



Гипертоническая болезнь является широко распространенной в мире эпидемией, поражающей страны, с напряженным нервно-эмоциональным жизненным фоном. Распространенность гипертонии чрезвычайно велика. В мире ежегодно 7 млн. человек умирают и 15 млн. страдают из-за высокого артериального давления или гипертонии. Это наиболее значимый фактор риска смерти в мире. Более 50% людей в возрасте свыше 60 лет имеют повышенное артериальное давление. Примерно 12% из их числа находится под медицинским контролем, а около 45% не знают, что они имеют высокие цифры артериального давления.

Гипертоническая болезнь - это хроническое заболевание, относящееся к болезням системы кровообращения и сопровождающееся стойким повышением артериального давления выше допустимых пределов (систолическое давление выше 140 мм рт. ст. и диастолическое давление выше 90 мм рт. ст.). Артериальное давление чаще повышается у людей, злоупотребляющих соленой, жирной пищей, алкоголем, при стрессовых ситуациях, повышении уровня холестерина, курении, низкой физической активности, отягощенной наследственности. Лица с повышенным артериальным давлением употребляют с пищей в 3 раза больше поваренной соли, чем люди с нормальным давлением. Выкуриваемая сигарета может вызвать подъем артериального давления на 10-30 мм рт. ст. Давление возрастает при увеличении массы тела: лишний килограмм повышает давление на 1-3 мм рт. ст. К повышению артериального давления может привести высокий уровень холестерина крови (более 5,0 ммоль/л). У лиц, ведущих малоподвижный образ жизни, риск развития артериальной гипертонии на 20-50% выше, чем у тех, кто занимается физическими упражнениями. Многие люди подвержены стрессовым влияниям в повседневной жизни, на работе, в семье. Эти факторы способствуют повышению артериального давления, переходу болезни в тяжелую форму.

Стабильное повышение артериального давления впервые может быть выявлено в любом возрасте. У пожилых выявляется гораздо чаще, чем у молодых людей. У лиц 20-30 лет повышенное артериальное давление выявляют у каждого десятого человека, у лиц 40-50 лет — у каждого пятого, среди людей старше 60 лет двое из трех имеют повышенное артериальное давление.

Болезни системы кровообращения занимают ведущее место среди всех причин смерти в большинстве экономически развитых странах мира, в том числе и в России. В нашей стране болезни системы кровообращения занимают первое место среди причин инвалидности. А болезни, характеризующиеся повышенным кровяным давлением, занимают лидирующее место среди болезней системы кровообращения. Широкая распространенность заболеваний системы кровообращения, в том числе болезнями, характеризующимися повышенным кровяным давлением, среди населения нашей страны обосновывают чрезвычайную актуальность этой проблемы и необходимость решения вопросов профилактики, выявления факторов риска, лечения и реабилитации больных.

С 2005 года во всем мире во вторую субботу мая по инициативе Всемирной организации здравоохранения в тесном сотрудничестве со Всемирной Лигой борьбы с гипертонией и Международным обществом гипертонии официально отмечается Всемирный День борьбы с артериальной гипертонией. Целью проведения Дня является доведение информации до широких кругов общественности об опасности данного патологического состояния и серьезности его медицинских осложнений, а также повышение знаний о методах профилактики и ранней диагностики.

Необходимо помнить, что гипертония — это «тихий убийца». У гипертонии нет явных симптомов, кроме высокого артериального давления. Она поражает жизненно важные органы – органы мишени: головной мозг, сердце, кровеносные сосуды, сетчатку глаз, почки. Артериальная гипертония является одним из наиболее распространенных факторов риска развития сердечно-сосудистых заболеваний и их осложнений, таких как инфаркт миокарда и нарушение мозгового кровообращения.

Заболеваемость болезнями, характеризующимися повышенным кровяным давлением среди населения Волгоградской области

Ведущими нозологическими формами первичной заболеваемости населения Волгоградской области болезнями системы кровообращения являются болезни, характеризующиеся повышенным кровяным давлением (806,1 на 100 тыс. населения). В динамике за последние 5 лет показатель

первичной заболеваемости этими болезнями вырос на 154,3%; по сравнению с предыдущим годом – снизился на 1,4% (рис. 1).

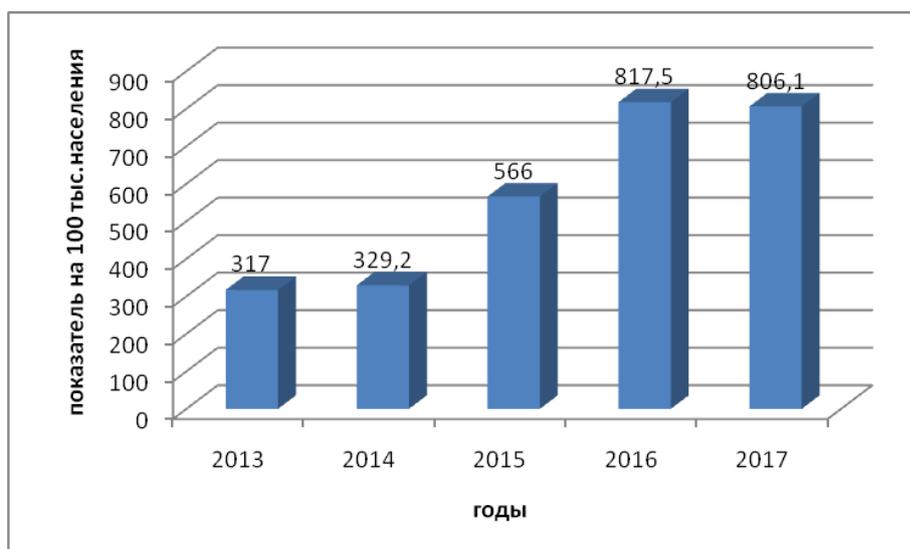


Рис. 1. Динамика показателей впервые установленной заболеваемости населения Волгоградской области болезнями, характеризующимися повышенным кровяным давлением в 2013-2017г.г.

Болезни, характеризующиеся повышенным кровяным давлением, продолжают «молодеть». В 2017 году выявлено 74 случая впервые выявленных болезней, характеризующихся повышенным артериальным давлением у детей (в 2016 году – 79 случаев) и 170 случаев у подростков в возрасте 15-17 лет (в 2016 году – 162 случая). Показатель заболеваемости болезнями, характеризующимися повышенным кровяным давлением у подростков, составил в 2017 году - 249,6 на 100 тыс. подросткового населения; за 5 лет прирост составил 33,4% (рис. 2).

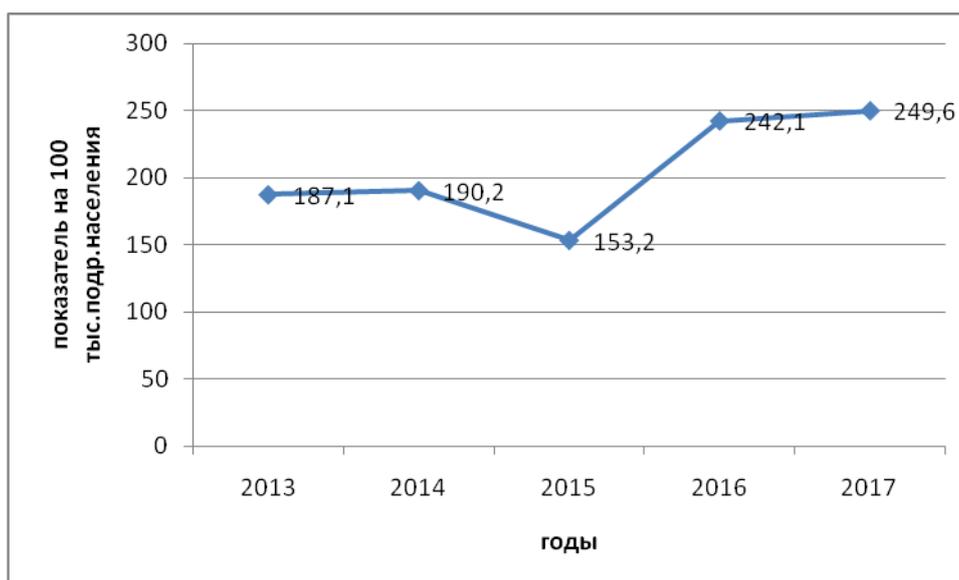


Рис. 2. Динамика показателей заболеваемости подростков болезнями, характеризующимися повышенным кровяным давлением в 2013-2017г.г.

В структуре первичной заболеваемости взрослого населения Волгоградской области болезнями системы кровообращения наибольший удельный вес составляют болезни, характеризующиеся повышенным артериальным давлением – 31,6%. В динамике за 5-летний период произошел прирост показателя заболеваемости взрослого населения этими болезнями на 162,7%; по сравнению с предыдущим годом показатель снизился на 0,9% (рис. 3).

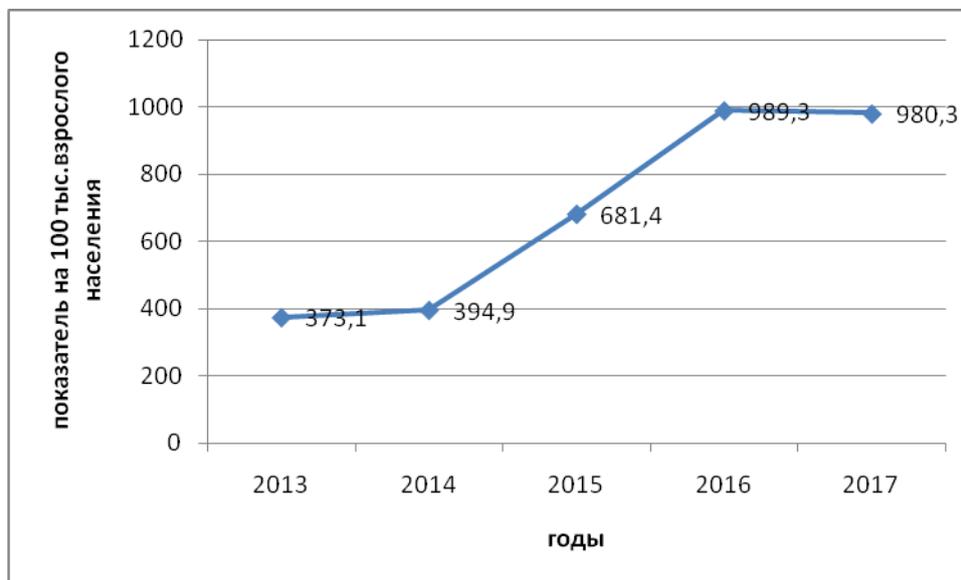


Рис. 3. Динамика показателей заболеваемости взрослого населения болезнями, характеризующимися повышенным кровяным давлением в 2013-2017г.г.

Снижение заболеваемости и смертности от болезней системы кровообращения, в том числе от болезней, характеризующихся повышенным кровяным давлением, среди всего населения можно достигнуть благодаря массовой и индивидуальной стратегии профилактики, которая заключается в изменении образа жизни и факторов окружающей среды, связанных с заболеваниями, а также их социальных и экономических последствий. Необходимо расширять государственные инвестиции в профилактику и раннее выявление заболеваний.

Комплексная профилактика включает в себя следующие мероприятия:

- адекватную физическую нагрузку;
- здоровое рациональное питание;
- минимизацию стрессовых воздействий на организм;
- отказ от алкоголя;
- отказ от употребления табака;
- контроль уровня артериального давления;
- контроль веса;
- контроль уровня глюкозы и холестерина крови.

