



Как остановить «тихую убийцу»?

Автор: Татьяна Андреева
22.06.2008 16:39

В минувший вторник в Туле прошла акция под названием "День здоровья". Академик Евгений Чазов и другие светила отечественной медицины, специально приехавшие в областной центр, учили горожан бороться с высоким давлением.



Домоклов меч инфаркта

Мероприятие проходило не в больнице или поликлинике, а на территории тульского завода компании Unilever. И это не случайно: на предприятиях компании тщательно следят за здоровьем своих сотрудников и готовы делиться опытом в этой области. Главная цель акции — обратить внимание туляков на состояние их здоровья и, в частности, на проблемы артериального давления.

Организаторы Дня здоровья — Всероссийское научное общество кардиологов, Российский кардиологический научно-производственный комплекс, благотворительный фонд "Артериальная гипертония", Союз журналистов России и Unilever — пригласили в Тулу всемирно известных специалистов: академика, бывшего министра здравоохранения РФ Евгения Чазова, доктора медицинских наук, профессора Ирину Чукаеву и других. Помимо них в акции приняли участие тульские врачи, представители областной администрации, а также многочисленная столичная пресса. — Ежегодно от сердечно-сосудистых заболеваний умирают 1 млн 260 тысяч россиян, — констатировал академик Чазов. — Причем около 600 тысяч из них гибнут от ишемической болезни сердца, а 464 тысячи — от инсульта. Именно незаметно развивающаяся гипертония является одним из главных факторов возникновения ишемической болезни и основной причиной сосудистых заболеваний мозга, поэтому врачи называют ее "тихой убийцей".

За последние 15 лет смертность от гипертонии в нашей стране катастрофически повысилась, а смертность в результате мозгового инсульта на сегодняшний день является одной из самых высоких в мире. Домоклов меч инфаркта миокарда висит над 41 миллионом россиян, а наблюдаются у врачей только 9 миллионов из них. И совсем страшная цифра: лишь 13% больных лечатся эффективно! Это свидетельствует о том, что люди уделяют своему здоровью мало внимания, а врачи недостаточно компетентны.

Современные методы позволяют поддерживать артериальное давление в норме. Полностью вылечиться от гипертонии нельзя, а вот избежать свои сосуды от лишней нагрузки можно.

Важно знать, что 1-я степень гипертонической болезни, ее еще называют мягкой, отнюдь не является безобидной. Ею страдают около 70% пациентов и именно у них риск развития мозговых инсультов увеличивается в 2-4 раза по сравнению с обладателями нормального давления. Помните: не существует так называемого "рабочего" давления. Есть давление нормальное и повышенное...

Школы, где учат здоровью

Во время выступления в рамках Дня здоровья председателя попечительского совета фонда "Артериальная гипертония", председателя Союза журналистов России Всеволода Богданова, прозвучала фраза о том, что в 72 субъектах Российской Федерации существуют специальные программы и школы по борьбе с гипертонией.

Мы спросили у директора департамента здравоохранения областной администрации Евгения Юдина и главного терапевта области Александра Филатова: есть ли что-то подобное в нашем регионе?

— Программа профилактики артериальной гипертонии действует у нас уже третий год — говорит Евгений Викторович Юдин. — В этом году на ее реализацию предполагается истратить 600 тысяч рублей...

— Программа принята в 2003 году, — продолжает Александр Петрович Филатов, — и рассчитана на пять лет. Под эту программу областным бюджетом выделено 5,5 млн рублей. В первый год ее реализации мы получили порядка полутора миллионов рублей. На эти средства были приобретены тонометры, электрокардиографы, видео- и компьютерная техника. На 600 тысяч, предусмотренные в 2006 году, в ближайшее время закупим другую необходимую аппаратуру.

Создан специальный кардиологический центр при областной больнице, где работают три врача, координирующие весь поток информации о гипертонии, поступающий из разных концов региона. Организованы специальные школы по борьбе с гипертонией, где пациенты проходят специальный курс обучения и получают необходимые знания и рекомендации. На сегодняшний день в нашем регионе таких школ более 100. Одним словом, программа реально работает и приносит результаты.

Перед отъездом в Москву специально для читателей "Молодого коммунара" академик Чазов дал несколько советов.

— Евгений Иванович, какое артериальное давление считается нормальным?

— Не более 140 на 90 миллиметров ртутного столба, и для мужчин и для женщин. Если выше, срочно обращайтесь к врачу, который решит, какой именно способ лечения вам назначить. Померить свое давление можно в поликлинике или в медицинском пункте на работе. Не жалейте на это времени.

— Люди какжк профессий чаще всего болеют гипертонией?

— Водители автотранспорта, железнодорожники, авиаторы... Одним словом все те, у кого напряженная работа связана со стрессами. Немаловажен и образ жизни. Если вы много весите, любите соленую пищу, мало двигаетесь и увлекаетесь алкоголем — скорее всего, вы гипертоник. Делайте выводы...