

УДК 613.2/.8:159.942.5:616-056.52

І. Я. Криницька, докт. мед. наук, професор

**Тернопільський національний медичний університет імені І.Я. Горбачевського
Міністерства охорони здоров'я України, Україна**

АСОЦІАЦІЯ СИТУАТИВНОЇ ТРИВОЖНОСТІ ТА ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ В ОСІБ З НАДЛИШКОВОЮ МАСОЮ ТІЛА

I. Krynytska, Doctor of Medical Sciences, Professor

ASSOCIATION BETWEEN SITUATIONAL ANXIETY AND EATING BEHAVIOR IN INDIVIDUALS WITH EXCESS BODY WEIGHT

Вступ. Порушення харчової поведінки (сукупності звичок, пов'язаних із харчуванням, як у буденних умовах, так і в ситуації стресу, а також ставлення до приймання їжі) є одним із провідних чинників розвитку надлишкової маси тіла й ожиріння, що стало сьогодні глобальною соціальною та медичною проблемою сучасності. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, понад 1,9 мільярда дорослих людей має надлишкову масу тіла, з них близько 680 мільйонів (13 %) страждають від ожиріння, а за епідеміологічними розрахунками, до 2030 р. в 33 % чоловіків і 26 % жінок діагностуватимуть ожиріння. Ожиріння має ключове значення не лише у зниженні якості життя та зменшенні його загальної тривалості, а й у розвитку на його фоні високого рівня тривожності і навіть депресії [1-3].

Мета роботи – оцінити рівень ситуативної тривожності в осіб з надлишковою масою тіла залежно від типу харчової поведінки.

Основна частина. У дослідження були включені 54 пацієнтки з надлишковою масою тіла, які звернулися за консультацією дієтолога з метою схуднення. Аналізуючи розподіл учасників дослідження за рівнем ситуативної тривожності встановлено, що у 51,9 % осіб є помірна тривожність, а у 18,5 % – висока тривожність. При цьому 20,4 % осіб даної групи продемонстрували низьку тривожність. Крім того, дуже низький рівень тривожності продемонстрували 5,6 % осіб з надлишковою масою тіла, що може свідчити про апатію, пригнічення, а 3,7 % осіб – дуже високу тривожність, що ймовірно асоціює з наявністю невротичного конфлікту та/або емоційними зривами. Аналізуючи рівень ситуативної тривожності у групі учасників дослідження з надлишковою масою тіла залежно від типу харчової поведінки встановлено, що серед осіб з раціональним типом харчування у 75,0 % спостерігалось низька тривожність, а у 25,0 % виявлено помірну тривожність. Серед осіб з екстернальним типом харчування даної групи у 75,0 % виявлено помірну тривожність, у 16,7 % – високу тривожність, у 8,3 % – дуже високу тривожність. Щодо осіб з емоціогенним типом харчової поведінки та надлишковою масою тіла, то серед них у 52,9 % виявлено помірну тривожність, у 17,6 % – високу тривожність. При цьому 17,6 % продемонстрували низьку тривожність, а 11,8 % – дуже низьку тривожність. Серед осіб з обмежувальним типом харчової поведінки даної групи у 55,6 % виявлено високу тривожність, у 33,3 % – помірну тривожність, у 11,1 % – дуже високу тривожність. Серед осіб із змішаним типом харчової поведінки даної групи у 62,5 % виявлено помірну тривожність, у 25,0 % – низьку тривожність та у 12,5 % – дуже низьку тривожність.

Висновок. Встановлено, що особи з надлишковою масою тіла та обмежувальним типом харчової поведінки характеризуються найвищим рівнем ситуативної тривожності (55,6 % осіб продемонстрували високу тривожність та 11,1 % осіб – дуже високу тривожність) відносно осіб з надлишковою масою тіла та іншими типами харчової поведінки. При цьому особи з надлишковою масою тіла та раціональним типом харчової поведінки характеризуються найнижчим рівнем ситуативної тривожності (75,0 % осіб продемонстрували низьку тривожність та 25,0 % осіб – помірну тривожність). Отримані результати є підґрунтям для подальших

досліджень харчової поведінки у осіб з надлишковою масою тіла та ожирінням та диференційованого вибору психотерапевтичної стратегії лікування.

Література

1. Михайленко В. Л. Профілактика ожиріння – запорука здоров'я нації / В. Л. Михайленко // Сімейна медицина. – 2022. – № 1–2 (99–100). – С. 54–59.
2. Надлишкова вага та ожиріння: чи є взаємозв'язок з харчовою поведінкою? / М. Ю. Зак, Л. С. Кіро, О. В. Чернишов, М. В. Сverdлова // Укр. журн. медицини, біології та спорту. – 2021. – Т. 6, № 1 (29). – С. 84–90.
3. Удосконалені методи лікування хворих на ожиріння на основі вивчення деяких патогенетичних чинників цього захворювання / В. Л. Орленко, К. Ю. Іваськіва, О. В. Добровинська [та ін.] // Ендокринологія. – 2023. – Т. 28, № 2. – С. 136–150.