



# Подходы к профилактике сердечно-сосудистых заболеваний в Санкт-Петербурге: достижения и перспективы

Е.В.Шляхто

6 июля 2017 года, Санкт-Петербург

# Структура доклада

- Сердечно-сосудистые факторы риска. Проблемы и достижения последних лет.
- Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний. Проекты по профилактике ССЗ.
- Стратегия на следующее десятилетие.

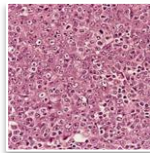
# Роль хронических неинфекционных заболеваний в структуре смертности населения

## Основные хронические неинфекционные заболевания



Сердечно-сосудистые заболевания

Злокачественные новообразования



Сахарный диабет

Хронические обструктивные болезни легких

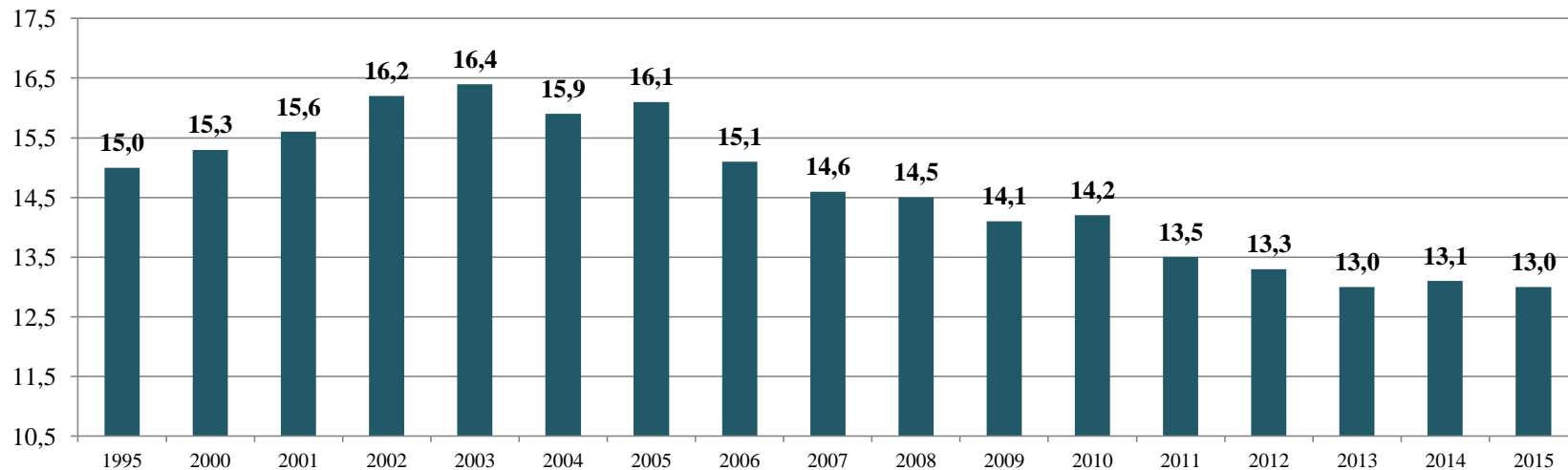


## Структура смертности населения России за 2015 год, в %



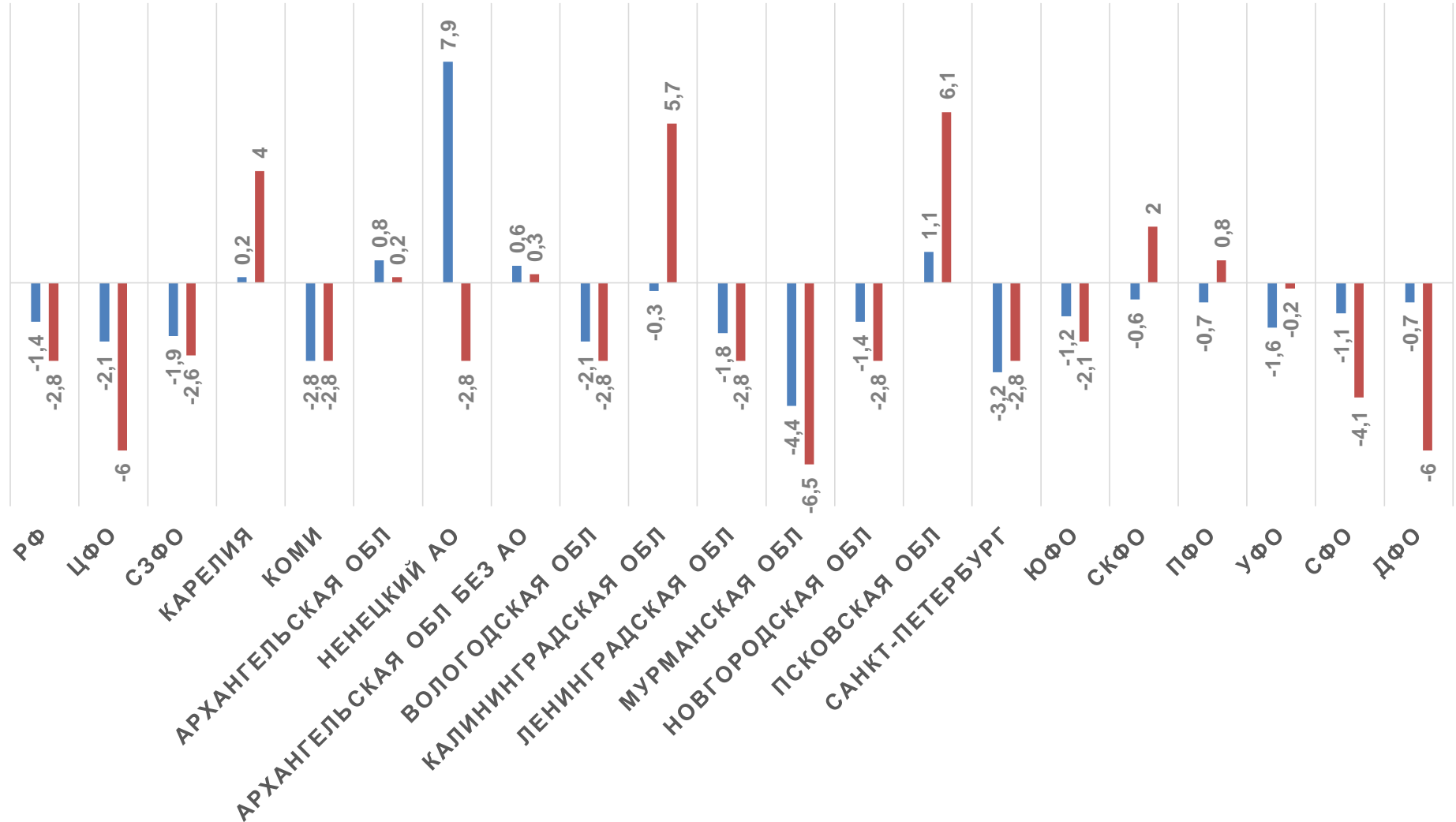
# Динамика смертности населения России за период 1995-2015 гг.

Общая смертность (на 1000 населения)

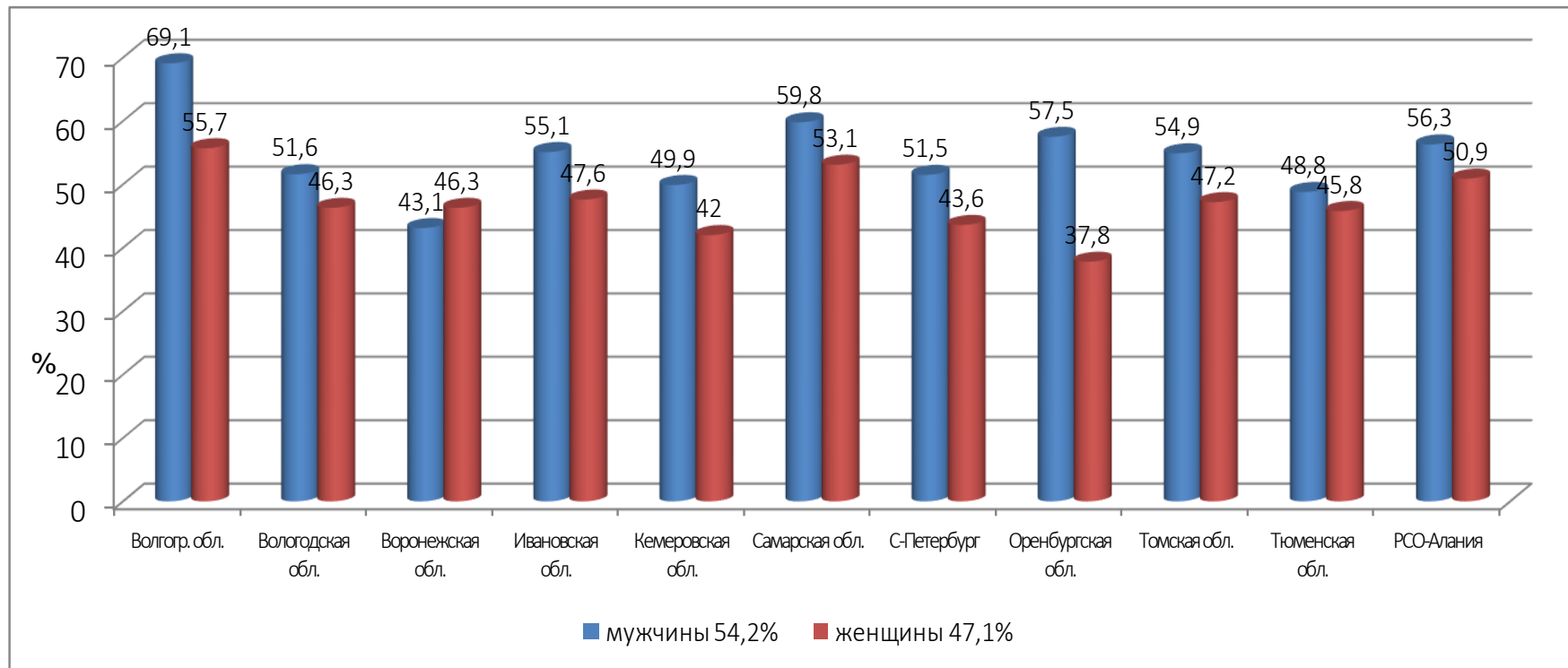


# Динамика показателей смертности от всех причин и от БСК на 100 тыс. жителей, %% (2017 vs 2016, январь – май)

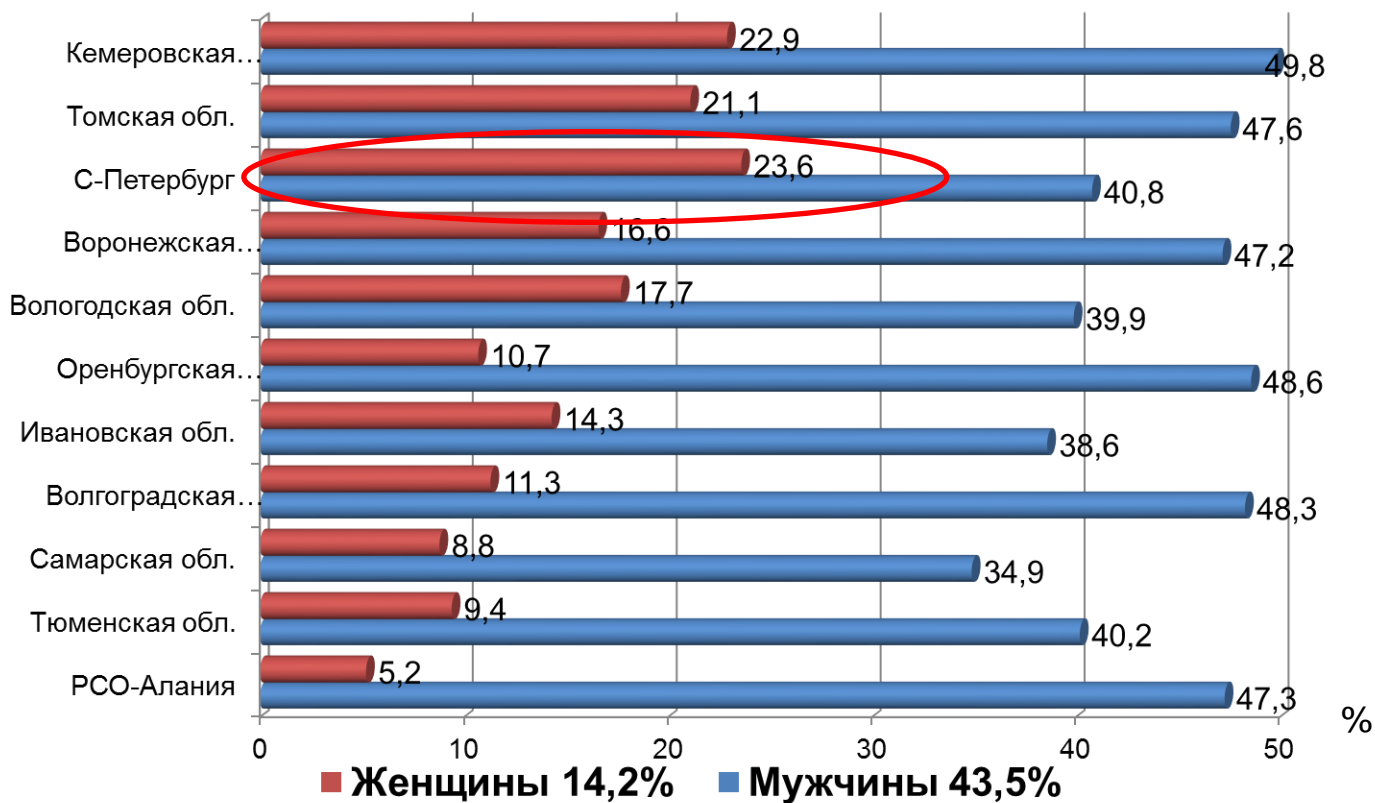
■ Все причины ■ БСК



# Распространенность избыточного потребления соли в российской популяции (ЭССЕ-РФ)

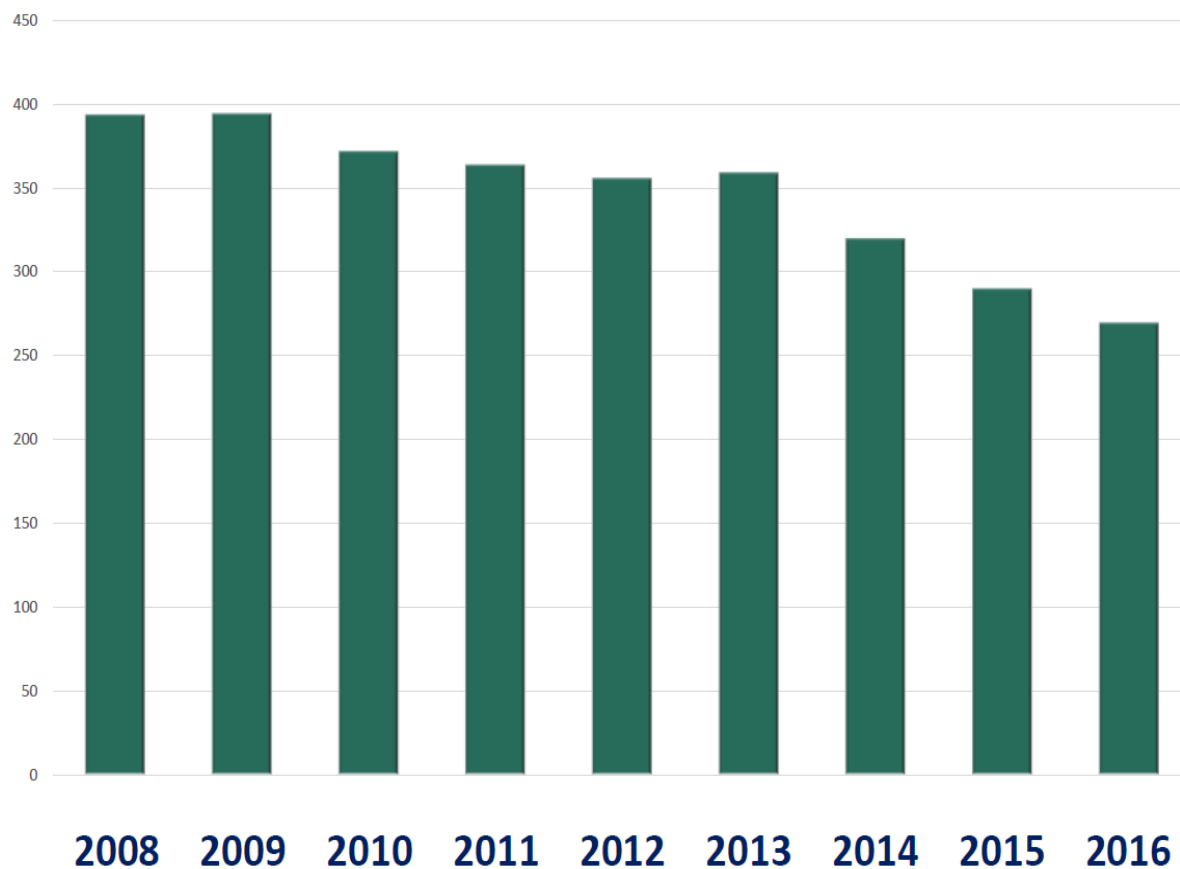


## Распространенность курения в российской популяции (ЭССЕ-РФ) до принятия антитабачного закона



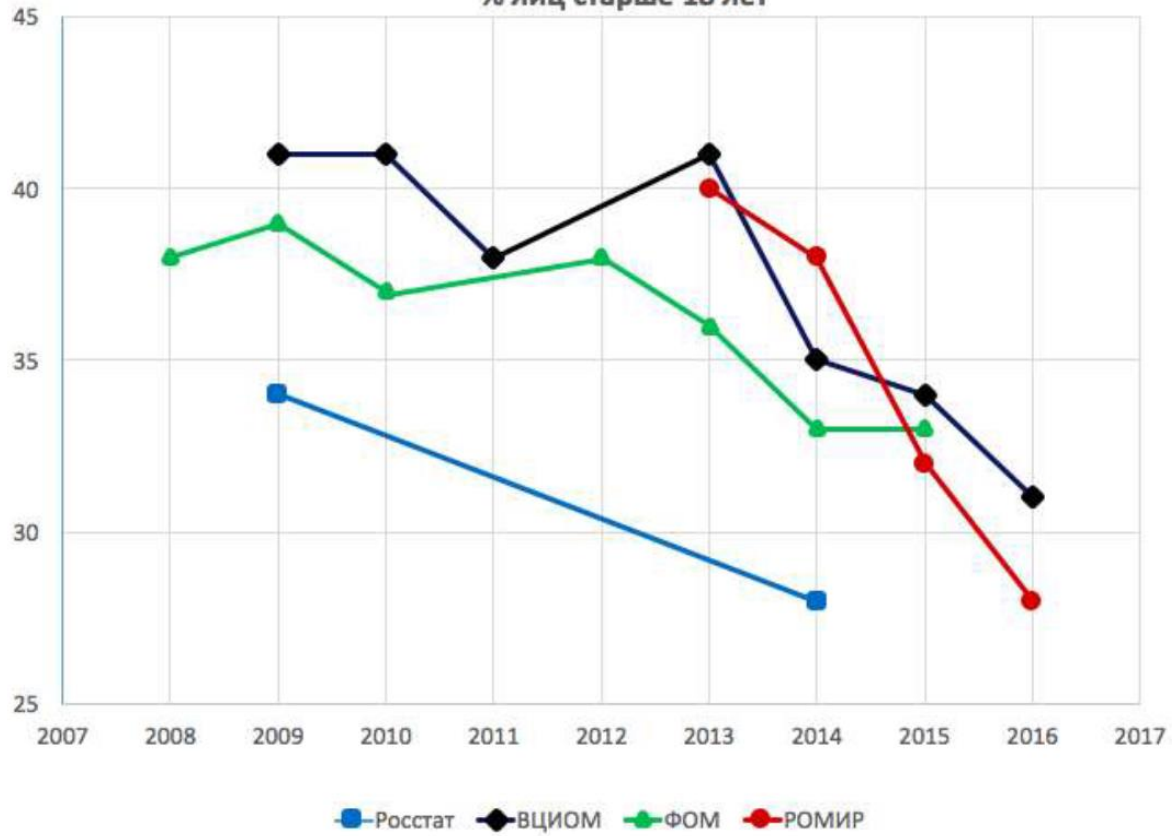
Баланова Ю.А. Профилактическая медицина. 2014. Т. 17. № 5. С. 42-52.

## Розничная продажа сигарет и папирос, млрд шт.

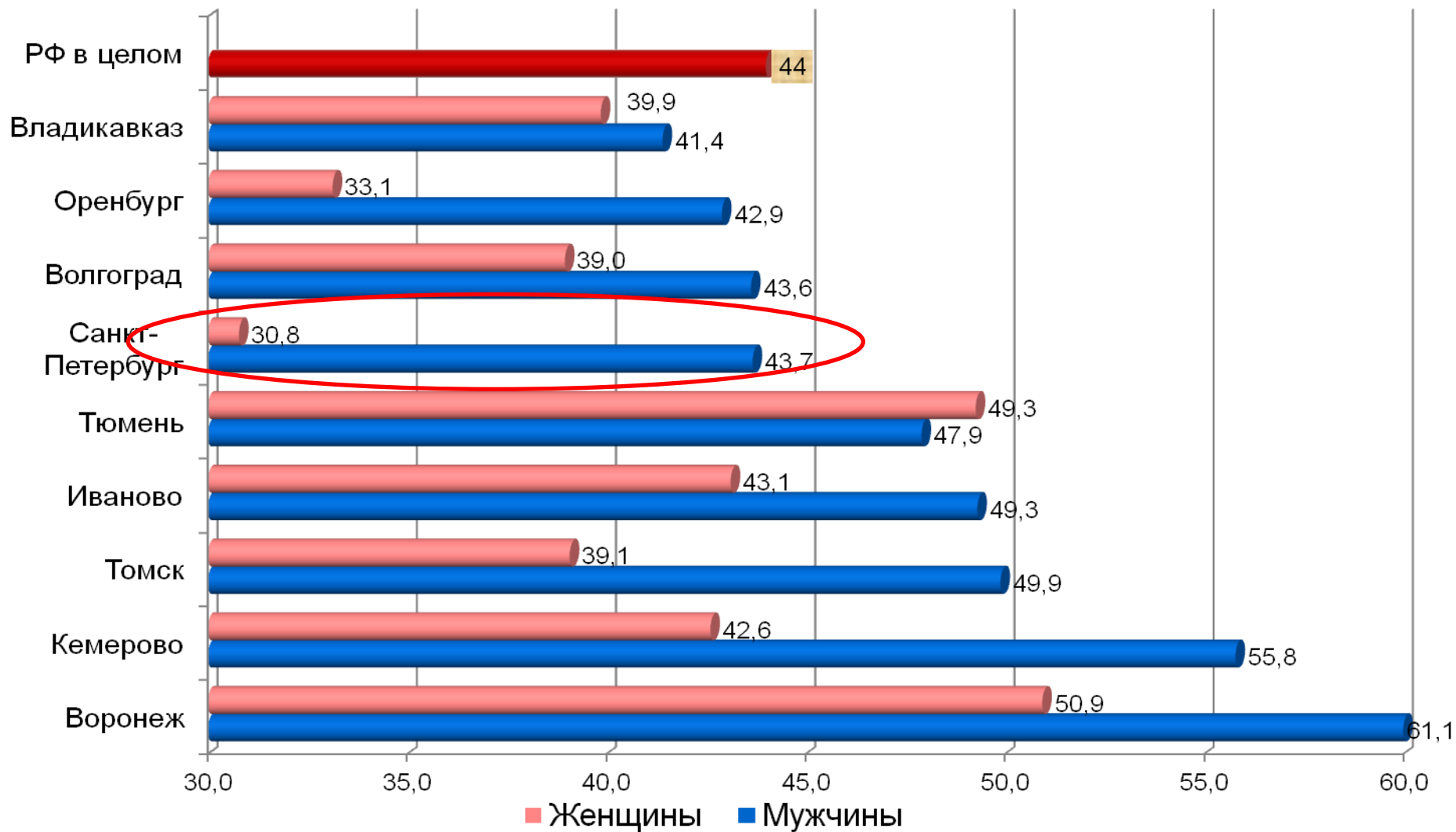




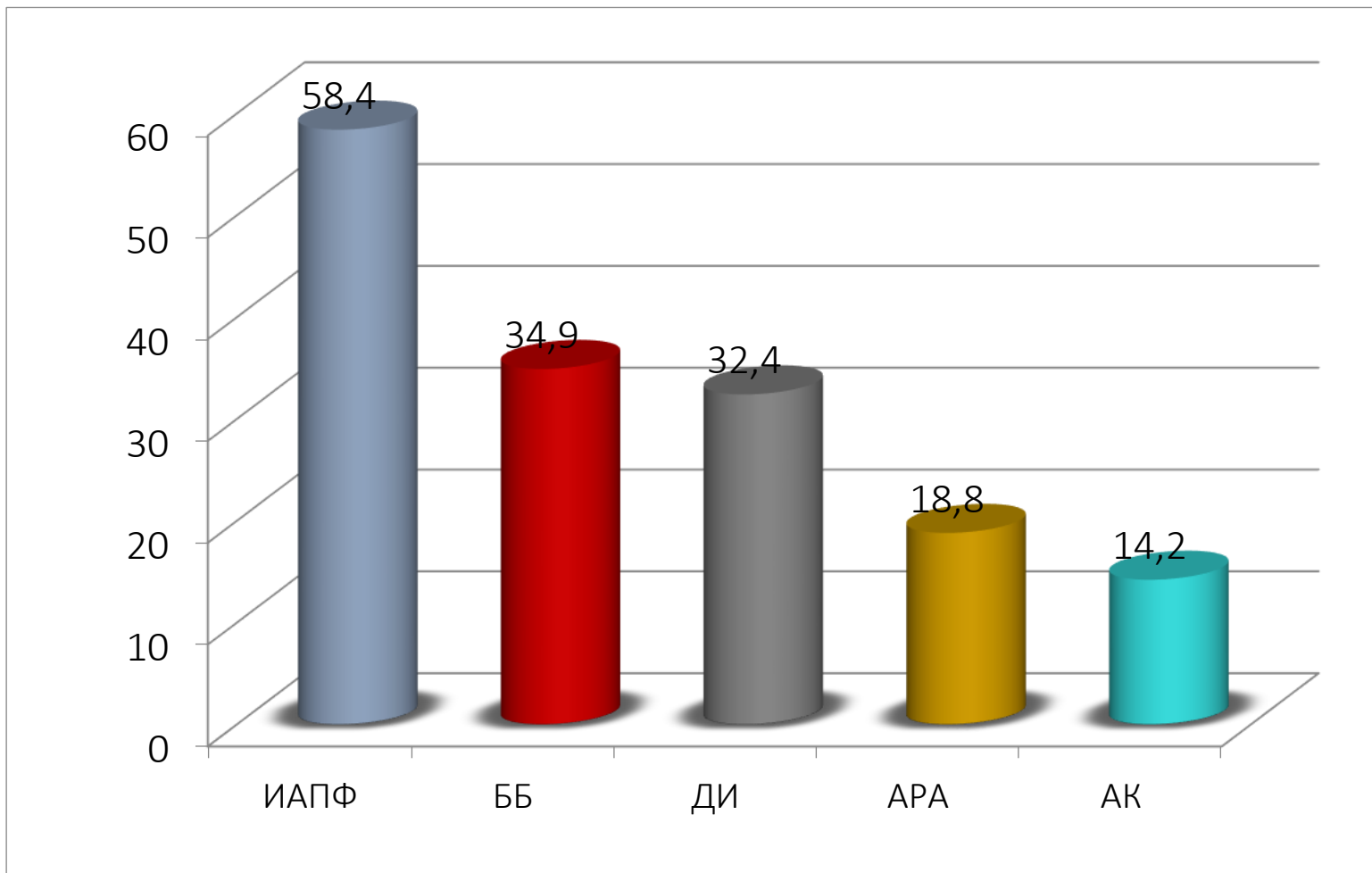
Распространенность табакокурения в Российской Федерации,  
% лиц старше 18 лет



# Распространенность АГ в регионах-участниках программы ЭССЕ-РФ (%)



# Частота назначений различных классов антигипертензивных препаратов в ЭССЕ-РФ



# Структура доклада

- Сердечно-сосудистые факторы риска. Проблемы и достижения последних лет.
- **Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний. Проекты по профилактике ССЗ.**
- Стратегия на следующее десятилетие.

## 9 глобальных целей по борьбе и профилактике НИЗ, которые должны быть выполнены к 2025 г. (по отношению к исходным данным за 2010 г.)



# Основные три стратегии снижения смертности населения (ВОЗ, Минздрав РФ)

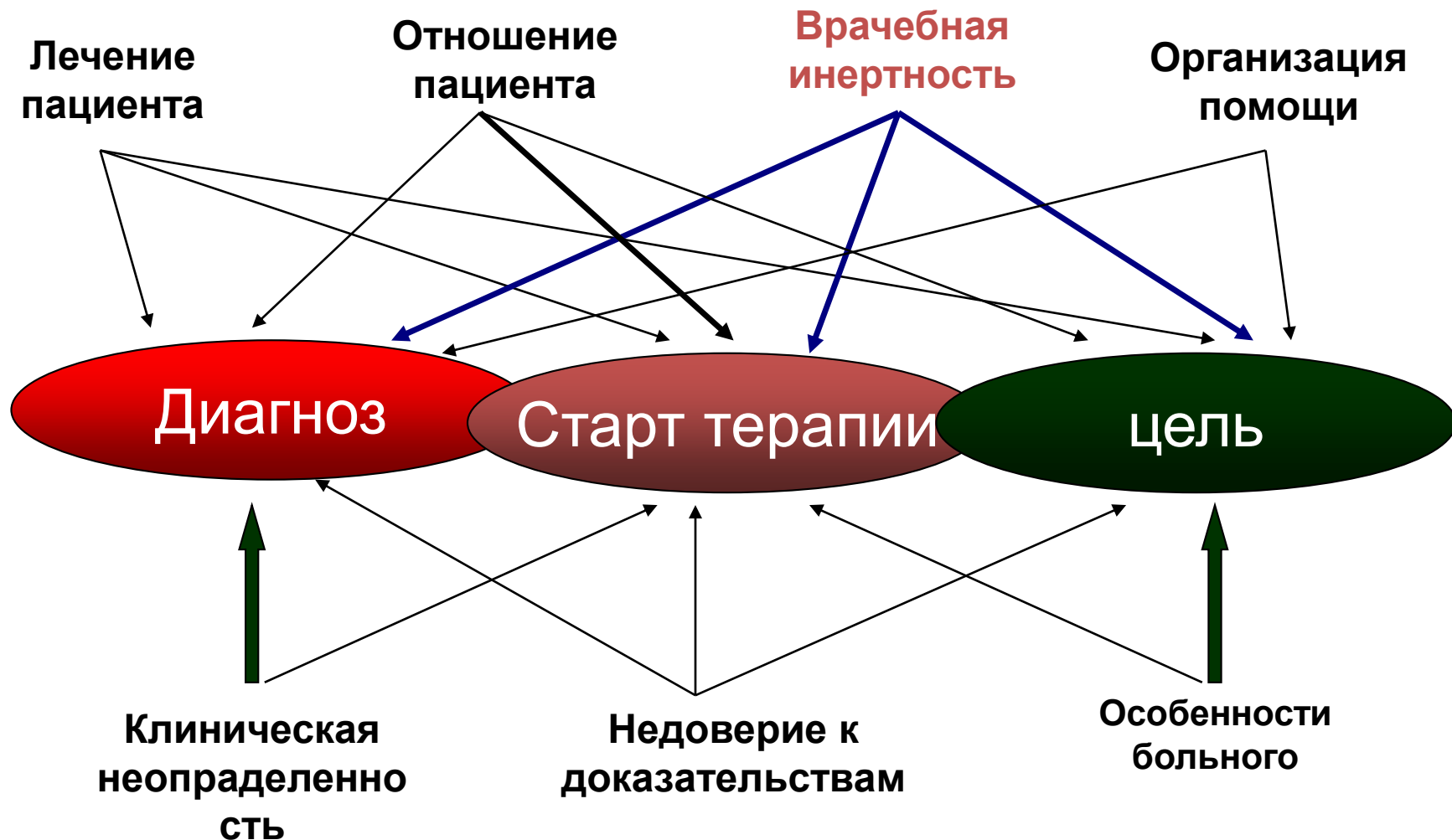


# “BEST BUYS” вмешательства – наиболее доступные и экономически эффективные

Риск факторов/болезнь	Вмешательство
Употребление табака	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Повышение налогов на табачные изделия с целью снижения ценовой доступности</li> <li>– Создание среды, свободной от табачного дыма</li> <li>– Предупреждение об опасности табака и табачного дыма</li> <li>– Запреты на рекламу, стимулирование продаж и спонсорство табачных изделий</li> </ul>
Злоупотребление алкоголем	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Применение политики ценообразования в отношении алкоголя, включая налоги на алкогольные напитки</li> <li>– Ограничения и запреты на рекламу и стимулирование продаж алкоголя</li> <li>– Ограничение наличия алкоголя в розничной торговле</li> </ul>
Неправильное питание и недостаточная физическая нагрузка	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Уменьшить потребление соли и содержание соли в продуктах</li> <li>– Заменить транс-жирные кислоты на полиненасыщенные жиры</li> <li>– Повысить информированность населения о рационе питания и физической активности через средства масс-медиа</li> </ul>
Сердечно-сосудистые заболевания и диабет	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Консультирование и многокомпонентная терапия для пациентов с высоким сердечно-сосудистым риском (включая тех, у кого уже установлены сердечно-сосудистые осложнения)</li> <li>- Назначение аспирина при сердечно-сосудистых катастрофах</li> </ul>
Онкологические заболевания	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Иммунизация против гепатита В для предотвращения цирроза печени</li> <li>- Скрининг и лечение предраковых состояний для предотвращения рака шейки матки</li> </ul>

# Барьеры в лечении хронических ССЗ

(modified from Howes F, Australian family physician, 2010)





# Низкая приверженность

- Приверженность в отношении приема статинов составляет во всем мире около 50%, варьируя от 25% до 75%.
- При артериальной гипертензии 60% больных прекращает лечение в течение первого года, среди оставшихся приверженность колеблется в пределах 20-50%

Hill MN, Miller NH, Degeest S, et al. Adherence and persistence with taking medication to control high blood pressure. J Am Soc Hypertens. 2011;5(1):56–63.

# Ежегодные акции в рамках Всемирного дня здоровья



- СЗФМИЦ им В.А. Алмазова Минздрава России
- Городской Центр медицинской профилактики
- Городские центры здоровья
- Экспресс — анализы крови на глюкозу и холестерин
- Измерение талии, веса и роста с расчетом ИМТ
- Измерение АД и пульса
- Определение сердечно-сосудистого риска по шкале SCORE
- Консультация кардиолога

# Акция "Здоровые сердца» в СКК «Юбилейный» (Санкт-Петербург)



**850 обследованных**

30 врачей кардиологов  
50 учащихся мед колледжей



# Всемирный день борьбы с артериальной гипертензией

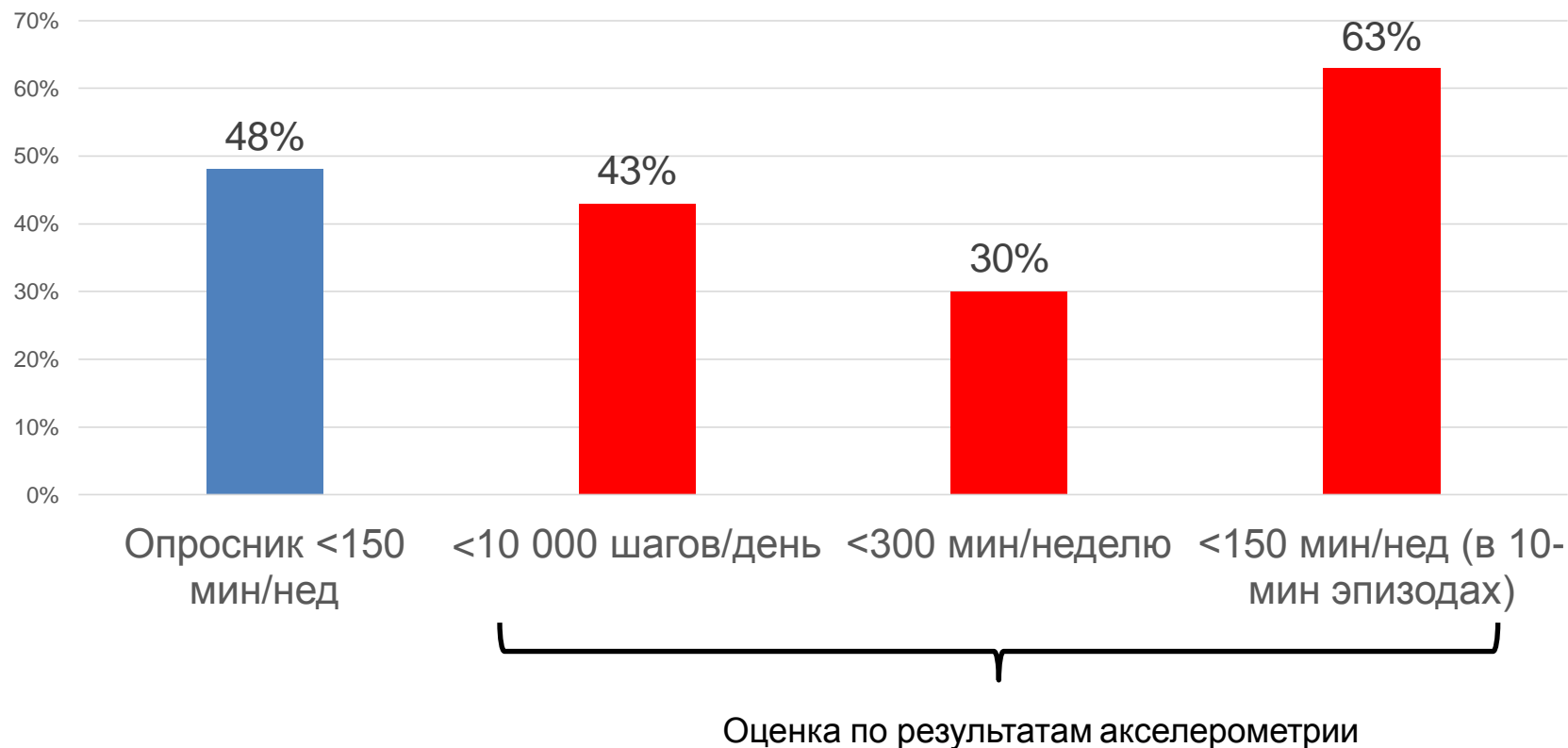


**5 пунктов:**  
Малая Садовая  
Малая Конюшенная  
Большая Московская  
2 супермаркета ЛЕНТА

**449 лиц**  
осмотрено

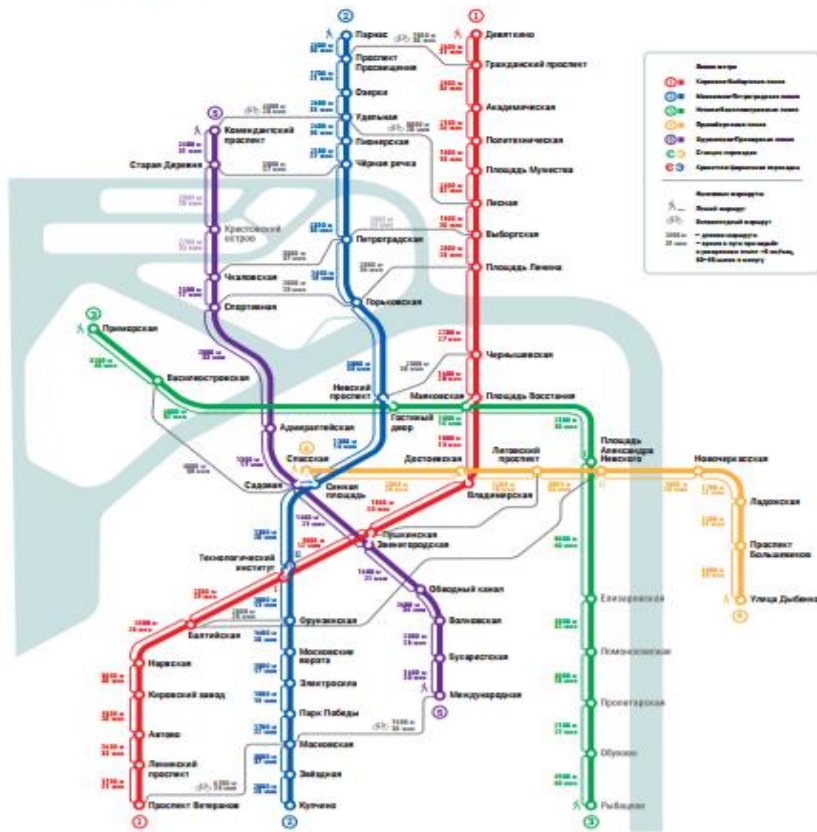


# Распространенность гиподинамии в случайной выборке жителей Санкт-Петербурга (ЭССЕ-РФ) по различными критериям



10 000 ШАГОВ  
ДО ПОЛНОГО СЧАСТЬЯ

# Ходите на здоровье!



Достижение для  
максимально большего  
числа жителей города  
показателей  
достаточной дневной  
физической активности  
в соответствии с  
установленными ВОЗ  
нормами

ПРИБАВЛЯТЬ ПО 500 ШАГОВ КАЖДЫЙ ДЕНЬ,  
ПОКА НЕ ДОБЕРЕТЕСЬ ДО РЕЗУЛЬТАТА 10000



Российское  
эндокринологическое  
общество



ВСЕМИРНАЯ  
ОРГАНИЗАЦИЯ  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ



# Go Red, Wear Red





Российское кардиологическое общество и Антигипертензивная Лига

Инициатива «Музей сердца» для детей и подростков (и их родителей) о здоровом образе жизни и профилактике сердечно-сосудистых факторов риска



# Проект «Забота — ЭТО...»

*Забота — это...*



*...вместе гулять,  
а не валяться на диване*

*Забота — это...*



*...не пересаливать еду*

*Забота — это...*



*...напомнить ей принять  
таблетки*

Разработанная серия открыток, использующих персонажи, узнаваемые широкими группами населения, позволяет в легкой игровой форме донести важные правила профилактики неинфекционных заболеваний

## ЭТО СПАСЕТ ЖИЗНЬ

**ИНСУЛЬТ** — острое нарушение кровообращения, приводящее к повреждению ткани головного мозга вследствие закупорки мозгового сосуда или его разрыва.

### КАК ОПРЕДЕЛИТЬ ИНСУЛЬТ

#### ПОПРОСИТЕ ЧЕЛОВЕКА:

#### СИМПТОМЫ ИНСУЛЬТА:

- 1** улыбнуться   улыбка искривлена или неровная
- 2** сказать простое предложение   не может говорить, речь нарушена
- 3** высунуть язык   язык искривлен или смещен в сторону
- 4** поднять две руки одновременно   не может держать руки на одном уровне, качается

Выполнение этих простых правил может спасти жизнь вам и вашим близким



немедленно обращайтесь к врачу. Не ждите, когда «полегчает» и всё «пройдет»



медицинская помощь должна быть оказана в течение 1–3 часов

До приезда скорой:



уложите человека, приподнимите ему голову, обеспечьте покой



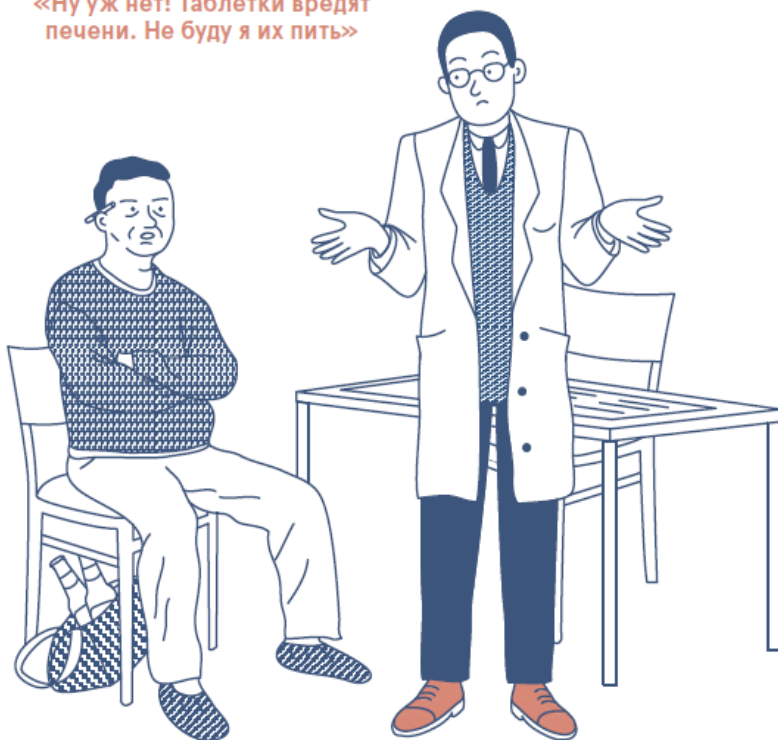
отметьте время появления симптомов и сообщите информацию врачам

# Проект «Это спасет вам жизнь! Самодиагностика инсульта»

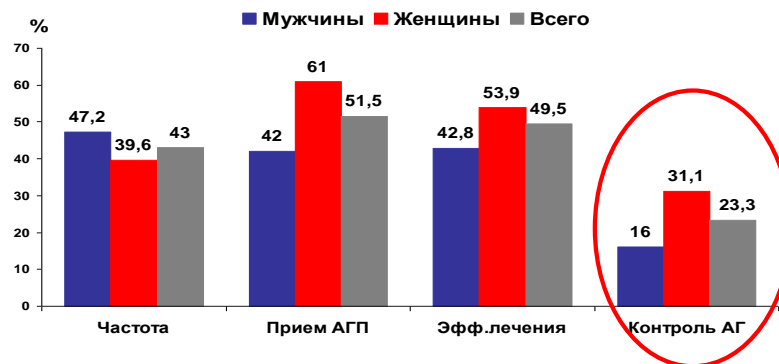
Максимальное распространение информации о диагностике и самодиагностики инсульта.

# Проект «Сам себе врач! Мифы и преубеждения»

«Ну уж нет! Таблетки вредят печени. Не буду я их пить»



Распространенность АГ, частота приема препаратов, эффективность лечения, контроль АГ в российской популяции (ЭССЕ-РФ)



Информирование о механизмах возникновения и течения неинфекционных заболеваний; распространение информации о механизмах действия лекарственных средств и принципах лечения; развенчание устоявшихся медицинских мифов и заблуждений пациентов

# Проект «Размер порции важен!»

**Каша много не бывает**  
с маслом тоже надо знать меру  
В день не более 30г

150г крупы  
48 ложек  
Ложка десерта

**Яйцо на завтрак**  
1-2 в неделю, или только белок

стареющая 0,01/сутки  
гусиное 0,2 бут.  
куриное 1/шт.  
перепелиное 0,1 шт.  
Всего: масло

**Кофе - чай?**

В 1 чашке - 100 мг кофеина  
В России кофе привез Петр I  
Растворимый кофе был изобретен в 1890 г.

Чай  
В 1 чашке - 50 мг кофеина  
Коларский чай (Йезуиты) - традиционный русский напиток, известный с XII века. Чайный пакетик появился в продаже в 1929 году в Дрездене (Германия).

**Еще есть другие напитки**  
☐ Кафир ☐ квас ☐ Сок

**Какова норма колбасы?**

где-то так

Нельзя, но если очень хочется...  
...имеет немного мозгов. Если бы колбаса делалась только из мяса и специй, то ее можно было бы отнести к здоровой пище. Однако в колбасе, как правило, высокое содержание соли и жиров, достигающее иногда 60%. Потребление полуфабрикатов увеличивает риск развития диабета и ожирения.

**Хлеб**

Вся, кроме этого норма

Утверждение, что мышцы любят сыр, не совсем верно - грызуны предпочитают зерно и фрукты. Берите с них пример!

△△△△△  
Не больше двух ломтиков (20 гр) нежирного сыра в день!

Мой завтрак

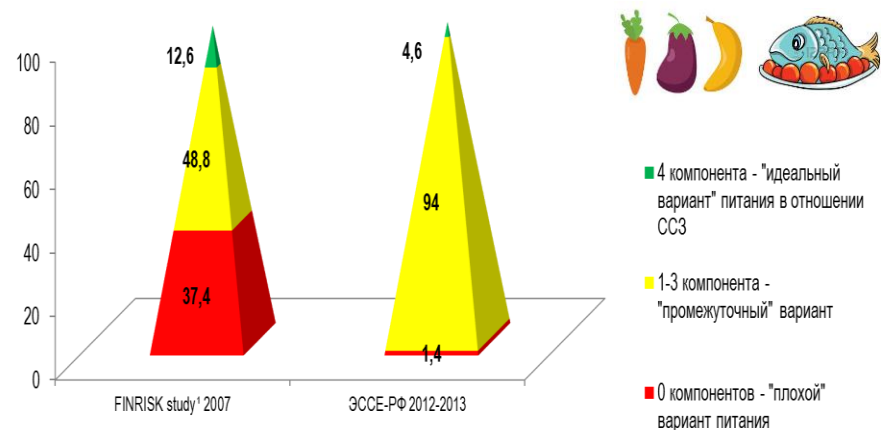
Понните, что в каждом куске хлеба содержится около 150 ккал «быстрых» углеводов. Если совсем не удержаться от его потребления - выберите цельнозерновой хлеб - он снижает риск ССЗ и сахарного диабета. Не более 4 кусков в день.

scardia.ru

Социальный проект  
Российского кардиологического общества

РОССИЙСКОЕ  
КАРДИОЛОГИЧЕСКОЕ  
ОБЩЕСТВО

Иллюстрации: автор проекта; не являются рекомендацией. Для составления индивидуальной диеты обратиться к специалисту.



Информирование о достаточных размерах потребляемой еды, напитков и других продуктов, используемых для приготовления пищи.

### Правила здорового сна

По материалам Всемирной ассоциации медицины сна  
При поддержке Российского кардиологического общества

- 1 Вставайте и ложитесь спать в одно и то же время.
- 2 Дневной сон не больше 45 минут.
- 3 За 4-6 часов до сна избегайте:
- 4 Перед сном только легкая еда:
- 5 Перед сном избегайте нагрузок.
- 6 Удобная постель – залог крепкого сна!
- 7 Тишина и покой во время сна!
- 8 Комфортная температура и свежий воздух.
- 9 В постели только...

www.scardio.ru

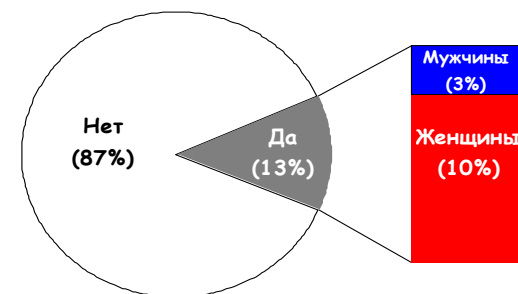
Открытое письмо

Куда \_\_\_\_\_

Кому \_\_\_\_\_

# Проект «Правила здорового сна»

Частота жалоб поддержания сна в российской популяции (ЭССЕ-РФ)



Информирование о необходимых условиях для здорового сна и продолжительности времени ежедневного отдыха.



«Российское кардиологическое общество присоединилось к проекту МММ 2017



- 5 мая 2017 врачи-кардиологи Центра Алмазова под эгидой Российского кардиологического общества измерили артериальное давление и определили факторы риска артериальной гипертензии у близких и родственников пациентов клиники, а также сотрудников, которые не проверяли давление в течение года и более.
- **Главной задачей акции является привлечение внимания к проблеме своевременного выявления повышенного давления и соответственно – лечения.**
- Мероприятие организовано в рамках проекта MAY MEASUREMENT MONTH 2017 (MMM17), предложенной Международным обществом по Гипертензии (International Society of Hypertension) и Мировой Антигипертензивной Лигой (World Hypertension League).



# Структура доклада

- Сердечно-сосудистые факторы риска. Проблемы и достижения последних лет.
- Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний. Проекты по профилактике ССЗ.
- **Стратегия на следующее десятилетие.**

# Глобальные тренды в мировом здравоохранении

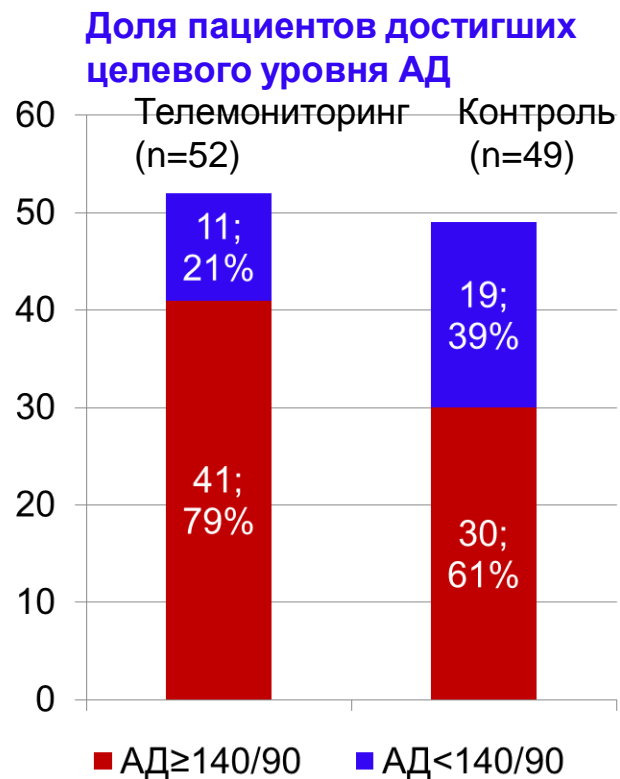
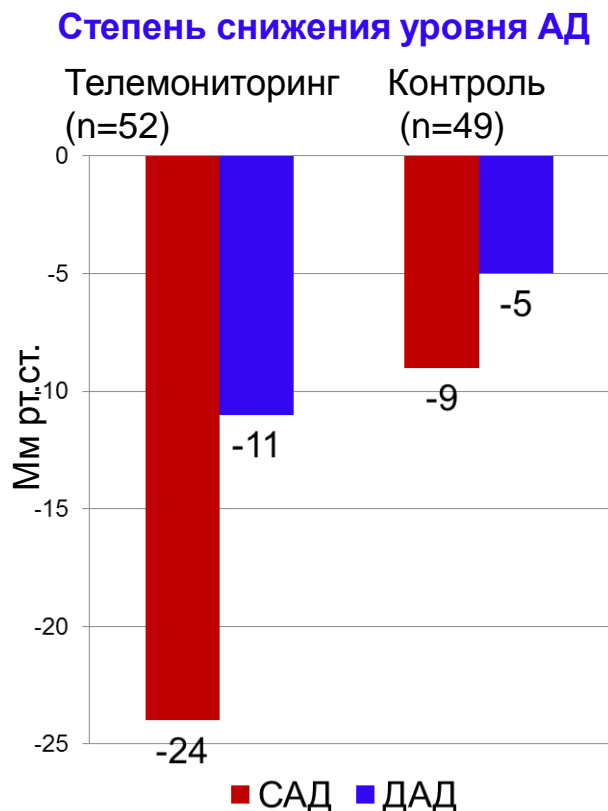




# Улучшение лечения заболеваний – что можно сделать сегодня

- Тестирование и тиражирование новых подходов к менеджменту заболеваний:
  - Телемедицина
  - Стратегии борьбы с плохой приверженностью пациентов (до 50% успеха)
  - Стратегии борьбы с врачебной инертностью (до 20% успеха)
- Внедрение новых технологий лечения по мере их возникновения
- Ускорение трансляции научных открытий в практику

## Результаты телемониторинга пациентов с АГ: уровень АД (мм рт.ст.) через 3 месяца



# Смена парадигмы профилактики будущего

**Сегодня снижение смертности обеспечивается за счет двух основных стратегий:**

- Раннее выявление заболеваний и более агрессивное лечение на всех этапах
- Контроль на факторами риска и поведенческими факторами (почти безуспешно)

**В будущем стратегии профилактики будут основаны в большей степени на понимании сущности и конкретных молекулярных механизмах развития заболеваний – нам предстоит найти «hidden risk» - определить истинные причины и научиться воздействовать на них точно и**

# Стратегия будущего - необходимо консолидировать усилия в поиске новых ФР

- Поиск новых молекулярных факторов (маркеров) риска
  - Геномика
  - Эпигеномика
  - Протеомика
  - Метаболомика
- Изучение механизмов воздействия окружающей среды на формирование НИЗ
  - Загрязнение воздуха
  - Компоненты питания, в том числе эффекты пищевых технологий
  - Психосоциальные факторы
  - Климатические факторы и др.

# Санкт-Петербург в проекте «Здоровые города» перспектива до 2020 года

Блок	Основная цель	сроки	Целевые индикаторы
Пилотный проект Value-based medicine	Оценка эффективности медицинской помощи на различных этапах	2016-2019	Повышение эффективности помощи на 10%, Повышение качества помощи Контроль факторов риска и приверженности к терапии
Комплекс мероприятий по изменению поведенческих факторов риска	Снижение содержания соли в хлебопекарных продуктах Комплексные изменения уровня потребления жиров, содержащих НЖК	2017-2020	Снижение уровня АД с популяции на 2 мм рт.ст. Снижения общего холестерина, снижение распространённости ожирения
Пилотный проект реформы медицинского образования	Подготовка специалистов в междисциплинарных областях	2016-2020	Создание 10 новых образовательных программ для здравоохранения в области IT, вычислительной медицины, экономике здравоохранения, регенераторной медицины и др.
Единая система диспетчеризации доставки пациентов с СС катастрофами	Быстрая помощь больных с СС катастрофами при равномерной и эффективной работе лечебных учреждений	2016-2018	Снижение летальности при ОКС до 9%, снижение летальности при инсульте, повышение доли больных, которым оказана эндоваскулярная помощь на 25%

# Мегапроект «Умный город Санкт-Петербург» -

направлен на обеспечение высокого **качества жизни** населения и **устойчивости** развития города за счет радикального повышения качества управления городскими ресурсами с использованием ИКТ для **повышения эффективности взаимодействия** граждан, представителей бизнеса и органов власти, агрегирующий **существующие** решения.

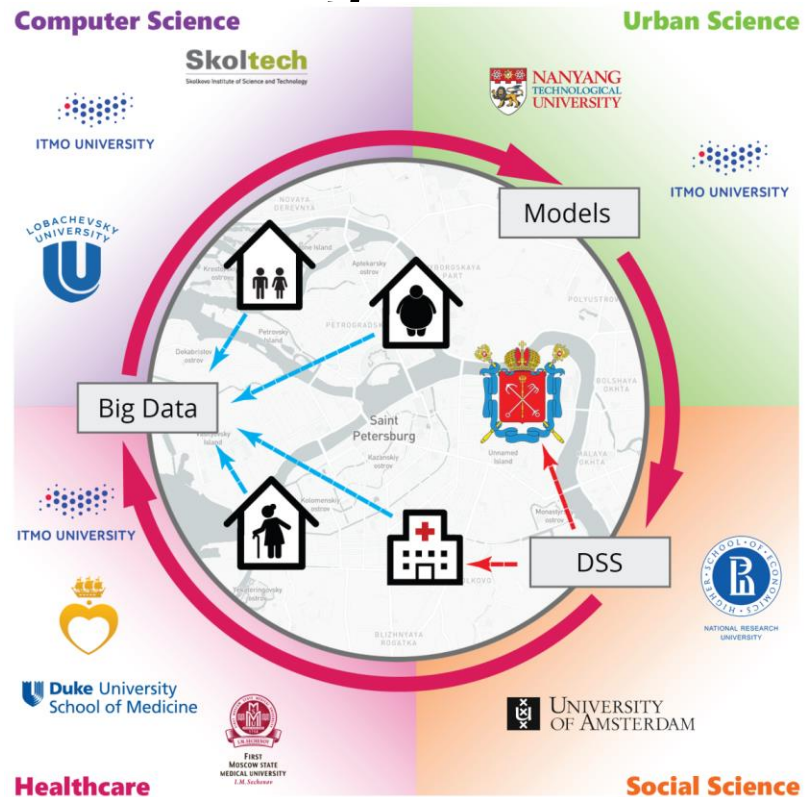
## Основные направления:

1. Создание инфраструктуры информационного взаимодействия
2. Социотехнические средства информационного взаимодействия с гражданами
3. Средства стратегического и оперативного контроля
4. Опережающее внедрение информационных технологий в приоритетные сферы жизнедеятельности города

# Стратегический проект «Urban Health Decision Support: from Big Data – to Predictive Modeling»

Эффективное управление здравоохранением на уровне большого города с использованием предсказательных моделей, построенных на больших данных

Основа управления: определение управляющего контура и задание целевой функции (оценка эффекта)



Санкт-Петербург



**Спасибо за внимание!**

Saint Petersburg