

## ŠIRDIES IR KRAUJAGYSLIŲ LIGŲ PREVENCINĖ PROGRAMA

Kraujotakos sistemos ligos yra viena iš pagrindinių mirties priežasčių tiek Lietuvoje, tiek pasaulyje. Sveikatos sutrikimai yra glaudžiai susiję su žmogaus gyvenimo būdu. Netinkami gyvenimo įpročiai, gali stipriai paskatinti širdies ir kraujagyslių ligų išsivystymo riziką:

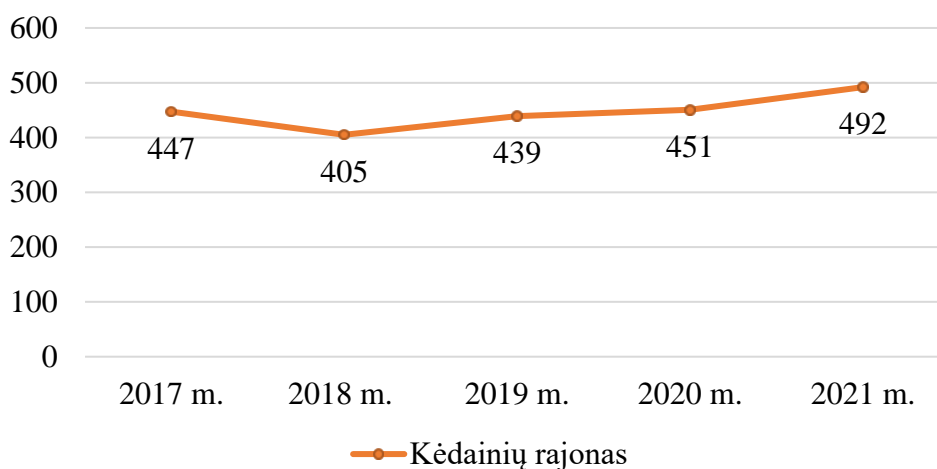
- Nesubalansuota mityba (daug riebalų, cholesterolio, druskos);
- Žalingi įpročiai (rūkymas, alkoholis);
- Fizinio aktyvumo stoka;
- Antsvoris (KMI: 25-29,9);
- Aukštas kraujospūdis (>140/90).

Svarbu paminėti, jog šie rizikos veiksniai yra modifikuojami, todėl pagrindinė kraujotakos sistemos ligų profilaktikos priemonė – sveika gyvenimo būdas.

Prevencinė programa skirta 40-54 m. vyrams bei 50-64 m. moterims. Nemokama paslauga taikoma 1 kartą per metus, pasikreipus į savo šeimos gydytoją. Nustačius rizikos veiksnius, pacientui sudaromas individualus širdies ir kraujagyslių ligų prevencijos planas. Esant poreikiui, pacientas siunčiamas į specializuotus centrus išsamesniam ištyrimui. Svarbu nepamiršti, jog 1 kartą per metus nemokamai galima pasitikrinti gliukozės, cholesterolio, trigliceridų koncentraciją kraujyje, atlikti kardiogramą ir kitus tyrimus, kurie padėtų pastebėti netinkamus sveikatos rodiklius.

Šiuo metu kraujotakos sistemos ligų grupei priskiriami šie sveikatos sutrikimai: hipertenzija, išeminė širdies liga, miokardo infarktas, širdies veiklos nepakankamumas, cerebrinė kraujotakos liga, insultas, smegenų infarktas ir aterosklerozė.

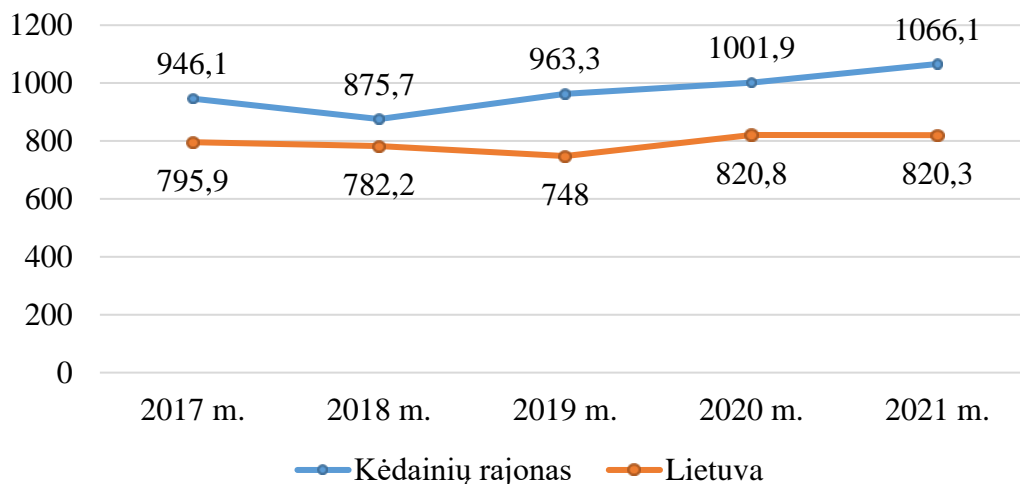
Remiantis Higienos instituto duomenimis, Kėdainių rajono savivaldybėje 2021 m. fiksuoti 492 mirties atvejai nuo kraujotakos sistemos ligų. 2017-2021 m. mirčių skaičiaus kaita pavaizduota 1 pav.



**1 pav. Mirties nuo kraujotakos sistemos ligų atvejų skaičius 2017-2021 m. Kėdainių rajone**

Šaltinis: Higienos instituto Sveikatos informacijos centras „Mirties priežastys 2021“

Svarbu atkreipti dėmesį, jog per pastaruosius 4 metus mirties atvejų skaičius Kėdainių rajone tik didėjo, o ryškiausias prieaugis 2021 m. Norint palyginti mirtingumą nuo širdies ir kraujagyslių ligų Kėdainių rajone ir Lietuvoje, būtina analizuoti mirtingumo duomenis 100 000 gyventojų (gyv.). Pastarųjų 4 metų mirtingumo nuo kraujotakos sistemos ligų tendencija yra didėjanti (2 pav.).

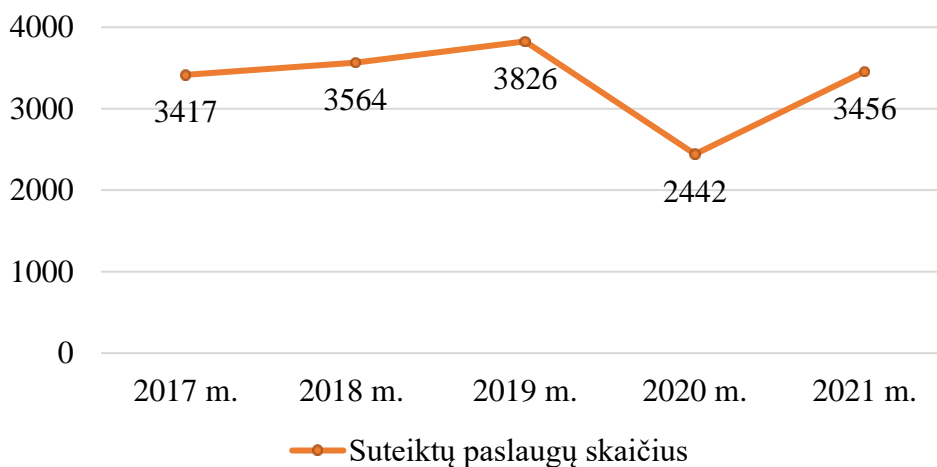


**2 pav. Mirtingumas nuo kraujotakos sistemos ligų 100 000 gyv. Kėdainių rajone ir Lietuvoje**

*Šaltinis: Visuomenės sveikatos stebėsenos informacinė sistema*

Mirtingumas Kėdainių rajone ryškiai viršija Lietuvos vidurkį. Remiantis visuomenės sveikatos stebėsenos informacinės sistemos duomenimis, situacija yra blogėjanti.

Taip pat, Valstybinė ligonių kasa prie Sveikatos apsaugos ministerijos skelbia, jog 2021 m. VšĮ Kėdainių pirminės sveikatos priežiūros centre (PSPC) buvo suteiktos 3 456 širdies ir kraujagyslių ligų prevencinės programos paslaugos. 2017-2021 m. suteiktų paslaugų skaičius Kėdainių PSPC pavaizduotas 3 pav.



**3 pav. Suteiktų širdies ir kraujagyslių ligų prevencinės programos paslaugų skaičius 2017-2021 m. Kėdainių PSPC**

*Šaltinis: VLK prie SAM, Prevencinių programų vykdymo apžvalga*

Svarbu atkreipti dėmesį, jog iki 2019 m. teikiamų paslaugų skaičius intensyviai didėjo, o 2020 m. sumažėjo daugiau nei 1 000.

Galima daryti prielaidą, jog COVID-19 pandemijos metu, apribojus medicininių paslaugų prieinamumą gydymo įstaigose, aptarnautų pacientų skaičius sumažėjo. Taip pat, sumažėjęs suteiktų paslaugų kiekis galimai prisidėjo prie 2021 m. išaugusio mirties atvejų skaičiaus, kuris viršija Lietuvos mirtingumo vidurkį.

Parengė Kėdainių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stebėseną, Agnė Ruzgutė