

ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПОСТУРАЛЬНОЙ СТАБИЛЬНОСТИ У МУЖЧИН 65 -89 ЛЕТ

Дёмин А. В., Гудков А. Б.

Северный государственный медицинский университет, кафедра гигиены и медицинской экологии, г. Архангельск

Обследовано 138 мужчин пожилого и старческого возраста 65 лет и старше (средний возраст $74,67 \pm 0,53$). Все мужчины были мобильными и могли передвигаться без посторонней помощи.

Для вычисления биологического возраста (БВ) использовали формулу по В. П. Войтенко 1991 г. (Апанасенко Г. Л., Попова Л.А., 2000).

Субъективно переживаемый возраст (СПВ) определялся путем опроса респондентов, на сколько лет они себя сами чувствуют. Данный показатель характеризует возрастное самосознание человека (Головаха Е. И., Кроник А. А., 1984).

Постуральная стабильность у пожилых мужчин оценивалась по наличию у них хотя бы одного падения в течение года.

Падение обычно определяется как происшествие, при котором человек внезапно оказывается на земле или на другой низкой поверхности, за исключением случаев, являющихся следствием нанесенного удара, потери сознания, внезапного паралича или эпилептического припадка (Todd C., Skelton D., 2004). Обычно проблема падения характерна для людей 65 лет и старше и даже одно падение для людей в преклонном возрасте может свидетельствовать о снижении функции постуральной стабильности и повышает риск дальнейшего падения (Tinetti M. E., Williams C. S., 1997; Todd C., Skelton D., 2004).

По мнению экспертов ВОЗ, определение БВ является возможным диагностическим приемом, применение которого позволяет дать оценку степени постарения индивида, в частности, в зависимости от образа жизни. Необходимо подчеркнуть, что БВ является важной интегральной характеристикой уровня адаптационных возможностей организма (Илющенко В. Г., 2003). Определение БВ позволяет установить взаимосвязь между образом жизни и темпами старения.

Оценка возрастных особенностей у мужчин 65-89 лет, испытавших хотя бы одно падение в течение года, выявило, что их календарный возраст (КВ) выше, чем у пожилых мужчин, не испытывавших падений, в течение года (таблица).

Таблица Сравнительная характеристика возрастных показателей у мужчин 65-89 лет, испытавших (2 группа) и не испытывавших (1 группа) хотя бы одно падение в течение года

	1 группа n=73	2 группа n=65
КВ	73,18±0,67	76.33±0.8***
БВ	74,9±0,66	82.97±0.7***
СПВ	69,89±0,63	75,8±0,78***

Примечание: Звездочкой * обозначена достоверность различий по сравнению с 1 группой (***) -p < 0,001).

Это объясняется тем, что с возрастом происходит ухудшение постуральной стабильности и увеличивается частота падений (Todd C., Skelton D., 2004).

Во всех группах БВ был больше КВ, это позволяет отнести мужчин пожилого и старческого возраста, к группе с ускоренным темпом старения.

Наибольшая разница между БВ и КВ приходится на группу мужчин испытавших хотя бы одно падение в течение года.

У мужчин 65-89 лет, не испытывающих падений БВ меньше чем БВ в группе мужчин испытывающих падения.

Приведенные выше данные позволяют сделать вывод, что ускорение темпов старения могут повлиять на повседневную деятельность и мобильность в старости, повышают риск и частоту падений.

Во всех группах СПВ был меньше КВ, с наименьшей разницей в группе мужчин испытывающих падения.

Значит мужчины пожилого и старческого возраста не испытывающие падения в течение года, характеризуют свое возрастное самосознание значительно моложе, чем мужчины испытывающие падения, переживающие по поводу ухудшения постуральной стабильности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Апанасенко Г. Л. Медицинская валеология / Г. Л. Апанасенко, Л.А. Попова. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2000. - 248 с.
2. Головаха Е. И. Психологическое время личности / Е. И. Головаха, А. А. Кроник. - Киев: Наукова думка, 1984.— 208 с.
3. Илющенко В. Г. Современные подходы к оценке биологического возраста // В. Г. Илющенко // Валеология. – 2003. - № 3. – С. 11-19.
4. Tinetti M. E. Falls, injuries due to falls, and the risk of admission to a nursing home/ М. E. Tinetti C. S. Williams // New England Journal of Medicine. - 1997. - Vol. 337. № 18. – P. 1279–1284.
5. Todd C. Проблема падений среди пожилых людей: что можно считать основными факторами риска и

наиболее эффективными профилактическими мерами? / С. Todd, D. Skelton // доклад сети фактических данных по вопросам здоровья, 2004.- <http://www.euro.who.int/document/E82552.pdf>. - 41 с.

6. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке», Москва, 2011г.
7. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке», Москва, 2010г.
8. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке», Москва, 2009г.
9. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке», Москва, 2008г.
10. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке», Москва, 2007г.
11. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке», Москва, 2006г.
12. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке», Москва, 2005г.
13. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке», Москва, 2004г.
14. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке», Москва, 2003г.
15. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке», Москва, 2002г.
16. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке», Москва, 2001г.
17. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке», Москва, 2000г.
18. Электронный сборник научных трудов «Здоровье и образование в XXI веке». 2011г.
19. Электронный сборник научных трудов «Здоровье и образование в XXI веке». 2010г.
20. Электронный сборник научных трудов «Здоровье и образование в XXI веке». 2009г.
21. Электронный сборник научных трудов «Здоровье и образование в XXI веке». 2008г.
22. Электронный сборник научных трудов «Здоровье и образование в XXI веке». 2007г.
23. Электронный сборник научных трудов «Здоровье и образование в XXI веке». 2006г.
24. Электронный сборник научных трудов «Здоровье и образование в XXI веке». 2005г.
25. Электронный сборник научных трудов «Здоровье и образование в XXI веке». 2004г.
26. Электронный сборник научных трудов «Здоровье и образование в XXI веке». 2003г.
27. Электронный сборник научных трудов «Здоровье и образование в XXI веке». 2002г.
28. Электронный сборник научных трудов «Здоровье и образование в XXI веке». 2001г.

AGE FEATURES OF POSTURAL STABILITY OF MEN AGED 65-89

Demin A.V., Gudkov, A. B.

Department of Hygiene and Medical Ecology, Northern State Medical University, 51 Troitsky Ave., 163000 Arkhangelsk, Russia

138 elderly and old-aged men at the age 65 and older (average age 74.67 ± 0.53) have been examined. All the men were mobile and could go without exterior help.

It has been established that biological age and subjectively felt age of the men at the age 65-89 who fell down at least once during the year was significantly bigger than that of the elderly men who did not fall down during the year.

Key words: postural stability, fall, biological age, subjectively felt age.