ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПОВЫШЕНИЯ ЗНАНИЙ ДЛЯ СНИЖЕНИЯ РИСКА СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

КАДЫРОВ Б.С., ЖУРАЕВА Х.И., БАДРИТДИНОВА М.Н.

Бухарский государственный медицинский институт, г. Бухара. Узбекистан

Введение (цели/задачи). Изучить эффективность повышения знаний для снижения избыточного веса среди населения с целью уменьшения риска сердечно-сосудистых заболеваний.

Материал и методы. Репрезентативная выборка из неорганизованного населения в возрасте от 20 до 69 лет в количестве 797 человек (242 мужчины и 555 женщин). Проведен опрос населения при помощи вопросника с целью выявления их знаний об избыточном весе, ожирении и его осложнениях. Избыточная масса тела (ИМТ) рассчитана по формуле: $\text{вес(кг)}/\text{рост(м)}^2$, ≥ 25 , а уровни индекса Кетли ≥ 30 принимались за ожирение. Измерение АД проводилось дважды на обеих руках, с интервалом не менее 5 минут. Снимали ЭКГ на электрокардиографе «6-НЭК» в покое в 12 общепринятых отведениях.

Результаты. Установлено, что достаточно высоко распространены ИМТ и ожирение как среди женщин (20,65 и 18,48%), так и среди мужчин (37,34 и 12,03% соответственно). Среди обследованных пациентов у 42,01% мужчин и у 52,77% женщин было повышенное АД, а у 24,36% мужчин и у 41,20% женщин разные изменения на ЭКГ. Среди всех пациентов с проблемами веса был проведен опрос с целью выявления их знаний об избыточном весе и его осложнениях. Практически каждая третья женщина с ИМТ (35,96%) и

ожирением (30,39%) не считает, что повышенный вес повышает сердечно-сосудистый риск. 21,93% женщин с ИМТ и 16,67% с ожирением вообще не считают имеющееся у них повышение массы тела фактором риска ССЗ. Мужчины с ИМТ (34,44%) и ожирением (37,93%) не считают повышенный вес важным фактором риска. Далее всем мужчинам и женщинам при каждом их посещении, наряду с медикаментозным лечением, рекомендовано, чтобы их рацион питания больше содержал овощей и фруктов, меньше соли, животного жира и сахара, соблюдать здоровый образ жизни. Спустя 6 месяцев проводилось повторное обследование, были получены следующие результаты: у 21 (23,33%) из 90 мужчин с избыточной массой тела и у 11 (37,93%) мужчин из 29 с ожирением улучшились показатели ИМТ. Из 114 женщин с избыточной массой у 25 (21,92%) и из 102 женщин с ожирением у 19 (18,62%) нормализовались ИМТ, тем самым уменьшился риск сердечно-сосудистых заболеваний.

Заключение. Таким образом, немедикаментозное лечение, такое как соблюдение здорового образа жизни и рациональное питание являются частью в ведении больных с ИМТ и ожирением, приводящее к снижению риска сердечно-сосудистых заболеваний.

ЗАБОЛЕВАЕМОСТЬ И СМЕРТНОСТЬ ПРИ ИШЕМИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ СЕРДЦА В ГОРОДЕ ШЫМКЕНТЕ ВО ВЗАИМОСВЯЗИ С ТЕМПЕРАТУРОЙ ВОЗДУХА

КАУЫЗБАЙ Ж.А.¹, СЕЙСЕМБЕКОВ Т.З.², СЕЙДАХМЕТОВА А.А.¹, ИВАНОВА М.Б.¹, ЕДИГЕ А.¹

*АО «Южно-казахстанская медицинская академия»¹ г. Шымкент;
АО «Медицинский университет Астана»², г. Астана. Республика Казахстан*

Цель работы. Определить взаимосвязь смертности больных ишемической болезнью сердца (ИБС) с температурой воздуха в городе Шымкенте Республики Казахстан (РК).

Материал и методы. Анализ заболеваемости ИБС взрослого (18 лет и старше) населения РК и г. Шымкента за 2009–2017 гг., показателей ежемесячной смертности от ИБС (по МКБ-10: I20-I25) за 2009–2017 гг., с температурой воздуха тех же месяцев. Показатели сгруппированы по месяцам и сезонам года, анализированы в зависимости от пола и возраста: молодой (18–44 лет), средний

(45–59), пожилой (60–74) и старческий (75 лет и старше). Использованы методы статистического анализа с применением стандартного пакета программ Statistica (StatSoft) версии 13.0.

Результаты. За 2009–2017 гг. наблюдается рост впервые диагностированной ИБС у взрослого населения РК, в том числе городского – с 457,3 и 453,8 на 100 тыс. населения в 2009 г. до 497,8 и 529,8 в 2017 г. Заболеваемость ИБС в Шымкенте за эти годы также возросла, но показатели заметно ниже (с 434,9 до 444,3).