



УДК 616.1-036.2

ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ОСВЕДОМЛЕННОСТИ И РАСПРОСТРАНЕННОСТИ ФАКТОРОВ РИСКА СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ У СТУДЕНТОВ МОРДОВСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА

**А.А. УСАНОВА
Н.Н. ГУРАНОВА
И.Х. ФАЗЛОВА
Т.А. КУНЯЕВА**

*Мордовский
государственный
университет
имени Н.П. Огарева*

e-mail: faktner@list.ru

В статье представлены результаты анонимного анкетирования, позволяющие оценить осведомленность о факторах риска сердечно-сосудистых заболеваний студентов медицинского института и студентов других факультетов ФГБОУ ВПО «МГУ имени Н.П. Огарева» для совершенствования профилактической помощи в этой группе населения. Результаты исследования показали, что информированность о факторах риска ССЗ студентов МГУ имени Н.П. Огарева является недостаточной (в общей массе опрошенных студентов 66,7% перечислили наиболее часто встречаемые факторы риска (стресс, малоподвижный образ жизни, неправильное питание, курение) и зависит от профиля получаемого образования. Группу «информационного риска» в обследованной популяции составляют студенты технических специальностей МГУ имени Н.П. Огарева. Показано, что у опрошенных лиц имеется низкий уровень знаний о последствиях артериальной гипертензии.

Ключевые слова: осведомленность о факторах риска, сердечно-сосудистые заболевания, студенты, первичная профилактика.

Несмотря на достижения современной медицины, отмечается процесс омоложения смертности от сердечно-сосудистых заболеваний (ССЗ), что обуславливает необходимость изучения факторов риска (ФР) развития ССЗ среди молодежи [5, 8, 9, 10]. С практической точки зрения особенно актуальным в молодом возрасте является изучение поведенческих ФР ССЗ, так как в этот период популяционного онтогенеза выраженность биологических факторов сведена к минимуму. Наиболее перспективным в этом плане является изучение состояния здоровья студенческой молодежи, так как именно этой группе населения России предстоит реализовать такие важные социальные функции общества как профессиональная, репродуктивная, интеллектуальная и нравственная [12].

Наиболее эффективным способом уменьшения заболеваемости и смертности от ССЗ является их первичная профилактика, т. е. борьба с ФР [5, 10].

Приведенная концепция согласуется с установкой Российского Национального проекта «Здоровье» на развитие профилактического направления медицинской помощи, среди приоритетов которого указана диспансеризация групп риска. На сегодняшний день подходы к диспансеризации групп риска у лиц молодого возраста нуждаются в доказательном научном обосновании [11].

Целью работы явилась оценка степени осведомленности и распространенности факторов риска сердечно-сосудистых заболеваний у студентов медицинского института и студентов других факультетов ФГБОУ ВПО «МГУ им. Н.П. Огарева» для совершенствования профилактической помощи в этой группе населения.

Материалы и методы. Исследование проведено среди 464 юношей и девушек в возрасте 17-23 лет, среди которых 226 (48,7%) были лица мужского пола и 238 (51,3%) – женского.

Обследованные являлись студентами различных факультетов ФГБОУ ВПО «МГУ имени Н.П. Огарева»: гуманитарных направлений (филологического, аграрного), технических направлений (светотехнического, факультета электронной техники, института физики и химии) и медицинского института.

Основой исследования явились результаты анонимного анкетирования студентов. Анкета включала в себя разделы, посвященные антропометрическим и социальным показателям, артериальному давлению, сахарному диабету, потреблению алкоголя, привычкам питания, физической активности, курению, сердечно-сосудистым заболеваниям. Вопросник позволял оценивать конкретные знания людей о здоровом образе жизни, различных ФР и самих ХНИЗ, а также реальный образ жизни респондентов и наличие у них тех или иных ФР в период осени-зимы 2012 – 2013 гг. в данном учебном заведении. При этом учитывались следующие параметры: факультет, возраст, пол, рост, вес для последующего определения индекса массы тела (ИМТ, кг/м²). Основанием для установления избытка массы тела и ожирения у студентов было

превышение пограничных значений ИМТ 25 кг/м² и 30 кг/м² соответственно по Obesity Education Initiative BMI Calculator (1994). Критериями ФР так же служили артериальная гипертензия (АГ): АД систолическое >140 мм рт. ст. и/или АД диастолическое >90 мм рт. ст. и/или прием гипотензивных средств; регулярное курение: как минимум, 1 сигареты в день на протяжении последнего года; прием алкоголя; низкая ФА: преимущественно сидячая работа (или отсутствие работы) при отсутствии регулярных физических упражнений (как минимум, 1 раз в неделю) в свободное время; сахарный диабет (СД) и наследственные факторы: сообщение респондента при опросе о имеющемся СД и ССЗ у родственников.

Статистическую обработку полученных данных исследования проводили с применением стандартных алгоритмов вариационной статистики.

Результаты и обсуждение. На протяжении многих лет доминировала точка зрения о том, что факторы риска в основном влияют на заболеваемость и смертность от ССЗ в пожилом возрасте. Однако эпидемиологические исследования убедительно показали высокую распространенность сердечно – сосудистой патологии в детском возрасте. Так, за последние 7 лет в 2,1 раза возросла частота патологии органов кровообращения среди детей в возрасте до 14 лет. Эти исследования положили начало провозглашению новых целей в предупреждении развития ССЗ, начиная с подросткового возраста. Интерес к данной проблеме возрос в последнее десятилетие, когда была установлена высокая распространенность факторов риска ССЗ в детской и подростковой популяции [2].

Это положение хорошо иллюстрируют результаты настоящего исследования. Проведённое исследование позволило установить в обследованной популяции высокую распространенность поведенческих факторов риска ССЗ. Факторы риска распределились следующим образом: неправильное питание – в 78,8%, низкая физическая активность – в 60,2%, курение – в 41,1%, стресс – в 26,4%, употребление алкоголя – в 23,4%, артериальная гипертензия – в 19,8%, избыточная масса тела и ожирение – в 18,2%, отягощенная наследственность – в 12,84%. Распространенность поведенческих факторов риска ССЗ коррелировала с факультетами.

Изучая осведомленность студентов МГУ имени Н.П. Огарева о факторах риска развития ССЗ была выявлена удовлетворительная и низкая информированность (в целом 33,3%) (рис.1).

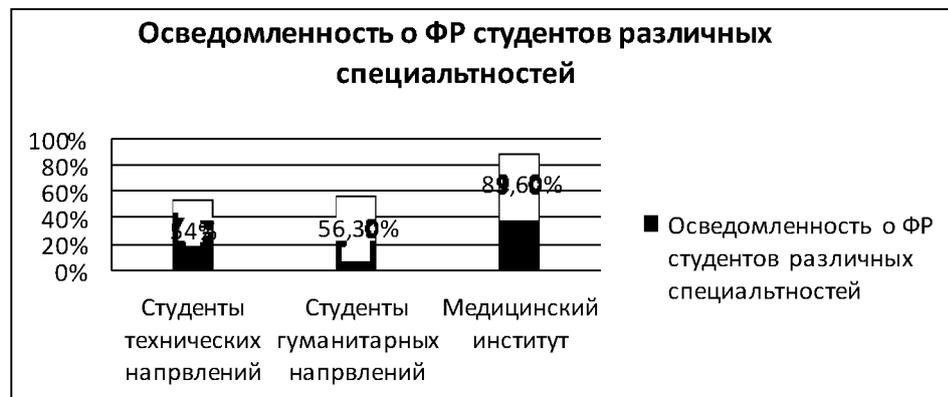


Рис.1. Осведомленность о ФР студентов различных специальностей (%)

В ходе анализа полученных данных было выявлено, что осведомленность студентов о факторах риска ССЗ является недостаточной. В общей массе опрошенных студентов 66,7% перечислили наиболее часто встречаемые факторы риска (стресс, малоподвижный образ жизни, неправильное питание, курение), 33,3% не назвали ни один из факторов риска. Причем среди студентов, правильно перечисливших факторы риска, 57,8% составили лица женского пола.

Среди опрошенных студентов технических специальностей (ИФХ, СТФ, ФЭТ) о факторах риска осведомлены 54% респондентов, среди которых 44,8% студенты младших курсов, большую часть из них составили лица женского пола – 63,3%; среди старших курсов осведомленность составила 52,6%, причем примерно одинаково среди женского и мужского пола: 53,1% и 46,9% соответственно.

У студентов гуманитарных специальностей (филологический, аграрный) результаты несколько выше: общая осведомленность составила 56,3%. 50,4% студентов младших курсов перечислили несколько факторов риска, причем лица женского пола оказались более осведомленными – 58,2%. Осведомленность старших курсов – 62,1%, лица женского пола и здесь преобладали – 68,4%

Наиболее осведомленными о факторах риска ССЗ оказались студенты медицинского института: 89,6%. Среди младших курсов – 80,1%, среди которых 53,1% девушки, а вот студенты старших курсов порадовали своими результатами: 99,1% правильно и в полном объеме пере-



числили все факторы риска ССЗ, причем различий в знаниях среди женского и мужского пола практически не было – 50,9% и 49,1% соответственно.

Причем, значительная часть опрошенных (45,1%) назвала среди ФР стресс, на неправильное питание (избыток жирной, жареной пищи) указало 21,2%, на малоподвижный образ жизни – 13,1%. Осведомленность о других ФР оказалась недостаточной – негативное влияние курения отметили – 10,3% опрошенных, алкоголя – 4,6%, 4,2% отметили избыточный вес как фактор риска. 1,2% респондентов указало как фактор риска повышенное артериальное давление. А на такие факторы риска как сахарный диабет, отягощенная наследственность обратили внимание только студенты медицинского института – 0,3%. Хотя именно эти ФР занимают первые места по частоте встречаемости у данной группы обследуемых.

В целом, наиболее осведомленными оказались студенты медицинского института, что напрямую связано со спецификой обучения, на втором месте – студенты гуманитарных направлений. Группу «информационного риска» составили студенты технических направлений.

АГ является существенным и независимым фактором риска раннего развития ССЗ, которые определяют качество жизни [6, 8, 9, 10]. Результаты нашего исследования выявили достаточно значительную распространённость артериальной гипертензии среди студентов ФГБОУ ВПО «МГУ имени Н. П. Огарева» – 19,8%. Что не противоречит литературным источникам. Достоверно чаще АГ регистрируется у студентов старших курсов. При этом среди данного контингента выявляется отягощённая наследственность по артериальной гипертензии в 53% случаев. Отмечается преимущественное (в 66,7%) сочетанное действие наряду с гипертензией таких факторов риска, как низкая физическая активность, ожирение и курение, а так же отсутствие полноценного лечения данного состояния. Помимо этого были выявлены существенный дефицит знаний и неправильные представления о причинах и последствиях повышенного АД, не способные лечь в основу формирования здорового образа жизни. В связи с тем, что эффективность профилактики, выявления и лечения артериальной гипертензии выше на ранних этапах ее становления, т. е. в подростковом и молодом возрасте, а не на стадии стабилизации и органических повреждений [12], следовательно, необходимо направить большие усилия по исправлению сложившейся неблагоприятной ситуации.

В России, где не выращивают табак, курение – самая распространенная вредная привычка у мужчин [1, 3, 4]. Нами было выявлено, что среди студентов МГУ имени Н. П. Огарева реальная частота курения у юношей и девушек составила соответственно 49,8% и 11,9%. Данный фактор имел максимальное распространение среди лиц с повышенным АД (43,2%), а так же положительно связан с частотой потребления алкоголя и уровнем физической активности (ФА), отрицательно – с информированностью о влиянии табакокурения на здоровье индивидуума.

Так же было выявлено, что у 73% курильщиков курил хотя бы 1 из родителей. У 42% курящих девушек было отмечено курение матери, что указывает на существенное влияние обстановки в семье на формирование мировоззрения подростка, а так же понятий «хорошо» и «плохо». Наиболее часто указываемый возраст начала курения – 14 лет. На это указало 68,9% курящих студентов. Скорее всего, это связано с тем, что именно в этом возрасте начинается борьба за авторитет среди сверстников и такая «взрослая» привычка существенно повышает статус в обществе подростков.

Здоровое питание составляет основу здорового образа жизни. Известно, что значительным фактором риска развития таких неинфекционных заболеваний, как сердечно-сосудистые заболевания и рак, является избыточное потребление жирных молочных продуктов, жирных сортов мяса, соли и высококалорийных продуктов, содержащих сахар [14, 15]. В нашем исследовании было выявлено, что многие студенты по данным анкетирования имеют представление о правильном питании (74,1%), но придерживается при этом правильного, сбалансированного питания лишь 21,3% респондентов.

Одной из важных проблем здоровья современного общества, приводящих к самым печальным последствиям, является – низкая физическая активность [8]. Результаты нашего исследования не разнились с данными литературы о низкой физической активности среди молодых людей. По результатам проведенного анкетирования среди всей популяции студентов утреннюю зарядку выполняет регулярно 12,1 % опрошенных, не регулярно её делает подавляющее большинство (52,7 %). Среди лиц с избыточной массой следует отметить крайне низкую физическую активность самих студентов, а также их родителей.

Таким образом, данные анкетирования выявили в группе студентов низкий уровень физической активности (НФА). На НФА как важный ФР развития ХНИЗ указали при только 29,3% респондентов. Весьма знаменательно, что те лица, которые имели НФА, реже называли недостаток ФА в числе ФР развития ХНИЗ по сравнению с остальными респондентами причем возраст, пол не оказывали заметного влияния на частоту подобного ответа.

Суммарным показателем рационального питания и разумной физической активности является масса тела. Избыточная масса тела является важным фактором риска развития ССЗ. Она ограничивает физические возможности человека, приводит к различным психо – социальным последствиям, негативно влияя на качество жизни. В большинстве стран ожирение и избыточная масса тела – это довольно распространенная проблема, одна из наиболее важных причин нездоровья [14, 15]. В проведенном нами исследовании выявлено, что частота встреча-

емости избыточной массы тела и ожирения составила 18,2%, при этом половых отличий в частоте встречаемости не выявлено. Следует отметить, что наибольшее количество лиц с избыточной массой тела и ожирением отмечено среди студентов младших курсов (11,3%) что возможно, обусловлено низкой физической активностью детей в связи с массовой компьютеризацией населения.

Сколько в России выпивают алкоголя, точно никто не знает. Потребление алкоголя в значительной степени зависит от уровня образования населения [7]. В нашем исследовании 23,4% студентов указало на прием алкоголя. Наиболее часто употребляемым видом алкоголя было пиво, средняя частота употребления которого была 1 раз в неделю, в количестве 0,5 л., на втором месте по частоте употребления, в среднем, 1 раз месяц, оказалось вино, в количестве 300-500 мл, на третьем месте по частоте употребления (примерно 1 раз в полгода) оказались водка и другие крепкие алкогольные напитки в количестве 200-300 мл.

Исследования последних лет убеждают в том, что психо – социальные факторы вносят значительный вклад в развитие хронических неинфекционных заболеваний, в частности, в развитие и продолжительность коронарной болезни сердца и смертность от нее [13].

Наше исследование выявило, что в опрошенной популяции студентов 26,4 % отметили частые стрессы. Причем 61,2% из них были студенты с ожирением и артериальной гипертензией, а так же студенты, принимающие лекарственные препараты по поводу ССЗ. Для данной группы характерно наличие большого удельного веса родителей со средним уровнем образования. Если рассматривать различия по факультетам, то наибольший процент студентов, указавших на частые стрессы, были студенты медицинского института, на втором месте студенты технических направлений и на последнем – гуманитарных.



Рис. 2. Частота встречаемости важнейших факторов риска ССЗ среди студентов МГУ имени Н. П. Огарева в 2012-2013 г. г. (по данным анонимного анкетирования)

Таким образом, среди обследованного контингента, начиная со студентов младших курсов, присутствуют ведущие факторы риска поражения сердечно – сосудистой системы (рис. 2.). Они выражаются в наличии избыточной массы тела, повышенного артериального давления, низкой физической активности, а так же, неправильном питании, курении, употреблении алкоголя и подверженности стрессам, отягощенной наследственностью. Отмечено сочетанное действие данных факторов.

Выводы:

1. Информированность о факторах риска ССЗ студентов МГУ им. Н. П. Огарева является недостаточной (в общей массе опрошенных студентов 66,7% перечислили наиболее часто встречаемые факторы риска (стресс, малоподвижный образ жизни, неправильное питание, курение) и зависит от профиля получаемого образования. Группу «информационного риска» в обследованной популяции составляют студенты технических специальностей МГУ имени Н. П. Огарева.

2. Популяция студентов МГУ им. Н.П. Огарева характеризуется высокой распространенностью поведенческих (нерациональное питание, низкая физическая активность, курение, потребление алкоголя, артериальная гипертензия, избыточная масса тела) и психосоциальных (психоземциональное напряжение, личностная тревожность) ФР ССЗ, а так же отягощенной наследственностью по ССЗ.



Литература

1. Данишевский, К. Д. Табакокурение в России: кто виноват и что делать? [Текст] / К.Д. Данишевский // Наркология. – 2008. – № 6. – С. 77-86.
2. Диагностика, лечение и профилактика артериальной гипертензии у детей и подростков. Методические рекомендации экспертов ВНОК, Российского медицинского общества по артериальной гипертензии и Ассоциации детских кардиологов России // Приложение № 1 к журналу «Кардиоваскулярная терапия и профилактика». – 2009. – 8(4). – С. 45-77.
3. Курение, кардиореспираторные нарушения и состояние тревоги и депрессии: результаты национального исследования РОСЭПИД [Текст] / М.Г. Гамбарян, А.А. Попугаев, А.Д. Деев и соавт. // Проф. заб. и укрепл. здоровья. – 2008. – № 6. – С. 16-17.
4. Левшин В.Ф. Табакокурение один из ведущих факторов риска раковых и нераковых заболеваний. Медицинская помощь в профилактике и отказу от курения [Текст] / В.Ф. Левшин // Проблемы клин. медицины. – 2008.- №1(13). – С. 10-14.
5. Мазур, Н.А. Практическая кардиология [Текст] / Н.А. Мазур. – Москва: Медпрактика, 2012. – 680 с.
6. Мамедов, М.Н. Суммарный сердечно-сосудистый риск: от теории к практике [Текст]: пособие для врачей / М.Н. Мамедов, Н.А.Чепурина. – Москва: Изд-во компании Д-р Редди'с лабораторис Лтд в России, 2008. – 39 с.
7. Моисеев, В.С. Алкоголь и болезни сердца [Текст] / В.С. Моисеев, А.А. Шемелин. – Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2009. – 168 с.
8. Национальные рекомендации по кардиоваскулярной профилактике // Приложение 2 к журналу «Кардиоваскулярная терапия и профилактика», 2011. – № 10 (6).
9. Оганов Р.Г. Эпидемию сердечно-сосудистых заболеваний можно остановить усилением профилактики [Текст] / Р.Г. Оганов, Г.Я. Масленникова // Профилактическая медицина. – 2009. – № 6. – С. 3-7.
10. Оганов, Р.Г. Руководство по медицинской профилактике [Текст] / Под ред. Р.Г. Оганова, В.В. Власова, С.Г. Гороховой. – Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2007. – 464 с.
11. Проект Федерального Закона «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – minzdravsoc.ru/project, 2011. – Режим доступа: <http://zakonoproekt>.
12. Россия в цифрах. 2010 [Текст]: Краткий статистический сборник / Москва: Росстат, 2010. – 558 с.
13. Чазов, Е.И. Клинико-эпидемиологическая программа изучения депрессии в кардиологической практике: у больных артериальной гипертензией и ишемической болезнью сердца (КООРДИНАТА): результаты многоцентрового исследования [Текст] / Е.И. Чазов, Р.Г. Оганов, Г.В. Погосова, С.А. Шальнова, Л.В. Ромасенко, А.Д. Деев // Кардиология. – 2007. № 3. – С. 28-37.
14. Шевченко, О.П. Артериальная гипертензия и ожирение [Текст] / О.П. Шевченко, Е.А. Праскурничий, А.О. Шевченко. – Москва: «Реофарм», 2006. – 144 с.
15. Шилов, А.М. Ожирение и артериальная гипертензия [Текст] / А.М. Шилов, А.С. Авшалумов, А.С. Галанова, В.М. Марковский, Е.Н. Синицина // Лечащий врач. – 2008. – № 2. – С. 2-6.

EPIDEMIOLOGICAL ASPECTS OF AWARENESS AND PREVALENCE OF THE RISK FACTORS OF CARDIOVASCULAR DISEASES AMONG THE STUDENTS OF MORDOVIAN STATE UNIVERSITY

A.A. USANOVA
N.N. GURANOVA
I.H. FAZLOVA
T.A. KUNYAIEVA

Mordovian State University

e-mail: faktor@list.ru

This article presents the results of the anonymous questioning estimating the recognition of the risk factors of cardiovascular diseases among the students of the Medical Institute and the students of the other Faculties of Mordovian State University for the improvements of the preventive care within this population. The results of the study showed that the students' Mordovian State University awareness of the cardiovascular diseases is inadequate (in total 66.7% of interviewed listed the most frequent risk factors (stress, physical inactivity, unhealthy nutrition, smoking) and the outcome depends on the profile of the receiving education. The group of "the information risk" in the population studied is the technical students. The interviewees have a low level of knowledge about the consequences of arterial hypertension.

Key words: awareness of the risk factor, cardiovascular diseases, students, primary prevention.