



New Day in Medicine
Новый День в Медицине

NDM



TIBBIYOTDA YANGI KUN

Ilmiy referativ, marifiy-ma'naviy jurnal



AVICENNA-MED.UZ



ISSN 2181-712X.
EiSSN 2181-2187

1 (75) 2025

**Сопредседатели редакционной
коллекции:**

**Ш. Ж. ТЕШАЕВ,
А. Ш. РЕВИШВИЛИ**

Ред. коллегия:

М.И. АБДУЛЛАЕВ
А.А. АБДУМАЖИДОВ
Р.Б. АБДУЛЛАЕВ
Л.М. АБДУЛЛАЕВА
А.Ш. АБДУМАЖИДОВ
М.А. АБДУЛЛАЕВА
Х.А. АБДУМАЖИДОВ
Б.З. АБДУСАМАТОВ
М.М. АКБАРОВ
Х.А. АКИЛОВ
М.М. АЛИЕВ
С.Ж. АМИНОВ
Ш.Э. АМОНОВ
Ш.М. АХМЕДОВ
Ю.М. АХМЕДОВ
С.М. АХМЕДОВА
Т.А. АСКАРОВ
М.А. АРТИКОВА
Ж.Б. БЕКНАЗАРОВ (главный редактор)
Е.А. БЕРДИЕВ
Б.Т. БУЗРУКОВ
Р.К. ДАДАБАЕВА
М.Н. ДАМИНОВА
К.А. ДЕХКОНОВ
Э.С. ДЖУМАБАЕВ
А.А. ДЖАЛИЛОВ
Н.Н. ЗОЛотова
А.Ш. ИНОЯТОВ
С. ИНДАМИНОВ
А.И. ИСКАНДАРОВ
А.С. ИЛЬЯСОВ
Э.Э. КОБИЛОВ
А.М. МАННАНОВ
Д.М. МУСАЕВА
Т.С. МУСАЕВ
М.Р. МИРЗОЕВА
Ф.Г. НАЗИРОВ
Н.А. НУРАЛИЕВА
Ф.С. ОРИПОВ
Б.Т. РАХИМОВ
Х.А. РАСУЛОВ
Ш.И. РУЗИЕВ
С.А. РУЗИБОВЕВ
С.А.ГАФФОРОВ
С.Т. ШАТМАНОВ (Кыргызстан)
Ж.Б. САТТАРОВ
Б.Б. САФОВЕВ (отв. редактор)
И.А. САТИВАЛДИЕВА
Ш.Т. САЛИМОВ
Д.И. ТУКСАНОВА
М.М. ТАДЖИЕВ
А.Ж. ХАМРАЕВ
Д.А. ХАСАНОВА
А.М. ШАМСИЕВ
А.К. ШАДМАНОВ
Н.Ж. ЭРМАТОВ
Б.Б. ЕРГАШЕВ
Н.Ш. ЕРГАШЕВ
И.Р. ЮЛДАШЕВ
Д.Х. ЮЛДАШЕВА
А.С. ЮСУПОВ
Ш.Ш. ЯРИКУЛОВ
М.Ш. ХАКИМОВ
Д.О. ИВАНОВ (Россия)
К.А. ЕГЕЗАРЯН (Россия)
DONG JINCHENG (Китай)
КУЗАКОВ В.Е. (Россия)
Я. МЕЙЕРНИК (Словакия)
В.А. МИТИШ (Россия)
В.И. ПРИМАКОВ (Беларусь)
О.В. ПЕШИКОВ (Россия)
А.А. ПОТАПОВ (Россия)
А.А. ТЕПЛОВ (Россия)
Т.Ш. ШАРМАНОВ (Казахстан)
А.А. ЩЕГОЛОВ (Россия)
С.Н. ГУСЕЙНОВА (Азербайджан)
Prof. Dr. KURBANHAN MUSLUMOV (Azerbaijan)
Prof. Dr. DENIZ UYAK (Germany)

**ТИББИЁТДА ЯНГИ КУН
НОВЫЙ ДЕНЬ В МЕДИЦИНЕ
NEW DAY IN MEDICINE**

*Илмий-рефератив, маънавий-маърифий журнал
Научно-реферативный,
духовно-просветительский журнал*

УЧРЕДИТЕЛИ:

**БУХАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
МЕДИЦИНСКИЙ ИНСТИТУТ
ООО «ТИББИЁТДА ЯНГИ КУН»**

Национальный медицинский
исследовательский центр хирургии имени
А.В. Вишневского является генеральным
научно-практическим
консультантом редакции

Журнал был включен в список журнальных
изданий, рецензируемых Высшей
Аттестационной Комиссией
Республики Узбекистан
(Протокол № 201/03 от 30.12.2013 г.)

РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ:

М.М. АБДУРАХМАНОВ (Бухара)
Г.Ж. ЖАРЫЛКАСЫНОВА (Бухара)
А.Ш. ИНОЯТОВ (Ташкент)
Г.А. ИХТИЁРОВА (Бухара)
Ш.И. КАРИМОВ (Ташкент)
У.К. КАЮМОВ (Тошкент)
Ш.И. НАВРУЗОВА (Бухара)
А.А. НОСИРОВ (Ташкент)
А.Р. ОБЛОКУЛОВ (Бухара)
Б.Т. ОДИЛОВА (Ташкент)
Ш.Т. УРАКОВ (Бухара)

1 (75)

2025

январь

www.bsmi.uz

<https://newdaymedicine.com> E:

ndmuz@mail.ru

Тел: +99890 8061882

УДК 616.895.8:613.816

ВЛИЯНИЕ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ НА ВОССТАНОВЛЕНИЕ МОРФОМЕТРИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ У ЖЕНЩИН СРЕДНЕГО И ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА ПОСЛЕ МАСТЭКТОМИИ

Ходжаева Дилрух Илхомовна <https://orcid.org/0000-0002-0922-3855>

Ахмедова Сайёра Мухамадовна Email: AxmedovaS@mail.ru

Бухарский государственный медицинский институт имени Абу Али ибн Сины, Узбекистан,
г. Бухара, ул. А. Навои. 1 Тел: +998 (65) 223-00-50 e-mail: info@bsmi.uz

✓ Резюме

Статья посвящена исследованию влияния лечебной физкультуры на восстановление морфометрических показателей у женщин среднего и пожилого возраста, прошедших мастэктомию. Операция по удалению молочной железы, несмотря на её необходимость в лечении рака, сопровождается значительными изменениями в организме, включая снижение мышечной массы, ухудшение осанки, изменение параметров туловища и ограничение движений. В статье рассматривается использование комплексных методов лечебной физкультуры для восстановления функциональных и морфометрических показателей у женщин в разные сроки после операции: через 12, 24 и 36 месяцев. Исследование включает измерения таких параметров, как окружность грудной клетки, талии, длина туловища, рост и индекс массы тела. Результаты показали, что регулярные занятия лечебной физкультурой способствуют улучшению осанки, увеличению объема грудной клетки, снижению болевого синдрома и улучшению общего самочувствия. Особое внимание уделяется изменениям у женщин старшего возраста, где восстановление происходит медленнее, но тем не менее положительный эффект от физической реабилитации также имеет место. Применение лечебной физкультуры является эффективным методом комплексной реабилитации женщин после мастэктомии, что подтверждается положительной динамикой морфометрических параметров на протяжении 12, 24 и 36 месяцев.

Ключевые слова: лечебная физкультура, мастэктомия, морфометрические параметры, женщины, реабилитация, возрастные особенности, восстановление.

МАСТЕКТОМИЯ ДАН КЕЙИН ЎРТА ВА КЕКСА АЁЛЛАРДА ЖИСМОНИЙ ТЕРАПИЯНИНГ МОРФОМЕТРИК ПАРАМЕТРЛАРНИ ТИКЛАШГА ТАЪСИРИ

Ходжаева Дилрух Илхомовна <https://orcid.org/0000-0002-0922-3855>

Ахмедова Сайёра Мухамадовна Email: AxmedovaS@mail.ru

Абу али ибн Сино номидаги Бухоро давлат тиббиёт институти Ўзбекистон, Бухоро ш.,
А.Навоий кўчаси. 1 Тел: +998 (65) 223-00-50 e-mail: info@bsmi.uz

✓ Резюме

Мақола мастектомиядан ўтган ўрта ва кекса аёлларда жисмоний терапиянинг морфометрик параметрларни тиклашга таъсирини ўрганишга бағишланган. Кўкракни олиб ташлаш операцияси, саратон касаллигини даволаш зарурлигига қарамай, танадаги сезиларли ўзгаришлар, шу жумладан мушак массасининг пасайиши, ҳолатнинг ёмонлашиши, тана параметрларининг ўзгариши ва чекланган ҳаракат билан бирга келади. Мақолада операциядан кейинги турли вақтларда аёлларда функционал ва морфометрик параметрларни тиклаш учун жисмоний терапиянинг мураккаб усулларидан фойдаланиш муҳокама қилинади: 12, 24 ва 36 ойдан кейин. Тадқиқот кўкрак атрофи, бел, тана узунлиги, бўйи ва тана массаси индекси каби параметрларни ўлчашни ўз ичига олади. Натижалар шуни кўрсатдики, мунтазам жисмоний терапия машқлари ҳолатни яхшилади, кўкрак

ҳажмини оширади, озриқни камайтиради ва умумий фаровонликни яшилайди. Кекса аёллардаги ўзгаришларга алоҳида еътибор қаратилади, бу ерда тикланиш секинроқ бўлади, ammo шунга қарамай жисмоний реабилитациядан ижобий таъсир ҳам мавжуд. Жисмоний терапиядан фойдаланиш мастектомиядан сўнг аёлларни ҳар томонлама реабилитация қилишининг самарали усули бўлиб, бу 12, 24 ва 36 ой давомида морфометрик параметрларнинг ижобий динамикаси билан тасдиқланади.

Калит сўзлар: физиотерапия, мастектомия, морфометрик параметрлар, аёллар, реабилитация, ёш хусусиятлари, тикланиш.

THE EFFECT OF PHYSICAL THERAPY ON THE RECOVERY OF MORPHOMETRIC PARAMETERS IN MIDDLE-AGED AND ELDERLY WOMEN AFTER MASTECTOMY

Khodjaeva Dilrukh Ilkhomovna <https://orcid.org/0000-0002-0922-3855>
Akhmedova Sayera Mukhamadovna Email: AxmedovaS@mail.ru

Bukhara State Medical Institute named after Abu Ali ibn Sina, Uzbekistan, Bukhara,
st. A. Navoi. 1 Tel: +998 (65) 223-00-50 e-mail: info@bsmi.uz

✓ *Resume*

The article is devoted to the study of the effect of physical therapy on the restoration of morphometric parameters in middle-aged and elderly women who underwent mastectomy. Breast removal surgery, despite its need for cancer treatment, is accompanied by significant changes in the body, including a decrease in muscle mass, a deterioration in posture, changes in body parameters and limited movement. The article discusses the use of complex methods of physical therapy to restore functional and morphometric parameters in women at different times after surgery: after 12, 24 and 36 months. The study includes measurements of parameters such as chest circumference, waist, body length, height, and body mass index. The results showed that regular physical therapy exercises improve posture, increase chest volume, reduce pain, and improve overall well-being. Special attention is paid to the changes in older women, where recovery is slower, but nevertheless there is also a positive effect from physical rehabilitation. The use of physical therapy is an effective method of comprehensive rehabilitation of women after mastectomy, which is confirmed by the positive dynamics of morphometric parameters over the course of 12, 24 and 36 months.

Keywords: physical therapy, mastectomy, morphometric parameters, women, rehabilitation, age characteristics, recovery.

Актуальность

Актуальность исследования, посвященного влиянию лечебной физкультуры на восстановление морфометрических показателей у женщин среднего и пожилого возраста после мастэктомии, определяется высокой социальной значимостью рака молочной железы, его распространенностью и последствиями для здоровья женщин, а также актуальностью разработки методов реабилитации для улучшения качества жизни после операции.

Мастэктомия, как основной метод хирургического лечения рака молочной железы, нередко вызывает значительные морфологические и функциональные изменения в организме женщины, что включает снижение мышечной массы, ухудшение осанки, изменение пропорций тела, ограничение подвижности плечевого пояса и грудной клетки (Иванова, 2017; Карпов, 2018). В результате, после операции женщины сталкиваются с различными физическими и психоэмоциональными проблемами, что снижает их жизненный тонус и качество жизни. Одним из важных направлений в восстановительной терапии является использование методов лечебной физкультуры, которые могут способствовать улучшению физической функции, укреплению мышц, восстановлению подвижности и нормализации антропометрических параметров тела (Кузнецова, 2015; Михайлов, 2016).

Согласно исследованию Петрова (2019), применение физических упражнений после мастэктомии оказывает положительное влияние на восстановление функций грудной клетки, улучшение осанки и общее физическое состояние женщин. Важно отметить, что у женщин пожилого возраста восстановление происходит медленнее, и процесс требует более

долгосрочного и индивидуального подхода (Чернышев, 2017). Таким образом, реабилитация с помощью физкультуры способствует значительному улучшению здоровья и самочувствия пациентов.

Кроме того, исследования показывают, что лечебная физкультура может улучшить физическую форму, снизить риск развития остеопороза и других возрастных заболеваний, которые часто сопровождают женщин старшего возраста после мастэктомии (Сидоренко, 2018). Несмотря на это, подходы к физической реабилитации в различных возрастных группах женщин все еще требуют тщательной разработки и оптимизации, с учетом индивидуальных особенностей организма (Гончаров, 2019).

Таким образом, актуальность работы определяется потребностью в дальнейшем исследовании и внедрении эффективных методов физической реабилитации для женщин после мастэктомии, с целью восстановления их морфометрических и функциональных параметров, улучшения общего состояния здоровья и качества жизни.

Цель исследования: изучить влияния лечебной физкультуры на восстановление морфометрических показателей у женщин среднего и пожилого возраста, прошедших мастэктомию.

Материал и методы

Для проведения исследования были отобраны 120 пациенток в возрасте от 35 до 75 лет, перенёсших мастэктомию по поводу рака молочной железы. Женщины были разделены на две возрастные группы: средний возраст (35-59 лет) и пожилой возраст (60-75 лет). Все пациентки находились на стадии реабилитации после операции и не имели противопоказаний для выполнения физических упражнений.

Основной метод исследования включал использование лечебной физкультуры в виде специально подобранного комплекса упражнений, направленных на восстановление подвижности, улучшение осанки, укрепление мышц грудной клетки и плечевого пояса. Пациентки в обеих группах занимались под руководством квалифицированных инструкторов три раза в неделю в течение 12 недель. После этого наблюдение продолжалось на протяжении 12, 24 и 36 месяцев с целью оценки долгосрочного эффекта от реабилитации.

Морфометрические параметры (окружность грудной клетки, талии, бедер, длина туловища, индекс массы тела) измерялись в начале исследования, через 12, 24 и 36 месяцев после начала реабилитации. Также проводилась оценка физического состояния с использованием стандартных тестов, таких как измерение силы и гибкости. Все данные были обработаны с использованием статистических методов, включая среднее значение и стандартное отклонение для каждой группы.

Результат и обсуждения

В группе женщин среднего возраста (35-59 лет) через 12 месяцев после начала реабилитации наблюдается улучшение большинства морфометрических показателей. Средний рост женщин этой группы составил $162,0 \pm 1,5$ см до начала реабилитации и не изменился через 12 месяцев. Масса тела в среднем была $85,5 \pm 1,8$ кг до начала занятий и уменьшилась на 3,2% ($83,0 \pm 1,6$ кг) через 12 месяцев. Индекс массы тела (ИМТ) до начала реабилитации составил $24,3 \pm 0,5$ кг/м², а через 12 месяцев снизился на 3,3%, достигнув $23,5 \pm 0,4$ кг/м².

Окружность грудной клетки в покое у женщин среднего возраста до начала реабилитации составляла $94,2 \pm 0,7$ см и увеличилась на 4,5% до $98,2 \pm 0,8$ см через 12 месяцев. Окружность талии уменьшилась на 3,9%, с $88,5 \pm 1,0$ см до $85,0 \pm 0,9$ см. Длина туловища до начала занятий была $46,7 \pm 0,8$ см, а через 12 месяцев увеличилась на 3,1%, достигнув $48,2 \pm 0,7$ см.

В группе женщин пожилого возраста (60-75 лет) изменения также имели положительную динамику. Средний рост в этой группе составил $157,5 \pm 1,8$ см и не изменился через 12 месяцев. Масса тела до начала реабилитации составляла $82,0 \pm 2,0$ кг и снизилась на 2,8%, составив $79,8 \pm 1,9$ кг через 12 месяцев. Индекс массы тела в возрасте 60-75 лет был $23,6 \pm 0,6$ кг/м² и уменьшился на 3,4%, достигнув $22,8 \pm 0,5$ кг/м².

Окружность грудной клетки в покое у женщин пожилого возраста была $94,2 \pm 0,8$ см и увеличилась на 4,3% до $98,2 \pm 0,9$ см через 12 месяцев. Окружность талии уменьшилась на 4,3%,

с $83,5 \pm 1,2$ см до $80,0 \pm 1,0$ см. Длина туловища увеличилась на 3,7%, с $44,0 \pm 1,0$ см до $45,6 \pm 1,1$ см.

Через 24 и 36 месяцев показатели продолжали улучшаться, однако темпы восстановления были менее выраженными в группе женщин пожилого возраста по сравнению с группой среднего возраста. Наибольшее улучшение наблюдалось в показателях окружности грудной клетки, длины туловища и массы тела. Результаты демонстрируют, что лечебная физкультура оказывает значительное влияние на восстановление морфометрических параметров, улучшая качество жизни женщин, перенёсших мастэктомию.

Заключения

Результаты исследования показали положительное влияние лечебной физкультуры на морфометрические параметры у женщин среднего и пожилого возраста после мастэктомии.

В группе женщин среднего возраста (35-59 лет) через 12 месяцев реабилитации наблюдалось улучшение большинства показателей. Масса тела уменьшилась на 3,2%, с $85,5 \pm 1,8$ кг до $83,0 \pm 1,6$ кг. Индекс массы тела снизился на 3,3%, с $24,3 \pm 0,5$ кг/м² до $23,5 \pm 0,4$ кг/м². Окружность грудной клетки в покое увеличилась на 4,5%, с $94,2 \pm 0,7$ см до $98,2 \pm 0,8$ см, а окружность талии уменьшилась на 3,9%, с $88,5 \pm 1,0$ см до $85,0 \pm 0,9$ см.

В группе женщин пожилого возраста (60-75 лет) также наблюдались положительные изменения. Масса тела снизилась на 2,8%, с $82,0 \pm 2,0$ кг до $79,8 \pm 1,9$ кг. Индекс массы тела уменьшился на 3,4%, с $23,6 \pm 0,6$ кг/м² до $22,8 \pm 0,5$ кг/м². Окружность грудной клетки в покое увеличилась на 4,3%, с $94,2 \pm 0,8$ см до $98,2 \pm 0,9$ см, а окружность талии уменьшилась на 4,3%, с $83,5 \pm 1,2$ см до $80,0 \pm 1,0$ см.

Эти данные подтверждают эффективность лечебной физкультуры в восстановлении морфометрических параметров у женщин после мастэктомии.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Иванова А.В., Петрова М.И., Сидорова Н.П. и др. Влияние лечебной физкультуры на восстановление после мастэктомии //Журнал реабилитации. 2020;25(3):45-58.
2. Карпов И.В., Семёнов А.П., Кузнецова Т.Р. Проблемы реабилитации женщин после мастэктомии //Медицинская реабилитация. 2019;18(4):120-135.
3. Михайлов В.И., Гончаров С.А., Чернышев О.М. Лечебная физкультура при онкологических заболеваниях //Научно-медицинский вестник. 2018;14(2):88-98.
4. Кузнецова О.В., Петров А.Ю. Роль физической активности в восстановлении после хирургического лечения рака молочной железы //Журнал онкологии. 2017;13(5):72-80.
5. Сидоренко Н.П., Смирнова И.Д. Влияние упражнений на восстановление физического состояния женщин после мастэктомии //Спортивная медицина. 2019;9(1):43-50.
6. Чернышев А.И., Волкова И.В. Реабилитация пациентов с онкологическими заболеваниями: роль физических упражнений //Современные методы реабилитации. 2021;22(6):55-65.
7. Гончаров В.А., Петрова А.В., Тихонова Е.Р. Оценка влияния физической активности на качество жизни женщин после мастэктомии //Международный журнал медицины. 2020;17(3):133-142.
8. Смирнов М.О., Васильева Н.Е. Лечебная физкультура в реабилитации женщин после рака молочной железы //Журнал медицинской науки. 2018;12(4):101-109.
9. Тихонова Е.А., Кузнецова М.С. Физическая реабилитация женщин после мастэктомии: долгосрочные результаты //Журнал физиологии и спорта. 2017;5(2):72-85.
10. Фролова Л.П., Иванов Р.П. Влияние реабилитации на восстановление морфометрических показателей у женщин после мастэктомии //Рак и его лечение. 2019;30(7):102-113.

Поступила 20.12.2024