в 1-й группе произошло в 94,3% случаев, во 2-й группе — в 86,1%, в 3-й группе — в 79,5% ($p < 0,05$).

По данным ТРУЗИ отмечено уменьшение размеров и объема предстательной железы в 1-й группе — на 85,1% в 87% случаев, во 2-й — на 69,9% в 65% случаев, в 3-й группе — на 45,9% в 54% случаев ($p < 0,05$). В 1-й группе максимальная скорость кровотока увеличилась в среднем на 87%, во 2-й — на 73%. В контрольной группе — на 47%.

Эффективность вакуум-интерференцтерапии составила 87% ($p < 0,05$) при сохранении лечебного эффекта в течение 6 мес, у 63% больных в течение 12 мес; интерференцтерапии — 75% случаев ($p < 0,05$), у 80% — в течение 6 мес, у 43% — в течение 12 мес. В контрольной группе — у 63% пациентов в течение 6 мес.

Вывод. По данным непосредственных и отдаленных результатов установлено выраженное противовоспалительное, обезболивающее действие методов импульсной электротерапии, в большей степени вакуум-интерференцтерапии в комплексном лечении пациентов с ХБП.

* * *