Знать, значит, быть предупрежденным

Здоровье формируют несколько факторов. Насколько нам повезло с наследственностью. Где мы живем – хорошие ли вокруг воздух и вода. Какого образа жизни мы придерживаемся: позволяем ли себе вредные привычки, занимаемся ли спортом. И, конечно, следим ли за здоровьем!

Последнее, кстати, требует меньше всего труда, ведь можно раз в год пройти профилактическое обследование и иметь представление о состоянии собственного организма. День за днем отказываться от вредного, заниматься физкультурой и придерживаться здорового питания – куда сложнее. Хотя, конечно, все равно необходимо.

«Хронические неинфекционные заболевания остаются основной причиной смертности, – рассказывает Анастасия Гук, заведующий отделением медицинской профилактики поликлиники №8. – На их долю приходится около 70 процентов смертей. Причем 40 процентов из них – преждевременные. Эти люди, мужчины и женщины, могли бы жить дальше, воспитывать детей, радоваться жизни».

Среди ХНИЗ наиболее распространены заболевания кровеносной и дыхательной систем, сахарный диабет, рак.

Избежать тяжелых последствий можно, если вовремя заметить признаки болезни и начать лечение. Например, в поликлинике №8 за 2024 год диспансеризацию прошли 25 тысяч женщин и 14 тысяч мужчин.

Докторами выявлено больше 34 тысяч хронических заболеваний, из которых три тысячи случаев стали для самих пациентов полной неожиданностью – они и не подозревали о недуге.

«Необходимо отметить, что из всех выявленных случаев заболеваний больше половины – это не пожилые люди, а пациенты трудоспособного возраста, – подчеркивает Анастасия Владимировна. – Мужчины и женщины в расцвете лет, которым еще жить и жить. Но хронические болезни качество этой самой жизни делают далеко не лучшим».

Наиболее распространенные заболевания: рак (99 случаев), сахарный диабет (202 случая), болезни системы кровообращения (больше 1 500 случаев), болезни системы пищеварения (668 случаев), болезни органов дыхания (228 случаев).

Как отмечает специалист, все пациенты не только смогли проконсультироваться с профильными специалистами, но и получили рекомендации по ведению правильного образа жизни, что позволит свести к минимуму факторы риска, провоцирующие развитие болезни.

Дарья Ровбут, пресс-служба городской поликлиники №8