

ПРОФИЛАКТИКА НЕИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

Одилова Дилором

*2 Ферганский техникум общественного
здоровья имени Абу Али ибн Сины*

Неинфекционные заболевания (НИЗ) Известны как хронические болезни, которые не передаются от человека человеку. Они имеют длительную продолжительность и, как правило, медленно прогрессируют.

Типы неинфекционных заболеваний

- сердечно-сосудистые болезни (такие как инфаркт и инсульт),
- онкологические заболевания,

- хронические респираторные болезни (БА)

- сахарный диабет. НИЗ распространены во всех возрастных группах и всех регионах. Эти заболевания часто связывают с пожилыми возрастными группами

Факторы риска 1) Поведенческие и социальные:

- Употребление табака

- недостаточная физическая активность (гиподинамия)

- нездоровое питание

- употребление алкоголя Наркотическая зависимость

2) Биологические:

- повышенное кровяное давление,

- излишний вес/ожирение,

- гипергликемия (высокие уровни глюкозы в крови)

- гиперлипидемия (высокие уровни холестерина в крови).

3) Средовые: Загрязнение воздуха, воды и почвы состояние организма на грани здоровья и болезни, которое может либо перейти в выраженную форму какой-либо болезни, либо через некоторое время закончиться нормализацией функций организма. Болезнь-это это нарушение нормальной жизнедеятельности организма, обусловленное функциональными и (или) морфологическими (структурными) изменениями, наступающими в результате воздействия эндогенных и (или) экзогенных факторов. Адаптация – это процесс приспособления организма к различным условиям существования в окружающей среде.

Выделяют физиологическую и социальную адаптацию. Физиологическая адаптация обеспечивает относительное постоянство внутренней среды организма - гомеостаз. Адаптации такого вида повышают устойчивость организма к холоду, теплу, недостатку кислорода, изменениям



атмосферного давления и другим факторам, что проявляется в изменениях функций кровообращения, дыхания, выделения, секреции эндокринных желез. Пределы адаптации человека обусловлены функциональной активностью его наследственного аппарата, возрастом, состоянием здоровья и степенью тренированности. Решающую роль в функционировании механизмов защиты играют нервная и эндокринная системы. Целевые программы предупреждения заболеваний. "Предупреждение и борьба с социально значимыми заболеваниями Подпрограммы: сахарный диабет артериальная гипертензия туберкулез вакцинопрофилактика ВИЧ-инфекция онкология инфекции, передаваемые половым путем психические расстройства вирусные гепатиты Основные высокоэффективные мероприятия по укреплению раннего выявления и своевременного лечения заболеваний, могут проводиться в рамках первичной медико-санитарной помощи. Первичная профилактика — система мер предупреждения возникновения и воздействия фактора в риска развития заболеваний (вакцинация, рациональный режим труда и отдыха, рациональное качественное питание, физическая активность, охрана окружающей среды Вторичная профилактика — комплекс мероприятий, направленных на устранение выраженных факторов риска, которые при определенных условиях (стресс, ослабление иммунитета, чрезмерные нагрузки на любые другие функциональные системы организма) могут привести к возникновению, обострению и рецидиву заболевания. Наиболее эффективным методом вторичной профилактики является диспансеризация как комплексный метод раннего выявления заболеваний, динамического наблюдения, направленного лечения, рационального последовательного оздоровления. Также относится: профосмотры, школы и центры здоровья Третичная профилактика как комплекс мероприятий, по реабилитации больных, утративших возможность полноценной жизнедеятельности. Третичная профилактика имеет целью социальную (формирование уверенности в собственной социальной пригодности), трудовую (возможность восстановления трудовых навыков), психологическую (восстановление поведенческой активности) медицинскую (восстановление функций органов и систем организма) реабилитацию. В условиях ограниченных ресурсов расходы на лечение сердечнососудистых и онкологических заболеваний, диабета или хронических болезней легких могут быстро истощить семейные ресурсы и повергнуть семьи в нищету. Из-за непомерных расходов, связанных с НИЗ, включая зачастую длительное и дорогостоящее лечение и потерю кормильцев, ежегодно миллионы человек



оказываются за чертой бедности, что тормозит развитие. Во многих странах вредное употребление алкоголя и нездоровые питание и образ жизни имеют место в группах как с высоким, так и с низким уровнем дохода. Однако группы с высоким уровнем дохода имеют доступ к службам и препаратам, защищающим их от самых высоких рисков, в то время как для групп с низким уровнем дохода такие препараты и службы часто являются не доступными по стоимости

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Рано умирать. Проблемы высокого уровня заболеваемости и преждевременной смертности от неинфекционных заболеваний и травм в Российской Федерации и пути их решения. - Россия "Алекс", 2006.
2. Мониторинг поведенческих факторов риска неинфекционных заболеваний среди населения: Руководство. - М.: МАКС Пресс, 2004. - 54с.
3. Новые методы электрокардиографии под ред. Грачева С.В., Иванова Г.Г., Сыркина А.Л. - М.: Техносфера, 2007.
4. Оганов Р.Г., Масленникова Г.Я., Шальнова С.А., Деев А.Д. Значение сердечно-сосудистых и других неинфекционных заболеваний для здоровья населения России. // Профилактика заболеваний и укрепление здоровья. - 200

