

УДК – [614.2 – 056.48 + 616.12 – 008.331] – 057.875

РАСПРОСТРАНЕННОСТЬ ФАКТОРОВ РИСКА ЗДОРОВЬЯ И ПАГ СРЕДИ СТУДЕНТОВ

**Жетписбаева Г.Д., Абишева З.С., Даутова М.Б., Асан Г.К., Айхожаева М.Т.,
Раисов Т.К., Искакова У.Б., Исмагулова Т.М., Журунова М.С.**

*Казахский Национальный медицинский университет им. С.Д. Асфендиярова, Алматы,
e-mail: gaysha.jet@mail.ru*

В настоящем сообщении мы представляем результаты изучения взаимосвязи распространенности ПАГ и факторов риска здоровья среди студентов младших курсов КазНМУ, осведомленность лиц с ПАГ и АГ о наличии у них данной патологии, а также соотношения различных факторов риска, в том числе и факторов, связанных с процессом обучения, у студентов с ПАГ и студентов контрольной группы с нормальными значениями АД.

Ключевые слова: артериальное давление, здоровье студентов, пограничная артериальная гипертензия, факторы риска здоровья

PREVALENCE OF RISK FACTORS OF HEALTH AND BOUNDARY ARTERIAL HYPERTENSION AMONG STUDENTS

**Zhetpisbayeva G.D., Abisheva Z.S., Dautova M.B., Asan G.K., Aykhozhaeva M.T.,
Raisov T.K., Iskakova U.B., Ismagulova T.M., Zhurunova M.S.**

Asfendiyarov Kazakh National Medical University, Almaty, e-mail: valueology@kaznmu.kz

In this report we present the results of a research work relationship between prevalence of boundary arterial hypertension and health risk factors among undergraduate students KazNMU, awareness of persons with boundary arterial hypertension and blood pressure on if they have this disease, as well as the proportions of the different risk factors, including factors related to the learning process, students with boundary arterial hypertension and students in the control group with normal blood pressure values.

Keywords: blood pressure, student's health, boundary arterial hypertension, risk factors of health

Профилактическая медицина, в том числе валеология уделяют пристальное внимание состоянию сердечно-сосудистой системы у молодых людей. Углубленные эпидемиологические исследования уточняют не только распространенность, но и позволяют разработать более эффективные профилактические мероприятия [1, 2, 4].

Общеизвестно, что артериальная гипертензия является одним из основных факторов риска в возникновении сердечно-сосудистых заболеваний. Поэтому особую актуальность приобретают вопросы раннего выявления лиц с повышенным артериальным давлением (АД) и организации профилактических мероприятий, динамического наблюдения за ними с целью контроля уровня АД у них. Необходимо подчеркнуть, что, по данным литературы, уровень АД в пределах 140/90–160/94 мм рт. ст. рассматривается как пограничное повышение АД (ПАГ), которое при соответствующем профилактическом вмешательстве может вернуться к нормальным показателям АД. Именно на этих стадиях заболевания артериальное давление легко поддается контролю с помощью немедикаментозных методов лечения и профилактики, широко применяемых в профилактической медицине и валеологии [3, 5, 6].

Цель исследования – изучение взаимосвязи распространенности пограничной артериальной гипертензии и факторов риска здоровья среди студентов младших курсов КазНМУ.

Материалы и методы исследования

Нами были обследованы студенты 1-курса КазНМУ в возрасте 17–19 лет. У каждого обследуемого лица двукратно измеряли АД на правой руке в положении сидя с точностью до 2 мм рт.ст. За уровень АД принималась средняя величина этих двух измерений. Лица, АД которых находилось в пределах верхних 10% кривой распределения АД всей исследуемой популяции, приглашались на повторное обследование. В начале нашего исследования заполнялись карты первичного обследования, включающие в себя паспортные данные, анамнез, сведения о наличии вредных привычек, успеваемости в институте и т.д.; результаты трехкратного измерения артериального давления, величин массы тела и роста, первичный осмотр. Наблюдения проводились в течение 2 лет за группой в 78 человек (28 юношей и 50 девушек), уровень систолического и диастолического давления которых хотя бы один раз из трех измерений попал в верхние 10% кривой распределения давления, а также за группой в 45 человек (15 юношей и 30 девушек), уровень АД которых был ниже 90% отрезной точки кривой распределения. Обработку полученных данных проводили методом вариационной статистики.

Результаты исследования и их обсуждение

При первом скрининге количество студентов с ПАГ составило 8,1% среди юношей и 2,9% среди девушек. По нашим данным, уровень систолического АД (САД) был выше у юношей: значения медианы равны 110 и 118 мм рт. ст. для девушек и юношей соответственно, 6% обследованных студентов имели САД выше 122 и 130, а 3% – выше 127 и 143 мм рт. ст. среди юношей и девушек соответственно. Уровень диастолического артериального давления (ДАД) составлял у юношей и девушек: значения медианы соответственно – 68 и 65, отрезные точки – 82 и 78, 97 и 95, 89 и 78 мм рт. ст. В целом можно говорить о повышенных уровнях ДАД у юношей.

Необходимо отметить, что артериальная гипертензия часто длительное время протекает бессимптомно, даже при выраженном АД. Поэтому, многие люди, имеющие повышенное АД, не подозревают об этом. В наших исследованиях среди лиц с ПАГ только 5,7% знали о наличии у них повышенного АД и только 1,2% из них получали соответствующее лечение. В данном случае речь идет только о субъективной осведомленности самого обследованного лица о наличии у него повышенного АД, т.е., не исключены случаи и ложноположительной информированности. Это еще раз указывает на необходимость всеобщих ежегодных профилактических осмотров студентов для контроля за уровнями АД, так как все же большая часть случаев, выявляемой ПАГ, оказывается ранее неизвестной, впервые обнаруженной.

Изучение распространенности различных факторов риска, в том числе связанных с процессом обучения в вузе, у лиц с ПАГ и у группы сравнения позволило выявить некоторые характерные особенности. Сравнительный анализ показал, что среди лиц с ПАГ количество юношей, употреблявших алкоголь несколько раз в году больше, чем среди студентов контрольной группы. Частота табакокурения превалировала также среди студентов с ПАГ. Изучение распространенности избыточной массы тела (ИМТ) среди обследованных лиц выявило, что количество студентов, индекс Кетле которых находился в пределах 25–26 усл. ед. в группе ПАГ составило 16,6%, в то время как в группе сравнения – 6,3%, причем у 2,4% студентов группы ПАГ индекс Кетле превышал 29 условных единиц. Эти данные свидетельствуют о том, что среди лиц с повышенным АД процент студентов с избыточной массой тела (ИМТ) выше, чем в группе сравнения.

При анализе факторов риска здоровья, связанных с процессом обучения в вузе, было обнаружено, что среди студентов группы ПАГ количество студентов, сдавших экзаменационную сессию на «удовлетворительно», составляет 8,4% против 3,5% студентов сравнительной группы, а число лиц с оценками «хорошо» и «отлично» составляют соответственно 16,6% и 34,1%. При этом 61,7% студентов группы ПАГ затрачивали на подготовку домашних заданий в неделю больше 20-ти часов, в то время как в группе сравнения число таких студентов составило 39,5%. Таким образом, мы обращаем внимание на более низкую успеваемость студентов с ПАГ по сравнению со студентами контрольной группы, хотя в целом они затрачивают больше времени на подготовку домашних заданий. Возможно, что это связано с низкой реализацией этими студентами своих знаний в условиях повышенной психоэмоциональной нагрузки в экзаменационной ситуации.

Также необходимо отметить, что среди студентов контрольной группы процент лиц, двигательная активность которых составляет 6-8 ч в неделю и больше был выше, и составил 32,8% против 27,6% у студентов группы с ПАГ. Этот факт свидетельствует о том, что у подавляющего большинства студентов, особенно с ПАГ, наблюдается низкая физическая активность (НФА).

При повторном скрининге число новых случаев возникновения ПАГ составило 4,7% юношей и 2,3% девушек. Это говорит в пользу важности систематических профилактических медицинских осмотров не только лиц с уже выявленной ПАГ, но и всей популяции, так как процент выявления новых случаев ПАГ достаточно высок.

Заключение

Проведенный нами анализ распространенности пограничных форм артериальной гипертензии и различных факторов риска среди студенческой популяции показал, что процент лиц с повышенным АД в возрасте 18–20 лет достаточно высок. Причем третья часть лиц с ПАГ не знали о наличии у них повышенного АД. Наличие большого числа студентов с вредными привычками (курение, употребление алкоголя), избыточной массой тела, малоподвижным образом жизни среди лиц с ПАГ свидетельствует о необходимости более активного проведения санитарно-просветительной работы среди студенческой молодежи по разьяснению последствий курения и употребления алкоголя, избыточной массы тела, низкой физической активности. Необходимо проводить широкомасштабную пропагандист-

скую работу среди студентов по рационализации двигательного режима, а также режима питания в целях борьбы с избыточной массой тела и малоподвижным образом жизни, которые рассматриваются в качестве основных факторов риска возникновения коронарных заболеваний сердца среди населения, и активизировать деятельность самих студентов в охране собственного здоровья. Сотрудниками модуля валеологии КазНМУ проводится большая педагогическая и воспитательная работа (индивидуальные беседы, практические занятия, семинары, викторины, круглые столы, конференции) с целью профилактики сердечно-сосудистых заболеваний и привлечения самих студентов в работу по пропаганде здорового образа жизни среди молодежи и населения в целом.

Таким образом, своевременное выявление лиц с пограничными формами артериальной гипертензии и проведение среди них профилактических и терапевтических мероприятий является одним из основных путей снижения коронарных заболеваний

среди населения и обучающейся молодежи в том числе.

Список литературы

1. Абишева З.С., Раисов Т.К., Даутова М.Б. Показатели гемодинамики у иностранных студентов, обучающихся в КазНМУ. // Вестник КазНУ. – 2015. – № 2/2(64). – С. 229–234.
2. Аканов А.А., Тулебаев К.А., Слажнева Т.И. Политика формирования ЗОЖ в РК: Становление и развитие. – Алматы, 2010.
3. Кисляк О.А. Факторы риска сердечно-сосудистых заболеваний у подростков с артериальной гипертензией / О.А. Кисляк, Г.И. Сторожаков, Е.В. Петрова и др. // Педиатрия. – 2013. – № 2. – С. 16–20.
4. Корнев Н.М., Богмат Л.Ф. Артериальная гипертензия подросткового возраста: распространенность, механизмы формирования. // Гаврический медико-биологический вестник. – 2009. – № 2. – С. 83–86.
5. Maksimov S.A., Artamonova G.V. Modeling of arterial hypertension's risk in occupational groups. Russian Open Medical Journal 2013; 2: 0104.
6. Malinova L.I., Sadjaya L.A., Tikhonova L.A. Age dependent vascular remodeling in elderly patients with arterial hypertension. Russian Open Medical Journal 2012; 1: 0102.