

Sesja – PROGRAMY PROFILAKTYCZNE / PREVENTIVE PROGRAMS

Rozpowszechnienie nadciśnienia tętniczego wśród uczestników Programu Profilaktyki Wczesnego Wykrywania Chorób Układu Krążenia w mieście średniej wielkości**The prevalence of hypertension among the participants of Cardiovascular Prophylactic Programme in a middle-sized city**ALEKSANDRA MACIAK^{1/}, IRENA MANIECKA-BRYŁA^{1/}, MAREK BRYŁA^{2/}^{1/} Zakład Epidemiologii i Biostatystyki, Katedra Medycyny Społecznej i Zapobiegawczej, Uniwersytet Medyczny w Łodzi^{2/} Zakład Medycyny Społecznej, Katedra Medycyny Społecznej i Zapobiegawczej, Uniwersytet Medyczny w Łodzi

Wprowadzenie. Nadciśnienie tętnicze uznawane jest przez towarzystwa kardiologiczne na świecie za niezależny czynnik ryzyka niedokrwiennej choroby serca. Do najistotniejszych przyczyn nadciśnienia zalicza się nieprawidłową dietę bogatą w sód i tłuszcze nasycone, palenie papierosów, niską aktywność fizyczną, nadwagę oraz otyłość, stres oraz nadużywanie alkoholu. Według wyników WOBASZ w Polsce na nadciśnienie cierpi 36% dorosłej ludności.

Cel. Ocena częstości występowania nadciśnienia tętniczego wśród uczestników Programu Wczesnego Wykrywania Chorób Układu Krążenia realizowanego w mieście średniej wielkości.

Materiał i metody. Badanie przeprowadzono w okresie od lutego do kwietnia 2008 r. pośród pacjentów jednego z NZOZ w Zgierzu, w woj. łódzkim. Badaniem objęto 124 osoby w wieku 35-55 lat. Narzędziem zastosowanym w badaniu był kwestionariusz wywiadu składający się z 41 pytań dotyczących stylu życia respondentów. Ankietowani mieli dokonywany, zgodnie z aktualnymi założeniami światowych towarzystw naukowych, 2-krotny pomiar ciśnienia tętniczego krwi. Pomiaru dokonywano po 5-10 minutowym odpoczynku. Za ciśnienie optymalne uznano wartości <120/<80 mm Hg, za ciśnienie prawidłowe 120-129/80-84 mm Hg, za prawidłowe wysokie 130-139/85-90 mm Hg, zaś nadciśnienie diagnozowano przy wartościach ≥140/≥90 mm Hg. U wszystkich badanych zmierzono masę ciała i wysokość ciała. W laboratorium wykonano następujące badania diagnostyczne: stężenie cholesterolu całkowitego, frakcji LDL i HDL, trójglicerydów i glukozy na czczo.

Wyniki. Nadciśnienie występowało u 39,5% badanych. Występowało ono 2-krotnie częściej wśród badanych mężczyzn w porównaniu z kobietami. Nadciśnienie było najbardziej rozpowszechnione wśród najstarszych uczestników badania. Wykazano istotną statystycznie zależność pomiędzy nadciśnieniem, a czasem przeznaczanym na aktywność fizyczną, spożyciem soli, stopniem odczuwanego stresu oraz masą ciała badanych.

Wniosek. Wyniki badania uzasadniają potrzebę intensyfikacji działań na rzecz promowania zachowań prozdrowotnych wśród społeczności lokalnych, zmierzających do ograniczenia występowania nadciśnienia tętniczego.

Słowa kluczowe: nadciśnienie tętnicze, czynniki ryzyka, program profilaktyczny, miasto średniej wielkości

Introduction. According to the cardiology societies, hypertension is one of the main, independent risk factors for cardiovascular system diseases. Hypertension is related to lifestyle and such factors as smoking, improper diet, sedentary life style, alcohol abuse, overweight, obesity and stress. 29% of the Polish population suffer from hypertension.

Aim. Presentation of the prevalence of hypertension among the participants of the Cardiovascular Prophylactic Programme, conducted in a middle-sized city.

Material and methods. The study was conducted in 2008, from February till April in one of the outpatient medical clinics in Zgierz, the Lodz province. The study sample comprised 124 people, aged from 35 to 55 years. The research tool was a questionnaire survey containing 41 questions concerning the respondents' lifestyles. All respondents had their blood pressure measured twice, after a 5-10-minute rest. The optimum blood pressure was assessed as <120/<80 mm Hg, normal 120-129/80-84 mm Hg, high normal 130-139/85-90 mm Hg. Hypertension was diagnosed when the level of blood pressure was higher than (or equal to) 140/90 mm Hg.

Results. Hypertension was diagnosed in 39.5% of the respondents. It was twice as frequent in men than in women. Hypertension was more frequent among the respondents aged 50-55 years. The study revealed that hypertension corresponded with low physical activity, high salt intake, stress and excess body mass.

Conclusion. The results of the study show that there is a strong need to implement health promoting actions, contributing to reduction of the prevalence of hypertension among middle-sized populations.

Key words: hypertension, risk factors, prophylactic programme, a middle-sized city

Kalisz – CINDI – niedokończona historia?**Kalisz – CINDI – an unfinished story?**

KRZYSZTOF HAJDO

Poradnia Profilaktyki Chorób Niezakaźnych w Kaliszu

Doświadczenia z implementacji programu CINDI na terenie woj. kaliskiego w latach 1993/94 wykazują, że problem prewencji chorób niezakaźnych nadal nie został rozwiązany skutecznie i nie osiągnął oczekiwanej skali.

Prezentacja wstępnych działań obejmujących szkolenie nauczycieli wychowania fizycznego (WF) z regionu dawnego woj. kaliskiego, przedstawiającą próbę wykorzystania istniejących struktur organizacyjnych resortu oświaty i zmianę roli nauczyciela WF.

Program zakłada aktywny udział nauczyciela WF i resortu oświaty w realizacji zadań systemu ochrony zdrowia w zakresie wykrywania i prewencji chorób niezakaźnych.

Słowa kluczowe: choroby niezakaźne, profilaktyka

Experiences with the implementation of the CINDI program in the Kaliskie voivodeship in the years of 1993/94 show that the problem of prevention of non-infectious diseases has not reached the expected level and remains unsolved.

The paper presents introductory activities encompassing an attempt to take advantage of the existing structures of the Department of Education, and to change the role of the Physical Education (PE) teachers.

The program assumes active participation of the PE teachers and the Department of Education in accomplishing the health care system tasks of diagnosing and preventing non-infectious diseases.

Key words: non-infectious diseases, prevention