

Фізична активність допомагає пацієнтам хворим на лімфому жити довше

(Американське товариство гематологів, 2017 р.).



В інтерв'ю з Reuters Health доктор Приянка Попхалі (гематолог в клініці Майо Рочестер, штат Міннесота) зазначила, що останні дослідження пацієнтів хворих на лімфому стверджують: збільшення фізичної активності значно знижує ризик смерті від захворювання.

Група лікарів клініки Маю протягом дев'яти місяців спостерігали за 4087 пацієнтами, яким діагностували лімфому. Вони зібрили інформацію про звичайну фізичну активність пацієнтів до захворювання на лімфому, та спостерігали за ними три роки після лікування, розраховуючи індекс досягнень дозвілля Годіна (LSI) (оцінка фізичної активності хворих на рак).

З 4,087 хворих на лімфоми:

- 3129 пацієнтів надали дані про фізичну активність (3060 були оцінені для LSI);
- 1845 пацієнтів (1395 оцінюються для LSI) мали фізичну активність протягом трьох років;
- за період спостереження (84 місяця) загинуло 806 пацієнтів.

Пацієнти, які повідомили про більш високий рівень фізичної активності перед онкологічним захворюванням, показали більш високий індекс у загальній виживаності, порівняно з тими, хто був менш фізично активним (коефіцієнт ризику 0,95 для обох показників виживання).

Згідно спостережень, пацієнти, які після встановлення діагнозу **збільшили** свою фізичну активність на протязі 3-х років, **поліпшили** свій загальний стан та виживаність, в порівнянні з менш активними пацієнтами.

Доктор Попхалі зазначила агентству Reuters Health, що команда спеціально не розглядає поріг фізичної активності. Вони переглянули дані активних та неактивних, і виявили, що активні пацієнти, тривалість фізичного навантаження яких 150 хвилин на тиждень, почувають себе краще, ніж неактивні. Доктор Попхалі робила доклад про це дослідження 11 грудня 2017 року на Американському щорічному з'їзді гематологів.

"Важливо заохочувати до фізичної активності пацієнтів з лімфомою, особливо тих, хто закінчує лікування», - сказав доктор Попхалі в "Reuters Health".

Співавтор дослідження доктор Керрі Томпсон зазначила, що *"це несподівано, і я трохи здивована цими даними. Ми знаємо, що фізичні вправи покращують виживання хворих на серцево-судинні захворювання, існує також зв'язок між фізичними вправами та поліпшенням виживання у деяких онкохворих пацієнтів, які мають рак молочної залози, але людей хворих на лімфому та впливання на них фізичної активності, ще ніколи не досліджували».*

"Пацієнти завжди дуже стурбовані, коли закінчують лікування, і хочуть знати, що вони можуть для себе зробити, як вони можуть змінити своє життя. І ми маємо розповісти їм, що фізична активність є необхідною: вона знаходиться під контролем пацієнта і дуже важливо приділяти їй увагу після лікування», - зазначив доктор Томпсон.

Переклад статті: Physical Activity Helps Lymphoma Patients Live Longer за 20 грудня, 2017 року з сайту Medscape Oncology: www.medscape.com