

## **Информированность о связи ожирения с риском развития сердечно-сосудистых заболеваний у лиц молодого возраста**

**Научный руководитель – Орлова Яна Артуровна**

*Зимакова Е.И.<sup>1</sup>, Рыбаков Д.А.<sup>2</sup>*

1 - Кафедра терапии, Россия, *E-mail: dr.katyusha@mail.ru*; 2 - Факультет фундаментальной медицины, Россия, *E-mail: dmitriy-ryba@yandex.ru*

Ожирение ассоциировано с повышением заболеваемости и смертности от сердечно-сосудистых заболеваний (ССЗ) в общей популяции. Поведенческие факторы риска (ФР) поддаются воздействию, следовательно, есть большой потенциал для снижения риска ССЗ посредством первичной профилактики. Важной проблемой является недостаточная осведомленность молодых людей о риске ССЗ.

### **Цель исследования.**

Изучить информированность о связи ожирения с риском развития сердечно-сосудистых заболеваний у лиц молодого возраста.

### **Материалы и методы.**

Работа проводилась на базе Медицинского научно-образовательного центра МГУ имени М.В. Ломоносова (МНОЦ МГУ). Одобрена Локальным этическим комитетом МНОЦ МГУ. В исследование включили 579 молодых людей от 18 до 44 лет без известных хронических неинфекционных заболеваний, проходивших профилактический осмотр и давших информированное согласие на участие в исследовании. Все участники исследования заполняли «Анкету для граждан в возрасте до 65 лет на выявление ХНИЗ, факторов риска их развития, потребления наркотических средств и психотропных веществ без назначения врача» и дополнительный опросник с открытыми вопросами о факторах рисках ССЗ.

### **Результаты.**

Распространенность ожирения у студентов составила 5,0% и встречалась чаще у мужчин. Абдоминальное ожирение встречалось чаще у женщин. Избыточная масса тела значимо превалировала в исследуемой когорте у мужчин – 18,0% против 9,9 %у женщин ( $p=0,004$ ).

Увеличение индекса массы тела (ИМТ) у студентов было статистически значимо ассоциировано с повышением уровня САД ( $p<0,001$ ), общего холестерина ( $p<0,001$ ) и глюкозы крови ( $p<0,001$ ).

При опросе неправильное питание в качестве ФР ССЗ назвали 2/3 опрошенных молодых людей, более 76,8% информированы о негативном влиянии низкой физической активности (ФА) на сердечно-сосудистое здоровье. Однако избыточный вес и ожирение в качестве факторов сердечно-сосудистого риска назвали только 18,3% опрошенных без отличий по полу.

Только 41,3% пациентов, страдавших ожирением, назвали избыточный вес и ожирение в качестве ФР ССЗ. Среди респондентов с избыточной массой тела информированность была еще ниже - 27,9%.

Готовность респондентов к изменениям, направленным на ведение здорового образа жизни с избеганием или коррекцией ФР в нашей выборке, не зависела от ИМТ ( $p=0,389$ ). Пациенты с нормальной и избыточной массой тела, а также пациенты с ожирением продемонстрировали высокую степень готовности к ведению здорового образа жизни.

### **Заключение.**

Ожирение и избыточная масса тела встречались у 18,6% молодых людей и ассоциировались с более высоким уровнем АД, общего холестерина и глюкозы крови. Среди

молодых людей с ИМТ 25-29.9 кг/м<sup>2</sup> только 27,9%, а с ИМТ  $\geq 30$  кг/м<sup>2</sup> 41,4% были осведомлены о связи ожирения и избыточной массы тела с повышенным сердечно-сосудистым риском, в целом в исследуемой когорте их было еще меньше - 18%. При этом низкую ФА как ФР ССЗ назвали  $\frac{3}{4}$  опрошенных, а неправильное питание – 2/3. Эти данные свидетельствуют о необходимости более широкого информирования молодежи о вреде ожирения и избыточной массы тела для здоровья сердечно-сосудистой системы.