

УДК 004:61:614.2

ПЕРСПЕКТИВЫ ПРИМЕНЕНИЯ ЦИФРОВОЙ ТЕРАПЕВТИКИ ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ РАССТРОЙСТВ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ

Плеханова П.Ю.¹

Консультант – магистр Бойцова Ю.С.¹

Научный руководитель – к.т.н., доцент Орлова О.Ю.¹

¹Университет ИТМО

Работа выполнена в рамках темы НИР-ПРИКЛ №619404 «Обеспечение коммерциализации и капитализации проектов в области Life Science в ситуации цифровой трансформации инновационных социально-экономических систем»

Аннотация: В данной работе рассмотрены возможности использования цифровых программ для лечения расстройств пищевого поведения. Приводятся проблемы, связанные с получением медицинской помощи при расстройствах пищевого поведения, рассматриваются существующие исследования применения цифровой терапии для устранения или минимизации данных проблем. Анализируются выявленные в результате проведенного исследования перспективы развития данного направления и даны рекомендации по внедрению технологий в программы развития здравоохранения.

Ключевые слова: цифровые технологии, расстройства пищевого поведения, цифровая терапия, цифровые вмешательства.

Введение

В настоящее время происходит внедрение цифровых технологий в сферу здравоохранения для повышения эффективности оказания медицинской помощи. Компьютерные программы начинают применяться для предотвращения, контроля или лечения медицинских расстройств и заболеваний.

На сегодняшний день цифровая терапия активно исследуется как метод лечения расстройств пищевого поведения – серьезных психических расстройств, возникающих в результате сложного взаимодействия психологических особенностей человека, социокультурных влияний, биологических и генетических предрасположенностей, это и является актуальной составляющей работы.

Цель исследования – определение перспектив применения цифровой терапии для лечения расстройств пищевого поведения и формирование рекомендаций по данному направлению.

Основная часть

В ходе изучения различных источников (например, исследования социально-экономических издержек расстройств пищевого поведения в Соединенных Штатах Америки, подготовленного Стратегической учебной инициативой по предотвращению расстройств пищевого поведения (STRIPED) в сотрудничестве с Академией расстройств пищевого поведения (AED) и Deloitte Access Economics) был выявлен высокий уровень распространения расстройств пищевого поведения (общая годовая распространенность расстройств пищевого поведения в 2018-2019 годах в США оценивалась в 1,66% в США – 5,48 миллиона случаев). Такие показатели во многом обусловлены неудовлетворенной потребностью в лечении традиционными методами, используемыми в настоящее время. Применение традиционных методов является достаточно сложным и многофакторным процессом, в ходе которого могут возникать определенные препятствия, в значительной степени ограничивающие доступ к получению лечения. Применение цифровой терапии для лечения расстройств пищевого поведения может стать решением проблемы неудовлетворенной потребности в лечении расстройств, предоставив легкодоступные вмешательства.

В рамках данной работы был проведен анализ существующих исследований цифровых программ для лечения расстройств пищевого поведения, основной целью которого являлось определение перспектив развития данного направления.

В ходе проведения анализа было рассмотрено большое количество исследований, проводимых за последние годы. Основное внимание было сосредоточено на исследованиях, проводимых в Нидерландах и США, в которых был проведен подробный анализ эффективности использований цифровых вмешательств для лечения расстройств пищевого

поведения. Вмешательства, рассматриваемые в данных исследованиях, основывались на принципах когнитивно-поведенческой терапии, направленной на уменьшение признаков расстройства – улучшение образа тела, регулирование эмоций, решение проблемы проверки формы и избегания, оспаривание негативных мыслей и предотвращение рецидивов. Программы включали в себя психообразовательный контент, инструменты для планирования и отслеживания питания, журналы самоконтроля, платформу для текстовых сообщений, облегчающую общение пользователя с терапевтом и другими пользователями, а также иные интерактивные инструменты.

По итогам исследований отмечалась эффективность использования цифровых вмешательств для лечения расстройств пищевого поведения, которая выражалась в уменьшении связанных с расстройствами симптомов, таких как неудовлетворенность телом, симптомы нервной булимии, проблемы с формой и весом, ограничения в питании. В частности, результаты исследования, проведенного группой ученых из Нидерландов, продемонстрировали эффективность вмешательств в уменьшении симптомов депрессии и тревоги ($d = -0,28$, 95% доверительный интервал (CI) = от $-0,45$ до $-0,11$), персеверативного мышления ($d = -0,28$, 95% (CI) = $-0,45$ до $-0,11$) и булимической психопатологии ($d = -0,16$, 95% CI = от $-0,31$ до $-0,01$). Результаты исследований подтвердили эффективность координируемого цифрового вмешательства самопомощи для людей с расстройствами пищевого поведения.

Выводы

Основным результатом работы является определение перспектив и формирование рекомендаций по вопросу применения цифровой терапии для лечения расстройств пищевого поведения на основе анализа последних исследований в данной области.

Учитывая масштабируемость, цифровые вмешательства могут иметь большой потенциал для устранения пробела, возникающего при применении традиционных методов лечения, что значительно расширит возможности получения помощи для людей, страдающих расстройствами пищевого поведения. Необходимо вводить технологии цифровизации в государственные программы развития здравоохранения. Как следствие, внедрение таких технологий может оказать положительный эффект на ситуацию с расстройствами пищевого поведения в стране в целом, отразившись на демографических показателях, таких как средняя продолжительность жизни и естественный прирост населения.

Плеханова П.Ю. (автор)

Бойцова Ю.С. (консультант)

Орлова О.Ю. (научный руководитель)
