

ОСВЕДОМЛЕННОСТЬ НАСЕЛЕНИЯ ТВЕРСКОЙ ОБЛАСТИ О ФАКТОРАХ РИСКА ИНСУЛЬТА И МЕТОДАХ ЕГО ПРОФИЛАКТИКИ

*Кафедра неврологии, реабилитации и нейрохирургии
ФГБОУ ВО Тверской государственный медицинский университет Минздрава России*

В статье приведены результаты опроса пациентов, находящихся на лечении в отделениях терапевтического профиля ГБУЗ «Областная клиническая больница» Тверской области, с использованием оригинальной анкеты для изучения информированности населения региона о факторах риска развития инсульта. Исследование показало высокий уровень осведомленности респондентов о факторах риска инсульта и низкий – о методах его профилактики. Информацию об инсульте и факторах риска его развития жители Тверской области получают преимущественно из средств массовой информации и в меньшей степени – от врачей. Это диктует необходимость развития и внедрения образовательных программ для населения о мерах и методах профилактики инсульта.

Ключевые слова: инсульт, факторы риска, осведомленность населения.

AWARENESS OF THE TVER REGION POPULATION ABOUT THE RISK FACTORS OF STROKE AND METHODS OF ITS PREVENTION

G.V. Zyrina, L.N. Al-Galban, V.V. Ivanova

Tver State Medical University

The article presents the results of a survey of patients undergoing treatment in the therapeutic departments of the Regional Clinical Hospital of the Tver Region, using an original questionnaire to study the awareness of the population of the region about the risk factors for stroke. The study showed a high level of awareness among respondents about risk factors for stroke and a low level of awareness of methods of its prevention. Residents of the Tver region receive information about stroke and risk factors for its development mainly from the media and, to a lesser extent, from doctors. This dictates the need for the development and implementation of educational programs for the population on measures and methods of stroke prevention.

Key words: stroke, risk factors, public awareness.

Введение

В последние годы отмечается высокая распространенность сосудистых заболеваний, приводящая к увеличению частоты острых нарушений мозгового кровообращения (ОНМК). Согласно данным ВОЗ, от инсульта в мире умирают около 6 млн человек в год, а в нашей стране ежегодно случается до 450 тысяч случаев ОНМК [1–2]. Инсульт – одна из основных социальных проблем здоровья взрослого населения, он стоит на втором месте как причина стойкой утраты трудоспособности (после бытовых травм). Лишь около 20% больных могут вернуться к прежней работе. Инсульт накладывает особые обязательства на членов семьи больного и ложится тяжелым социально-экономическим бременем на общество.

К основным факторам риска (ФР) ишемического инсульта относят пожилой и старческий возраст, артериальную гипертензию (АГ), атеросклероз сосудов, сахарный диабет, курение, заболевания сердца, такие как фибрилляция предсердий, инфаркт миокарда, пороки сердца [2–5]. Первичная профилактика инсульта основана, прежде всего, на своевременном устранении его ФР. При этом очень важна информированность населения о причинах, приводящих к развитию ОНМК и методах его профилактики [5–7].

Цель исследования – изучить осведомленность населения города Твери и Тверской области о ФР инсульта и мерах его профилактики.

Материалы и методы

Методом анонимного анкетирования опрошено 254 пациента (мужчин – 117 и женщин – 137, средний возраст $55,7 \pm 0,6$ лет), находившихся на лечении в отделениях терапевтического профиля ГБУЗ ТО «Областная клиническая больница». Из всех опрошенных 156 (61%) – жители районных центров Тверской области, 78 (31%) – проживали в Твери и 20 (8%) – жители деревень и поселков Тверской области. Из числа респондентов 157 (62%) человек имели среднее специальное образование, 66 (26%) – высшее, у 20 (8%) было общее среднее образование и у 11 (4%) – неоконченное среднее образование.

С помощью специально разработанной анонимной анкеты изучалась осведомленность о ФР и методах профилактики инсульта. Статистическую обработку данных проводили с помощью пакета Statistica 8.0 для Windows. Для оценки межгрупповых различий рассчитывался χ^2 Пирсона.

Результаты и обсуждение

В анкете респондентам было предложено указать источники информации об инсульте, ФР его развития и методах профилактики. Значительная часть опрошенных (45%) указала, что знания они получили из средств массовой информации, от знакомых и родственников (28%) и в меньшей степени от врачей (22%) ($p < 0,05$). Логично предположить, что люди пожилого и старческого возраста, чаще обращающиеся

ся к врачам, могут преимущественно получить именно от них информацию о ФР инсульта и рекомендации по здоровому образу жизни. Но проанализировав ответы респондентов разного возраста (моложе и старше 60 лет), установили: несмотря на возраст, все пациенты значимо чаще получали информацию об инсульте из средств массовой информации, а не от врачей ($p < 0,05$). Меньше всего о ФР инсульта были осведомлены жители деревень и поселков Тверской области, как правило, они могли назвать только такие ФР, как АГ, сахарный диабет, заболевания сердца, курение и употребление алкоголя.

Артериальная гипертензия (АГ) является доминирующим ФР инсульта как ишемического, так и геморрагического [6, 8]. Подавляющее большинство респондентов (241; 95%) назвали АГ основной причиной развития ОНМК. У 189 (74%) опрошенных имеется АГ, но лишь 40% из них принимают постоянно гипотензивные препараты; еще 19% респондентов с помощью лекарств снижают артериальное давление (АД) только при его повышении; 16% – при ухудшении самочувствия с появлением таких симптомов, как головная боль, головокружение и шум в ушах. При этом 25% опрошенных вообще не принимают препараты, снижающие АД. Среди больных с АГ, принимающих лекарства регулярно, женщин значимо меньше, чем мужчин ($p < 0,05$). Оказалось, что доля женщин, постоянно контролирующая АД и принимающих гипотензивные препараты только при его повышении, выше ($p < 0,05$), чем тех, кто использует лекарственные средства для экстренного снижения АД. Большинство опрошенных оказались осведомлены о нормальных значениях АД.

Эпидемиологические исследования дают основание рассматривать курение и алкоголизм как самостоятельные ФР инсульта [2–3]. Следующим после АГ ФР было названо злоупотребление алкоголем, его указали как значимый 220 (87%) опрошенных. Также в анкете были пункты, в которых респонденты указывали частоту употребления алкоголя. Только 56 (22%) опрошенных указали, что совсем не употребляют алкогольные напитки; большинство респондентов (154; 61%) отметили, что употребляют их только по праздникам; один раз в неделю – 31 (12%), 5% респондентов указали на более частое употребление спиртных напитков.

Проведенное исследование показало, что о вреде курения, как ФР инсульта, было осведомлено 210 (83%) респондентов. Из них курильщики составили 32%, стаж курения свыше 10 лет отметили 20% опрошенных, у 9% длительность срока курения составила от 3 до 10 лет. Стресс, как ФР инсульта, посчитали непосредственной причиной ОНМК 208 (82%) респондентов.

Из заболеваний, при которых значительно возрастает риск ОНМК, кроме АГ и атеросклероза, большое значение имеют сахарный диабет и патология сердца [6]. Их назвали в качестве ФР инсульта равное число респондентов – 78%. Из числа тех, кто указал сахарный диабет, 28% опрошенных страдают этим забо-

леванием, еще 44% отметили, что имеют в анамнезе сердечно-сосудистые заболевания. Отягощенную наследственность назвали ФР инсульта 67% опрошенных, нарушения сна – 66% респондентов, возраст старше 60 лет – 65%. В вопросах анкеты, касающихся питания, 72% опрошенных указали, что знают о вреде употребления пищи с избыточным содержанием животных жиров и 64% респондентов – о вреде пищи с большим содержанием поваренной соли.

Атеросклероз является наиболее частым заболеванием церебральных артерий, приводящим к ишемическим нарушениям мозгового кровообращения. Причиной атеросклероза сосудов, прежде всего, является гиперхолестеринемия [3–5]. При анкетировании установлено, что 185 (73%) респондентов располагают информацией, что ФР инсульта является высокий уровень холестерина в крови, знают, каким должно быть его нормальное значение, 108 (43%) опрошенных. Женщинам чаще известен свой уровень холестерина по сравнению с мужчинами ($p < 0,05$). Контролируют свой уровень холестерина 41% опрошенных, в том числе 11% принимают статины по назначению врача и соблюдают диету с пониженным содержанием жиров. Большинство пациентов (30%) пытаются снизить уровень холестерина только с помощью диеты. Выявлено, что женщины (23,6%) значимо чаще соблюдают диету с пониженным содержанием жиров, чем мужчины (7,9%; $p < 0,01$) и чаще принимают статины (9,1% и 2% соответственно; $p < 0,01$).

Известно, что у пациентов, страдающих ожирением, риск развития ОНМК повышен. Избыточная масса тела увеличивает нагрузку на сердце, способствуя повышению АД, гиперхолестеринемии, риску развития сахарного диабета [2–3]. При анкетировании ожирение как ФР инсульта отметили 198 (78%) опрошенных. В нашем исследовании 112 (44%) респондентов посчитали свою массу тела как избыточную, 142 (56%) – сочли ее показателем нормальным. Однако расчет индекса массы тела показал, что среди всех опрошенных 30% – имели избыточную массу тела и 26% – ожирение первой степени. Таким образом, 12% респондентов недооценивают у себя избыточность жировоголожения.

Один из разделов анкеты был посвящен вопросам о физической активности. Оказалось, что значительная часть респондентов считают ФР инсульта избыточную, а не низкую физическую активность, 157 (62%) и 97 (38%) соответственно ($p < 0,01$). Среди них больше женщин (89; 57%), чем мужчин (68; 43%, $p < 0,05$). Почти половина опрошенных (119; 46,9%) отметили, что ведут малоподвижный образ жизни. Специально был проанализирован возраст этих респондентов, выяснилось, что 38,7% из них были в возрастной категории от 40 до 60 лет, то есть в достаточно активном возрасте, а 13% – имели возраст моложе 40 лет.

В анкету были включены заведомо ложные ФР инсульта, но часть респондентов посчитали их значимыми. Так, 132 (52%) опрошенных отметили важность остеохондроза в развитии ОНМК,

110 (43%) – частых острых респираторно-вирусных инфекций, 68 (27%) – язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Установлено, что чаще всего называли такие ФР респонденты со средним специальным образованием сравнительно с респондентами с высшим образованием ($p < 0,05$). Также выявлено, что жители районных центров по сравнению с жителями Твери значимо чаще указывали такие ФР инсульта, как остеохондроз ($p < 0,01$) и язвенную болезнь желудка ($p < 0,05$).

Заключение

Проведенное анкетирование показало достаточно высокую осведомленность населения Твери и Тверской области об основных ФР риска инсульта, таких как АГ, гиперхолестеринемия, заболевания сердца, курение, сахарный диабет, избыточная масса тела, злоупотребление алкоголем. И в то же время, несмотря на хорошую информированность населения, результаты анкетирования свидетельствуют о недостаточно высокой приверженности пациентов к лечению АГ, преобладании малоподвижного образа жизни, избыточной массе тела у большинства и нежелании отказываться от вредных привычек, что может быть обусловлено недооценкой важности устранения ФР инсульта.

Установлено, что уровень образования и место проживания в областном или районном центре не оказывают влияния на степень осведомленности населения об основных ФР инсульта. Основным источником информации об инсульте и методах его предупреждения для жителей Твери и Тверской области служат средства массовой информации, знакомые и родственники и реже всего врачи. Всего лишь 22% респондентов информацию об инсульте получили из бесед с врачом. Необходимо усилить просветительскую работу о роли ФР инсульта, повышая уровень знаний населения о мерах профилактики инсульта с участием врачей общей практики, неврологов, кардиологов.

Литература/References

1. *Виберс, Д.* Инсульт. Клиническое руководство: пер. с англ. / Д. Виберс, В. Фейгин, Р. Браун. – М.: Диалект, 2005. – 608 с. – Текст: непосредственный.
2. *Вершинина, Ю.А.* Факторы риска инсульта и его профилактика путем модификации образа жизни (обзор зарубежных источников) / Ю.А. Вершинина, Г.М. Загородный, А.Л. Захаревич. – Текст: непосредственный // Прикладная спортивная наука. – 2018. – Т. 2. – № 8. – С. 109–117.
3. *Вершинина, Ю.А.* Факторы риска инсульта и его профилактика путем модификации образа жизни (обзор зарубежных источников) / Ю.А. Вершинина, Г.М. Загородный, А.Л. Захаревич. – Текст: непосредственный // Прикладная спортивная наука. – 2018. – Т. 2. – № 8. – С. 109–117.

3. Эпидемиология и факторы риска развития ишемического инсульта // Е.Н. Карпова, К.А. Муравьев, В.Н. Муравьева [и др.]. – Текст: электронный // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 4. – URL: <https://science-education.ru> (дата публикации: 24.07.2015).

Jepidemiologija i faktory riska razvitija ishemicheskogo insul'ta // E.N. Karpova, K.A. Murav'ev, V.N. Murav'eva [i dr.]. – Tekst: jelektronnyj // Sovremennye problemy nauki i obrazovanija. – 2015. – № 4. – URL: <https://science-education.ru> (data publikacii: 24.07.2015).

4. *Жусупова, А.С.* Факторы риска развития ишемического инсульта / А.С. Жусупова, Р.С. Таутанова. – Текст: непосредственный // Вестник КазНМУ. – 2017. – № 1. – С. 259–263.

Zhusupova, A.S. Faktory riska razvitija ishemicheskogo insul'ta / A.S. Zhusupova, R.S. Tautanova. – Tekst: neposredstvennyj // Vestnik KazNMU. – 2017. – № 1. – S. 259–263.

5. *Мешкова, К.С.* Факторы риска и профилактика инсульта / К.С. Мешкова, С.С. Гудкова, Л.В. Стаховская. – Текст: непосредственный // Земский врач. – 2013. – № 2 (19). – С. 16–19.

Meshkova, K.S. Faktory riska i profilaktika insul'ta / K.S. Meshkova, S.S. Gudkova, L.V. Stahovskaja. – Tekst: neposredstvennyj // Zemskij vrach. – 2013. – № 2 (19). – S. 16–19.

6. *Шишкова, В.* Основы профилактики инсульта в современной клинической практике / В. Шишкова, Т. Адашева, Л. Капустина. – Текст: непосредственный // Врач. – 2018. – № 7. – С. 3–12.

Shishkova, V. Osnovy profilaktiki insul'ta v sovremennoj klinicheskoy praktike / V. Shishkova, T. Adasheva, L. Kapustina. – Tekst: neposredstvennyj // Vrach. – 2018. – № 7. – S. 3–12.

7. *Фрис, Я.Е.* Информированность населения о факторах риска сосудистых заболеваний головного мозга и клинических проявлений инсульта / Я.Е. Фрис, Л.А. Шелякина, П.Р. Камчатнов. – Текст: непосредственный // Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. – 2010. – Т. 110. – № 9–2. – С. 3–7.

Fris, Ja.E. Informirovannost' naselenija o faktorah riska sosudistyh zabolevanij golovnogo mozga i klinicheskikh projavlenijah insul'ta / Ja.E. Fris, L.A. Sheljakina, P.R. Kamchatnov. – Tekst: neposredstvennyj // Zhurnal nevrologii i psixiatrii im. S.S. Korsakova. – 2010. – T. 110. – № 9–2. – S. 3–7.

8. Значение эссенциальной артериальной гипертензии как фактора риска развития острого нарушения мозгового кровообращения / А.А. Пунина, М.А. Пунина, В.А. Шкитин, А.Д. Шувалов. – Текст: непосредственный // Вестник Смоленской государственной медицинской академии. – 2019. – Т. 18. – № 4. – С. 74–79.

Znachenie jessencial'noj arterial'noj gipertenzii kak faktora riska razvitija ostrogo narushenija mozgovogo krovoobrashhenija / A.A. Punina, M.A. Punina, V.A. Shkitin, A.D. Shuvalov. – Tekst: neposredstvennyj // Vestnik Smolenskoj gosudarstvennoj medicinskoj akademii. – 2019. – T. 18. – № 4. – S. 74–79.

Зырина Галина Виолоновна (контактное лицо) – к. м. н., доцент кафедры неврологии, реабилитации и нейрохирургии ФГБОУ ВО Тверской государственной медицинской университет Минздрава России; 170100, Тверь, ул. Советская, д. 4; Тел. 8-903-808-61-95; e-mail: gzyrina@yandex.ru.