**Анализ и мониторинг результатов данных медико – социологического исследования в рамках Всемирного дня сердца в 2020 году**

Всемирный день сердца — это глобальная кампания в области здравоохранения. Ее основная задача — повышение осведомленности о заболеваниях сердечно-сосудистой системы, причинах их возникновения и способах предотвращения. В 2020 году в городах России пройдут образовательные и медицинские акции, где жителям расскажут о том, как при помощи простых действий можно снизить риск развития сердечно - сосудистых заболеваний. Эта важная дата возникла на рубеже ХХ и XXI веков по инициативе Всемирной федерации сердца (World Heart Federation). Идея получила поддержку Всемирной ассоциации здравоохранения (ВОЗ) и ЮНЕСКО. Сегодня праздник отмечается более чем в 100 странах мира.

Сердечно-сосудистые заболевания являются основной причиной смертей в мире, унося 18 млн жизней в год. Всемирный день сердца призван напомнить, что профилактика возможна и необходима как на глобальном, так и на индивидуальном уровне Всемирный день сердца в 2020 году посвятят диагностике и профилактике сердечно – сосудистых заболеваний.

Повышенное артериальное давление (АД) является одним из наиболее важных факторов риска инсультов, ишемической болезни сердца, сердечной недостаточности, хронической болезни почек и других заболеваний.

Повышенное артериальное давление вносит наибольший вклад в структуру преждевременной смертности населения во всем мире и в России!

Распространенность повышенного АД (140/90 мм рт.ст. и выше) среди взрослого населения разных стран составляет 30-45%, в России – 43%.

Повышенное артериальное давление часто сочетается с другими кардиоваскулярными факторами риска, таким как: курение, низкая физическая активность, избыточная масса тела или ожирение, повышенный сахар и холестерин крови. Их сочетание приводит к существенному повышению суммарного риска фатальных сердечно - сосудистых осложнений. В то же время эффективный контроль артериальной гипертонии, особенно у лиц с высоким сердечно - сосудистым риском, признан в качестве одной из наиболее эффективных профилактических стратегий, в т.ч. с экономической точки зрения.

Сотрудниками ОГБУЗ « Центр медицинской профилактики города Старого Оскола» проведен социологический опрос среди различных возрастных групп населения Старооскольского городского округа по определению уровня информированности по профилактики сердечно – сосудистых заболеваний. Медико – социологическое исследование проведено по анкете «Информированность населения по вопросам артериальной гипертензии».

**Цель исследования** – изучить уровень информированности населения о факторе риска ХНИЗ - артериальная гипертензия.

**Объект исследования** - фактор риск – повышение уровня АД.

**Предмет исследования** - результаты анонимного анкетирования.

В соответствии с указанной целью специалистами ОГБУЗ «Центр медицинской профилактики города Старого Оскола» были поставлены следующие задачи:

1. Провести анонимное анкетирование.

2.Проанализировать проведенное анкетирование, выявить уровень информированности о факторе риска – артериальная гипертензия.

В медико – социологическом исследовании приняли участие 370 человек, данные изложены в виде диаграммы.

**Диаграмма Уровень информированности о факторе риска – артериальная гипертензия в % соотношении.**

*Анализ результатов:*

1. На вопрос « Вам известно, что такое гипертония ?» утвердительно ответили 79% респондентов (293 человека), что говорит о высокой осведомленности о данном заболевании.

2. В данном исследовании на вопрос анкеты «Знаете ли Вы свой уровень АД?» - 64 % (237 респондентов) дали положительный ответ .

3. На вопрос анкеты «Знаете ли Вы по какой причине происходит повышение уровня артериального давления?» - 77 % (286 респондентов) дали утвердительный ответ, что в 3,4раза больше, чем респондентов ответивших отрицательно.

4. На вопрос анкеты «Знаете ли Вы меры профилактики артериальной гипертензии?» дали положительный ответ 222 респондентов, что составляет 60% от общего числа анкетируемых.

**Выводы**: профилактика гипертонии признана самым эффективным методом борьбы с высоким артериальным давлением. На сегодняшний день разработан целый комплекс профилактических мероприятий: придерживаться здорового питания, повышать физическую активность, сократить потребление алкоголя, прекратить употребление табака и воздействие табачной продукции, управлять стрессовыми ситуациями, а также контролировать показатели кровяного давления с достижением целевого уровня.

Ежедневные профилактические методы могут скорректировать АД и уберечь человека от инфаркта или инсульта. Профилактика повышенного артериального давления — это единственный метод борьбы с гипертонией без использования химических препаратов. Предотвращение высокого давления осуществляется консервативными методами лечения и изменением образа жизни. Консервативное лечение определяет врач! Он же дает общие рекомендации по изменению стереотипов проведения отдыха, питания и досуга.

При диагностике артериальной гипертензии пациент принимает активное участие в самоизлечении. Никакие лекарства не способны повлиять на кровяное давление так, как может сам человек. Гипертоники, которые избегают нагрузки и стресса, избавляются от вредных привычек, занимаются спортом, забывают о патологиях сердечно - сосудистой системы. Лечение гипертоников сводится не только к снижению и стабилизации уровня артериального давления, но и к минимизации рисков развития осложнений. Чтобы достичь желаемого эффекта, необходима коррекция выявленных у пациента факторов риска. Это снижение веса тела, отказ от вредных привычек и т.д.

Участникам медико – социологического исследования даны рекомендации по профилактике артериальной гипертензии.

Всем респондентам данной репрезентативной выборки рекомендовано пройти комплексное – скрининговое обследование в Центре Здоровья ОГБУЗ «Центр медицинской профилактики города Старого Оскола» и посетить курс занятий в Школе здоровья «Профилактика артериальной гипертензии».

*ОГБУЗ «Центр медицинской профилактики города Старого Оскола»*

*Заведующий отделом мониторинга здоровья Л.А.Смольникова*

*Медицинский статистик Н.А. Мартынова*