



Всемирный день сердца был учрежден в 1999 году по инициативе Всемирной федерации сердца, которую поддержали Всемирная организация здравоохранения, ЮНЕСКО и др. В первые годы он отмечался в последнее воскресенье сентября, а с 2011 года установлена его фиксированная дата – 29 сентября.

В нашей стране Всемирный день сердца открывает Российскую национальную неделю здорового сердца. К мероприятиям приурочены конференции, семинары, круглые столы, в которых принимают участие медицинские работники.

Девиз Всемирного дня сердца 2020 года, как и в предшествующие годы – «Сердце для жизни». Под таким же лозунгом работает Всемирная федерация сердца.

Цель – привлечь внимание общества к вопросам сохранения здоровья, подчеркнуть важность профилактики сердечно-сосудистых заболеваний, которые являются главной причиной смертности людей во всем мире и ежегодно уносят около 17,9 миллионов жизней. Не случайно подобные нарушения состояния здоровья называют самыми распространенными и серьезными заболеваниями нашего века.

По данным Президента ФГБУ «Национальный медицинский исследовательский центр сердечно-сосудистой хирургии им. А.Н.Бакулева» Лео Бокерии, в России 22-22,5 миллионов человек ежегодно страдают сердечно-сосудистыми заболеваниями (далее – ССЗ).

По данным ВОЗ, ССЗ являются основной причиной смерти во всем мире: ни по какой другой причине ежегодно не умирает столько людей, сколько от ССЗ. Большинство сердечно-сосудистых заболеваний можно предотвратить путем принятия мер в отношении таких факторов риска, как употребление табака, нездоровое питание и ожирение, отсутствие физической активности и вредное употребления алкоголя, с помощью стратегий, охватывающих все население.

Воздействие поведенческих факторов риска на человека может проявляться в виде повышения кровяного давления, повышения уровня глюкозы в крови, повышения уровня липидов в крови, а также избыточной массы тела и ожирения. Оценка этих «промежуточных факторов риска» может проводиться в учреждениях первичной медико-санитарной помощи, и они могут указывать на повышенный риск развития инфаркта миокарда, инсульта, сердечной недостаточности и других осложнений.

В группе риска находятся пожилые люди, мужчины от 35 лет, а также женщины, у которых наступила менопауза. В последнее время сердечно-сосудистые заболевания все чаще поражают молодых людей, хотя раньше они были свойственны более возрастному населению.

Имеет значение и генетическая предрасположенность. В частности, риск развития таких заболеваний выше у людей, близкие родственники которых (мать, отец, сестры, братья) имели сердечно-сосудистые осложнения в возрасте до 55 лет у мужчин и до 65 лет у женщин.

Как утверждают специалисты Всемирной федерации сердца, 80% случаев преждевременной смерти от инфарктов и инсультов можно предотвратить, если вести здоровый образ жизни. Доказано, что прекращение употребления табака, уменьшение потребления соли, потребление фруктов и овощей, регулярная физическая активность и предотвращение вредного употребления алкоголя, снижают риск развития сердечно-сосудистых заболеваний.

Всемирный день сердца – еще один повод напомнить населению, что для раннего выявления заболеваний важно регулярно проходить медицинские обследования. Вовремя проведенная комплексная профилактика сердечно-сосудистых заболеваний должны помочь пациентам, которые входят в группу риска, избежать осложнений и сохранить здоровье.

29 сентября на сайте Городского центра медицинской профилактики www.gcmp.ru лекцию «Оберегая сердце с детства...» Коноваловой Ольги Сергеевны, детского кардиолога, заведующего отделением кардиологии с функциональной диагностикой СПб ГБУЗ «Консультативно-диагностический центр для детей».