



Об артериальной гипертензии

Согласно новому отчету Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) по проблемам артериальной гипертензии (АГ), несмотря на высокую доступность препаратов, относительно низкую стоимость и простоту их производства, во всем мире около 4 из 5 пациентов с АГ не получают адекватного лечения. По данным ВОЗ, число пациентов с АГ за последние 20 лет удвоилось — с 650 млн в 1999 г. до 1,3 млрд в 2019 г. Кроме того, в отчете сообщается о гиподиагностике — АГ может затрагивать до трети взрослого населения по всему миру. При этом только половина из них осведомлены о своем диагнозе и необходимости лечения. Все чаще говорят о новом факторе риска АГ — проблемах со сном. Это было подтверждено на крупной выборке, изучавшей эту связь у женщин. В журнале *Hypertension* опубликованы данные, согласно которым сон менее 5 часов был ассоциирован с повышением риска АГ на 10%, менее 6 часов — на 7%. Аналогичные проблемы наблюдались при проблемах с засыпанием или при бессоннице. Важно отметить, что риски сохранялись вне зависимости от режимов работы (ночные или дневные смены) или хронотипа человека («жаворонки» или «совы»).



Снова о микробиоте

Кишечная микрофлора может быть связана с проблемами со сном. Исследователи обнаружили, что даже 90-минутная разница между временем сна и пробуждением связана с различиями в составе кишечного микробиома. При этом у участников с нерегулярным режимом сна он был ассоциирован с ожирением и повышенным кардиометаболическим риском.

Микробиологические и иммунологические теории представляют собой достаточно комплексные концепции, что может определять разные мнения о них со стороны различных исследовательских

коллективов. В частности, гигиеническая гипотеза, суть которой состоит в том, что определенная степень антигенной (в особенности микробной) нагрузки в детстве может снизить риск развития аллергических заболеваний в более позднем возрасте, была оспорена в новом номере журнала *Science Immunology*. В результате проведенного анализа было показано отсутствие значимых различий в реакциях антиген — антитело и в функционировании Т-клеток у генетически идентичных диких, живущих в «грязных» условиях мышей и типичных лабораторных животных в «стерильных» условиях. И хотя результаты оказались в определенной степени неожиданными, основной вывод, который можно сделать из результатов данного исследования, заключается в том, что механизмы гигиенической гипотезы нельзя упрощать до позиции «жизнь в «грязных» условиях способствует профилактике аллергии».

Одним из основных факторов, влияющих на состав микрофлоры, является диета. Несмотря на растущую популярность вегетарианства, такого режима питания придерживается относительно меньшинство населения, а основными мотивирующими факторами являются религиозные и моральные взгляды, а также польза для здоровья, продемонстрированная многочисленными проведенными исследованиями. Действительно ли все ли способны придерживаться строгой вегетарианской диеты в долгосрочной перспективе? На этот вопрос попытались ответить ученые в новом номере *PLOS ONE*. Согласно полученным данным, было обнаружено 3 гена, изменения в которых были ассоциированы с вегетарианской диетой, — их функции связаны с метаболизмом липидов и работой головного мозга. Ведущий автор исследования предполагает, что именно это может определять потребность людей в мясе и генетическая склонность к вегетарианской диете может быть опосредована возможностью эндогенного синтеза этих липидных соединений. На настоящий момент эта точка зрения требует дальнейших исследований.



Об аденоидите

На сегодняшний день существуют новые эффективные возможности лечения аденоидита, которые позволяют добиться значимого и стойкого снижения симптомов заболевания и одновременно снизить потребность в аденотомии. С сентября 2021 по январь 2022 г. было проведено открытое сравнительное наблюдательное ис-

следование при участии более 154 пациентов в возрасте от 2 до 7 лет с симптомами аденоидита. Исследование показало, что специально разработанный гомеопатический ЛОР-протокол Буарон при аденоидитах (монопредпараты Калиум бихромикум С9, Гидрастис канаденсис С9, Туя оксидантис С30, Гепар сульфур С30), включенный в консервативное лечение заболевания у детей, позволяет избежать или отсрочить проведение оперативного лечения. Согласно результатам исследования, потребность в аденотомии при такой схеме лечения снижается на 66%, а это в два раза больше, чем при результатах применения только стандартной терапии. Кроме того, применение совместной схемы лечения позволяет добиться существенного снижения симптомов аденоидита: в 3 раза улучшается носовое дыхание пациентов, в 4 раза уменьшается храп. Исследование было проведено на базе ФГАОУ ВО «Российский национальный исследовательский медицинский университет им. Н. И. Пирогова» Минздрава России и ГБУЗ города Москвы «Морозовская детская городская клиническая больница г. Москвы». На основании клинической практики и данных клинического наблюдения новый ЛОР-протокол Буарон был рекомендован к применению экспертами Национальной ассоциации оториноларингологов России.



О диабете

По официальным данным почти 5 миллионов россиян страдают от сахарного диабета (СД). Лечение СД 2 типа предусматривает борьбу не только с самим эндокринным заболеванием, но и с сопутствующими патологиями. Очень важно следовать назначенной врачом терапии, которая включает прием препаратов, призванных контролировать уровень глюкозы в крови. Комбинация метформина с ингибиторами ДПП-4 (Агарт-Мет) позволяет более эффективно контролировать концентрацию глюкозы крови у пациентов с СД 2 типа в течение 24 часов. При этом соблюдение всех компонентов терапии снижает вероятность сосудистых осложнений с 80-50% до 30%.

Подготовил Илья Левашов

«Лечащий врач» активно осваивает новые пространства и форматы. Теперь у нас есть телеграм-канал

ПОДПИСЫВАЙТЕСЬ!