

Болезни системы

кровообращения (БСК)

являются одной из самых актуальных проблем научной медицины и практического здравоохранения начала XXI века. В нашей стране болезни системы кровообращения занимают первое место среди причин инвалидности.



Классификация факторов риска сердечно-сосудистых заболеваний:

Биологические (немодифицируемые) факторы:

Пожилый возраст, мужской пол, генетические факторы, способствующие возникновению дислипидемии, гипертензии, толерантности к глюкозе, сахарному диабету и ожирению

Анатомические, физиологические и метаболические (биохимические) особенности (модифицируемые):

- Артериальная гипертензия, дислипидемия, ожирение и характер распределения жира в организме, сахарный диабет

Поведенческие факторы:

- Пищевые привычки, курение, двигательная активность, употребление алкоголя, подверженность стрессам.

Согласно ВОЗ **1/3** снижения смертности от сердечно-сосудистых заболеваний может быть обеспечена за счет развития лекарственной терапии и клинических вмешательств, в то время как **2/3** снижения смертности обеспечит изменение привычек в образе жизни, среди которых можно назвать:

- **правильное питание,**
- **контроль за течением гипертонической болезни,**
- **физические упражнения и**
- **прекращение курения.**

ВОЗ подчеркивает, что как для экономически развитых, так и для развивающихся стран, самый практичный и наименее дорогостоящий путь профилактики — это не медицина, а здоровый образ жизни.