

**8D10141 «Медицина» білім беру бағдарламасы бойынша философия докторы (PhD)
дәрежесін алуға ұсынылған докторант Сағтаганов Жаксыбек Илесбековичтің
«Ревматоидты артритпен ауыратын науқастарды оңалтудың заманауи тәсілдері»
тақырыбындағы диссертациялық жұмысының
АҢДАТПАСЫ**

Зерттеудің өзектілігі

Ревматоидты артрит пациенттердің өмір сапасына айтарлықтай әсер етіп, созылмалы ауырсыну, қозғалыс шектеулері және мүгедектікке әкеледі. Қазіргі заманғы оңалту әдістері мұндай науқастардың денсаулығын қолдау мен қалпына келтіруде маңызды рөл атқарады. Фитотерапия, физиотерапия және мамандандырылған оңалту бағдарламалары сияқты қосымша және баламалы медицина әдістерін қолдану пациенттердің жағдайын айтарлықтай жақсартуға мүмкіндік береді. Бұл мәселе, әсіресе, ревматоидты артритті жиі ілестіріп жүретін жүрек-қантамыр жүйесі ауруларын емдеу аясында ерекше өзектілікке ие. Кешенді оңалту бағдарламаларын әзірлеу және енгізу емдеу болжамдарын жақсарту үшін үлкен маңызға ие.

Зерттеудің мақсаты

Ревматоидты артритпен ауыратын науқастарды емдеуде және оңалтуды жетілдіруде қосымша және баламалы медицина әдістерінің тиімділігін зерттеу және ғылыми негізделген тәсілдерді әзірлеу.

Зерттеудің міндеттері

1. Қазіргі таңдағы қосымша және баламалы медицина әдістерін (йога, медитация) және олардың ревматоидты артритпен ауыратын науқастарды емдеудегі қолданылуын жан-жақты талдау.
2. Қосымша және баламалы медицина әдістерінің науқастардың ауырсыну синдромына, буындардың қозғалғыштығына, функционалдық мүмкіндіктеріне және психоэмоционалдық жағдайына әсерін бағалау.
3. Ревматоидты артрит және жүрек-қан тамырлары аурулары қатар жүретін науқастарды емдеуде физикалық медицина және оңалту әдістерінің тиімділігін зерттеу.
4. Әзірленген бағдарламаны ұзақ мерзімді перспективада бағалау: оның күнделікті өмірге бейімделуге, асқынулардың алдын алуға және аурудың болжамын жақсартуға әсерін талдау.

Зерттеу объектісі

Қосымша және баламалы медицина әдістерін қолдана отырып оңалтуға тартылған ревматоидты артритпен ауыратын науқастар.

Зерттеу пәні

Ревматоидты артритпен ауыратын науқастарды емдеуге және оңалтуға арналған кешенді бағдарламалар, оның ішінде йога, медитация, фитотерапия және физиотерапия әдістерін пайдалану.

Қорғауға ұсынылатын негізгі тұжырымдар

1. Қосымша және баламалы медицина әдістерін (йога, медитация) кешенді терапияға енгізу ауырсыну синдромының қарқындылығын азайтуға, буындардың қозғалғыштығын жақсартуға және науқастардың жалпы функционалдық белсенділігін арттыруға ықпал етеді.
2. Баламалы әдістерді медициналық тәжірибеге интеграциялау фармакологиялық препараттарды қолдануды азайтуға мүмкіндік береді, бұл жанама әсерлердің қаупін төмендетеді және пациенттердің ұзақ мерзімді емделуге адалдығын арттырады.
3. Йога және шығыс медицинасының әдістерін қамтитын оңалту бағдарламасы науқастардың психоэмоционалдық жағдайын жақсартуда, өмір сапасын арттыруда және олардың әлеуметтік бейімделуін жеделдетуде жоғары тиімділікке ие.

4. Жеке оңалту бағдарламаларын қолдану ревматоидты артриттің жүрек-қан тамырлары ауруларымен бірге жүру ерекшеліктерін ескере отырып, қолжетімді емдеу шараларының ауқымын айтарлықтай кеңейтеді.

Зерттеудің ғылыми жаңалығы

1. Йога, медитация және фитотерапияның ревматоидты артритпен ауыратын науқастардың жағдайына әсері алғаш рет жүйеленді және кешенді түрде бағаланды.
2. Ауырсыну синдромын азайтуға және функционалдық мүмкіндіктерді арттыруға бағытталған баламалы медицина әдістерін қамтитын инновациялық оңалту бағдарламасы әзірленіп, апробацияланды.
3. Қосымша емдеу әдістері мен дәстүрлі тәсілдердің үйлесімі, әсіресе коморбидті жағдайларда (жүрек-қан тамырлары аурулары) қолданудың тиімділігі зерттелді.
4. Ревматоидты артритпен ауыратын науқастарды оңалту бағдарламаларына қосымша және баламалы медицина әдістерін енгізу бойынша практикалық ұсыныстар дайындалды.

Зерттеудің практикалық маңызы

Зерттеу нәтижелері ревматоидты артритті емдеудің қолданыстағы бағдарламаларын оңтайландыруға, оңалту стандарттарын әзірлеуге және медициналық көмектің тиімділігін арттыруға бағытталған.

Нәтижелер

Зерттеу нәтижелері бірқатар мақалалар түрінде ұсынылған:

1. Assessment of complementary and alternative medicine methods in the management of ankylosing spondylitis, rheumatoid arthritis, and fibromyalgia syndrome.

Ревматологиялық аурулары бар кейбір науқастарға жеке емдеу қажет болуы мүмкін, соның ішінде контрактураларда протездеу арқылы оңалту, тыныс алу және жүрек-қан тамыр жүйесі функцияларын түзету, сондай-ақ жүруін қалпына келтіру. Бұған қоса, мұндай науқастарға физикалық медицина және оңалту клиникаларының мамандарының бақылауымен қолданылатын комплементарлық және альтернативті медицина әдістері пайдалы болуы мүмкін. Бұл ревматологтар мен оңалту саласының мамандары арасындағы тығыз байланыс пен ынтымақтастықтың қажеттілігін көрсетеді.

2. The effectiveness of yoga as a form of exercise in the management of rheumatic diseases.

Бұл шолуда йоганың ревматикалық ауруларда ауру белсенділігін төмендетуге, тірек-қимыл аппаратының шағымдарын азайтуға, психоэмоционалдық әл-ауқатты жақсартуға, мүгедектік пен өмір сапасын арттыруға ықпал ететін кейбір артықшылықтары көрсетілген. Дегенмен, йоганың тиімділігіне қатысты мәліметтер қайшылықты болып қалуда. Әсіресе, кейбір ревматикалық ауруларды емдеуде жоғары әдіснамалық сапасы бар және үлкен үлгі көлеміне негізделген мақалалардың жоқтығы байқалады. Болашақта йогаға деген қызығушылықтың тұрақты түрде өсетіні болжануда. Йоганың қауіпсіздік деңгейі жоғары болғандықтан, ол, шамасы, ревматикалық ауруларды емдеуде дәрі-дәрмексіз әдістердің қатарынан лайықты орын алады.

3. Yoga as a complementary therapy for rheumatoid arthritis: a casebased review.

Зерттеуге қатысқан он пациенттің сегізі әйел және екеуі ер адам болған, олардың жасы 41-ден 69 жасқа дейін, орташа жасы – 52,6 жас. Ауру ұзақтығы 24 айдан 204 айға дейін ауытқиды. Барлық пациенттер тұрақты базалық терапиядан өткен және ревматологтың үнемі бақылауында болған.

Пациенттер үш айлық йога бағдарламасын ұстанған, аптасына екі-үш рет қатысқан, олардың 70%-ы аптасына үш рет жаттығу жасаған. Сеанстың ұзақтығы 30 минуттан ($n = 2$) бір сағатқа ($n = 3$) дейін ауытқып, орташа 45 минутты құраған. Йога позалары мен техникалары барлық сеанстарда біріздендірілген және келісілген.

Йогаға дейін 70% пациентте таңертеңгі сіресу 100 минуттан астам уақытқа созылған. Йогадан кейін таңертеңгі сіресу 31 минутқа (132 минуттан 101 минутқа дейін) қысқарды, ал пациенттердің жартысында бұл көрсеткіш 100 минуттан төмен болды. Ауырсыну

деңгейінің визуалды аналогтық шкаласы (VAS) бойынша барлық пациенттерде йогаға дейін 80 мм болды, ал йогадан кейін орташа есеппен 41,5 мм-ге дейін төмендеді.

4. Managing rheumatoid arthritis and cardiovascular disease: the role of physical medicine and rehabilitation.

Ревматоидты артриті бар 350 пациенттер арасында 143 науқас жүрек-қантамыр аулулары қатар жүретін науқас іріктеліп алыды, олардың басым бөлігі – әйелдер (75,5%), ал орташа жасы – 58 жас. Ең жиі кездесетін жүрек-қантамыр патологиясы – артериалды гипертензия болып табылды, оның 51%-ында 3-дәрежелі гипертензия екені анықталды. Науқастардың ішінде 60,1%- антигипертензивты ем қабылдаса, 77,6%-ы төмен көмірсутекті және холестерині аз диетаға көшкен.

Физическалық реабилитацияға науқастардың 40,6%-ы ғана қатысты, олардың ішінде йогамен айналысқандардың ауырсыну деңгейі (Vas) едәуір төмен (30,00) болып, таңертеңгі сіресудің ұзақтығы 70 минут құрады (басқа әдістерді қолданғандарда – 90 минут). Сондай-ақ йога тобындағы пациенттердің DAS-28 көрсеткіші 5,67 болса, өзге реабилитационнылық әдістерді қолданатындарда бұл көрсеткіш 6,34-ке жетті. Физиалық жттығулармен айналысатын пациенттерде холестериннің деңгейі де төмен (4,27 ммоль/л) болды, бұл жаттығудың оң әсерін көрсетеді.

5. Complex rehabilitation of patients with rheumatoid.

Бұл зерттеуде орташа қарқынды серуендеу, йога және диетотерапия қамтитын кешенді оңалту бағдарламасының тиімділігі екі клиникалық жағдай негізінде сипатталды. Оңалту нәтижесінде пациенттердің жағдайы айтарлықтай жақсарғаны байқалды: ауырсынатын және ісінген буындар саны азайып, ауырсыну деңгейі төмендеді, таңертеңгі құрысу уақыты қысқарды. Сонымен қатар, пациент орта есеппен 4,5 кг салмақ тастап, денесінің индексі 1,65 кг/м² төмендеді.

Бірінші пациентте оңалту курсынан кейін ауырсынатын буындар саны 22-ден 8-ге, ісінген буындар саны 16-дан 4-ке дейін азайды. VAS бойынша ауырсыну деңгейі 80 мм-ден 50 мм-ге төмендеп, таңертеңгі құрысу уақыты 70 минутқа қысқарды. Екінші пациентте бұл көрсеткіштер сәйкесінше 13-тен 2-ге, 7-ден 1-ге дейін төмендеп, ауырсыну деңгейі 80 мм-ден 40 мм-ге дейін азайды. Бұл деректер кешенді оңалтудың ревматоидты артриті бар пациенттердің функционалдық мүмкіндіктері мен өмір сапасын жақсартудағы тиімділігін көрсетеді.

Теориялық маңыздылығы

Зерттеудің теориялық маңыздылығы ревматоидты артриті (РА) бар пациенттердің оңалтылуында қосымша және альтернативті медицина әдістерінің жүйелі талдауын жүргізуде жатыр. Бұл жинақталған ғылыми білімді жалпылап қана қоймай, олардың қолданылуындағы олқылықтарды анықтауға, оңалтудың кешенді тәсілінің қажеттілігін негіздеуге және дәрі-дәрмексіз әдістерді РА емінің стандартты хаттамаларына интеграциялаудың оңтайлы жолдарын айқындауға мүмкіндік берді. Әзірленген әдіснамалық тәсілдер пациенттердің физикалық, психологиялық және әлеуметтік аспектілері арасындағы өзара байланысты терең түсінуге ықпал етеді, бұл РА пациенттерін оңалтудың мультидисциплинарлық сипатын түсінуді тереңдетеді.

Практикалық маңыздылығы

Зерттеудің практикалық маңыздылығы РА пациенттері үшін кешенді оңалту бағдарламасын әзірлеу және оны медициналық мекемелердің клиникалық тәжірибесіне енгізуде жатыр. Бағдарлама ауру белгілерінің ауырлығын төмендетуге, психоэмоционалдық жағдайды жақсартуға, сондай-ақ мүгедектік қаупін азайтуға бағытталған әдістерді қамтиды. Бағдарламаны жүзеге асыру физикалық жағдайды жақсарту, әлеуметтік белсенділікті арттыру және бейімделу арқылы пациенттердің өмір сапасын арттыруға ықпал етеді. Ұсынылған әдістемені енгізу аурудың сатысы, қатар жүретін патологиялар және физикалық дайындық деңгейі ескеріліп, оны пациенттердің жеке қажеттіліктеріне бейімдеуге мүмкіндік береді.

Зерттеудің ғылыми жаңалығы

1. Ревматоидты артриті бар науқастарды оңалтудың дәстүрлі емдеу әдістерімен қатар дәрі-дәрмексіз тәсілдерді (йога, диетотерапия, физиотерапия және психологиялық қолдау) интеграциялау арқылы көпдеңгейлі тәсілдің қажеттілігі анықталды.
2. Қосымша аурулары бар РА пациенттерінің жағдайына кешенді оңалту іс-шараларының әсері алғаш рет зерттелді, бұл емдеуде дербестендірілген тәсіл мүмкіндіктерін кеңейтуге мүмкіндік береді.
3. Ревматологиялық науқастарды оңалтудың кешенді әдісі әзірленіп, сынақтан өтті. Ол мыналарды қамтиды:
 - Буындардың жағдайы мен зақымдану дәрежесін ескере отырып, физикалық белсенділік;
 - Икемділікті арттыру, стресс деңгейін төмендету және психоэмоционалдық жағдайды жақсартуға бағытталған йога бағдарламалары;
 - Жүйелі қабынуды азайту үшін қабынуға қарсы тамақтану принциптерін ескеретін диеталық терапия.
4. Анықталған жаңа әдістердің жүйелік қабыну белсенділігін төмендетуге, буындардың функционалдық жағдайын жақсартуға, жаттығуларға төзімділікті арттыруға және пациенттердің өмір сүру сапасын жақсартуға әсері туралы жаңа деректер алынды.

Докторанттың жеке үлесі

Докторант зерттеудің барлық кезеңдерінде маңызды үлес қосты:

1. Қазіргі мәселенің жағдайын талдады және РА пациенттерін оңалтудың қолданыстағы әдістемелері туралы мәліметтерді жүйеледі.
2. Зерттеудің әдіснамалық негізін әзірледі, соның ішінде оңалту шараларының тиімділігін бағалау әдіснамасын дайындады.
3. РА пациенттеріне арналған кешенді оңалту бағдарламасын құрып, оны енгізіп, алынған нәтижелерді жинап, өңдеді.
4. Алынған деректерге салыстырмалы талдау жүргізді, бұл оңалтудағы кешенді тәсілдің артықшылықтарын негіздеуге мүмкіндік берді.
5. Зерттеу нәтижелерін ғылыми журналдарда жариялады (3 мақалада бірінші автор ретінде), сондай-ақ халықаралық ғылыми конференцияларда негізгі қорытындыларды ұсынды.

Қорытындылар

1. Әлемдік әдебиет деректерін шолу комплементарлық және альтернативті медицина әдістерінің ревматоидты артриті бар пациенттерді оңалтуда тиімді құрал екенін көрсетті.
2. Йоганың қосымша терапия ретіндегі әсерін талдау нәтижесінде таңертеңгі буын сіресуі 31%-ға, VAS бойынша ауырсыну индексі 48,1%-ға, ал систолалық қан қысымы 11,1%-ға төмендегені анықталды.
3. Ұсынылған әдіс РА және жүрек-қантамыр аурулары бар пациенттерде VAS ауырсыну индексінің медианасын 24,9%-ға, таңертеңгі буын сіресуінің медианасын 22,1%-ға, DAS-28 белсенділік индексінің медианасын 10,5%-ға төмендетуге мүмкіндік берді.
4. Ревматоидты артриті бар науқастарды оңалтудың кешенді бағдарламасы әзірленіп, клиникалық практикаға енгізілді.

Зерттеу нәтижелерін апробациялау

Докторанттың жұмысының негізгі нәтижелері:

- 2023 жылғы 7-8 желтоқсанда Шымкент қаласында «Оңтүстік Қазақстан медициналық академиясы» АҚ ұйымдастырған жас ғалымдар мен студенттердің «Биология, медицина және фармацияны дамытудың перспективалары» атты 10-шы халықаралық ғылыми конференциясында;
- 2024 жылғы 1 қарашада Душанбе қаласында өткен Абуали ибн Сино атындағы медициналық университеттің 85 жылдығына арналған «Медицина ғылымындағы, білім

беру және тәжірибедегі жаңа көкжиектер» атты ғылыми-тәжірибелік конференцияда ұсынылды.

Публикациялар

Зерттеу нәтижелері бойынша Journal Citation Reports-тың 2-квартиль басылымдарында 5 мақала жарияланды, олардың ішінде 3 мақалада докторант бірінші автор болды.

1. Assessment of complementary and alternative medicine methods in the management of ankylosing spondylitis, rheumatoid arthritis, and fibromyalgia syndrome (Rheumatology International", Германия; Q2 Journal Citation Reports (Clarivate Analytics)) бірлескен автор)

2. The effectiveness of yoga as a form of exercise in the management of rheumatic diseases (Rheumatology International", Германия; Q2 Journal Citation Reports (Clarivate Analytics)) бірлескен автор)

3. Yoga as a complementary therapy for rheumatoid arthritis: a casebased review (Rheumatology International", Германия; Q2 Journal Citation Reports (Clarivate Analytics)) бірінші автор)

4. Managing rheumatoid arthritis and cardiovascular disease: the role of physical medicine and rehabilitation (Rheumatology International", Германия; Q2 Journal Citation Reports (Clarivate Analytics)) бірінші автор)

5. Complex rehabilitation of patients with rheumatoid arthritis (Rheumatology International", Германия; Q2 Journal Citation Reports (Clarivate Analytics)) бірінші автор)