**ПРЕСС-РЕЛИЗ К ВСЕМИРНОМУ ДНЮ СЕРДЦА.**

**29.09.2022 / 14:48**

Всемирный День сердца отмечается по инициативе Всемирной организации сердца и ЮНЕСКО более чем в 100 странах ежегодно 29 сентября с 1999 г. Это глобальная акция в области здравоохранения, целью которой является повышение сознания общества и реального понимания опасности, связанной с эпидемией сердечно-сосудистых заболеваний во всем мире.

Болезни сердца остаются лидирующей причиной смертности во всем мире уже 20 лет. Тем не менее, никогда они не уносили так много жизней, как сегодня. С 2000г. число случаев смерти от сердечно-сосудистых заболеваний возросло более чем на 2 миллиона и в 2019г. достигло почти 9 миллионов. А на долю ишемической болезни сердца сегодня приходится 16% всех случаев смерти в мире.

В Республике Беларусь, как во всем мире, в течение последних двадцати лет отмечается постоянный рост заболеваемости населения БСК. В период с 2000 по 2020 год регистрируемый уровень заболеваемости БСК увеличился почти в два раза. Среди БСК лидируют по распространенности артериальная гипертензия, ишемическая болезнь сердца и цереброваскулярные болезни, которые являются основными причинами смертности, инвалидности, снижения качества жизни пациентов при БСК.

Высокие показатели заболеваемости и смертности от БСК в республике обусловлены объективными и субъективными факторами: демографическим старением населения; финансово-экономической ситуацией; ростом психоэмоциональных нагрузок в связи с индустриализацией и урбанизацией населения; укладом жизни и традициями в характере питания; распространенностью курения и употребления алкогольных напитков; малоподвижным образом жизни; избыточной массой тела; отсутствием мотивации к заботе о собственном здоровье и ведению здорового образа жизни.

Наличие даже одного из факторов риска увеличивает смертность мужчин в возрасте 50-69 лет в 3,5 раза, а сочетанное действие нескольких факторов – в 5-7 раз.

По мнению экспертов ВОЗ, положительная динамика в уровне заболеваемости и смертности вследствие БСК может быть достигнута только при условии комплексного воздействия на факторы, влияющие на состояние здоровья населения, в т.ч. благодаря популяционной (массовой) и индивидуальной стратегии профилактики, которая заключается в изменении образа жизни и факторов окружающей среды, связанных с заболеваниями, а также их социальных и экономических последствий.

В Республике Беларусь в 2016 и 2020 г. было проведено широкомасштабное репрезентативное исследование STEPS по изучению динамики распространенности факторов риск неинфекционных заболеваний (курение, употребление алкоголя, избыточный вес, гиподинамия, повышенное артериальное давление, повышенное содержание глюкозы и холестерина крови, повышенное потребление соли).

По результатам исследования, проведенного в 2020г., отмечена положительная динамика в отношении частоты и распространенности факторов риска БСК среди населения республики, что свидетельствует об эффективности комплекса государственных мер по профилактике неинфекционных заболеваний.

Так, сравнительный анализ показателей потребления табака показал, что доля курящих респондентов на момент проведения исследования в 2020 году (26,7%) была ниже, нежели в 2016 году (29,6%). Средний возраст начала курения среди респондентов исследования 2020 г. увеличился практически на 1 год (17,4 года в 2016 г. и 18,2 года в 2020 г.).

Доля лиц, не принимающих алкоголь на протяжении последних 12 месяцев, среди всего населения незначительно снизилась с 12,3% в 2016 г. до 10,1% в 2020 г., с другой стороны, доля лиц, непьющих на протяжении всей жизни, так же незначительно, но возросла (с 5,7% в 2016 г. до 6,3% в 2020 г.) (табл.2).

Динамика показателей рациона питания обнаружила как улучшение отдельных показателей, так и ухудшение некоторых из них. В частности, сохраняется проблема недостаточного потребления овощей и фруктов в рационе питания белорусов – среднее количество ежедневных стандартных порций овощей и фруктов составляет 1,9-1,5 (в 2016 году – 2,1-1,8) при рекомендуемой норме ВОЗ не менее 5 порций овощей или фруктов. Доля тех, кто употреблял менее 5 смешанных порций фруктов и/или овощей в день увеличилась с 72,9% респондентов в 2016 г. до 78,2% в 2020 г.

В качестве положительных изменений было отмечено, что доля тех, кто всегда или часто добавляет соль или соленый соус в пищу перед употреблением или досаливает в процессе еды, уменьшилась и составила 22,8% в 2020 г. против 31,7% в 2016 г. среди всех респондентов. В тоже время наблюдается увеличение доли тех, кто всегда или часто употребляет обработанные продукты с высоким содержанием соли (35,6% в 2016 г., 44,3% в 2020 г.).

По показателям физической активности статистически достоверных изменений в рассматриваемый период не произошло. Однако следует заметить, что довольно неплохие результаты в целом по стране указывают на формирование положительного отношения населения к физически активному образу жизни и пониманию его важности в текущих условиях жизнедеятельности.

В отношении измерений артериального давления у респондентов установлено, что за анализируемый период у белорусов снизился средний уровень систолического артериального давления на 4,7 мм рт.ст., что, несомненно, является благоприятным прогностическим фактором снижения количества БСК в целом. Получена положительная динамика уменьшения лиц с повышенным артериальным давлением (≥140/90 мм рт.ст.) на 14,1% (с 44,9 до 30,8%) в сравнении с 2016 годом. Наблюдается значимая положительная динамика по увеличению приверженности к лечению среди пациентов с артериальной гипертензией, которая возросла на 27,6% (с 46,6 до 74,2%) в большей степени за счет мужчин (на 37,6%).

Биохимические показатели населения в 2020 г., напротив, имели тенденцию к ухудшению по отношению к значениям 2016 г.: доля лиц с повышенным уровнем глюкозы в крови натощак (в цельной капиллярной крови ≥6,1 ммоль/л или в плазме венозной крови ≥7,0 ммоль/л) или тех, кто в текущее время принимает медикаменты от повышенного уровня глюкозы в крови, также существенно возросла с 3,6% в 2016 г. до 6,5% в 2020 г.

Помимо показателей гликемического обмена отмечена тенденция к росту распространенности доли лиц с повышенным уровнем общего холестерина (≥5,0 ммоль/л) или тех, кто в текущее время принимает медикаменты от повышенного холестерина в крови, с 38,2% в 2016 г. до 43,9% в 2020 г. Согласно полученным данным, этот рост был обусловлен за счет лиц мужского пола (от 33,4% в 2016 г. до 43,5% в 2020 г.).

Несмотря на общие положительные тенденции по данным второго общенационального исследования распространенности факторов риска неинфекционных заболеваний STEPS 2020г. установлено, что:

26,7% населения республики в возрасте 18-69 лет ежедневно курят;

54,4% употребляли алкоголь в течение последнего месяца;

60,6% имеют избыточную массу тела;

25,4% имеют ожирение; висцеральное ожирение у 42,0% мужчин и 63,5% женщин;

44,9% имеют повышенное артериальное давление;

7,6% имеют повышенный уровень глюкозы в крови;

8,2% потребляют меньше пяти порций фруктов и овощей в день;

44,3% употребляют обработанные продукты с высоким содержанием соли;

11,6% не имеют рекомендованной физической активности;

59,8% населения имеют 1-2 фактора риска, 33,0% - 3-5 факторов риска развития БСК

В тоже время только:

66,0% пациентов с выявленной артериальной гипертензией принимают медикаментозные препараты против повышения артериального давления;

28,4% пациентов с БСК принимают статины;

59,3% пациентов получают лекарственную терапию и медицинское консультирование (медицинское наблюдение) для предотвращения сердечных приступов и инсультов.

Кроме того, результаты оценки риска развития БСК у лиц в возрасте 40-69 лет говорят об увеличении доли лиц с 10-летним риском БСК ≥ 30% или с наличием БСК как среди всего населения (с 13,3% в 2016 г. до 18,2% в 2020 г.), так и в разрезе половой принадлежности: основной вклад в динамику показателя по результатам сравнительного анализа внесли женщины – от 11,6% в 2016 г. до 17,9% в 2020 г.

Результаты исследования и интерпретации данных STEPS способствуют наращиванию национального потенциала с целью совершенствования эпиднадзора за неинфекционными заболеваниями, разработке и реализации комплекса мер по борьбе с наиболее распространенными в стране неинфекционными заболеваниями.

Новым толчком для развития программ профилактики неинфекционных заболеваний станет присоединение Республики Беларусь к Повестке дня в области устойчивого развития на период до 2030 года, которая принята в сентябре 2015 года лидерами 193 стран – членов ООН, и которая содержит 17 Целей, направленных на то, чтобы избавить человечество от нищеты, сохранить процветающую планету для будущих поколений и построить мирное и открытое общество, обеспечив тем самым достойные условия жизни для всех.

Одной из подзадач цели 3 «Обеспечение здорового образа жизни и содействие благополучию для всех в любом возрасте» является достижение показателя 3.4.1. «Смертность от сердечно-сосудистых заболеваний.

Достижение показателя 3.4.1. «Смертность от сердечно-сосудистых заболеваний» является возможным при межведомственном решении проблем и реализации комплекса целей, направленных как непосредственно на оказание качественной и своевременной медицинской помощи, включая медицинскую профилактику БСК, так и на создание в государстве условий для формирования у населения потребности в здоровом образе жизни, заботе о собственном здоровье,  уменьшения и исключения влияния вредных привычек и факторов риска. При этом, медицинский и социальный аспекты тесно переплетаются и неразделимы: усилия органов государственного управления на местах по созданию структуры, условий и информационной политике позволяют обеспечить качественную и доступную медицинскую помощь, профилактику и формирование здорового образа жизни населения регионов.