

А.А. Попов – доктор медицинских наук, профессор

А.В. Рябинина – главный врач

Information about the authors

A.A. Vikhareva – Department assistant

E.A. Safianik – Senior Lecturer of the Department

A.V. Spevak – Postgraduate student

A.A. Popov – Doctor of Science (Medicine), Professor

N.V. Izmozherova – Doctor of Science (Medicine), Professor

A.V. Ryabinina – Chief Physician

УДК: 616.12-008.331.1

ОСВЕДОМЛЕННОСТЬ ЛИЦ СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА О ФАКТОРАХ РИСКА РАЗВИТИЯ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

Лариса Николаевна Власова¹, Екатерина Сергеевна Иванова², Мария Игоревна Фоминых³

^{1,2,3}ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет»

Минздрава России, Екатеринбург, Россия

¹larisa.vlasova.01@mail.ru

Аннотация

Введение. Артериальная гипертензия (АГ) относится к самым распространенным заболеваниям человека. Своевременная диагностика и лечение способствуют снижению риска развития сердечно-сосудистых осложнений, а также увеличению продолжительности жизни. **Цель исследования** - оценить осведомленность населения лиц средней возрастной группы об АГ и факторах риска развития ССЗ. **Материалы и методы.** Были изучены данные отечественных и зарубежных литературных источников, а также проведен анонимный опрос 75 человек на тему «Осведомленность лиц среднего возраста об АГ и факторах риска развития сердечно-сосудистых заболеваний», где основными лицами являлись люди среднего возраста. **Результаты.** В опросе приняли участие 75 человек, из них 61 (81,3%) составляют респонденты женского пола, а 14 (18,7%) мужского. Средний возраст женщин 51 год, мужчин 50 лет. В результате опроса, около половины респондентов отмечают у себя наличие таких факторов, как: стресс 51 (68%), повышенную массу тела 31 (41,3%), отягощенную наследственность 18 (24%), что повышает риск развития артериальной гипертензии. **Обсуждение.** Актуальным решением данной проблемы в современном мире является улучшение качества знаний пациентов за счет социальных сетей, телевидения, профилактических осмотров. Люди, знающие и контролирующие свое АД, значительно улучшают качество своей жизни и снижают риск развития ССЗ. **Выводы.** Проведенный анализ показывает важность осведомленности населения о факторах риска развития ССЗ, ведь больше половины, прошедших опрос не осведомлены об основных мерах профилактики.

Ключевые слова: кардиология, гипертоническая болезнь, факторы риска, сердечно-сосудистые заболевания.

AWARENESS OF MIDDLE-AGED PEOPLE ABOUT RISK FACTORS FOR CARDIOVASCULAR DISEASES

Larisa N. Vlasova¹, Ekaterina S. Ivanova², Maria I. Fominykh³

^{1,2,3}Ural state medical university, Yekaterinburg, Russia

Yekaterinburg, Russian Federation

¹larisa.vlasova.01@mail.ru

Abstract

Introduction. Arterial hypertension (AH) refers to the most common human diseases. Timely diagnosis and treatment contribute to reducing the risk of cardiovascular complications, as well as increasing life expectancy. **The aim of the study** - to assess the awareness of the population of the middle age group about hypertension and risk factors for the development of CVD. **Materials and methods.** Data from domestic and foreign literary sources were studied, and an anonymous survey of 75 people was conducted on the topic "Awareness of middle-aged people about hypertension and risk factors for cardiovascular diseases", where the main persons were middle-aged people. **Results.** 75 people took part in the survey, of which 61 (81.3%) are female respondents, and 14 (18.7%) are male. The average age of women is 51 years, men 50 years. As a result of the survey, about half of the respondents note the presence of such factors as: stress 51 (68%), increased body weight 31 (41.3%), burdened heredity 18 (24%), which increases the risk of hypertension. **Discussion.** An actual solution to this problem in the modern world is to improve the quality of patients' knowledge through social networks, television, and preventive examinations. People who know and control their blood pressure significantly improve their quality of life and reduce the risk of developing CVD. **Conclusions.** The analysis shows the importance of awareness of the population about the risk factors for the development of CVD, because more than half of the respondents are not aware of the main preventive measures.

Keywords: cardiology, hypertension, risk factors, cardiovascular diseases.

ВВЕДЕНИЕ

Ежегодно основной причиной смерти во всем мире являются заболевания сердечно-сосудистой системы.

По оценкам Всемирной организации здравоохранения, 54% инсультов и 47% случаев ишемической болезни сердца являются прямым следствием высокого артериального давления (АД), которое занимает главное место среди основных факторов риска сердечно-сосудистых заболеваний (ССЗ) и смертности. Люди в возрасте 30–79 лет во всем мире страдают артериальной гипертензией (АГ), из них около 46% не подозревают о наличии у себя данного заболевания и лишь 42% взрослого населения своевременно выставляется диагноз АГ и проводится терапия [1].

Распространенность АГ в России среди взрослого населения составляет 40,8%, среди мужчин – 36,6 %, среди женщин – 42,9 %. Женщины информированы лучше, чем мужчины о наличии у них заболевания, принимают антигипертензивные препараты 69,5% больных АГ, из них эффективно лечатся

27,3% пациентов. Мужчины имеют высокий уровень АД в более раннем возрасте до 50 лет, тогда как у женщин распространенность АГ преобладает после 60 лет. Распространенность АГ значительно увеличивается с возрастом.

На сегодняшний день, проблема ранней диагностики, лечения и профилактики АГ актуальна как никогда. Ведь данное заболевание может привести к сокращению продолжительности жизни, нарушает ее качество и повышает развитие инвалидизации [2]. Известно, что АГ является самым весомым фактором развития сердечной недостаточности, инфаркта миокарда и инсульта. Бессимптомность АГ может замедлить его диагностику. АГ увеличивается с возрастом, при этом ее распространенность увеличивается с 27% у пациентов в возрасте до 60 лет до 74% у пациентов в возрасте старше 80 лет. Исследование Framingham Heart Study показало, что более чем у 90% участников с нормальным АД в возрасте 55 лет со временем развивается АГ. Приблизительно 60% населения имеют АГ к 60 годам, а к 70 годам у 65% мужчин и 75% женщин. Учитывая быстро стареющее население, можно ожидать, что распространенность АГ будет только расти[3].

Поэтому знания людей среднего возраста об АГ и факторах риска ССЗ помогут не только профилировать данную патологию, но и диагностировать ее на раннем этапе.

Цель исследования – оценить осведомленность населения у лиц средней возрастной группы об АГ и факторах риска развития ССЗ.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

С целью изучения нашей темы об осведомленности населения о факторах риска ССЗ были изучены данные отечественных и зарубежных литературных источников, а также проведен анонимный опрос 75 человек на тему «Осведомленность лиц среднего возраста об АГ и факторах риска развития сердечно-сосудистых заболеваний», где основными лицами являлись люди среднего возраста от 45 до 59 лет ($50,5 \pm 4,21$).

Для статистического анализа данных использовалась программа Microsoft Excel 2010.

РЕЗУЛЬТАТЫ

В опросе приняли участие 75 человек, из них 61 (81,3%) составляют респонденты женского пола, а 14 (18,7%) мужского. Средний возраст женщин $50,7 \pm 4,38$, мужчин $49,9 \pm 3,42$ лет.

На вопрос о наличии заболевания, связанного с ССЗ, в частности повышение артериального давления, 39 (52%) респондентов ответили утвердительно, остальные его наличие отрицали.

По результатам опроса у 34 (45,3%) респондентов индекс массы тела (ИМТ) составил от 25 до 30, что говорит об избыточной массе тела, ожирение встречается у 28 (27,4%) и лишь у 11 (14,7%) прошедших опрос ИМТ соответствует норме. Средний вес женщин $30,3 \pm 5,81$, мужчин $27,8 \pm 2,74$ кг.

У 41 (54,7%) респондентов родители, кровные братья и сестры не имели заболеваний, связанных с сердечно-сосудистой системой. Ишемическую болезнь сердца (ИБС) у родственников отмечали 16 (20,8%) людей, а артериальную гипертензию 13 (16,9%).

Большинство - 49 человек (65,3%), прошедших данный опрос, отрицают вредные привычки, 9 респондентов (12%) алкоголь употребляют, 8 (10,7%) имеют никотиновую зависимость. 6 (8%) совмещают данные зависимости.

Четверть опрошенных (33,1%) относят вредные привычки к основным факторам развития ССЗ, 15(20%) отмечают избыточную массу тела, 13(17,4%) и 12(16,5%) стресс и малоподвижный образ жизни, соответственно. Наследственность выбрали 10 (13%) человек.

Говоря о наличии предрасполагающих факторов риска, у себя отмечают: наличие стресса 51 (68%), ожирение 31 (41,3%), малоподвижный образ жизни 25 (33,3%), возраст 23 (30,7%), отягощенная наследственность и вредные привычки 18 (24%). Повышенное употребление соли как фактор риска отмечали 15 (20%) респондентов, а пол 4 (5,3%) (рис 1).

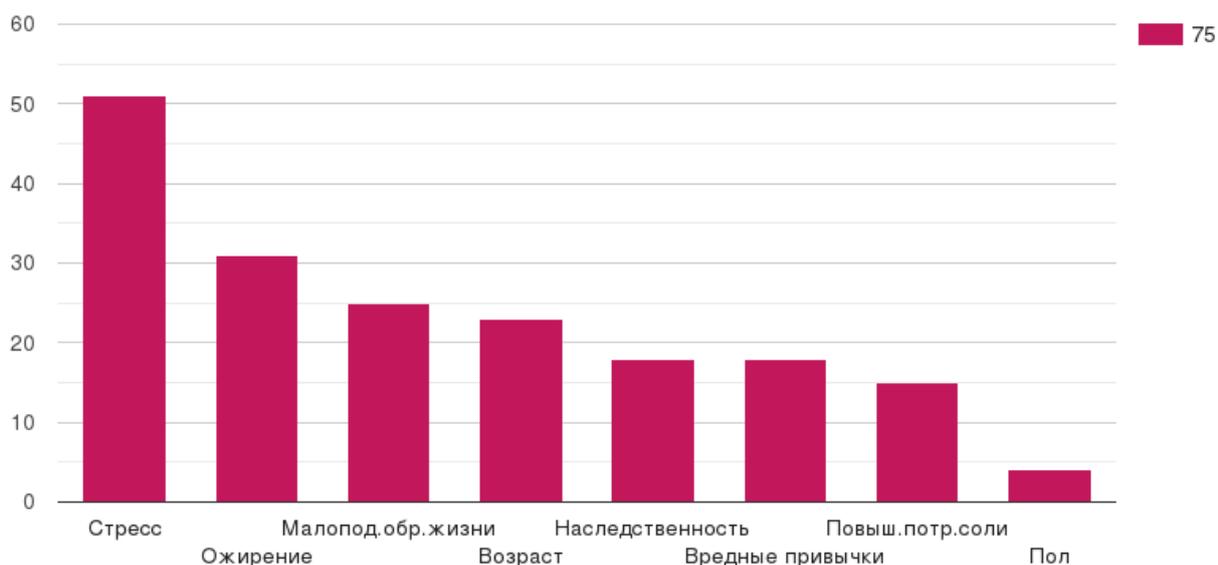


Рис 1. Наличие предрасполагающих факторов риска

Малоподвижный образ жизни (отсутствие регулярных прогулок) отмечали у 22 (29,3%) респондентов, ежедневная прогулка менее 30 минут составило у 12 (16%).

71 (94,7%) опрошенных не знают показатели своего липидного спектра, 53 (70,7%) затрудняются сообщить свой уровень глюкозы в крови. Если говорить про АД, то знают и контролируют его величину 47 (62,7%) людей, не знают и не контролируют 28 (37,3%).

ОБСУЖДЕНИЕ

Из 75 опрошенных, только 23 (31,7%) осведомлены о мерах профилактики АГ и инфаркта миокарда. Они считают, что снизить риски помогают: здоровый образ жизни, снижение массы тела, отказ от вредных привычек, ежедневная ходьба на свежем воздухе не менее получаса, прием лекарственных препаратов и контроль артериального давления.

Всю информацию о ССЗ наши респонденты в основном получают от врачей-терапевтов (33 (44%)), социальных сетей (31 (41,3%)), книг/газет (20(26,7%)), рассказов друзей/знакомых (21 (28%)).

О своем уровне АД осведомлены 60 респондентов (80%). Из них терапию по лечению гипертонической болезни получают 29 (38,6%), из них мужчины - 4 (13,8%), женщины - 25 (86,2%), средний возраст обеих групп составил 52 года.

На фоне приема лекарственных препаратов нормализовалось давление у 22 человек (75,9%), из них 19 женщин (86,4%) и 3 мужчин (13,6%).

ВЫВОДЫ

1. Проведенный анализ данных, отечественных и зарубежных источников показывает, важность осведомленности населения о факторах риска развития ССЗ.

2. По результатам анкетного опроса, около половины респондентов имеют повышенную массу тела, отягощенную наследственность, что является ключевыми факторами риска развития АГ.

3. Больше половины опрошенных не осведомлены о мерах профилактики ССЗ, в том числе об АГ. Улучшение качества знаний за счет социальных сетей, телевидения, профилактических осмотров является актуальным решением данной проблемы в современном мире.

4. Люди, знающие и контролирующие свое АД, значительно улучшают качество своей жизни и снижают риск развития ССЗ.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Гипертония // Всемирная организация здравоохранения: [Электронный ресурс]. — URL: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/hypertension> (дата обращения: 09.04.2022).

2. Белова О. П., Казанцева О.В. Выявление факторов риска развития артериальной гипертензии // Медицинская сестра. — 2017. — № 3. — С. 34-36.

3. Association of age of onset of hypertension with cardiovascular diseases and mortality / Wang C., Yuan Y., Zheng M. et al. // J Am Coll Cardiol.— 2020; 75(23):2921-2930.

Сведения об авторах

Л.Н. Власова – студент

Е.С. Иванова – студент

М.И. Фоминых – кандидат медицинских наук, доцент

Information about the authors

L.N. Vlasova – student

E. S. Ivanova – student

M.I. Fominykh – Candidate of Medical Sciences, Associate Professor

УДК 616.61-008.64

ОЦЕНКА ПРИВЕРЖЕННОСТИ К ЛЕЧЕНИЮ ПАЦИЕНТОВ НА ПРОГРАММНОМ ГЕМОДИАЛИЗЕ В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ COVID-19

Диана Рамилевна Гайнуллина¹, Валерия Алексеевна Лежнева², Инесса Николаевна Куприянова³, Дмитрий Александрович Марцинковский⁴, Елена Викторовна Миронова⁵