

Зырина Г. В., Анцупова Л.Б., Иванова В.В.

**Осведомленность населения Тверской области о факторах риска инсульта и методах его профилактики**

ФГБОУ ВО Тверской государственный медицинский университет Минздрава России

*Резюме.* Цель исследования – изучение информированности населения Тверской области о факторах риска развития инсульта. *Материалы и методы.* С помощью специально разработанной анонимной анкеты, был проведен опрос пациентов, находящихся на лечении в отделениях терапевтического профиля ГБУЗ Областной клинической больницы г. Твери. *Результаты и заключение.* Исследование показало высокий уровень осведомленности респондентов о факторах риска инсульта и низкие знания о методах их профилактики. Знания об инсульте и факторах его риска жители Тверской области в большей степени получают из средств массовой информации и меньше всего от врачей.

*Ключевые слова:* инсульт, факторы риска, осведомленность населения.

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

**Awareness of the population of the Tver region about the risk factors of stroke and methods of its prevention**

Tver State Medical University

*Resume.* The aim of the study is to study the awareness of risk factors for stroke development. *Materials and methods.* With the help of a specially developed anonymous questionnaire, a survey of patients who are being treated in the departments of the therapeutic profile of the State Medical Institution of the Regional Clinical Hospital of Tver was conducted. *Results and conclusion.* The study showed a high level of awareness of the respondents about the risk factors of stroke and low knowledge about the methods of their prevention. The residents of the Tver Region mostly receive knowledge about stroke and its risk factors from the mass media and least of all from doctors. The data obtained indicate the need for educational programs to raise awareness about stroke in the general population.

*Keywords:* stroke risk factors, public awareness

В последние годы отмечается высокая распространённость сосудистых заболеваний, привел 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 мерцательная аритмия, 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 их профилактики.

**Материал и методы.**

Методом анонимного анкетирования опрошено 254 пациента (мужчин –117 и женщин – 137, средний возраст 55, 7±0,6 лет), находившихся на лечении в отделениях терапевтического профиля ГБУЗ Областной клинической больницы г. Твери. Из всех

опрошенных 156 (61%) – жители районных центров Тверской области, 78 (31%) – проживали в Твери и 20 (8%) являлись жителями деревень и поселков Тверской области. 157 (62%) респондентов 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, у всех респондентов 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  $\chi^2$  Пирсона.

### **Результаты и обсуждение.**

В анкете респондентам было предложено указать, откуда они знают об инсульте, ФР его развития и методах их профилактики. Значительная часть опрошенных (45%) указала, что знания они получили из средства массовой информации и от знакомых и родственников (28%) и в меньшей степени от врачей (22%) ( $p < 0,05$ ). Можно предположить, что больные пожилого и старческого возраста чаще обращаются к врачам, и чаще могут услышать от них информацию о ФР инсульта, рекомендации по здоровому образу жизни. Но проанализировав ответы респондентов разного возраста (до 60 лет и старше 60 лет) установили, что, несмотря на возраст, все пациенты достоверно чаще получали информацию из средств массовой информации, а не от врачей ( $p < 0,05$ ). Меньше всего ФР инсульта отметили жители деревень и поселков Тверской области, как правило, они называли, 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 только 40% из них принимают постоянно гипотензивные препараты, 19% с помощью лекарств снижают артериальное давление (АД) только при его повышении, 16% – при ухудшении самочувствия, ориентируясь чаще всего на такие симптомы, как головная боль и головокружение, шум в ушах. 25% опрошенных – вообще не принимают препараты, снижающие АД. Среди больных с АГ, принимающих лекарства регулярно женщин достоверно меньше, чем мужчин ( $p < 0,05$ ). Оказалось, что среди женщин больше тех, кто постоянно контролирует АД и принимает гипотензивные препараты, только при его повышении ( $p < 0,05$ ), используя лекарственные средства для экстренного снижения АД. Большинство опрошенных знают нормальные значения 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. Так же в анкете были пункты, в которых респонденты указывали, как часто они употребляют алкоголь. Только 56 (22%) опрошенных указали, что совсем не употребляют алкогольные напитки, большинство 154 (61%) отметили, что употребляют 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%, длительный стаж курения более 10 лет отметили 20% опрошенных, у 9% длительность срока курения от 3 до 10 лет. Стресс 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, как ФР одинаковое количество респондентов – 78%. Из тех, кто указал сахарный диабет, 28% опрошенных страдают этим заболеванием, 44% отметили, что имеют в анамнезе сердечно-сосудистые заболевания. Отягощенную наследственность назвали ФР инсульта 67% опрошенных, нарушения сна посчитали ФР 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 знают, что ФР инсульта является высоким уровнем 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, из них 11% принимают статины, назначенные врачом и соблюдают диету с пониженным содержанием жиров. Большинство пациентов (30%) пытаются снизить уровень холестерина только с помощью диеты. Выявлено, что женщины (23,6%) достоверно 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. Избыточные килограммы увеличивают нагрузку на сердце, способствуют повышению АД, гиперхолестеринемии, риску развития сахарного диабета [2, 3]. При анкетировании ожирение отметили как ФР инсульта 198 (78%) опрошенных. В нашем исследовании 112 (44%) респондентов посчитали свою массу тела как избыточную, 142 (56%) – сочли ее показатель нормальным. Однако расчёт индекса массы тела показал, что среди всех опрошенных 30% – имели избыточную массу тела и 26% – ожирение первой степени. Таким образом, 12% недооценивают у себя избыточность жировоголожения.

В анкете был раздел, посвященный вопросам о физической активности. Оказалось, что значительная часть респондентов считают ФР инсульта избыточной, а не низкую физическую активность, 157 (62%) и 97 (38%), соответственно, ( $p < 0,01$ ), и 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, 13% имели возраст до 40 лет.

В анкете были предложены 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 назвали такие ФР респонденты со средним специальным образованием, по сравнению с пациентами, имеющими высшее образование ( $p < 0,05$ ). Также выявлено, что жители районных центров по сравнению с жителями Твери достоверно чаще указывали такие ФР инсульта, как остеохондроз ( $p < 0,01$ ) и язвенная 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. Несмотря на хорошую информированность населения, результаты анкетирования свидетельствуют о недостаточно высокой приверженности пациентов к лечению АГ, малоподвижном образе жизни, избыточной массе тела у большинства и нежеланию 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 влияют 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 в отношении ФР инсульта, повышать уровень знаний населения о мерах их профилактики с участием врачей общей практики, неврологов, кардиологов.

### Литература

1. Виберс Д. Инсульт. Клиническое руководство: пер. с англ. / Д. Виберс, В. Фейгин, Р. Браун. – М.: Издательство «Диалект», 2005. – 608 с.
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 // Прикладная спортивная наука. – 2018. – 2(8). – С. 109-117.
3. Карпова Е.Н. Эпидемиология и факторы риска развития ишемического инсульта // Е.Н.Карпова // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 4.
4. Жусупова А.С., Таутанова Р.С. Факторы риска развития ишемического инсульта // Вестник КазНМУ. – 2017. – С. 25-26.
5. Мешкова К.С. Факторы риска и профилактика инсульта / К.С. Мешкова, С.С. Гудкова, Л.В., Стаховская // Земский врач. – 2013. – №2 (19). – С. 16-19.
6. Шишкова, В. Основы профилактики инсульта в современной клинической практике / В. Шишкова, Т. Адашева, Л. Капустина // Врач. – 2018. – № 7. – С. 3–12.
7. Фрис Я.Е., Шелякина Л.А., Камчатнов П.Р. Информированность населения о факторах риска сосудистых заболеваний головного мозга и клинических проявлениях инсульта / Я.Е. Фрис, Л.А. Шелякина, П.Р. Камчатнов // Журнал неврологии и психиатрии. – 2010. – Вып. 2 № 9. – С. 3-7.
8. Пунина А.А. значение эссенциальной артериальной гипертензии как фактора риска развития острого нарушения мозгового кровообращения / А.А. Пунина [и др.] // вестник смоленской государственной медицинской академии. – 2019. – Т.18, № 4. – С.74-79.