**О ВЛИЯНИЕ МЕТОДОВ НАРОДНОЙ МЕДИЦИНЫ В ЛЕЧЕНИИ МЕТАБОЛИЧЕСКОГО СИНДРОМА.**

Нурматов Мунис Акбар углы ,611 группа

лечебный факультет

Научный руководитель: Мирзакаримова Фарида Рустамовна

Кафедра Семейной медицины №2, клинической фармакологии ТашПМИ, Ташкент Узбекистан

**Актуальность:** Метаболический синдром является чрезвычайно актуальной проблемой современной медицины. Эксперты ВОЗ определяют метаболический синдром как новую пандемию века, охватывающую экономически развитые страны.

**Цель:** Изучение влияния методов народной медицины, диеты, лечебной физической культуры, иглорефлексотерапии, мануальной терапии на состояние липидного, углеводного обменов, а также антропометрические показатели больных с метаболическим синдромом.

**Материалы и методы:**Было исследовано 30 больных с метаболическим синдромом (14 мужчин и 16 женщин), средний возраст составил 35,5±1,5 лет, длительность заболевания 3±0,82 лет.Важным фактором лечения являлось увеличение энергозатрат за счет дозированной, строго концентрируемой физической нагрузки. Все больные были разделены на группы: общая-включала всех больных, первая - 14 мужчин, вторая -16 женщин, третья - 14 пациентов с избыточной массой тела (ИМТ=27-30), четвертая - 16 пациентов с ожирением (ИМТ˃30).

Пациентам было проведено 3 курса иглорефлексотерапии и мануальной терапии, по 12 процедур каждый месяц. При иглорефлексотерапии использовались от 6 до 10 точек со временем экспозиции 20-30 минут, а также иглоукалывание открытой точки, которая определялась с помощью методик прикладной кинезиологии. Применялись методы висцеральной мануальной терапии на печени и поджелудочной железе, методы краниальной терапии на мозговом отделе печени. У все пациентов были определены исследуемые показатели до лечения и через 2 недели после окончания 3-го курса.

**Результаты:** Концентрация глюкозы натощак в сыворотке крови снизилась (Р˂0,01) во всех группах. В общей – на 39%, в первой- на 38,9%, во второй- на 40,3%, в третьей – на 40,5%, в четвертой -38,4%, однако целевых уровней она достигло только во второй группе больных. Индекс атерогенности уменьшился в общей группе на 27,8% (Р˂0,01), в первой группе - 27,2% (Р˂0,02), во второй группе – снизился на 29,8%, в третьей снизился на25,3% (Р˂0,01), в четвертой на 31,3% (Р˂0,01). Индекс массы тела статистически снизился как в группе больных с ожирением на 5,3% (Р˂0,05), так и у лиц с избыточной массой тела на 3,5% (Р˂0,01).

**Выводы.** Улучшилось состояние липидного и углеводного обменов, снижен индекс массы тела.Использование методов народной медицины в лечении больных с метаболическим синдромом являются эффективными и безопасными.