

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ФАКТОРОВ РИСКА РАЗВИТИЯ АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТЕНЗИИ У МЕДИЦИНСКИХ И ПЕДАГОГИЧЕСКИХ РАБОТНИКОВ

Мукимова Хамида

*Ферганский техникум общественного здравоохранения №2 имени Абу Али
ибн Сины г. Фергана. Республика Узбекистан*

В настоящее время в структуре смертности и заболеваемости населения, несмотря на длящуюся уже более двух лет пандемию, одна из ведущих ролей по-прежнему принадлежит сердечно-сосудистой патологии. В связи с этим целесообразно обратить внимание на разнообразные нозологические формы, которыми проявляют себя болезни сердца и сосудов. Одной из таких форм является артериальная гипертензия. Данное патологическое состояние является одним из наиболее распространенных. Такое положение артериальной гипертензии в семействе заболеваний сердца и сосудов свидетельствует о важности изучения данного явления медицинской наукой и необходимости получения всеобъемлющей информации о распространенности и выраженности артериальной гипертензии в разнообразных профессиональных и иных группах. [4]

В связи с этим особую актуальность приобретает исследование факторов риска развития артериальной гипертензии, поскольку, во-первых, артериальная гипертензия широко распространена в популяции людей в целом и медицинских работников и учителей в частности, что свидетельствует о необходимости ее тщательного исследования. Во-вторых, актуальным данное исследование делают последствия продолжающейся и сегодня пандемии Covid-19, которые проявились в возрастании рабочей нагрузки и стрессовых воздействий на исследуемые группы населения. У медицинских работников это связано с переходом лечебных учреждений на особый режим работы, постоянным взаимодействием с опасным заболеванием при работе в ковидных стационарах, росту заболеваемости населения и пропорционально этому нагрузки на медицинский персонал. У педагогических работников увеличение рабочей и стрессовой нагрузки обусловлено серьезными изменениями образовательного процесса, которые произошли в период пандемии.

Сегодня под артериальной гипертензией понимают синдром повышения клинического артериального давления при гипертонической болезни и симптоматических артериальных гипертензиях выше пороговых значений, определенных в результате эпидемиологических и рандомизированных контролируемых исследований, продемонстрировавших связь с повышением сердечно-сосудистого риска и целесообразность и пользу лечения, направленного на снижение артериального давления ниже уровня, признанного допустимым. Более простым и понятным можно признать другой вариант определения данного состояния: артериальная гипертензия – это хроническое стабильное повышение уровня

артериального давления, при котором систолическое и/или диастолическое давление повышаются выше установленных нормой уровней (≥ 140 мм рт. ст. и ≥ 90 мм рт. ст. соответственно).[2]

Факторы риска развития артериальной гипертензии подразделяются на две основные группы: модифицируемые и немодифицируемые. Модифицируемыми называют те факторы, которые возможно скорректировать и на эффект от которых можно влиять при помощи изменения образа жизни больного, применения различных типов терапии, диеты и т. д. К ним относятся такие факторы риска как мужской пол, возраст (старше 55 лет у мужчин и старше 65 лет у женщин), генетическая предрасположенность (например, есть данные о большей склонности к гипертонии лиц с III группой крови[5]), семейный анамнез (наличие артериальной гипертензии и болезней сердечно-сосудистой системы у родственников пациента, наличие среди родственников случаев смерти от патологии сердца в возрасте до 50 лет). Немодифицируемые факторы риска – те, которые не могут быть скорректированы и влияние которых не может быть изменено и уменьшено каким-либо способом; действие таких факторов на организм постоянно и неизменно. К таким факторам риска относятся стресс и психоэмоциональное напряжение, абдоминальное ожирение, дислипидемия, гиперхолестеролемиа, гиподинамия, нарушения сна, наличие вредных привычек (табакокурение, употребление алкоголя), избыточное потребление поваренной соли, некоторые перенесенные заболевания (отдельные риски таит в себе заболевание больных сахарным диабетом). К таким факторам риска необходимо отнести и перенесенную коронавирусную инфекцию, поскольку она вызывает эндотелиальную дисфункцию у переболевших, что может вести к сбою в нейрогуморальных регуляторных системах, контролирующих артериальное давление.[1, 3]

Для изучения распространенности факторов риска развития артериальной гипертензии среди медицинских и педагогических работников была составлена и разослана участникам из исследуемых групп анкета. Она содержала 28 вопросов, направленных на выявление разнообразных факторов риска. В частности, вопросы о времени, уделяемом на сон и трудовую деятельность, уровне стресса и психоэмоционального перенапряжения на рабочем месте, наличии болезней сердца и сосудов у участников исследования и их родственников, наличии у представителей исследуемых групп гиподинамии, вредных привычек, ожирения, склонности к неправильному питанию. Всего в исследовании приняло участие 40 медицинских и 40 педагогических работников, средний возраст участников составил 47 и 49 лет соответственно, большинство из них составили женщины (100% педагогов и 85% медиков). В ходе анализа полученных ответов были получены следующие результаты:

Среди педагогических работников более распространены (либо же более выражены) такие факторы риска развития артериальной гипертензии как возраст, наличие избыточного веса и ожирения различной степени, гиподинамия (отсутствие регулярных занятий спортом и физической нагрузки), недостаточное время, уделяемое

на сон, употребление вредной для здоровья пищи (жирной, богатой углеводами, имеющей в составе большое количество поваренной соли), длительное пребывание на работе (больше времени уделяется работе).

Примерно в равной степени у обеих групп, участвовавших в исследовании, выражены такие факторы риска как употребление алкогольных напитков, наследственные риски (наличие заболеваний сердечно-сосудистой системы и артериальной гипертензии, а также наличие у родственников смертей до 50 лет от болезней сердца и сосудов), наличие ненормированного рабочего дня, малая подвижность во время работы, наличие и появление отеков, головных болей, одышек, сердцебиений, головокружений.

У медицинских работников чаще и в большем количестве встречались такие факторы риска как мужской пол, курение табака, наличие заболеваний сердечно-сосудистой системы, сидячий характер трудовой деятельности, повышенный уровень психоэмоциональной нагрузки на рабочем месте, частое наличие стрессовых ситуаций на работе, перенесенная новая коронавирусная инфекция Covid-19 и отмеченные после нее изменения уровня артериального давления.

Факторы риска, связанные со стрессом и психоэмоциональным перенапряжением на работе, с высокой частотой отмечены участниками исследования в обеих группах, однако постоянное воздействие этих факторов чаще отмечали именно медицинские работники.

Таким образом, указать на наличие у одной из исследуемых групп более выраженного и полного набора факторов риска развития артериальной гипертензии, который позволили бы однозначно признать ее более склонной к развитию гипертонической болезни, не представляется возможным. Как медицинские, так и педагогические работники имеют факторы риска, которые выражены у них в большей степени, чем у другой группы. Каждая из исследуемых групп имеет свои аспекты склонности к развитию артериальной гипертензии, причем в обеих из них важную роль играет наличие факторов риска, обусловленных стрессом и психоэмоциональным перенапряжением на рабочем месте, что требует особого внимания ввиду особой роли этих факторов в развитии первичной артериальной гипертензии. В то же время можно предполагать, на основании данных литературных источников и большей выраженности стрессовых факторов в данной группе, что большая склонность к более раннему и быстрому развитию артериальной гипертензии присуща медицинским работникам, тогда как у педагогов она склонна развиваться позднее.

Проведенное исследование может стать основой для дальнейшей научной разработки данной проблемы, а также для создания практических рекомендаций для представителей обеих исследуемых групп по предотвращению и нейтрализации действия факторов риска. Полученные результаты несут в себе новые данные относительно распространенности факторов риска артериальной гипертензии в профессиональных группах, а также относительно соответствия этих факторов в двух исследуемых группах. Наиболее важными перспективами в этой связи выступают

перспективы, связанные с разработкой на основе полученных данных мер профилактики артериальной гипертензии, ведь как говорил английский философ Т. Мор: «Мудрец будет скорее избегать болезней, чем выбирать средства против них».

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Гараев, А. Т. Факторы риска, влияющие на развитие эссенциальной артериальной гипертензии / А. Т. Гараев, М. А. Сахипов, А. Н. Хмельницкая // Молодая наука - практическому здравоохранению : материалы 92-й итоговой научно-практической конференции студентов, ординаторов, аспирантов, молодых ученых (до 35 лет) ПГМУ имени академика Е.А. Вагнера, Пермь, 15–16 апреля 2019 года / Пермский государственный медицинский университет имени академика Е.А. Вагнера. – Пермь: Б. и., 2019. – С. 99-100. – EDN ZIEWVV.

2. Головина, Н. И. Оценка факторов риска развития артериальной гипертензии и ишемических цереброваскулярных событий (обзор литературы) / Н. И. Головина, М. С. Матвеев, Н. И. Ключников // Актуальные проблемы медицины. – 2021. – Т. 44. – № 3. – С. 269-277. – DOI 10.52575/2687-0940-2021-44-3-269-277. – EDN CEPTRI.

3. Конопля, Е. Н. Артериальная гипертензия: обзор современных клинических рекомендаций / Е. Н. Конопля, А. В. Тригуб, Д. В. Поляков // Павловские чтения : Сборник научных трудов всероссийской научно-практической конференции, Курск, 18 октября 2018 года / Курский государственный медицинский университет. – Курск: Курский государственный медицинский университет, 2018. – С. 59-63. – EDN WJMAFV

4. Артериальная гипертензия на рабочем месте: факторы риска и популяционное значение / Л. А. Стрижаков, С. А. Бабанов, М. В. Лебедева [и др.] // Терапевтический архив. – 2018. – Т. 90. – № 9. – С. 138-143. – DOI 10.26442/terarkh2018909138-143. – EDN XZLKLБ.

5. Группа крови по системе АВ0 как фактор риска формирования артериальной гипертензии / Л. А. Фомина, М. С. Желудов, А. А. Иванова, М. П. Фомина // Верхневолжский медицинский журнал. – 2021. – Т. 20. – № 1. – С. 21-23. – EDN VJVTWV.