

Крупенков П. И.

ВЫЯВЛЕНИЕ ФАКТОРОВ РИСКА РАЗВИТИЯ НЕИНФЕКЦИОННЫХ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ У СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ

Научные руководители: ст. преп. Петровская О. Н.,

канд. хим. наук доц. Борщанская Т. И.

Кафедра общей гигиены

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. Сердечно-сосудистые заболевания являются основной причиной смерти людей в большинстве стран мира. На сегодняшний день около половины всех летальных случаев в странах с высоким и средним уровнем достатка населения вызваны ишемической болезнью сердца, ещё примерно треть - инсультом. К немодифицируемым факторам риска развития данной патологии относятся: возраст, пол, наследственная предрасположенность. Однако, на ряд факторов можно повлиять - курение, нерациональное питание, низкий уровень физической активности, стресс и т.п. Именно поэтому, актуальными остаются вопросы профилактических мероприятий по воздействию на модифицируемые факторы риска с целью предотвращения развития патологических изменения в сердце и сосудах.

Цель: выявить наличие модифицируемых и немодифицируемых факторов риска развития сердечно-сосудистых заболеваний среди студентов-медиков.

Материалы и методы. Информация о наличии или отсутствии факторов риска кардиоваскулярных патологий в повседневной жизни учащихся медицинских учреждений была получена посредством проведения онлайн опроса с помощью Google Формы. Опрос прошли 125 респондентов (101 девушка и 24 юноши) в возрасте от 17 до 25 лет. На основе полученной информации была проведена оценка общего сердечно-сосудистого риска при помощи таблиц SCORE (Systemic Coronary Risk Evaluation) и определение основных факторов риска кардиососудистых нарушений у студентов - медиков.

Результаты и их обсуждение. На основании полученных данных установлено, что большинство респондентов имеет факторы риска развития сердечно-сосудистой патологии. Было выявлено, что 15% опрошенных употребляют фаст-фуд или иную пищу, содержащую транс-жиры более раза в неделю, ещё 24% питаются ей минимум раз в 10 дней. Исходя из полученных данных о продолжительности сна можно сказать, что 32% студентов спят от 4 до 6 часов в сутки, около 9% спят менее 4 часов. Так же у 56% респондентов близкие родственники имеют заболевания кардиоваскулярной системы, что в 5 раз повышает вероятность развития данной патологии среди опрошенных. Одним из самых важных модифицируемых факторов риска является уровень стресса: перед экзаменами 20% студентов оценивают свой стресс как крайне высокий, ещё 20% как очень высокий, 24% имеют высокий уровень стресса.

Выводы. Таким образом, по результатам проведенного анализа можно сделать выводы, что значительная часть студентов-медиков имеют повышенный риск развития кардиоваскулярных патологий в будущем. Это связано с наличием большого количества факторов риска: нерациональное питание, курение, отягощенная наследственность, стресс. В соответствии с полученными данными необходимо разрабатывать и внедрять профилактические мероприятия по воздействию на модифицируемые факторы риска путем пропаганды здорового образа жизни, отказа от курения и развитию стрессоустойчивости среди молодежи, а также минимизировать последствия от возможного проявления различных рисков, которые мы не можем полностью устранить.