

## **ФАКТОРЫ РИСКА И ПРОФИЛАКТИКА БОЛЕЗНЕЙ СИСТЕМЫ КРОВООБРАЩЕНИЯ. АНАЛИЗ СМЕРТНОСТИ.**

До XX века люди чаще всего умирали от болезней, связанных с инфекциями. Появление антибиотиков, антисептики, другие преимущества современной медицины и биологической науки, привели к тому, что средняя продолжительность жизни с середины XIX по конец XX века выросла вдвое. В настоящее время основная причина смерти населения— неинфекционные заболевания. К основным неинфекционным заболеваниям (НИЗ) относят четыре группы – сердечно-сосудистые, онкологию, хронические заболевания легких и диабет. И хотя данные заболевания часто сопутствуют старению, а самые распространённые причины смерти – инфаркты, инсульты, рак, чаще всего ассоциировались с пожилым возрастом, в настоящее время они заметно помолодели. В настоящее время борьба с НИЗ является одним из главных приоритетов профилактической работы в государстве на всех уровнях.

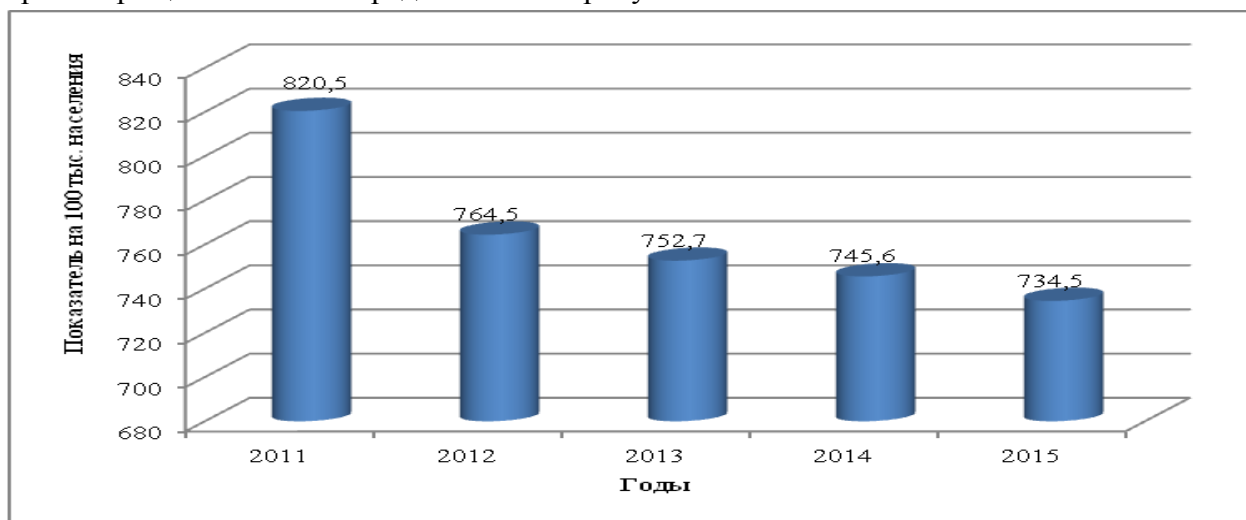
В соответствии со Стратегией национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года, утвержденной Указом Президента Российской Федерации от 12 мая 2009г. № 537, стабилизация численности населения и коренное улучшение демографической ситуации являются стратегическими целями обеспечения национальной безопасности. Утвержденная в 2007 году Концепция демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года, нацелена на стабилизацию и рост численности населения, увеличение ожидаемой продолжительности жизни до 75 лет.

Заболевания органов кровообращения – основная причина смертности среди населения. По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), ежегодно в мире из-за сердечно-сосудистых заболеваний (ССЗ) умирает 17,5 млн человек. В России, по данным Минздрава России, за январь — август 2016 года число смертей, вызванных болезнями сердца, составило 619,4 случая на 100 тыс. человек. Более половины смертей среди россиян вызваны именно ССЗ. Болезни системы кровообращения являются основной причиной смерти населения и в Волгоградской области и составляют 53,4%.

Заболевания сердечно-сосудистой системы не появляются сами собой — они вызываются поведением человека, его привычками. Следует отметить, что факторы риска и факторы возникновения сердечно-сосудистых заболеваний в большинстве своём управляемы. Согласно эпидемиологическим исследованиям, наибольший вклад в смертность населения России от болезней системы кровообращения вносят следующие факторы: повышенное артериальное давление, высокий уровень холестерина, курение, злоупотребление алкоголем, повышенный индекс массы тела в сочетании с низкой физической активностью, психоэмоциональные и социальные факторы. Так, например, курение повышает риск смерти от ССЗ сразу на 17% из-за вредных веществ, содержащихся в дыме, и понижения поступления кислорода в кровь. Алкоголь — другой фактор, провоцирующий появление ССЗ. Злоупотребление им опасно не только алкогольным отравлением, но, самое главное, хроническими болезнями. Низкая физическая активность, злоупотребление соленой, жирной, жареной пищей, чрезмерное употребление сахара — все это ведет к ожирению и способствуют развитию заболеваний сердца. Также значительное влияние на уровень смертности оказывают: система организации медицинской помощи, уровень финансирования медицины, наличие современной медицинской техники и т.д.

Социально-гигиеническое значение заболеваний системы кровообращения связано с тяжестью их течения, продолжительностью лечения и исходом: инвалидности или смерти.

В 2015г. в Волгоградской области от болезней системы кровообращения умерли 18743 человека (734,5 на 100 тыс. населения). В сравнении с 2011 годом произошла убыль показателя на 10,5%. Динамика показателя смертности населения от болезней системы кровообращения за 5 лет представлена на рисунке 1.



**Рис. 1.** Динамика показателя смертности населения Волгоградской области от болезней системы кровообращения в 2011-2015г.г.

Из всего количества умерших, женщины составляют 54,4%, а мужчины 45,6%, однако в трудоспособном возрасте доля мужчин значительно выше - 85,0%.

В структуре смертности населения Волгоградской области от болезней системы кровообращения лидирует ишемическая болезнь сердца, инфаркты с удельным весом 55,2%, на втором месте – цереброваскулярные болезни - 30,2%, далее: легочное сердце и нарушение легочного кровообращения, кардиомиопатия, сердечная недостаточность – 5,1%, прочие болезни сердца – 4,6%, алкогольная кардиомиопатия – 1,8%, другие болезни артерий, артериол и капилляров – 1,8% (рис. 2)



**Рис. 2.** Структура смертности населения Волгоградской области от болезней системы кровообращения в 2015г.

В 2015 году показатель смертности населения Волгоградской области от болезней системы кровообращения, превышающий среднеобластной, зафиксирован на 18 территориях области. Территориями, на которых смертность от болезней системы кровообращения превышала в 2015 году среднеобластной уровень смертности в 1,2 и более раз являются Чернышковский, Октябрьский, Котовский, Жирновский, Еланский районы. В крупных городах области: Волгограде и Волжском показатели смертности от сердечно-сосудистых заболеваний занимают 17 и 34 места соответственно.

Индивидуальная профилактика заболеваний органов кровообращения и является первой ступенью для любых профилактических мероприятий. В силах каждого человека минимизировать факторы риска, благодаря ведению здорового образа жизни: не злоупотреблять алкогольными напитками, не курить, не забывать про физическую активность и правильный рацион, контролировать вес, давление и уровень холестерина. Важным также является снижение нервно-эмоциональной нагрузки.

Необходимо знать, что при появлении первых симптомов заболеваний (боль за грудиной и в области сердца, повышенные значения артериального давления, ощущение нехватки воздуха и т.д.) – обращение к врачу является обязательным. Настороженность должна появиться даже после одного кратковременного эпизода появления описанных симптомов.

Профилактически проведенная диагностика является необходимым условием для своевременного оказания медицинской помощи. Каждому жителю нашей страны предоставлена возможность проверять свое здоровье и регулярно следить за появлением первых признаков неинфекционных заболеваний — введена всеобщая бесплатная диспансеризация, которая рекомендована каждому россиянину раз в три года. Чтобы знать показатели своего здоровья, необходимо раз в год проходить обследование, даже если ничего не беспокоит. Своевременное лечение выявленных заболеваний тоже является профилактикой и предупреждает опасные для жизни осложнения.

Для улучшения эпидемиологической ситуации по сердечно-сосудистым заболеваниям необходимо проведение санитарно-просветительной работы: распространение доступной для населения информации о способах ранней диагностики заболеваний системы кровообращения, осуществление мероприятий по своевременной госпитализации пациентов в специализированные медицинские отделения, обеспечение лечебных учреждений современной медицинской техникой и квалифицированными специалистами, расширение сети реабилитационных отделений, доступных для жителей нашего региона.