

## 19 апреля – День профилактики болезней сердца.

Одним из приоритетных направлений социально-экономического развития нашей республики является создание условий для улучшения здоровья населения, что предусмотрено Государственной программой «Здоровье народа и демографическая безопасность на 2016-2020 годы».

Для обеспечения широкой информированности населения о факторах риска, угрожающих здоровью, пропаганды здорового образа жизни, формирование у населения здоровьесберегающего поведения, снижение заболеваемости, инвалидности, сокращения уровня смертности населения, 19 апреля 2018 года в Республике Беларусь проводится День профилактики болезней сердца.

Болезни системы кровообращения являются основной причиной инвалидности, стоят на первом месте среди всех причин смертности населения.

В Витебской области почти у 30-35% взрослых регистрируется повышенное артериальное давление. Около четверти взрослого населения имеют то, или иное заболевание сердечно-сосудистой системы. За 2017 год в стационарах области зарегистрировано 2206 случаев острого инфаркта миокарда, 127 из которых, к сожалению закончились фатально.

Заболеваемость и смертность от БСК обусловлены объективными и субъективными факторами: старением населения, ростом психоэмоциональных нагрузок, урбанизацией населения, изменением характера питания, условий жизни, труда, наличием у значительной части жителей многих факторов риска развития БСК, в первую очередь широкой распространенностью курения, употребления алкогольных напитков, малоподвижным образом жизни, избыточной массой тела, отсутствием мотивации к заботе о собственном здоровье, соблюдению здорового образа жизни.

Среди основных причин увеличения смертности в трудоспособном возрасте являются: неадекватное отношение пациентов к своему здоровью, отсутствие мотивации к лечению (58,0% случаев); социальное неблагополучие, в частности, злоупотребление алкоголем (до 50,0%); не своевременное обращение за медицинской помощью (около 14%); наличие сопутствующей патологии, отягощающей прогноз (10%), наиболее часто - сахарного диабета II типа и цирроза печени алиментарно-токсического генеза.

На здоровье населения влияют различные факторы, как личностные, так и действующие на уровне каждой семьи и всего населения в целом. Выделяют немодифицируемые и модифицируемые факторы риска.

### *Немодифицируемые факторы риска.*

- Пожилой возраст, мужской пол, генетические факторы, способствующие возникновению дислипидемии, артериальной гипертензии, нарушение толерантности к глюкозе, сахарному диабету и ожирению.

### *Анатомические и физиологические особенности:*

- Артериальная гипертензия, дислипидемия, ожирение и характер распределения жира в организме, сахарный диабет.

*Модифицируемые поведенческие факторы :*

- курение, чрезмерное употребление алкоголя, низкая физическая активность, нездоровое питание, подверженность стрессам.

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

По мнению специалистов ВОЗ 1/3 снижения смертности от сердечно-сосудистых заболеваний может быть обеспечена за счет лекарственной терапии и клинических вмешательств, в то время как 2/3 снижения смертности обеспечит изменение привычек в образе жизни, среди которых можно назвать правильное питание, контроль за течением гипертонической болезни, физические упражнения и прекращение курения.

Специалисты ВОЗ подчеркивают, что как для экономически развитых, так и для развивающихся стран, самый практичный и наименее дорогостоящий путь профилактики — это не медицина, а здоровый образ жизни.

Профилактика БСК - реальный путь улучшения демографической ситуации.

Положительная динамика в уровне заболеваемости и смертности вследствие БСК может быть достигнута только при условии комплексного воздействия на факторы, влияющие на состояние здоровья населения, повышение мотивации людей к соблюдению здорового образа жизни и лечению артериальной гипертензии, дающей такие грозные осложнения, как инфаркты, инсульты.

Понимание причин развития этих заболеваний, а также расширение возможностей в области их профилактики, диагностики и лечения-одни из ключевых приоритетов медицины Витебской области.

Заместитель главного врача  
по медицинской части

Е.А.Кузнецова