**ЗНАЧЕНИЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ STRAW+10 У ЖЕНЩИН С ДЛИТЕЛЬНОЙ ГИПОКИНЕЗИЕЙ**

СТАРКОВА И. В. кандидат медицинских наук, доцент кафедры акушерства и гинекологии № 2

ЧАЛАЯ А. Р. студентка VI курса медицинского факультета

Харьковский национальный медицинский университет

г. Харьков, Украина

В настоящее время в Украине огромное внимание уделяется качеству жизни женщины, которое невозможно рассматривать отдельно от состояния ее здоровья. Особого внимания заслуживает изучение функциональных особенностей органов репродуктивной системы в различные возрастные периоды с учетом образа жизни, который ведет современная женщина. Среди многочисленных факторов, которые могут повлиять на состояние здоровья женщины, необходимо выделить ограничение объема мышечной активности – гипокинезию, которая приобрела широкое распространение в Украине из-за комплексной автоматизации и компьютеризации, а также существенного превалирования лиц, занимающихся работой сидя. Изучению влияния ограничения объема мышечной активности на репродуктивную систему женщин посвящено много работ, затрагивающих особенности менструальной функции, течения беременности и родов, климактерического периода. Показана негативная роль этого фактора и последствия его длительного воздействия. Однако, несмотря на широкий ряд исследований, мы не можем с уверенностью говорить об этапности изменений в организме женщин, находящихся в условиях гипокинезии много лет, в климактерический период и, соответственно, лишаемся возможности своевременно корректировать негативные последствия влияния этого фактора. Целью настоящего исследования явилось изучение периодов климактерия у женщин, находившихся в условиях длительного ограничения объема мышечной активности, с использованием критериев STRAW+10 выделившего две стадии: раннего переходного периода менопаузы и позднего менопаузального перехода. Нами обследовано 100 женщин, в возрасте 45–50 лет, имевших нормальный конституциональный тип, удовлетворительные социальнобытовые условия, мы не выявили у них какие-либо эндокринные нарушения и особенности акушерско-гинекологического анамнеза. Все пациентки пребывали в условиях гипокинезии от 10 до 15 лет 8–10 часов в сутки и дополнительно не занимались спортом. Женщины распределены в две равноценные по количеству человек клинические группы. Первая группа подвергалась наблюдению с учетом установки критериев STRAW+10, а вторая – стандартное наблюдение по общепринятым методикам. У женщин первой группы, начиная с выявления по заявленной методике ранних физиологических изменений менструального цикла, были даны рекомендации по питанию, режиму, использованию лубриканов, гомеопатических средств, что позволило улучшить качество жизни и обеспечить «плавное» перемещение к позднему переходному менопаузальному периоду. Во второй группе мы ограничивались стандартным скринингом и наблюдали, что у женщин появлялись симптомы отсутствия концентрации внимания и, как следствие, появление раздражительности. Кроме того, в 25 наблюдениях (50%) нами зафиксированы жалобы на дискомфорт во время сексуальных отношений, а в 10 случаях (20%) – расстройство сна.

**Выводы.** Использование критериев STRAW+10 позволяет четко устанавливать этапы функционального состояния репродуктивной системы женщин, длительно пребывавших в условиях ограничения объема мышечной активности. Это позволяет давать правильную клиническую оценку выявленным особенностям и проводить их адекватную коррекцию.