

УДК 616.7(082)

DOI: <http://dx.doi.org/10.15674/0030-598720203114-116>

Отчет о Всемирном конгрессе «Остеопороз, остеоартроз и заболевания скелетно-мышечной системы» 20–22 августа 2020 г., Барселона

20–22 августа 2020 года в г. Барселона (Испания), под эгидой Всемирной Фундации Остеопороза, состоялся 20-й юбилейный Всемирный конгресс Virtual WCO-IOF-ESCEO Congress, посвященный проблемам профилактики, диагностики и лечения остеопороза, остеоартроза и других заболеваний опорно-двигательного аппарата. В этом году данное знаковое событие из-за пандемии COVID-19 прошло в форме виртуального общения между учеными. Не взирая на сложившуюся эпидемиологическую ситуацию во всем мире, организаторы конференции собрали около 8 тысяч участников из многих стран, были представлены десятки устных онлайн-докладов и около 1 500 тезисов в виде постерных презентаций.

Большинство докладов и тезисов были посвящены одной из важнейших проблем ортопедии и травматологии, да и всех смежных отраслей современной медицины, — остеопорозу различной этиологии. Рассмотрены вопросы генетических аспектов развития патологии, лечения постменопаузального остеопороза современными препаратами. Особенно интересной была информация об исследованиях, где изучено влияние препаратов для лечения остеопороза, а также гормональной заместительной терапии на изменение минеральной плотности костной ткани, закономерности возникновения травматических повреждений, в частности, переломов позвонков до, во время и после лечения данными препаратами.

Пациенты юного и молодого возраста тоже не оказались вне поля зрения программы конгресса. В постерных презентациях и докладах были освещены такие вопросы: диагностические и лечебные аспекты различных заболеваний костно-мышечной системы, а также нарушений минеральной плотности кости, возникающих при врожденной патологии скелета (несовершенном остеогенезе, спондилоэпифизарной дисплазии),

при генетически обусловленных дисметаболических процессах.

Как известно, без точной и правильной диагностики не бывает эффективного лечения. Многие работы, представленные на научном форуме, были посвящены вопросам изучения плотности кости, прежде всего с помощью DXA (остеоденситометрия), как «золотого стандарта» диагностики. Лабораторные, генетические методики диагностики нарушений структуры кости, анализ ее микроархитектоники также подробно рассмотрены на пленарных заседаниях и научных сессиях конгресса.

В настоящее время развиваются и внедряются различные технические методы и алгоритмы для прогнозирования отдаленных последствий заболеваний, эффективности лечения и др. Был представлен ряд исследований, где изучены современные технологии компьютерной обработки данных, в частности, для изучения важнейших признаков прогрессирования гонартроза; прогнозирования возникновения остеопоротических переломов, в том числе повторных, что является одной из серьезных проблем у лиц пожилого возраста.

Результаты фундаментальных научных изысканий, проведенных совместно ведущими специалистами разных стран, базировались на анализе больших выборок соответствующих пациентов, что позволило получить высокую статистическую достоверность.

Одной из наиболее интересных форм работы форума было проведение локальных симпозиумов, в которых принимали участие специалисты из разных стран. Во время подобных заседаний обсуждались вопросы диагностики, лечения заболеваний костно-мышечной системы у пациентов различного возраста и с разным коморбидным фоном: использование антиостеопоротических препаратов у лиц с диффузными заболеваниями соединительной ткани; целесообразность назначе-

ния тех или иных лекарственных средств лицам преклонного возраста; риск перелома бедренной кости у пациентов с болезнью Паркинсона; использование искусственного интеллекта для диагностики заболеваний скелета и многие другие важные и интересные темы.

Наряду с медикаментозной терапией вопросы питания, бесспорно, чрезвычайно важны в поддержании здоровья скелета. Ряд работ был посвящен особенностям диеты (вегетарианство, веганство, «молочная диета» и т. д.) и ее влиянию на состояние костной ткани, что, на наш взгляд, является довольно важным моментом в вопросах профилактики и лечения остеопороза. Ниже кратко представлен пресс-релиз конгресса именно о значении диетологии и влиянии состава продуктов на здоровье в целом и состоянии костно-суставной системы в частности.

Влияние молочных продуктов на здоровье и старение мышечно-скелетного аппарата

Более 22 млн женщин в возрасте старше 55 лет страдают остеопорозом (22 % всемирной популяции) и 5,5 млн мужчин (7 % всемирной популяции). Этот недуг «отвечает» более чем за 6 млн ежедневных переломов, включая 620 000 переломов шейки бедра, что влечет за собой около 2 млн DALYs (disability adjusted life years). Кроме того, от 5 до 20 % пожилых людей страдают от потери мышечной массы (саркопении), что повышает риск возникновения переломов во время падения. Также необходимо напомнить, что кроме личного дискомфорта, связанного с подобными травмами, лечение данной категории больных оказывает существенную экономическую нагрузку на систему здравоохранения. Все вышесказанное подтолкнуло участников конгресса присоединиться к обсуждению результатов мастер-класса, который состоялся в июне 2019 года и был посвящен влиянию молочных продуктов на здоровье скелетно-мышечного аппарата.

Мы едим продукты, а не их составляющие

Во время выбора питания диетологи традиционно рекомендуют концентрировать свое внимание на уровнях определенных полезных веществ в продукте для того, чтобы обеспечить его суточную потребность. Такой подход оправдан в случае покрытия дефицита какого-либо вещества в организме, однако, при наличии определенной патологии это не всегда верно. Возьмем, к примеру, обыкновенный сыр. «Сыр — вот хороший пример. Несмотря на содержание насыщенных жиров, большинство эпидемиологических исследований доказывает, что употребление сыра

не повышает риск возникновения сердечно-сосудистых заболеваний, — говорит проф. Ян Гивенс (Ian Givens). — Это происходит потому, что мы употребляем продукт, а не его компоненты. Как говорится, целое — это несколько больше, чем простая сумма его составляющих». Ян Гивенс утверждает, что эффект от приема ингредиентов еды может очень сильно отличаться от употребления цельного продукта, содержащего эти ингредиенты, что обусловлено его составом и физико-химическими свойствами. Например, биодоступность кальция намного выше при приеме молочных продуктов, чем при употреблении овощей. Именно эти отличия и побудили заняться изучением молочных продуктов с позиции полноценного питательного компонента и изучить их влияние на локомоторную систему человека.

Молочные продукты благотворно влияют на здоровье мышц и костей

Несколько исследований показали положительное влияние молочных продуктов на улучшение минерализации кости, ее рост, уменьшение риска переломов. Эти эффекты невозможно было объяснить только наличием определенного набора веществ в продуктах, что наводило на мысль о комплексном воздействии на организм молока (молочных продуктов). Такую мысль высказала доктор Сандра Лулиано (Sandra Luliano) из университета г. Мельбурн, Австралия. Она подчеркнула, что, давая допуск всем слоям общества к качественным и доступным молочным продуктам, мы можем в какой-то мере предотвратить переломы.

Рекомендации по диете должны ориентироваться на продукт

В наше время происходит стремительное изменение диетических рекомендаций, которые все больше склоняются в сторону употребления растительной пищи. Тем не менее, необходимо более трезво оценивать значение животных продуктов и здраво подходить к таким, которые обеспечивают нормальный рост и развитие костно-мышечного аппарата в детском и подростковом возрасте, а в почтенном возрасте позволяют уменьшить риск возникновения переломов, диабета и ожирения. Учитывая важность молочных продуктов для здоровья костно-мышечной системы, исследователи надеются, что будут оценены и другие продукты, а не только их составляющие, в аспекте их целостного влияния на здоровье человека.

Лаконичная цитата проф. Арне Аструпа (Arne Astrup) из университета Копенгагена, Дания может служить главным выводом современных тенденций в направлении профилактики и борьбы

с остеопорозом: «Значимость воздействия продуктов питания на организм человека склонит в будущем чашу весов диетологии на сторону, ориентированную на продукт, а не на его составляющие». Об этом и свидетельствовало большое количество презентаций первого виртуального

конгресса WCO-IOF-ESCEO Congress 2020. Тандем современной медицинской науки с реальной практической деятельностью в изучении проблем остеопороза позволит успешно решать важнейшие вопросы в этом разделе медицины и улучшать качество жизни пациентов.

О. Е. Вырва, Н. С. Лысенко

ДО УВАГИ СПЕЦІАЛІСТІВ

**ДУ «Інститут патології хребта та суглобів ім. проф. М. І. Ситенка НАМН України»
проводить післядипломну підготовку фахівців на курсах інформації та стажування
з актуальних питань ортопедії та травматології
(ліцензія Міністерства освіти і науки України АЕ № 285527 від 27.11.2013)**

Курси для середнього медичного персоналу:

Назва
Лікувальний масаж

Керівник
К. м. н. Стауде В. А.

Телефон для довідок: (057) 725-14-77