

**სისხლის მიმოქცევის სისტემის დაავადებების რისკის ფაქტორების შეფასება (ლიტერატურის მიმოხილვა) ქეთევან ხოჭოლავა<sup>1</sup>, ვასილ ტყემელაშვილი<sup>2</sup>**

საქართველოს უნივერსიტეტი, ჯანმრთელობის მეცნიერებათა და საზოგადოებრივი ჯანდაცვის სკოლა  
<sup>1</sup>მაგისტრანტი, საზოგადოებრივი ჯანმრთელობა და ჯანდაცვის პოლიტიკა; <sup>2</sup>ხელმძღვანელი, მედიცინის მეცნიერებათა დოქტორი, პროფესორი

სისხლის მიმოქცევის სისტემის დაავადებებიდან ყველაზე გავრცელებულია გულის იშემიური დაავადება, სტენოკარდია, მიოკარდიუმის ინფარქტი, ინსულტი, სხვადასხვა სახის თრომბოზები და ემბოლიები. მსოფლიოს მასშტაბით, აღნიშნული დაავადებები სიკვდილის გამომწვევი ნომერ პირველი მიზეზია. WHO-ის 2012 წლის მონაცემებით, დაახლოებით 17.5 მილიონი ადამიანი იღუპება გულ-სისხლძარღვთა დაავადებებით, რაც გლობალური სიკვდილიანობის 31%-ს წარმოადგენს. სიკვდილიანობის რიცხვმა 2030 წლისათვის შესაძლოა 23.6 მილიონამდე მიაღწიოს. აქედან, დაახლოებით 7.4 მილიონი ადამიანი გარდაიცვლება გულის კორონარული დაავადებით, ხოლო 6.7 მილიონი ინსულტით. აშშ-ში ყოველდღიურად დაახლოებით 2, 150 ადამიანი იღუპება ამ დაავადებებით, ანუ ერთი ადამიანი ყოველ 40 წამში. CDC-ის 2014 წლის მონაცემებით, ინციდენტობის სტრუქტურაში 54.8% ჰიპერტენზიაზე მოდიოდა, 21.8% გულის იშემიურ, 4.8%-ცერებროვასკულურ დაავადებებზე. საქართველოში ავადობის სტრუქტურაში გულის იშემიური დაავადებები 1-ლ ადგილს იკავებს და რეგისტრირებულ შემთხვევათა რაოდენობის 19.7%-ს შეადგენს. სისხლის მიმოქცევის სისტემის ძირითადი დაავადებები, რომელთაც წამყვანი ადგილი უჭირავს მსოფლიოს მასშტაბით სიკვდილიანობის გამოწვევაში, გამოწვეულია ისეთი რისკ-ფაქტორებით, რომელთა კონტროლი, მკურნალობა და მოდიფიცირება შესაძლებელია. ესენია: ჰიპერქოლესტერინემია, მაღალი არტერიული წნევა, ჭარბი წონა, თამბაქოს მოხმარება, ალკოჰოლის ჭარბი მოხმარება, არაჯანსაღი კვება, ადინამია, ნერვული სტრესი, შაქრიანი დიაბეტი. თამბაქოს მოხმარება იწვევს ან ხელს უწყობს უამრავი დაავადების განვითარებას. მაღალია მიოკარდიუმის ინფარქტის, ცერებროვასკულარული დაავადებების განვითარების რისკი. მისი მოხმარება იწვევს დიაბეტის მე-2 ტიპს და ამნელებს მის კონტროლს. თამბაქო ზრდის ინფარქტისა და ინსულტის განვითარების რისკს 2-4-ჯერ. აშშ-ს მთავარი ქირურგის 2014 წლი ანგარიშით თამბაქო წარმოადგენს მნიშვნელოვან რისკ-ფაქტორს ცერებროვასკულარული დაავადებების განვითარებაში და მისთან არის დაკავშირებული ყოველი მესამე გარდაცვალების შემთხვევა. სისხლის მიმოქცევის სისტემის დაავადებებით სიკვდილიანობის დაახლოებით 29%-ს თამბაქოს მოხმარებასთან არის დაკავშირებული. ჭარბი წონა და სიმსუქნე ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი რისკ-ფაქტორია სისხლის მიმოქცევის სისტემის დაავადებების განვითარებაში. ჭარბი წონის ადამიანი არტერიული ჰიპერტენზიის, დიაბეტისა და ათეროსკლეროზის განვითარების მაღალი რისკის ქვეშ იმყოფება. სიმსუქნე იწვევს გულის უკმარისობას, რამაც შესაძლოა ადამიანის გარდაცვალება გამოიწვიოს. ინსულტის განვითარებაშიც მნიშვნელოვანი ადგილი უჭირავს სიმსუქნეს და ჭარბ წონას. დიაბეტის მე-2 ტიპი ძირითადად გავრცელებულია ჭარბწონიან ადამიანებში, რომელიც შემდგომში იწვევს გულის იშემიურ დაავადებებს, ინსულტს და ნაადრევ სიკვდილს. WHO-ის 2004 წლის მონაცემებით, მსოფლიოს მასშტაბით 2,5 მილიონი ადამიანის გარდაცვალება ჭარბი ალკოჰოლის მიღებამ გამოიწვია (3.8%). აქედან დაახლოებით 50% სისხლის მიმოქცევის სისტემის დაავადებებზე მოდიოდა, ხოლო ავადობის გლობალური ტვირთის დაახლოებით 4,5% სწორედ ალკოჰოლის ჭარბ მიღებას უკავშირდებოდა. არასაკმარისი ფიზიკური აქტივობა შედის სიკვდილობის პირველ 10 რისკ-ფაქტორში და ერთ-ერთი მთავარი საფრთხეა ისეთი არაგადამდები დაავადებებისთვის, როგორებიცაა სისხლის მიმოქცევის სისტემის დაავადებები, სიმსივნეები და დიაბეტი. ფიზიკურ აქტივობას მოაქვს მნიშვნელოვანი სარგებელი და ხელს უწყობს არაგადამდები დაავადებების პრევენციას. სტრესი ცვლის ორგანიზმის ქცევას, მოქმედებს გულ-სისხლძარღვთა და ნერვულ სისტემებზე. სტრესი იწვევს არარეგულარულ გულის ცემას, ზრდის სისხლის შედედების რისკს. ყველაფერმა ამან კი შესაძლოა გამოიწვიოს სისხლის მიმოქცევის სისტემის დაავადებების განვითარება. დეპრესიის ადრეულ გამოვლინებას დიდი მნიშვნელობა აქვს გულით დაავადებული პაციენტებისთვის.

**აბრევიატურა:** WHO- ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაცია, CDC- დაავადებათა კონტროლის ეროვნული ცენტრები.