

## **ОЦЕНКА ВОСПРИЯТИЯ ЖЕНЩИНАМИ УРОВНЯ РИСКА ИЗБЫТОЧНОГО ВЕСА И ОЖИРЕНИЯ КАК ФАКТОРА СЕРДЕЧНО- СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ: НОВЫЙ ВЗГЛЯД**

**Тогайдуллаева Дилдора Дилмурадовна**

*Ассистент кафедры фундаментальных медицинских дисциплин  
Азиатский международный университет, Бухара, Узбекистан*

**Аннотация:** В статье представлены результаты исследования восприятия женщинами избыточного веса и ожирения как факторов риска развития сердечно-сосудистых заболеваний (ССЗ). Изучены распространённые уровни ожирения среди женщин, сопутствующие коморбидные заболевания, а также выявлены возрастные и гендерные особенности формирования абдоминального ожирения. Проанализированы причины ожирения у женщин с использованием статистических методов. Работа содержит элементы научной новизны, заключающиеся в изучении субъективного восприятия риска ожирения женщинами и его влияния на профилактику ССЗ.

**Ключевые слова:** ожирение, уровни риска, коморбидность, индекс массы тела, абдоминальное ожирение, сердечно-сосудистые заболевания, возрастные изменения, гендерные особенности, профилактика.

### **Введение:**

В современном обществе ожирение и избыточный вес представляют собой одну из актуальных проблем здравоохранения. По данным ВОЗ, ожирение является фактором риска для сердечно-сосудистых заболеваний, сахарного диабета, метаболического синдрома и ряда онкологических заболеваний. Избыточный вес формируется в результате нарушения баланса энергетического потребления и расхода, гормональных дисбалансов, стрессовых факторов и малоподвижного образа жизни.

Особое значение приобретает оценка восприятия женщинами

собственного веса и потенциальных рисков, связанных с ожирением. Субъективная оценка риска может влиять на профилактические меры и выбор стратегии коррекции массы тела. Несмотря на высокий уровень распространённости ожирения среди женщин, многие недооценивают значимость абдоминального ожирения как фактора риска для ССЗ.

Цель исследования:

Определить восприятие женщинами избыточного веса и ожирения как факторов риска сердечно-сосудистых заболеваний, выявить уровень информированности о сопутствующих коморбидных состояниях, а также разработать рекомендации по профилактике ожирения и связанных заболеваний.

Материалы и методы:

Исследование проведено среди 108 женщин различного возраста.

Определялись показатели:

- Индекс массы тела (ИМТ), рассчитываемый по формуле: вес (кг) / рост (м)<sup>2</sup>.
- Абдоминальное ожирение (АО) по окружности талии >80 см.
- Признаки метаболического синдрома.

Участницы опроса оценивали собственное представление о рисках, связанных с избыточным весом и ожирением. Были использованы статистические методы анализа данных, включая определение частоты сопутствующих заболеваний и соотношения факторов риска в различных возрастных группах.

Результаты:

Результаты исследования показали, что менее половины женщин (43,8%) признают абдоминальное ожирение как значимый фактор риска сердечно-сосудистых заболеваний. При этом 19,9% не считают АО риском для ССЗ. Среди женщин с ожирением только 41,0% признали серьезную угрозу для сердца, 44,7% считали ожирение несущественным фактором риска.

Анализ ИМТ показал, что только 52,9% женщин с ожирением считали

повышение массы тела значимым риском для ССЗ, 42,1% женщин с повышенным ИМТ имели аналогичное мнение. Каждый третий респондент недооценивал значимость лишнего веса.

Сравнение с коморбидными состояниями показало, что даже при первой степени ожирения у женщин определённых профессий часто возникают сопутствующие патологии: гипертония, дислипидемия, нарушения углеводного обмена.

#### Обсуждение:

Полученные данные свидетельствуют о низкой информированности женщин о рисках ожирения и абдоминального жира. Научная новизна исследования заключается в выявлении расхождения между фактическим состоянием здоровья и субъективной оценкой риска. Это подчеркивает необходимость проведения целевых образовательных и профилактических программ для женщин, направленных на раннее выявление ожирения и метаболических нарушений.

Выявленные особенности распределения ожирения по возрасту и профессии позволяют рекомендовать индивидуализированные стратегии профилактики ССЗ и контроля массы тела. Ранняя коррекция образа жизни, контроль питания, физическая активность и информирование о факторах риска являются ключевыми мерами.

#### Выводы:

1. Существует значительное расхождение между фактическим ожирением и восприятием его женщинами как фактора риска для ССЗ.
2. Абдоминальное ожирение признано риском менее чем у половины участниц исследования.
3. Образовательные программы и профилактические меры должны быть ориентированы на повышение осведомленности женщин о рисках ожирения и сопутствующих заболеваниях.

4. Индивидуальный подход с учетом возраста, профессиональной деятельности и уровня информированности повышает эффективность профилактики.

Литература:

1. Всемирная организация здравоохранения. Obesity and overweight. WHO, 2023.
2. Bray GA, Kim KK, Wilding JP. Obesity: a chronic relapsing progressive disease process. *Obes Rev.* 2017;18:7-14.
3. Kassi E, Pervanidou P, Kaltsas G, Chrousos G. Metabolic syndrome: definitions and controversies. *BMC Med.* 2011;9:48.
4. Apovian CM. Obesity: definition, comorbidities, causes, and burden. *Am J Manag Care.* 2016;22(7 Suppl):s176-s185.
5. Grundy SM. Metabolic syndrome update. *Trends Cardiovasc Med.* 2016;26:364-373.