Факторы риска сердечно-сосудистых, онкологических, бронхолегочных заболеваний и сахарного диабета

Сердечно-сосудистые заболевания, сахарный диабет, бронхолегочные и онкологические болезни — это основные неинфекционные заболевания, которые чаще всего служат причиной смерти людей в большинстве стран мира.

Однозначных оснований развития неинфекционных заболеваний не существует, однако выделяются факторы, предрасполагающие к возникновению этих болезней. Их принято называть факторами риска.
Существуют факторы риска, на которые человек не может повлиять – это немодифицируемые (неизменяемые) факторы риска.

К ним относятся:
— возраст;
— пол;
— наследственная предрасположенность.

К факторам риска, на которые можно повлиять (модифицируемые факторы риска) относятся:
— курение;
— нездоровое питание;
— низкий уровень физической активности;
— чрезмерное употребления алкоголя;
— избыточная масса тела/ожирение;
— повышенное артериальное давление;
— повышенный уровень холестерина;
— повышенный уровень глюкозы;
— психосоциальные факторы (стресс, тревога, депрессия).

Достоверно доказано, что инфаркт миокарда, мозговой инсульт, сахарный диабет, бронхолегочные и онкологические заболевания у многих людей можно предотвратить за счет коррекции факторов риска!

Информация подготовлена ФГБУ «НМИЦ ТПМ» по материалам Минздрава РФ

