

Пресс-релиз ПРОФИЛАКТИКА СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ



Актуальность проблемы болезней системы кровообращения обусловлена высокой распространенностью данной патологии. По мнению экспертов ВОЗ, смертность от хронических неинфекционных заболеваний будет неуклонно расти во всех странах региона ВОЗ.

В 2013 году темой Всемирного дня здоровья была выбрана гипертония. Конечной целью Всемирного дня здоровья 2013 года является уменьшение числа инфарктов и инсультов.

Задачи:

повысить осведомленность в отношении причин и последствий высокого артериального давления;

предоставить информацию в отношении профилактики высокого артериального давления и связанных с ним осложнений;

настоятельно рекомендовать взрослым людям проверять артериальное давление и следовать советам специалистов здравоохранения;

содействовать самоконтролю для профилактики высокого артериального давления;

обеспечить доступность стоимости измерения кровяного давления для всех людей;

побуждать национальные и местные органы управления к созданию окружающей среды, благоприятной для здоровых форм поведения

В Республике Беларусь в течение последних пятнадцати лет отмечается постоянный рост заболеваемости населения болезнями системы кровообращения, причем лидирующими заболеваниями являются артериальная гипертензия, ишемическая болезнь сердца и цереброваскулярные болезни. Параллельно заболеваемости болезнями системы кровообращения растет смертность и инвалидизация жителей республики от данной патологии.

В структуре причин общей смертности на долю болезней системы кровообращения приходится до 51-54% (в 2011 г. - 51,9%)

Общая заболеваемость населения болезнями системы кровообращения Гродненской области в 2012 году выросла на 0,9% (с 3144 в 2011г. на 10 тысяч населения до 3171 в 2012г.).

Увеличилась на 4% заболеваемость по артериальной гипертензии (2010 год – 1251,8; 2011 год - 1269; 2012 год – 1319). По ишемической болезни сердца заболеваемость увеличилась на 8,6%.

Растет количество таких тяжелых осложнений, как инфаркт миокарда. В 2009 году по Гродненской области зарегистрировано 1861 случай, в 2010 – 2076, в 2011 – 2033, в 2012 – 1914.

Высоким является удельный вес смертности по БСК среди других причин. Данный показатель в 2011 году составил 53,7%, в 2012 – 54%. За 2 месяца 2013 года смертность от БСК выросла на 4,2%, удельный вес составил 57,7%

18-19 апреля 2013 года в Гродненской области пройдут мероприятия в рамках республиканской акции «**Вместе к здоровому сердцу**» и областной акции «**Пусть сердце бьется как часы**», направленные на формирование у людей ценностных установок на сохранение и укрепление своего здоровья, своевременное выявление и лечение болезней системы кровообращения, повышение информированности населения в области медицинских знаний.

В период проведения акций в специальных точках (в зданиях исполкомов, учреждениях образования, магазинах, аптеках) будут организованы пункты измерения артериального давления

Факторы риска сердечно-сосудистых заболеваний:

1. Биологические: пожилой возраст, мужской пол, генетические факторы, способствующие развитию дислипидемии, гипертензии, сахарного диабета и ожирения.

2. Анатомические, физиологические и метаболические особенности: артериальная гипертензия, ожирение и характер распределения жира в организме, сахарный диабет.

3. Поведенческие факторы: пищевые привычки, курение, двигательная активность, употребление алкоголя, подверженность стрессам.

Наличие даже одного из факторов риска увеличивает смертность в возрасте 50-69 лет в 3,5 раза, а сочетанное действие нескольких факторов – в 5-7 раз.

По данным ВОЗ, наибольший вклад в риск внезапной смерти вносят три основных фактора риска: артериальная гипертензия, гиперхолестеринемия и курение

Профилактика

Первичная профилактика: модификация образа жизни – снижение веса, двигательная активность, характер питания, отказ от курения, злоупотребления алкоголем, контроль уровня холестерина и артериального давления.

Вторичная профилактика - современные подходы к лечению ишемической болезни сердца и артериальной гипертензии (медикаментозная постоянная терапия с целью поддержания целевых уровней артериального давления, холестерина и его фракций и антиагрегантная терапия с целью снижения вязкости крови, улучшения микроциркуляции во всех органах и тканях, способствуют снижению сердечно-сосудистых осложнений)

Для эффективной профилактики большинства сердечно-сосудистых заболеваний и их осложнений необходимо выполнять 6 правил:

1. Контролировать артериальное давление.

2. Контролировать уровень холестерина.

3. Питаться правильно.

4. Заниматься физическими упражнениями.

5. Не начинать курить, а если курите - попытаться бросить, каким бы трудным это ни казалось.

6. Попытаться избегать длительных стрессов

Участники пресс-конференции:

1. Железнякович Виктор Павлович – пресс-секретарь Гродненского облисполкома, тел. 72 07 58

2. Долгошей Тамара Сергеевна – главный врач УЗ «Гродненский областной клинический кардиологический центр», тел. 43 75 95

3. Замилацкая Елена Михайловна – заведующая диспансерным отделением УЗ «Гродненский областной клинический кардиологический центр», тел. 48 51 15

4. Дубок Ирина Ивановна – заведующий отделом общественного здоровья Гродненского областного ЦГЭОЗ, тел. 75 57 07