

развитием деменции или новыми проблемами с памятью и мышлением (когнитивные нарушения). Важно установить, может ли лечение высокого кровяного давления снизить риск развития деменции и проблем с памятью и мышлением. Уже есть отчётливые доказательства в пользу лечения высокого кровяного давления после инсульта. Доказательства в отношении лечения высокого кровяного давления при отсутствии инсульта были неубедительными на момент написания протокола этого обзора.

Основные результаты этого обзора. Этот обзор включил 12 клинических испытаний с общим числом участников 30 412. Лечение высокого кровяного давления с помощью лекарств может снизить риск деменции и проблем с памятью и мышлением, но мы не смогли подтвердить это на основе имеющихся у нас данных. Это может объясняться недостатками имеющихся доказательств.

У некоторых участников были побочные эффекты от приёма лекарств, например падения, которые привели к прекращению приёма лекарств. Это также является важным обстоятельством.

Ограничения этого обзора. Мы не смогли найти доказательства, что лечение высокого кровяного давления с помощью лекарств предотвратит в будущем деменцию или проблемы с памятью и мышлением. На основании имеющихся доказательств мы можем лишь сказать, что методы, используемые в рассмотренных нами исследованиях, были недостаточны для ответа на вопрос нашего обзора. На практике мы хотим

узнать, приводит ли лечение высокого кровяного давления в середине жизни к уменьшению деменции и проблем с памятью и мышлением в более позднем возрасте. Эти исследования были слишком короткими по продолжительности, чтобы ответить на этот вопрос. Как правило, они были разработаны для изучения инфарктов и инсультов в качестве показателей (мер) исходов, к которым добавлялись тесты на память и мышление. Это означает, что они реже включали необходимое число людей с проблемами с памятью и мышлением, чтобы надёжно ответить на этот вопрос. В исследованиях, в которых сравнивали активные лекарства с плацебо (неактивные лекарства), многие люди в группах плацебо в конечном итоге получали активные лекарства, что ещё больше усложнило результаты.

Антигипертензивное лечение может предотвратить новые проблемы с памятью и мышлением или деменцию, или и то, и другое, несмотря на результаты этого обзора. Чтобы быть более уверенными в наших выводах, нам нужны исследования с более чётко определёнными группами лечения и плацебо, а также с лечением участников, начиная с более молодого возраста и с более длительным наблюдением.

Обзор следует цитировать таким образом:

Cunningham EL, Todd SA, Passmore P, Bullock R, McGuinness B. Pharmacological treatment of hypertension in people without prior cerebrovascular disease for the prevention of cognitive impairment and dementia. Cochrane Database of Systematic Reviews 2021, Issue 5. Art. No.: CD004034. DOI: 10.1002/14651858.CD004034.pub4.

Какие вмешательства стимулируют физическую активность у людей с нервно-мышечными заболеваниями?

Вопрос обзора. Мы изучили доказательства о способах повышения физической активности у людей с нервно-мышечными заболеваниями. Мы включили только те исследования, в которых физическую активность оценивали как исход. Для ответа на этот вопрос мы собрали и проанализировали все соответствующие исследования.

Актуальность. Физическая активность включает в себя любой вид повседневной деятельности, например работу, путешествия или физические упражнения. Исходя из известной пользы для здоровья, международные руководства рекомендуют каждому человеку заниматься регулярной физической активностью в достаточном количестве. Эти рекомендации относятся к людям с заболеваниями, включая нервно-мышечные заболевания, которые влия-

ют на работу мышц и нервной системы. Однако многие люди с нервно-мышечными заболеваниями живут с ограниченными возможностями и сталкиваются с препятствиями, мешающими им быть более физически активными. Из исследований также иногда исключают людей, имеющих проблемы со здоровьем.

Характеристика исследований. Этот обзор включает 13 исследований (795 участников из 12 исследований; в 1 исследовании число участников неизвестно). В исследованиях в основном участвовали взрослые, способные самостоятельно передвигаться, хотя вопрос нашего обзора включал людей любого возраста, способных передвигаться с помощью или без помощи. Только в одном исследовании целью вмешательства было повышение физической активности. Основное внимание в большинстве

исследований было направлено на оценку влияния вмешательств по физической активности на другие аспекты здоровья, физической формы и благополучия. Вмешательства включали поддерживающие упражнения или другие виды физической активности, советы о том, как быть более активным, или разговорную терапию, которая включала изменение поведения в повседневной активности. Физиотерапевты и другие специалисты в области здравоохранения и фитнеса обеспечивали поддержку большинства вмешательств.

Результаты и определённость доказательств. Доказательства касались взрослых с девятью различными типами нервно-мышечных заболеваний. Во всех 13 исследованиях планировали измерить физическую активность, но результаты 6 исследований не были представлены или были не пригодны для использования. Мы обнаружили значимые различия в проведённых вмешательствах и в обычной помощи/уходе, оказываемой в различных местах. Мы также обнаружили различия в том, как исследования оценивали исходы и сообщали о них.

Отсутствие информации о физической активности могло повлиять на результаты. Что касается времени, проведённого физически активно, мы не знаем, способствовало ли какое-либо вмешательство физической активности людей с нервно-мышечными заболеваниями. Мы также не уверены во влиянии вмешательств, связанных с физической активностью, на качество жизни или причинение вреда. Однако мы не нашли доказательств того, что вмешательство, связанное с физической активностью, принесло серьёзный вред. Наша неуверенность в доказательствах объясняется ограничениями в дизайне исследований, а также тем, что результаты были неточными или не касались непосредственно вопроса нашего обзора.

Доказательства актуальны на 30 апреля 2020 г.

Обзор следует цитировать таким образом:

Jones K, Hawke F, Newman J, Miller JAL, Burns J, Jakovljevic DG, Gorman G, Turnbull DM, Ramdharry G. Interventions for promoting physical activity in people with neuromuscular disease. Cochrane Database of Systematic Reviews 2021, Issue 5. Art. No.: CD013544. DOI: 10.1002/14651858.CD013544.pub2.