

АННОТАЦИЯ

**диссертационной работы докторанта Сагтаганова Жаксыбек Илесбековича на тему:
«Современные методы реабилитации больных ревматоидным артритом»,
представленной на соискание степени доктора философии (PhD) по образовательной
программе 8D10141 «Медицина»**

Актуальность исследования

Ревматоидный артрит, значительно влияет на качество жизни пациентов, вызывая хроническую боль, утрату подвижности и инвалидизацию. Современные методы реабилитации играют ключевую роль в поддержании и восстановлении здоровья таких больных. Применение дополнительных и альтернативных методов медицины, включая фитотерапию, физиотерапию и специализированные реабилитационные программы, позволяет значительно улучшить состояние пациентов. Особую актуальность эта проблема приобретает в контексте лечения сопутствующих заболеваний, таких как сердечно-сосудистые патологии, которые часто сопровождают ревматоидный артрит. Разработка и внедрение комплексных реабилитационных программ имеют важное значение для улучшения прогнозов лечения.

Цель исследования

Разработка научно обоснованных подходов к применению методов дополнительной и альтернативной медицины в лечении и реабилитации больных ревматоидным артритом для повышения эффективности комплексной терапии, улучшения качества жизни и адаптации пациентов.

Задачи исследования

1. Провести всесторонний анализ современных методов дополнительной и альтернативной медицины (йога, медитация) и их использования в лечении больных ревматоидным артритом.
2. Оценить влияние методов дополнительной и альтернативной медицины на ключевые параметры состояния здоровья: уровень болевого синдрома, подвижность суставов, функциональные возможности и психоэмоциональное состояние пациентов.
3. Разработать интегративную программу лечения, включающую методы альтернативной медицины, физиотерапию, диетотерапию и психологическую поддержку, направленную на снижение потребности в фармакологических средствах.
4. Оценить долгосрочные результаты применения разработанной программы, включая её влияние на адаптацию больных к повседневной жизни, профилактику осложнений и улучшение прогноза заболевания.

Объект исследования

Пациенты с ревматоидным артритом, проходящие реабилитацию с использованием методов дополнительной и альтернативной медицины.

Предмет исследования

Комплексные реабилитационные и лечебные программы, основанные на применении йоги, медитации, фитотерапии, методов восточной и традиционной медицины для оптимизации лечения и повышения качества жизни больных ревматоидным артритом.

Основные положения, выносимые на защиту

1. Применение методов дополнительной и альтернативной медицины (йога, медитация) в составе комплексной терапии больных ревматоидным артритом способствует существенному снижению выраженности болевого синдрома, улучшению подвижности суставов и повышению общей функциональной активности.
2. Интеграция нетрадиционных методов в медицинскую практику позволяет сократить использование фармакологических препаратов, что снижает риск побочных эффектов и повышает долгосрочную приверженность пациентов к лечению.

3. Разработанная программа реабилитации с применением йоги и методов восточной медицины обладает доказанной эффективностью в улучшении психоэмоционального состояния пациентов, повышении качества жизни и ускорении их социальной адаптации.

4. Применение индивидуально адаптированных реабилитационных программ позволяет учитывать особенности течения ревматоидного артрита у пациентов с сопутствующими сердечно-сосудистыми заболеваниями, что значительно расширяет спектр доступных лечебных мероприятий.

Научная новизна исследования

1. Впервые проведена систематизация и комплексная оценка влияния йоги, медитации и фитотерапии на состояние пациентов с ревматоидным артритом.

2. Разработана и апробирована инновационная реабилитационная программа, включающая методы альтернативной медицины и физической реабилитации, с доказанной эффективностью для снижения болевого синдрома и повышения функциональных возможностей.

3. Исследовано влияние сочетания дополнительных методов лечения и традиционных подходов при коморбидных состояниях, включая сердечно-сосудистые заболевания.

4. Подготовлены практические рекомендации по включению методов дополнительной и альтернативной медицины в программы реабилитации больных ревматоидным артритом для системы здравоохранения.

Практическая значимость исследования

Результаты исследования могут быть использованы для оптимизации существующих программ лечения ревматоидного артрита, разработки стандартов реабилитации и повышения эффективности медицинской помощи.

Результаты

Результаты исследования представлены в виде серии статей:

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

Некоторым пациентам с ревматологическими заболеваниями может потребоваться индивидуальное лечение, включая реабилитацию с помощью протезирования контрактур, коррекцию функций дыхательной и сердечно-сосудистой систем, а также восстановление походки. Кроме того, таким пациентам могут быть полезны методы комплементарной и альтернативной медицины, применяемые под наблюдением специалистов клиник физической медицины и реабилитации. Это подчеркивает необходимость тесного общения и сотрудничества между ревматологами и специалистами в области реабилитации.

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

Хотя в этом обзоре представлены некоторые преимущества в снижении активности заболеваний и жалоб со стороны опорно-двигательного аппарата, улучшении психосоциального благополучия, улучшении инвалидности и качества жизни при ревматических заболеваниях, данные об эффективности йоги остаются противоречивыми. В частности, при лечении некоторых ревматических заболеваний обращает на себя внимание отсутствие статей с высоким методологическим качеством и большими выборками. Однако в ближайшем будущем популярность йоги, вероятно, будет неуклонно расти. Учитывая ее высокий уровень безопасности, йога, скорее всего, найдет свое место среди немедикаментозных методов лечения ревматических заболеваний.

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

Восемь из десяти пациентов, участвовавших в исследовании, были женщинами и двое мужчин, возраст которых составлял от 41 до 69 лет, а средний возраст-52,6 года. Продолжительность заболевания колеблется от 24 до 204 месяцев. Все пациенты проходили регулярную базовую терапию и находились под постоянным наблюдением ревматолога.

Пациенты следовали трехмесячной программе йоги, посещая ее два-три раза в неделю, причем 70% из них занимались три раза в неделю. Продолжительность сеанса варьировалась от 30 минут ($n = 2$) до часа ($n = 3$) и составляла в среднем 45 минут. Позы и техники йоги унифицированы и согласованы на всех сеансах.

У 70% пациентов до йоги утреннее столбнение длилось более 100 минут. После йоги утреннее столбнение сократилось на 31 минуту (со 132 до 101 минуты), а у половины пациентов этот показатель был ниже 100 минут. Согласно визуальной аналоговой шкале уровня боли (VAS), у всех пациентов до йоги было 80 мм, а после йоги-в среднем до 41,5 мм.

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

Среди 350 пациентов с ревматоидным артритом было отобрано 143 пациента с сопутствующими сердечно-сосудистыми заболеваниями, большинство из которых – женщины (75,5%), а средний возраст – 58 лет. Наиболее частым сердечно-сосудистым патологией была обнаружена артериальная гипертензия, в 51% из которых была обнаружена гипертензия 3 степени. Среди пациентов 60,1% получали антигипертензивную терапию, а 77,6% перешли на низкоуглеводную и холестериновую диету.

В физической реабилитации приняли участие только 40,6% пациентов, из которых уровень боли (VAS) у тех, кто занимался йогой, был значительно ниже (30,00), а продолжительность утреннего столбняка составляла 70 минут (у тех, кто использовал другие методы-90 минут). Также у пациентов группы йоги показатель DAS-28 составил 5,67, у тех, кто применял другие реабилитационные методы, этот показатель достиг 6,34. У пациентов, страдающих физиопроцедурами, также был низкий уровень холестерина (4,27 ммоль/л), что свидетельствует о положительном эффекте физических упражнений.

5. Complex rehabilitation of patients with rheumatoid.

В этом исследовании эффективность комплексной программы реабилитации, включающей ходьбу средней интенсивности, йогу и диетотерапию, была описана на основе двух клинических случаев. В результате реабилитации заметно улучшилось состояние пациентов: уменьшилось количество болезненных и опухших суставов, снизился уровень боли, сократилось время утренних спазмов. Кроме того, пациент похудел в среднем на 4,5 кг, а индекс его тела снизился на 1,65 кг/м².

У первого пациента после курса реабилитации количество болезненных суставов уменьшилось с 22 до 8, количество опухших суставов уменьшилось с 16 до 4. Уровень боли в VAS снизился с 80 мм до 50 мм, а время утренних спазмов сократилось на 70 минут. У второго пациента эти показатели снизились с 13 до 2, с 7 до 1 соответственно, а уровень боли снизился с 80 мм до 40 мм. Эти данные свидетельствуют об эффективности комплексной реабилитации в улучшении функциональных возможностей и качества жизни пациентов с ревматоидным артритом.

Теоретическая значимость исследования:

Теоретическая значимость исследования заключается в проведении систематического анализа существующих методов дополнительной и альтернативной медицины в реабилитации пациентов с ревматоидным артритом (РА). Это позволило не только обобщить накопленные научные знания, но и выявить пробелы в их применении, обосновать необходимость комплексного подхода к реабилитации и определить оптимальные пути интеграции немедикаментозных методов в стандартные протоколы лечения РА. Разработанные методологические подходы углубляют представления о взаимосвязи между физическими, психологическими и социальными аспектами состояния пациентов, что способствует более глубокому пониманию мультидисциплинарного характера реабилитации больных РА.

Практическая значимость исследования:

Практическая значимость исследования заключается в разработке и внедрении комплексной программы реабилитации для пациентов с РА, которая может быть использована в клинической практике медицинских учреждений. Программа включает методы, направленные на снижение выраженности симптомов заболевания, улучшение психоэмоционального состояния, а также снижение риска развития инвалидности. Реализация программы способствует повышению качества жизни пациентов за счет улучшения физического состояния, повышения социальной активности и адаптации. Внедрение предложенной методики обеспечивает возможность её адаптации к

индивидуальным потребностям пациентов с учетом стадии заболевания, сопутствующих патологий и уровня физической подготовки.

Научная новизна исследования

1. Определена необходимость многоуровневого подхода к реабилитации больных РА, основанного на интеграции немедикаментозных методов (йоги, диетотерапии, физиотерапии и психологической поддержки) с традиционными подходами лечения.
2. Впервые исследовано влияние комплексных реабилитационных мероприятий на состояние пациентов с РА, имеющих сопутствующие заболевания, что позволяет расширить возможности персонализированного подхода в лечении.
3. Разработан и апробирован комплексный метод реабилитации ревматологических больных, включающий:
 - Физическую активность с учетом особенностей состояния суставов и степени поражения;
 - Программы занятий йогой, направленные на улучшение гибкости, снижение уровня стресса и улучшение психоэмоционального состояния;
 - Диетотерапию, учитывающую принципы противовоспалительного питания для снижения системного воспаления.
4. Получены новые данные о влиянии этих методов на уменьшение активности системного воспаления, улучшение функционального состояния суставов, повышение толерантности к физическим нагрузкам и улучшение показателей качества жизни пациентов.

Личный вклад докторанта

Докторант внес значительный вклад на всех этапах исследования.

1. Провел анализ современного состояния вопроса, систематизировал данные о существующих методиках реабилитации пациентов с РА.
2. Разработал методологическую основу исследования, включая методику оценки эффективности реабилитационных мероприятий.
3. Сформировал и внедрил комплексную программу реабилитации, апробировал её на выборке пациентов с РА, собрал и обработал полученные результаты.
4. Осуществил сравнительный анализ полученных данных, что позволило обосновать преимущества комплексного подхода к реабилитации.
5. Опубликовал результаты исследования в научных журналах, включая три статьи, где выступил первым автором, и представил ключевые выводы на международных научных конференциях.

Выводы

1. Обзор данных мировой литературы показал, что методы комплементарной и альтернативной медицины являются эффективным средством реабилитации больных с ревматоидным артритом.
2. Обзор конкретных случаев йоги в качестве дополнительной терапии ревматоидного артрита показал снижение утренних спазмов суставов на 31%, индекса боли Visual Analogue Scale (VAS) на 48,1% и систолического артериального давления на 11,1%.
3. В предложенной методике лечение больных РА с сердечно-сосудистыми заболеваниями показало низкий уровень боли (медиана VAS снизилась на 24.9%), уменьшились утренние спазмы суставов (медиана снизилась на 22.1%), выявлен низкий индекс активности болезни DAS -28 (медиана снизилась на 10,5%).
4. Разработана и внедрена комплексная программа реабилитации больных ревматоидным артритом.

Апробация результатов исследования

Основные результаты работы докторанта были представлены на 10-й международной научной конференции молодых ученых и студентов «Перспективы развития биологии, медицины и фармации», организованной АО «Южно-Казахстанская медицинская академия» (7-8 декабря 2023 г., г. Шымкент) и были представлены в рамках научно-

практической конференции, посвящённой 85-летию медицинского университета ОГУ «Абуали ибн Сино» «Новые горизонты в медицинской науке, образовании и практике» (1 ноября 2024 года, г. Душанбе).

Публикации

По результатам исследования опубликованы 5 статьи в изданиях 2 квартиля по Journal Citation Reports (3 — первый автор).

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)