

Катриченко Л. О.

ІНФОРМОВАНІСТЬ ПАЦІЄНТІВ ЩОДО ОСНОВНИХ ФАКТОРІВ РИЗИКУ РОЗВИТКУ СЕРЦЕВО-СУДИННИХ ЗАХВОРЮВАНЬ

Українська медична стоматологічна академія, Полтава, Україна

Кафедра пропедевтики внутрішньої медицини з доглядом за хворими, загальної практики (сімейної медицини)

(науковий керівник - к.мед.н. Трибрат Т. А.)

Найважливішим компонентом медичної інформованості пацієнтів є інформованість про основні фактори ризику (ФР) розвитку серцево-судинних захворювань (ССЗ), які продовжують залишатися провідною причиною захворюваності і смертності в більшості країн світу. Мета роботи: оцінити інформованість пацієнтів з ішемічною хворобою серця що до ФР, а також оцінку їх мотивації до підвищення інформованості про ССЗ.

З метою виконання дослідження проведено анкетування 56 пацієнтів з ішемічною хворобою серця, віком від 48 до 73 років на базі терапевтичного відділення КП«3-я міська клінічна лікарня Полтавської міської ради». Анкета включала основні демографічні (стать, вік) і соціальні показники, інформація про поведінкові ФР у пацієнтів - куріння, вживання алкоголю, особливості харчування, рівні фізичної активності, інформованість пацієнта щодо власних показників (зріст, маса тіла, окружність талії, рівень загального холестерину і глюкози), мотивація до отримання додаткової інформації про своє захворювання та різних аспектів способу життя.

Для оцінки медичної інформованості хворих в анкеті використовували відкриті питання на знання традиційних ФР розвитку ССЗ та їх цільових значень. Звертає увагу вкрай низька інформованість пацієнтів за основними ФР розвитку ССЗ. Пацієнти пов'язували своє захворювання перш всього зі стресом, нервовим перенапруженням (48%), 31% вважали, що грає роль надмірне вживання алкоголю, і 21% бачили причину в нездоровому харчуванні та 37% в гіподинамії. Тільки 47% пацієнтів вказували на підвищений рівень загального холестерину, тоді як гіперхолестеринемія відзначалася у більшості пацієнтів. Оцінка мотивації пацієнтів до отримання додаткової інформації про захворювання та різних аспектів способу життя досить висока (99%).

З метою контролю факторів ризику розвитку серцево-судинних захворювань і підвищення ефективності вторинної профілактики у пацієнтів з наявними серцево-судинними захворюваннями необхідні додаткові заходи щодо підвищення рівня інформованості пацієнтів з серцево-судинних захворювань.

Клантук Я. М.

НОВІ ПІДХОДИ ДО ПРОФІЛАКТИКИ СЕРЦЕВО-СУДИННИХ ЗАХВОРЮВАНЬ

Буковинський державний медичний університет, Чернівці, Україна

Кафедра внутрішньої медицини, фізичної реабілітації, спортивної медицини та фізичного виховання (науковий керівник - викл. Колодніцька Т. Л.)

Україна є світовим лідером по смертності від серцево-судинних хвороб (ССХ). Перші місця серед них посідають ішемічна хвороба серця, цереброваскулярні захворювання, кардіоміопатія і міокардит. Сьогодні первинній профілактиці ССХ приділяється велика увага, тривають пошуки нових факторів ризику та з'являються нові підходи до боротьби з уже відомими. Корекція харчування та рухового режиму нині є найбільш рекомендованими та популярними.

Метою дослідження було знайти нові підходи до профілактики кардіо-васкулярних хвороб.

За останніми рекомендаціями фізичні навантаження необхідні для всіх вікових груп, рас, обох статей, задля запобігання не лише виникнення, а й прогресування ССХ (С. J. Lavie, 2019). Ророблені чіткі рекомендації щодо тривалості та якості фізичних вправ для здорових осіб та пацієнтів з серцевою недостатністю. Питання дотримання дієти залишається складним. Пацієнти часто не є прихильними до медикаментозного зниження холестерину, не завжди дотримуються встановленого лікарем режиму прийому препаратів, а також ускладнюють лікування незмінюючи свій раціон та рухову активність. Тому досі ведуться дискусії щодо раціонального і в той же час доступного та смачного харчування. Дієта на основі рослин, а саме цільні злаки, фрукти, овочі, горіхи, бобові, олії, чай та кава, окрім картоплі, продуктів з підвищеним вмістом цукру, рафінованих злаків зменшують ризик ССХ. Продукти тваринного походження можна вживати тільки помірну кількість (E. Helmer, 2019). Нордична дієта нормалізує кров'яний тиск і ліпідні показники у крові (N. Ramezani-Jolfaie, 2019). Завдяки її дотриманню знижується рівень ЛПНЩ до 21%, глюкози і інсулінорезистентності, але після втрати ваги ефекти зникають (A. Bestrild, 2017). Палеолітична дієта рекомендує вживати нежирне м'ясо, рибу, фрукти, овочі, горіхи і виключити злаки, молочні продукти, цукор і сіль. Ефекти подібні до попередніх дієт вище сказаних, проте вона потребує більше досліджень (E. Ghaedi, 2019). Результати досліджень доводять, що середземноморська дієта знижує смертність на 9% від ССХ (F. Sofi, 2008), так як усуває такі фактори ризику як високий АТ, надмірна маса тіла і ожиріння, гіперглікемія, запальні процеси (A. Papadaki, 2020).

Отже, необхідно і далі пропагувати та доводити ефективність боротьби з факторами ризику ССХ. Важливо, щоб профілактика ССХ складалася як і з правильно підбраного раціону, так і постійної фізичної активності.