

Date: 19th July-2026

**БИОИМПЕДАНСОМЕТРИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ
ДИЕТОТЕРАПИИ ПРИ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ**

Махмудова Марямжон Хаитовна

PhD, доцент Ташкентский государственный медицинский университет,

Ташкент, Республика Узбекистан

E-mail: mahmudovam037@gmail.com

Актуальность. Сердечно-сосудистые заболевания остаются одной из ведущих причин смертности и инвалидизации населения во всем мире. Нарушения нутритивного статуса, сопровождающиеся избыточным накоплением жировой ткани, уменьшением мышечной массы и изменением водного баланса организма, являются важными факторами прогрессирования сердечно-сосудистой патологии. В последние годы биоимпедансометрия рассматривается как современный высокоинформативный метод оценки компонентного состава тела, позволяющий объективно контролировать эффективность лечебного питания. Вместе с тем влияние диетотерапии, основанной на местных пищевых продуктах, на биоимпедансометрические показатели у инвалидов с сердечно-сосудистыми заболеваниями изучено недостаточно, что определяет актуальность настоящего исследования.

Цель исследования. Гигиенически оценить влияние малосолевой сбалансированной диетотерапии, разработанной на основе местных пищевых продуктов, на биоимпедансометрические показатели у инвалидов с заболеваниями сердечно-сосудистой системы.

Материалы и методы. Исследование проводилось в 2024–2026 годах в Бухарской и Кашкадарьинской областях Республики Узбекистан. В исследование были включены 140 инвалидов с артериальной гипертензией, ишемической болезнью сердца и хронической сердечной недостаточностью I–II функционального класса. Среди обследованных было 65 мужчин и 75 женщин, средний возраст составил $61,8 \pm 7,4$ года.

Всем пациентам была назначена специально разработанная малосолевая диета на основе местных пищевых продуктов продолжительностью 3 месяца. Суточная энергетическая ценность рациона составляла 1800–2000 ккал, содержание белков - 80–90 г, жиров - 60–70 г, углеводов - 250–300 г, поваренной соли - 3–5 г.

Компонентный состав тела определяли методом биоэлектрического импедансного анализа с использованием анализатора **InBody 270**. Изучались масса жировой ткани, мышечная масса, содержание общей воды в организме и уровень висцерального жира. Статистическую обработку результатов выполняли с использованием программы **IBM SPSS Statistics 26.0**. Достоверность различий оценивали по критерию Стьюдента при уровне значимости $p < 0,05$.



Date: 19th July-2026

Основные результаты. После трехмесячной диетотерапии отмечены статистически значимые положительные изменения биоимпедансометрических показателей. Содержание жировой массы уменьшилось с $34,2 \pm 5,6\%$ до $31,8 \pm 5,1\%$, что соответствовало снижению на $7,0\%$ ($p < 0,05$).

Уровень висцерального жира снизился с $12,1 \pm 3,4$ до $10,4 \pm 2,8$ балла ($-14,0\%$; $p < 0,05$), что свидетельствует об уменьшении кардиометаболического риска.

Одновременно отмечалось увеличение мышечной массы с $28,6 \pm 4,3\%$ до $29,4 \pm 4,1\%$ ($+2,8\%$; $p < 0,05$) и общего содержания воды в организме с $47,8 \pm 5,2\%$ до $49,1 \pm 4,9\%$ ($+2,7\%$; $p < 0,05$).

Полученные данные свидетельствуют, что разработанная диетотерапия способствует оптимизации компонентного состава тела, уменьшению висцерального ожирения, улучшению нутритивного статуса и снижению факторов риска сердечно-сосудистых осложнений.

Выводы. Малосолевая диетотерапия на основе местных пищевых продуктов достоверно улучшает биоимпедансометрические показатели у инвалидов с заболеваниями сердечно-сосудистой системы.

1. Через три месяца наблюдения отмечено уменьшение общей жировой массы на $7,0\%$ и висцерального жира на $14,0\%$ ($p < 0,05$).

2. Одновременно наблюдалось увеличение мышечной массы и общего содержания воды в организме, что свидетельствует об улучшении нутритивного статуса пациентов.

3. Биоимпедансометрия является информативным методом объективной оценки эффективности диетотерапии и может быть рекомендована для мониторинга нутритивного статуса больных с сердечно-сосудистыми заболеваниями.

ЛИТЕРАТУРА:

1. World Health Organization. *Healthy diet*. Geneva: WHO; 2020.
2. Visseren F.L.J., et al. 2021 ESC Guidelines on cardiovascular disease prevention in clinical practice. *European Heart Journal*. 2021;42(34):3227–3337.
3. Cederholm T., et al. ESPEN guidelines on definitions and terminology of clinical nutrition. *Clinical Nutrition*. 2017;36(1):49–64.
4. Lichtenstein A.H., et al. 2021 Dietary Guidance to Improve Cardiovascular Health. *Circulation*. 2021; 144: e472–e487.
5. Kyle U.G., et al. Bioelectrical impedance analysis—Part I: Review of principles and methods. *Clinical Nutrition*. 2004;23(5):1226–1243.
6. Шайхова Г.И., Эрматов Н.Ж. Нутрициология. – Ташкент: Tibbiyot, 2023.