

Гутник В. В.

ОЦЕНКА РИСКА РАЗВИТИЯ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ И ПРЕДЛОЖЕНИЕ ПУТЕЙ ИХ ПРОФИЛАКТИКИ У СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ

Научный руководитель ст. преп. Чепелев С. Н.

Кафедра патологической физиологии

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. В настоящее время сердечно-сосудистые заболевания (ССЗ) остаются главной проблемой в большинстве стран мира. В частности, каждый год от ССЗ в Европе умирают более 4 млн человек. Известно, что смертность от сердечно-сосудистой патологии во многом зависит от распространенности в популяции так называемых факторов риска, к которым относятся артериальная гипертензия, нарушения углеводного обмена, дислипидемии, курение, чрезмерное употребление алкоголя и др. В настоящее время ВОЗ рекомендует обратить пристальное внимание на факторы, которые прямо или опосредованно связаны с нездоровым образом жизни людей: нерациональное питание, гиподинамия, ожирение. Многие люди, имеющие факторы риска ССЗ, считают себя здоровыми: у них отсутствуют явные жалобы, и они не обращаются к врачу. Рост ССЗ у молодых людей связан не только с неправильным образом жизни, но и с повышенными нервно-психическими нагрузками. В связи с этим возникает необходимость в выявлении риска развития ССЗ у студенческой молодежи и проведении мер профилактического характера, направленных на его устранение или ослабление.

Цель: оценить риск развития ССЗ и предложить пути их профилактики у студентов-медиков.

Материалы и методы. Исследование выполнено на 60 студентах 3 курса Белорусского государственного медицинского университета возраста 19-23 лет. В исследовании использовалась анкета «Определение опасности развития ССЗ», включавшая в себя 12 вопросов, которые оценивались от 1 до 5 баллов: чем больше сумма баллов, тем выше риск развития ССЗ.

Результаты и их обсуждение. Выявлено, что по результатам теста «Определение опасности развития ССЗ» у 34 респондентов (56,7%) отсутствовал риск развития ССЗ, у 23 студентов (38,3%) имел место умеренный риск развития ССЗ, у 3 студента (5,0%) – выраженный риск; высокий риск развития ССЗ не был отмечен ни у одного из респондентов.

Полученные результаты исследования указывают на необходимость более ответственного и серьезного отношения к своему здоровью, особенно у респондентов, имеющих риски развития ССЗ, чтобы не упустить первые признаки заболевания. Здоровый образ жизни в сочетании с другими профилактическими мероприятиями позволят предотвратить или ослабить возможные риски развития ССЗ. Снижение заболеваемости ССЗ связано с воздействием на факторы риска. Профилактику ССЗ можно условно разделить на первичную и вторичную. Первичная профилактика включает рациональный режим труда и отдыха, правильное питание, увеличение физической активности, отказ от алкоголя и курения, контроль массы тела. Вторичная (медикаментозная и немедикаментозная) профилактика проводится дифференцированно с группами пациентов с верифицированными ССЗ с целью предупреждения рецидивов заболеваний, развития осложнений у лиц с реализованными факторами риска, снижения заболеваемости и смертности от этих болезней, улучшения качества жизни пациентов.

Выводы. У исследуемых студентов-медиков установлено, что по результатам заполнения анкеты «Определение опасности развития ССЗ» у 56,7% респондентов отсутствовала опасность развития ССЗ, у 38,3% студентов имел место умеренный риск развития ССЗ, а у 5,0% – выраженный риск развития ССЗ. По результатам проведенного исследования предложены профилактические мероприятия в отношении ССЗ.