

Артимовский С.В.

ОЦЕНКА ФАКТОРОВ РИСКА ПРЕДИАБЕТА И САХАРНОГО ДИАБЕТА 2 ТИПА (ПО ШКАЛЕ FINDRISC) СРЕДИ СТУДЕНТОВ И СОТРУДНИКОВ БГМУ

Научный руководитель: д-р мед. наук, проф. Шепелькевич А.П.

Кафедра эндокринологии

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. Сахарный диабет 2 типа (СД2) является одной из наиболее распространенных неинфекционных заболеваний в мире, представляя серьезную угрозу для общественного здоровья. По данным ВОЗ, число людей с диабетом неуклонно растет, и к 2045 году может достигнуть 700 млн человек. Предиабет – состояние, предшествующее развитию СД2, – также требует особого внимания, поскольку своевременная коррекция факторов риска может предотвратить или отсрочить манифестацию заболевания.

Особую значимость приобретает выявление групп риска среди относительно здоровых популяций, где высокие учебные и профессиональные нагрузки могут способствовать формированию нездоровых привычек (гиподинамия, несбалансированное питание). Ранняя диагностика факторов риска позволяет внедрять превентивные меры, снижая вероятность развития СД2 и его осложнений.

Цель: оценить влияние ключевых факторов риска (возраст, ИМТ, окружность талии, наследственность, физическая активность и др.) на вероятность развития предиабета и сахарного диабета 2 типа среди студентов и сотрудников университета. На основе анализа данных определить наиболее значимые корреляции и выделить группы повышенного риска.

Материалы и методы. Предметом исследования является анализ результатов анкетирования работников и студентов БГМУ. 13.11.2025 в БГМУ прошла акция, приуроченная ко всемирному дню борьбы с диабетом, где с целью анализа предрасположенности к диабету использовалась шкала FINDRISC. FINDRISC (The Finnish Diabetes Risk Score) – распространённая в Европе шкала оценки риска развития диабета, разработанная Финской Ассоциацией Диабета. Эта шкала позволяет оценить 10-летний риск сахарного диабета 2 типа, включая бессимптомный сахарный диабет и нарушение толерантности к глюкозе, с 85 % точностью. Шкала официально рекомендована к использованию в Республике Беларусь. Опрос проводился методом массового выборочного очного анкетирования: респондентам было предложено ответить на 8 вопросов, анкеты интерпретировали и фиксировали результаты.

Результаты и их обсуждение. Анализ данных выявил прямую зависимость между возрастом и риском развития сахарного диабета 2 типа (СД2) в ближайшие 10 лет. Наибольший риск отмечен у лиц старше 45 лет, что подтверждает необходимость усиленного скрининга в данной возрастной группе. Наблюдается значительная корреляция между повышенным индексом массы тела ($\text{ИМТ} \geq 25 \text{ кг/м}^2$) и высоким риском развития СД2. Увеличение окружности талии также напрямую связано с ростом вероятности развития СД2, что подтверждает роль абдоминального ожирения как ключевого фактора риска. Участники, употреблявшие менее 1 порции фруктов/овощей в день и ведущие малоподвижный образ жизни, имели незначительно повышенный риск СД2, что, однако не исключает необходимость коррекции диеты и/или увеличения физической активности в группах с повышенным риском, поскольку напрямую влияет на ИМТ и окружность талии. Наиболее высокая корреляция высокого и очень высокого риска развития СД2 выявлена с наличием гипергликемии в анамнезе, приемом антигипертензивных препаратов, а также наличием родственником, имеющих данное заболевание.

Выводы. Проведенное исследование подчеркивает значимость оценки факторов риска СД2 с использованием шкалы FINDRISC, в том числе среди молодых и трудоспособных групп населения. Полученные данные подчеркивают необходимость внедрения профилактических программ для групп повышенного риска с целью снижения вероятности развития заболевания и его осложнений.