

може призводити до розвитку синдрому дисемінованого внутрішньосудинного згортання крові (ДВЗ-синдрому). Ревматичні ПНС представляють собою широкий спектр клінічних проявів. До них належать артропатії ревматоїдного типу, симптом «барабанних паличок» (пальці Гіппократа), склеродермоподібні шкірні зміни, дерматоміозит, поліартрити та артропатії, в т.ч. асоційовані з гіперкальціємією.

**Висновки.** Рання діагностика паранеопластичних синдромів має виняткове прогностичне значення, оскільки дозволяє ідентифікувати злоякісне новоутворення на початкових стадіях, оптимізувати терапевтичну стратегію та покращити показники виживання пацієнтів. Паранеопластичні прояви мають трактуватися як значущий ранній клінічний індикатор латентного онкологічного процесу, що вимагає мультидисциплінарного підходу та ефективної співпраці фахівців різних медичних напрямів.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-640-2-51>

## **МЕТАБОЛІЧНИЙ СИНДРОМ ЯК ПРОБЛЕМА ГРОМАДСЬКОГО ЗДОРОВ'Я: РОЛЬ ХАРЧОВИХ ФАКТОРІВ ТА ПРОФІЛАКТИЧНІ СТРАТЕГІЇ**

*Горобець Микола Олександрович*

*здобувач 4 курсу*

*Одеський національний медичний університет*

*м. Одеса, Україна*

*Рожнова Анастасія Михайлівна*

*старший викладач кафедри гігієни, медичної екології*

*та громадського здоров'я*

*Одеський національний медичний університет*

*м. Одеса, Україна*

Метаболічний синдром (МС) є однією з найактуальніших проблем сучасного громадського здоров'я, що характеризується поєднанням таких метаболічних порушень, як абдомінальне ожиріння, інсулінорезистентність, артеріальна гіпертензія та дисліпідемія. Значущість цієї патології зумовлена її широким розповсюдженням та високим ризиком розвитку серцево-судинних захворювань і цукрового діабету 2 типу. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, поширеність метаболічного синдрому серед дорослого населення становить близько 20–30% і продовжує зростати.

Мета дослідження – оцінити роль харчових факторів у розвитку метаболічного синдрому та визначити ефективні профілактичні стратегії у контексті громадського здоров'я.

У сучасних умовах метаболічний синдром розглядається як мультифакторне захворювання, у розвитку якого провідну роль відіграють модифіковані фактори ризику, зокрема нераціональне харчування. Харчові звички населення значною мірою визначають метаболічний профіль організму та можуть як сприяти розвитку патологічних змін, так і виступати ефективним інструментом профілактики.

До основних харчових факторів, що сприяють розвитку метаболічного синдрому, належать надмірне споживання енергії, високий вміст у раціоні простих вуглеводів, насичених жирів та трансжирів. Особливу роль відіграє зростання споживання ультраперероблених продуктів, які містять значну кількість доданого цукру, солі та харчових добавок. Доведено, що такі продукти асоціюються з розвитком інсулінорезистентності та хронічного системного запалення.

Водночас недостатнє споживання харчових волокон, овочів, фруктів і продуктів, багатих на поліненасичені жирні кислоти, також є важливим фактором ризику. Дефіцит цих компонентів раціону призводить до порушення ліпідного обміну, зниження чутливості тканин до інсуліну та розвитку абдомінального ожиріння.

З позицій громадського здоров'я важливим є не лише індивідуальний підхід до корекції харчування, але й впровадження популяційних профілактичних заходів. Серед них особливе значення мають освітні програми, спрямовані на формування здорових харчових звичок у населення, починаючи з дитячого віку. Важливу роль відіграє також державна політика у сфері харчування, яка включає регулювання складу харчових продуктів, маркування, обмеження реклами шкідливої їжі та впровадження податкових механізмів щодо продуктів із високим вмістом цукру.

Ефективними стратегіями профілактики метаболічного синдрому є популяризація раціонального харчування, що передбачає збільшення споживання овочів, фруктів, цільнозернових продуктів, риби та рослинних олій, а також обмеження насичених жирів, солі та цукру. Значну роль відіграє інтеграція дієтологічних рекомендацій у практику первинної медичної допомоги, що дозволяє своєчасно виявляти групи ризику та проводити профілактичні заходи.

Таким чином, метаболічний синдром є серйозною проблемою громадського здоров'я, що потребує комплексного підходу до профілактики. Раціональне харчування виступає одним із ключових модифікованих факторів ризику, корекція якого дозволяє знизити захворюваність та покращити якість життя населення.

### **Література:**

1. World Health Organization. Global report on diabetes. Geneva: WHO; 2016.
2. Grundy S.M. Metabolic syndrome update. Trends in Cardiovascular Medicine. 2016.
3. Monteiro C.A. et al. Ultra-processed foods and health. Public Health Nutrition. 2019.
4. Estruch R. et al. Primary prevention of cardiovascular disease with a Mediterranean diet. New England Journal of Medicine. 2018.
5. Mozaffarian D. Dietary and policy priorities for cardiovascular disease. Circulation. 2016.
6. Alberti K.G.M.M. et al. Harmonizing the metabolic syndrome. Circulation. 2009.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-640-2-52>

## **РОЛЬ ТЕЛЕМЕДИЦИНИ У ЗАБЕЗПЕЧЕННІ СТАЛОСТІ ТА ВІДНОВЛЕННЯ ПЕРВИННОЇ МЕДИКО-САНІТАРНОЇ ДОПОМОГИ В УМОВАХ СУЧАСНИХ ВИКЛИКІВ В УКРАЇНІ**

***Горошков Олег Віталійович***

*кандидат медичних наук, доцент,  
доцент кафедри гігієни, медичної екології та громадського здоров'я  
Одеський національний медичний університет  
м. Одеса, Україна*

***Сініцина Марія Олександрівна***

*здобувач вищої освіти  
Одеський національний медичний університет  
м. Одеса, Україна*

***Ступаєнко Анастасія Сергіївна***

*здобувач вищої освіти  
Одеський національний медичний університет  
м. Одеса, Україна*

Сьогодні українська медична галузь функціонує в умовах масштабних демографічних, соціально-економічних та воєнних викликів, що суттєво впливають на безперервність надання медичної