

Ю.В. Давыдова, д. мед. н., профессор, заведующая отделением акушерских проблем экстрагенитальной патологии ГУ «Институт педиатрии, акушерства и гинекологии им. академика Е.М. Лукьяновой НАМН Украины», г. Киев

Профилактика гестационных осложнений с использованием подходов P4 в медицине

В первой декаде 21-го столетия впервые прозвучали доводы о том, что системе здравоохранения стоит перейти от «реакции на болезнь» к подходу P4, базирующемуся на четырех принципах – прогнозирование, профилактика, персонализация и партисипаторность (непосредственное участие пациента). Такой подход очень важен в современном акушерстве, репродуктивной медицине, перинатологии – в частности, при решении проблемы предупреждения гестационных осложнений.

Основные элементы этого подхода уже получили широкое признание и развились в системное предоставление пациентам, потребителям и врачам персонализированной информации об уникальном опыте каждого человека в отношении здоровья и болезней на молекулярном, клеточном и органном уровнях. Такая информация позволяет оптимизировать затраты благодаря индивидуальному подходу к уникальной биологии каждого человеческого организма и лечению причин, а не симптомов заболевания. Кроме того, партисипаторность пациента, связанная с его осознанием ответственности за состояние собственного здоровья, обеспечивает основу для его конкретных действий, поскольку он наблюдает за влиянием решений, касающихся своего образа жизни.

Учитывая, что при внедрении реформ в системе здравоохранения Украины особая роль отводится врачу первого контакта – семейному, именно профилактическая направленность подхода P4 для предупреждения гестационных осложнений приобретает особую значимость.

В настоящее время трансформация этого сектора здравоохранения в направлении стандартов P4 происходит несколькими основными способами (таблица). В частности, переход на новую систему медицинской помощи подразумевает предоставленные действенной и значимой инфор-

мации женщине репродуктивного возраста об экономически оправданных подходах к профилактике у нее возможных гестационных осложнений на этапе планирования беременности. Это, как минимум, рекомендации, касающиеся полноценного питания, профилактики дефицитных состояний, адекватной физической активности, устранения вредных привычек, коррекции избыточной массы тела, санации очагов инфекции. Такое индивидуальное предоставление информации, подкрепленное сведениями из релевантных источников в социальных сетях, способствует позитивным изменениям в поведении женщины, формированию ее более ответственного подхода в отношении семьи, лучшего ухода за собой и значимыми для нее людьми.

На сегодня, как показывает практика, для полного использования потенциала превентивной медицины в акушерстве и перинатологии недостаточно только клинической помощи. Более того, недооценка и несоблюдение рекомендаций по полноценному питанию, уровням активности, режиму сна, труда, отдыха существенно сказываются на качестве жизни женщины. Однако основным принципом в превентивной медицине должен стать не статистический отчет о заболеваемости, не оценка клинической помощи, а сбор и анализ данных тех женщин, которые не болели, планируют беременность, строят долгосрочные репродуктивные планы.

Если рассматривать эти подходы с экономической точки зрения, то трансформация от лечения осложнений беременности в стационаре к оздоровительному уходу в домашних условиях и без отрыва от работы является обоснованной и многообещающей.

Одним из компонентов медицины P4 в отношении женщины репродуктивного возраста является полноценное питание и обеспечение жизненно важными микро- и макроэлементами. Это обусловлено тем, что во время беременности быстрое деление клеток плода и развитие его органов требуют адекватного запаса питательных веществ, что, в свою очередь, предъявляет повышенные требования к питанию матери. Развитие плода полностью зависит от материнского организма как единственного источника питания. Поэтому, даже при правильном рационе, в этот период важны дополнительные специфические питательные вещества. Дополнение диеты является логичным выбором и не вызывает сомнений, однако многие женщины не всегда понимают, какие добавки им необходимы и безопасны для них.

Адекватное потребление пищи и дополнительных питательных веществ в период гестации признано оптимальным условием для развития плода и протекания беременности. Для удовлетворения потребностей быстро растущего плода и возрастающих физиологических потребностей матери рекомендуется повышенное потребление калорий и питательных веществ, особенно это касается фолатов, железа, йода и меди.

Необходимо подчеркнуть, что, хотя потребление питательных веществ предпочтительно должно происходить из различных источников пищи, все же маловероятно, что беременные и женщины детородного возраста могут удовлетворить свои потребности в некоторых питательных веществах только за счет диеты. Поэтому сегодня акцент делается на правильном питании в течение первых 1000 дней жизни (включая внутриутробный период), что является важнейшим аспектом здоровья и благополучия на протяжении всего жизненного цикла.

В связи с этим впервые в американские рекомендации по питанию на 2020-2025 гг. будет включен раздел, регламентирующий поступление питательных веществ в организм женщины во время беременности и кормления грудью, а также у детей от рождения до возраста 24 месяца.



Ю.В. Давыдова

В современной медицине P4 не только учитываются весьма специфические потребности в необходимых нутриентах во время беременности для поддержки роста и развития плода, но и подчеркивается важность выверенных по калорийности приемов пищи, а также адекватного отношения к применению витаминно-минеральных комплексов, особенно у беременных с соматическими заболеваниями.

Несмотря на отмеченную важность перинатального питания, до сих пор мы располагали очень ограниченными данными о рационе питания беременных женщин. Систематический обзор и метаанализ, проведенный в 2013 году Blumfield et al., выявили неоптимальное содержание железа, фолиевой кислоты и витамина D в рационе женщин в развитых странах; при этом вызывает озабоченность не соответствующее нормам потребление кальция у жительниц Японии.

Препарат Элевит® Пронаталь специально разработан для того, чтобы будущие мамы могли удовлетворить свои диетические потребности, получая тщательно сбалансированный витаминно-минеральный комплекс до, во время и после беременности. Каждая капсула содержит рекомендуемые дозы основных нутриентов, включая железо, фолиевую кислоту и комплекс витаминов группы B, C, D, E и K, которые, как показывают исследования, имеют важное значение для развития будущего ребенка. Фолиевая кислота важна для развития фетоплацентарного комплекса, и, наряду с витамином B₁₂ и железом, позволяет поддерживать нормальное кроветворение, что важно для кровоснабжения во время беременности. Как следствие, эти нутриенты помогают уменьшить утомляемость, а также поддерживают адекватную работу иммунной системы.

Таким образом, адекватное, сбалансированное потребление дополнительных питательных веществ в период беременности является оптимальным условием для развития плода и здоровья женщины.

Таблица. Основные подходы P4 в сфере репродуктологии

Направление трансформации	Профилактика гестационных осложнений
Переход от усредненных данных из ограниченных тестовых когорт к математически сложному анализу миллиардов точек данных, сгенерированных для каждого индивида в популяции	Индивидуальный подсчет баллов риска (например, риск тромбоза глубоких вен)
Заболевания диагностируются и лечатся с гораздо большей экономической эффективностью, если имеет место анализ их молекулярного и клеточного происхождения у каждого индивидуума	Возможное прогнозирование риска врожденной патологии, аутоиммунных заболеваний
Гармонизация цикла ускоряющихся биомедицинских инноваций с наукой об открытиях, интеграция лечения заболеваний или улучшения самочувствия потребителей в домашних условиях и на рабочих местах	Дозированные физические нагрузки, полноценное питание, обеспечение микро- и макроэлементами
Развитие системы здравоохранения смещается от лечения болезней/осложнений в стационаре/ амбулатории в сторону активного сохранения и улучшения самочувствия потребителей в домашних условиях и на рабочих местах	Профилактические мероприятия для минимизации дефицитных состояний (назначение препаратов магния, железа, фолиевой кислоты, витаминов группы B, микроэлементов)
Формирование оздоровительной индустрии, потенциально сопоставимой с существующей моделью здравоохранения	Создание направления осознанного материнства



Елевіт® Пронаталь – вітамінно-мінеральний комплекс з потужною доказовою базою*

- На **92%** знижує ризик розвитку дефектів нервової трубки*
- На **58%** знижує ризик розвитку вад серця*
- На **79%** знижує ризик розвитку вад сечостатевої системи*
- На **81%** знижує ризик розвитку вад кінцівок*



*Czeizel A.E. Primary prevention of neural-tube defects and some other major congenital abnormalities: recommendations for the appropriate use of folic acid during pregnancy. Paediatr Drugs. 2000 Nov-Dec; 2 (6): 437-449.

Реклама лікарського засобу для розповсюдження на семінарах, конференціях, симпозиумах з медичної тематики.

Повну інформацію наведено в інструкції для застосування препарату, РП № UA/9996/01/01 від 01.08.2014, ТОВ «Байєр», 04071, м. Київ, вул. Верхній Вал, 4-Б.

У макеті використано графічне (художнє) зображення. L.UA.MKT.CH.06.2018.0202

** Згідно з результатами дослідження, проведеного компанією Nicholas Hall Group of Companies за даними 2016 року, оприлюдненими 13 квітня 2017 року.