

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРЕ- И ПРОБИОТИКОВ В КОРРЕКЦИИ ДИСЛИПИДЕМИИ

Моргунов В. С., Вышегородцева З. И.

Научный руководитель: ассистент Коршунова А.Л., к.м.н. доцент Тимофеев Е.В.
Кафедра пропедевтики внутренних болезней
Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет

Контактная информация: Вышегородцева Зоя Игоревна — студентка 3 курса, лечебный факультет.
E-mail: zoyavysch00@gmail.com

Ключевые слова: дислипидемия, диетотерапия, пробиотики, пищевые волокна.

Актуальность исследования: дислипидемия традиционно рассматривается как один из ведущих факторов риска сердечно-сосудистых заболеваний [1]. По данным регистра РЕКВАЗА распространенность гиперхолестеринемии в России составляет 58,4%, при этом повышенный уровень липопротеидов низкой плотности регистрируется в 59,7% случаев, снижение липопротеидов высокой плотности — в 19,5%. Рекомендуемая в этих случаях терапия статинами имеет ряд противопоказаний и нежелательных эффектов, требует длительного приема и пациентами часто воспринимается негативно [2]. Это обуславливает необходимость коррекции дислипидемий с использованием немедикаментозных методов лечения.

Цель исследования: оценить эффективность пре- и пробиотиков для коррекции липидного статуса.

Материалы и методы: было обследовано 40 бессимптомных женщин в возрасте от 33 до 70 лет, у которых при плановом обследовании выявлена гиперхолестеринемия (уровень общего холестерина сыворотки крови $>5,2$ ммоль/л). В исследование не включались пациентки с указанием в анамнезе на клинические проявления атеросклероза. По результатам расширенной липидограммы у 20 женщин (50%) выявлена значимая дислипидемия, коэффициент атерогенности (КА) $>3,5$. Кроме того, у 5 женщин (12,5%) выявлена гипергликемия натощак, однако при дальнейшем обследовании сахарный диабет у них был исключен. Всем пациенткам даны рекомендации по соблюдению диеты с ограничением калоража и животных жиров, и увеличением в рационе полиненасыщенных жирных кислот, растительной клетчатки, а также приему пребиотиков (псилийум) и пробиотиков (*Enterococcus* f. L3) [3]. Средняя продолжительность наблюдения составила 6 месяцев. Оценивались показатели липидограммы и глюкозы натощак до и после курса терапии.

Результаты: после окончания курса диетотерапии с добавлением пре- и пробиотиков отмечалась нормализация коэффициента атерогенности у 15 женщин (75% с исходно высоким КА). У пяти пациенток целевые значения КА не были достигнуты, однако отмечено значительное снижение этого параметра (с $9,0 \pm 1,2$ до $4,2 \pm 0,9$, $p < 0,05$). Можно предполагать, что при выраженной дислипидемии для нормализации КА необходимо более длительное соблюдение схемы лечения. У всех женщин с исходной гипергликемией натощак на фоне курса терапии отмечается нормализация уровня глюкозы крови.

Выводы: диетотерапия в сочетании с приемом пре- и пробиотиков позволяет нормализовать показатели липидного и углеводного обмена у большинства пациентов.

Литература

1. Поленова Н.В., Косюра С.Д., Вараева Ю.Р., Ливанцова Е.Н., Стародубова А.В. Немедикаментозное лечение дислипидемий: обзор современных методов диетотерапии и нутрицевтики. Кардиология. 2019;59(7S):4–14
2. Nies L.K., Cymbala A.A., Kasten S.L., Lamprecht D.G., Olson K.L. Complementary and alternative therapies for the management of dyslipidemia. 2006;40(11):1984-92.
3. Ермоленко Е.И., Тарасова Е.А., Иванова А.М., Елисеев А.В., Суворов А.Н. Влияние пробиотических лактобацилл и энтерококков на микробиоту кишечника и иммунную систему крыс с дисбиозом. Вестник СПбГУ. 2013; 11(2): 185-194