



АНАЛИЗ ФАКТОРОВ РИСКА НЕИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ ПО РЕЗУЛЬТАТАМ ИССЛЕДОВАНИЯ «STEPS» (2019)

Нармухамедова Н.А., Хусинова Ш.А., Садыкходжаева Д.А.

Центра развития профессиональной квалификации медицинских работников при МЗ РУз
Ташкент, Узбекистан

Самаркандский государственный медицинский университет

Самарканд, Узбекистан

Введение. В настоящее время в Узбекистане, как и в других странах, основную долю смертности 83,5% (702,8 на 100 тысяч населения) составляют неинфекционные заболевания (НИЗ). Среди всех причин смертности первое место занимают заболевания системы кровообращения (63,3%) - это ишемическая болезнь сердца (ИБС), артериальная гипертензия (АГ) и их осложнения (инфаркт миокарда и мозговой инсульт и др.). Для снижения показателей смертности необходимо широкое и эффективное внедрение первичной профилактики, а именно, раннее выявление факторов риска (ФР) и снижение их влияния на развитие сердечно-сосудистых заболеваний и осложнений.

Цель исследования по изучению распространенности факторов риска НИЗ по методу STEPS ВОЗ среди населения 18-69 лет.

Материалы и методы. Согласно методологии исследования: на первом этапе был проведен опрос 4320 жителей республики по стандартному вопроснику для выявления факторов риска. На втором этапе – проведено измерение физических данных и уровня артериального давления, на 3 этапе - лабораторное обследование.

Результаты. Анализ распространенности факторов риска показал, что только 11% обследованного населения не имело факторов риска, в основном это были лица молодого возраста. 66,4% населения имели 1-2 ФР, а 22,6% населения – 3 и более 5 ФР НИЗ.

Распространенность курения в Республике Узбекистан составила 16,5%, в основном среди мужчин - 32,9%, а среди женщин только 0,8%. Причем мужчины начали курить табак в среднем с 20,5 лет, а женщины – 21 год. Отрадно отметить, что около 80% населения никогда не употребляли табак, это 61,3% мужчин и 97,7% женщин. Но необходимо также обратить внимание на наличие пассивного курения, когда не курящий человек в 47,4% случаев подвергается воздействию дыма дома или в 52,6% случаев на работе.

Следующий изученный фактор риска – это прием алкоголя. Анализ полученных данных показал, что 4,7% лиц, участвовавших в опросе, употребляли алкоголь в течение последних 30 дней. Значительное большинство респондентов (82,4% мужчин и женщин) не употребляли алкоголь в течение последних 30 дней, доля взрослого населения, не пьющая на протяжении последних 12 месяцев, составила 2,3%.

Рациональность питания оценивали по употреблению 5,5 порции овощей и фруктов в день. Доля населения, которая употребляла менее 5 порций фруктов или овощей в день составила 16%, причем женщин оказалось 17,2%, мужчин - 14,7%. Чрезмерное употребление соли в день более 10 г увеличивает риск развития АГ и ССЗ, поэтому ВОЗ рекомендует сократить потребление соли до 5 г в день. Как показали результаты нашего исследования 36,6% взрослого населения часто употребляет продукты с высоким содержанием соли, среди них мужчин 34%, а женщин - 38,3%.

Следующий изученный фактор риска - это физическая активность, как показали результаты исследования у 26,1% населения физическая активность не соответствует



рекомендациям ВОЗ для сохранения здоровья, более 36,2% жителей имеют низкий уровень физической активности, а 80,9% населения вообще не выполняют интенсивных физических нагрузок.

Анализ осмотра и измерения роста, веса и артериального давления (АД) показал, что 50,4% обследованных лиц имели повышенное АД 140/90 и более мм рт.ст., среди них мужчин значительно больше (61,2%), чем женщин (39%). Это говорит о том, что АД регулярно не измеряется, пациенты не принимают своевременно антигипертензивные препараты, а если и принимают их, то уровень АД не контролируется; данная группа лиц находится в группе риска развития сердечно-сосудистых осложнений.

При измерении роста и веса и вычислении индекса массы тела (ИМТ) оказалось, что 56,4% населения имеет избыточный вес, среди мужчин 55,6%, среди женщин – 57,3%. 23,5% жителей страдают ожирением, при этом доля женщин с ожирением составляет 25,5%, что статистически немного больше по сравнению с мужчинами - 21,5%.

Заключение. Таким образом, полученные данные указывают на необходимость повсеместного внедрения профилактики и пропаганды здорового образа жизни среди населения в учреждениях первичной медико-санитарной помощи. Своевременного проведения профилактических мероприятий и повышения медицинской грамотности среди населения. Раннего выявления факторов риска и снижения их воздействия на организм. Для этого эффективны регулярный мониторинг факторов риска НИЗ, раннее выявления повышенного уровня АД и своевременно начатое лечение.