

# Сучасні погляди на профілактику і диспансеризацію з урахуванням оцінки стану здоров'я, віку, статі індивідуума та визначення факторів рівня ризику

**В.О. Сірик, С.О. Величко**

Національний медичний університет імені академіка О.О. Богомольця, м. Київ

У нашій країні, як і в більшості індустріально розвинутих країн, основною причиною смертності є хронічні неінфекційні (потенційно передбачувані) захворювання. В останні роки збільшилась кількість осіб, які незадоволені своєю роботою і шукають додатковий заробіток, збільшилась частота напружених відносин у сім'ї, різко зменшилась кількість людей, задоволених своїми житловими умовами, сімейним доходом, збільшилась частота низької самооцінки стану здоров'я. Ці показники дають привід уважати психосоціальні фактори однією з основних причин збільшення загальної смертності і смертності від серцево-судинних захворювань. У той самий час важливу роль відіграють і традиційні фактори ризику: куріння, артеріальна гіпертензія, гіперхолестеринемія, надлишкова маса тіла. Саме тому сьогодні існує нагальна потреба реалізації профілактичних програм національного масштабу, спрямованих як на боротьбу з факторами ризику (первинна профілактика), так і на раннє виявлення і адекватне лікування передбачуваних захворювань (вторинна профілактика).

Служби охорони здоров'я можуть і повинні зробити вагомий внесок у профілактику, перш за все медичну, через участь в розробленні стратегій і алгоритмів профілактики на різних рівнях: формування у населення мотивації щодо зміцнення здоров'я і попередження захворювань, пропаганда здорового способу життя, використання ефективних методів, здатних виявляти фактори ризику; оцінювання індивідуального ризику, консультування і навчання навичкам здорового способу життя, моніторингування не тільки статистичних показників здоров'я, але й факторів, які його визначають.

*Медична профілактика* – це вид діяльності служби охорони здоров'я, в основному первинної ланки, спрямований на раннє виявлення і зниження ризику розвитку захворювань, а також на зниження негативного впливу на здоров'я факторів внутрішнього і зовнішнього середовища.

У розвинутих країнах більшість випадків передчасної смерті і захворюваності зумовлені такими основними факторами ризику:

Артеріальна гіпертензія (АГ).

Гіперхолестеринемія.

Тютюнопаління.

Надмірна маса тіла або ожиріння.

Зловживання алкоголем.

Недостатня фізична активність.

Фактори ризику, зумовлені поведінкою, призводять до біологічних факторів ризику: відхилення у показниках ліпідів крові, ожирінню та АГ. У результаті підвищується захворюваність і смертність від неінфекційних захворювань. Поліпшення стану здоров'я населення можливо у разі організації і проведення заходів з контролю факторів ризику.

Згідно з визначенням ВООЗ, профілактика захворювань – це заходи, спрямовані на попередження захворювань: боротьба з факторами ризику, імунізація, сповільнення розвитку захворювання і зменшення його наслідків. Виділяють декілька рівнів профілактичного впливу.

**Зміцнення здоров'я** – процес надання окремим людям і співтовариствам можливості поліпшити контроль за факторами, які визначають здоров'я.

**Первинна профілактика** – комплекс медичних і немедичних заходів, які направлені на попередження відхилень у стані здоров'я

і попередження захворювань, загальних для всього населення і окремих (регіональних, соціальних, вікових, професійних і інших) груп та індивідуумів.

Первинна профілактика захворювань включає різноманітні компоненти:

Заходи по зменшенню впливу шкідливих факторів на організм людини (покращання якості атмосферного повітря, питної води, структури і якості харчування, умов праці, побуту і відпочинку, рівня соціального стресу та інших факторів, які впливають на якість життя).

Формування парадигми здорового способу життя через створення постійно діючої інформаційно-пропагандистської системи, яка спрямована на підвищення рівня знань населення про вплив негативних факторів на здоров'я і зменшення їхнього впливу; санітарно-гігієнічне виховання.

Заходи з попередження соматичних і психічних захворювань і травм (у тому числі професійно зумовлених), нещасних випадків, інвалідизації і смертності від зовнішніх причин, дорожньо-транспортного травматизму та ін.

Виявлення під час профілактичних медичних оглядів шкідливих для здоров'я факторів, у тому числі і поведінкового характеру, вживання заходів для їхнього усунення.

Проведення імунпрофілактики (вакцинації) різних груп населення.

Оздоровлення окремих груп населення і осіб, які знаходяться під впливом несприятливих для здоров'я факторів, шляхом застосування заходів медичного і немедичного характеру. Профілактичні заходи потрібно орієнтувати не лише на один фактор ризику, а й на сумарний ризик, який визначають за наявною сукупністю факторів.

**Вторинна профілактика** – комплекс медичних, соціальних, санітарно-гігієнічних, психологічних та інших заходів, спрямованих на раннє виявлення і попередження загострень і ускладнень захворювань, а також на попередження зниження працездатності, у тому числі інвалідизації і передчасної смерті.

Вторинна профілактика включає:

Проведення диспансерних медичних оглядів з метою виявлення захворювання і факторів, які впливають на їхній перебіг.

Цільове санітарно-гігієнічне виховання (навчання) у пацієнтів і членів їхніх родин знань і навичок, які пов'язані з конкретним захворюванням або групою захворювань.

Проведення оздоровчих і лікувальних заходів з усунення негативних для здоров'я факторів, здійснення динамічного спостереження.

**Реабілітація** – комплекс медичних, психологічних, педагогічних і соціальних заходів, спрямованих на усунення або компенсацію обмежень у життєдіяльності і втрачених унаслідок захворювань функцій з метою якомога більш повного відновлення соціального і професійного статусу.

Основні форми і методи зміцнення здоров'я і профілактики його порушень випливають із завдань, які викладені в документі «Здоров'я – 21», з поліпшення стану здоров'я населення у Європейському регіоні (ВООЗ, 1999): «Попередження захворювань і травм, поліпшення психічного здоров'я, скорочення інфекційних і неінфекційних захворювань, травматизму в результаті актів насильства і нещасних випадків».