

## Превентивна кардіологія в Україні: місце громадських організацій

О.М. БАРНА<sup>1</sup>, д. мед. н., професор, голова правління ВГО «Асоціація превентивної та антиейджинг медицини»; М.А. БАКУМЕНКО, юрист; В.С. ЦИХОНЯ, психолог; В.Ю. САКАЛОШ

<sup>1</sup>Національна академія післядипломної освіти імені П.Л. Шупика, ВГО «Асоціація превентивної та антиейджинг медицини», Київ/

Місією Всеукраїнської громадської організації «Асоціація превентивної та антиейджинг медицини» є наукове обґрунтування твердження, що жити можна не старіючи, принаймні, старіння можна якщо не зупинити, то різко загальмувати. Основним завданням Асоціації є освіта населення України – інформування стосовно питань медичної профілактики старіння, пропаганда здорового способу життя та збереження здоров'я громадян України. Саме тому Асоціація виступає організатором та модератором освітніх програм для лікарів, проводить соціальні проекти для широких верств населення.

Асоціація була заснована в 2007 році з ініціативи лікарів різних спеціальностей. Метою Всеукраїнської громадської організації «Асоціація превентивної та антиейджинг медицини» є забезпечення довголіття та високої якості життя української нації, впровадженням засад превентивної медицини в широку лікарську практику через ідею антиейджингу.

Серед реалізованих проектів асоціації є проекти, що присвячені профілактиці серцево-судинного ризику, ранньому виявленню та профілактиці бронхіальної астми, підвищенню народжуваності в Україні, медичній освіті населення, підвищенню кваліфікації лікарів-кардіологів.

Діяльність асоціації є актуальною, насамперед, тому, що тривалість життя у країні нижча, ніж в розвинених країнах Європи на 7–10 років, в Україні продемонстровано негативний демографічний приріст, очікувана тривалість життя при народженні в нашій країні не справджується. Тому діяльність Всеукраїнської громадської організації «Асоціація превентивної та антиейджинг медицини» має не лише практичне значення для кожного учасника наших програм, а й велику соціально-політичну важливість для країни в цілому.

В головному фокусі діяльності асоціації – профілактика серцево-судинних захворювань. Станом на 2010 рік за офіційною статистикою причиною 68% випадків усіх смертей були серцево-судинні захворювання. Смертність в Україні серед чоловіків віком 37–74 років з приводу серцево-судинних захворювань на 100 тисяч населення становить більш ніж 1400, у даній трагічній статистиці Україна посідає місце, що в числі найгірших результатів. Динаміка втрат з приводу серцево-судинних захворювань в більшості країн контролювана та поступово знижується, в Україні вона швидкими темпами зростає, з 1990 по 2005 роки смертність у зв'язку з серцево-судинною патологією зросла на 40%. На думку керівництва Асоціації, серцево-судинні захворювання – це не лише медична, а й соціальна проблема, яка для свого розв'язання потребує комплексних дій. Саме тому медичні робітники, держава та засоби масової інформації мають об'єднати свої зусилля.

Всеукраїнська громадська організація «Асоціація превентивної та антиейджинг медицини» обмінюється досвідом і співпрацює з рядом міжнародних організацій, таких як Американська академія медицини антистаріння (AAM), Всесвітня асоціація анти-

ейджинг медицини (WOSAAM), Товариство антиейджингу та регенеративної медицини (FA&RM), Американське правління з питань антиейджингу (ABA), Європейська асоціація серцево-судинної профілактики та реабілітації (EAPCI) та низка інших міжнародних організацій.

Сьогодні кількість дійсних членів асоціації налічує більше 6 тисяч лікарів. Напрямки діяльності асоціації можна розділити на три вектори: створення, розробка та проведення соціальних програм для населення, організація та проведення освітніх програм для лікарів, випуск журналів, що в повній мірі реалізують мету діяльності асоціації.

Освітня національна тренінг-програма «Школа антиейджингу та превентивної медицини» проходила в Києві 2–4 березня 2010 року. Даний захід був спрямований на інформування лікарів щодо можливостей, особливостей антиейджингу та профілактичної медицини. Подібна тренінг-програма проходила в нашій країні вперше.

Соціальний проект «Здорове серце» має за мету освіту населення щодо факторів серцево-судинного ризику. Завдяки безкоштовно функціонуючому кабінету діагностики, мешканці Івано-Франківська та Житомира змогли безкоштовно зробити аналізи на визначення рівня холестерину та глюкози у крові. В ході проведення проекту, основним інформаційним меседжем для населення було сім постулатів збереження здорового серця, що отримали назву «Сім кроків до здорового серця». Окрім даних правил серед учасників програми поширювалася інформація щодо режиму дня, раціону харчування та простих правил поведінки, що допоможуть зберегти міокард здоровим на довгі роки.

23–25 вересня 2009 року на X Національному конгресі кардіологів проводився проект популяризації здорового способу життя та боротьби зі шкідливими звичками «Medix. Prevent», в рамках якого відомою художницею Сашою Праховою було розроблено стильне візуальне представлення основних положень здорового способу життя. Дані зображення були використані в дизайні проекту та роздавалися всім учасникам Конгресу з іменним підписом авторки. Це не єдиний випадок залучення Асоціацією до своїх програм популярних людей. Так відомий олімпійський чемпіон, Президент національного олімпійського комітету Сергій Бубка та Голова параолімпійського комітету Валерій Сушкевич відвідали соціальну програму «Міста здоров'я», в рамках чого поспілкувалися з молоддю, прийняли участь у заходах проекту. Всеукраїнська громадська організація «Асоціація превентивної та антиейджинг медицини» відкрита до співпраці і завжди шукає нові можливості реалізації своїх проектів. Нещодавно Асоціація залучилася підтримкою Національного олімпійського комітету, з яким був підписаний меморандум про співпрацю.

Серед популярних всеукраїнських соціальних проектів, що були організовані асоціацією – проект «Серцево-судинний ризик під контролем», що має на меті освітню місію для лікарів різних

міст України та створення безкоштовного кабінету діагностики для визначення факторів серцево-судинного ризику для пацієнтів. Освітня тренінг-програма для лікарів представлена лекціями провідних фахівців в галузі кардіології та неврології відносно серцево-судинної патології, визначення факторів ризику, а особливо важливість їхнього контролю. Особливістю програми є те, що лікарям пропонується визначити свій власний серцево-судинний ризик. Дана ідея виникла в ході опитування лікарів щодо поширеності факторів серцево-судинного ризику. В результаті такого опитування були отримані дані, котрі свідчили про те, що 40% опитаних лікарів вимірювали власний артеріальний тиск більше року тому, 30% кардіологів, що прийняли участь у дослідженні, ніколи не вимірювали свій рівень холестерину, великим залишається відсоток лікарів, що мають шкідливі звички.

В Донецьку, Дніпропетровську та Києві проводилася соціальна програма «Легко дихати – легко жити!», що була спрямована на визначення на ранніх етапах бронхіальної астми та її попередження. З метою реалізації даного завдання в кожному місті працював кабінет безкоштовної спірометрії.

10 вересня 2011 року в самому центрі Києва в рамках Всеукраїнського олімпійського уроку стартувала Всеукраїнська соціальна програма «Міста здоров'я». Мета даної соціальної програми – привернення уваги мешканців міст до цінності свого здоров'я, популяризація здорового способу життя. Заходи програми проводяться на центральних площах міст, так в «Місті здоров'я – Києві» кожен учасник соціальної програми міг безкоштовно прямо на площі виміряти тиск, визначити індекс маси тіла, рівень вісцерального жиру, отримати консультацію лікаря-спеціаліста: терапевта, кардіолога, невролога, гінеколога. Під час проведення заходу учасникам роздавалися інформаційні матеріали, демонструвалися освітні фільми і проводились індивідуальні бесіди.

Велике значення Асоціація бачить у збільшенні народжуваності в країні, саме на це спрямований проект «Народжуймо українців – відроджуймо Україну», який на даний час розробляється для реалізації.

11–14 жовтня 2011 року за підтримки Всеукраїнської громадської організації «Асоціація превентивної та антиейджинг медицини» відбудеться Перший міжнародний конгрес «Профілактика. Антиейджинг. Україна». Сьогодні це нова форма роботи асоціації, адже вона є синкретичною в різних смислах. Конгрес – це наймасштабніша площадка обміну інформації між спеціалістами різних галузей медицини, це вихід освітніх програм Асоціації на міжнародний рівень. Саме тому члени-організатори асоціації з великим натхненням та відповідальністю ставляться до створення, підбору учасників, обговорення наукової програми.

Одним із напрямків діяльності асоціації є випуск тематичних журналів про здоров'я. Усвідомлюючи різницю між цільовою аудиторією з медичною освітою та без неї, під егідою асоціації випускаються два журнали: професійний – «Medix. Anti-Aging» – та журнал для широкого загалу – «Health. Medix».

Журнал «Medix. Anti-Aging» виходить за підтримки міжнародних та всеукраїнських організацій. Тематика журналу – це профілактична, гендерна медицина та медицина антистаріння. Даний журнал цікавий для лікарів терапевтів, онкологів, кардіологів, пластичних хірургів, дерматологів, психіатрів, психологів.

Журнал «Health. Medix» розрахований на широкий загал, даний журнал є унікальний тому, що інформація, представлена в ньому, написана виключно професіоналами. На першому плані розглядається здоров'я як запорука краси, молодості, щастя. Форма подачі матеріалу доступна для кожного, незалежно від рівня освіти.

Всеукраїнська громадська організація «Асоціація превентивної та антиейджинг медицини» розвивається, вдосконалюється, зростає. В її планах є багато проєктів, програм, статей. Запорукою цього є величезний творчий потенціал лікарів-однадмців.