***Профилактика неинфекционных заболеваний***

**Хронические неинфекционные заболевания (ХНИЗ)** – хронические заболевания, которые, как правило, имеют продолжительное течение и являются результатом воздействия комбинации генетических, физиологических, экологических и поведенческих факторов. К основным типам НИЗ относятся сердечно - сосудистые заболевания (такие, как инфаркт и инсульт), раковые заболевания, хронические респираторные заболевания (такие, как хроническая обструктивная болезнь легких, астма) и сахарный диабет.

**Данные ВОЗ о ХНИЗ:**

Каждый год от неинфекционных заболеваний (НИЗ) умирает 41 миллион человек, что составляет 71% всех случаев смерти в мире.

Каждый год от НИЗ умирает 15 миллионов человек в возрасте от 30 до 69 лет; более 85% этих «преждевременных» случаев смерти приходится на долю стран с низким и средним уровнем доходов.

* В структуре смертности от ХНИЗ наибольшая доля приходится на сердечно-сосудистые заболевания, от которых каждый год умирает 17,9 миллионов человек. За ними следуют раковые заболевания (9 млн. случаев), респираторные заболевания (3,9 млн. случаев) и диабет (1,6 млн. случаев).

На эти четыре группы заболеваний приходится 80% всех случаев смерти от НИЗ.

* Употребление табака, низкий уровень физической активности, злоупотребление алкоголем и нездоровое питание, – все это повышает риск смерти от НИЗ.
* Выявление, скрининг и лечение НИЗ, а также оказание паллиативной помощи, – основные компоненты деятельности по борьбе с НИЗ.

Профилактика заболеваний – мероприятия, направленные на предупреждение болезней: борьба с факторами риска, иммунизация, замедление развития заболевания и уменьшение его последствий.

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) выделяет следующие виды профилактики:

* **первичную** – направленную на устранение факторов риска заболеваний,
* **вторичную** – направленную на раннее обнаружение и лечение заболеваний при наличии факторов риска,
* **третичную** – направленную на уменьшение осложнений и прогрессирования заболеваний.

**Первичная профилактика** – комплекс медицинских и немедицинских мероприятий, направленных на предупреждение отклонений в состоянии здоровья и предотвращение заболеваний, общих для всего населения и отдельных (региональных, социальных, возрастных, профессиональных и иных) групп и индивидуумов.

**Первичная профилактика заболеваний:**

* Меры по уменьшению влияния вредных факторов на организм человека (улучшение качества атмосферного воздуха, питьевой воды, структуры и качества питания, условий труда, быта и отдыха, уровня психосоциального стресса и других факторов, влияющих на качество жизни), проведение экологического и санитарно-гигиенического скрининга.
* Формирование парадигмы здорового образа жизни, через создание постоянно действующей информационно-пропагандистской системы, направленной на повышение уровня знаний населения о влиянии отрицательных факторов на здоровье и уменьшении их воздействия; санитарно-гигиеническое воспитание.
* Меры по предупреждению соматических и психических заболеваний и травм (в том числе профессионально обусловленных), несчастных случаев, инвалидизации и смертности от внешних причин, дорожно- транспортного травматизма и др.
* Проведение иммунопрофилактики (вакцинации) различных групп населения.
* Осуществление медицинского скрининга с целью снижения влияния факторов риска и раннего выявления и предупреждения заболеваний различных целевых групп населения путем проведения профилактических медицинских осмотров:
* - предварительных – при приеме на работу или поступлении в учебное заведение;
* - при приписке и призыве на воинскую службу;

 - периодических – для экспертизы допуска к профессии, связанной с воздействием вредных и. опасных производственных факторов либо с повышенной опасностью для окружающих;

 - так называемых осмотров декретированных контингентов (работников общественного питания, торговли, детских учреждений и т. д.) с целью предупреждения распространения ряда заболеваний.

* **Диспансеризация населения** с целью выявления рисков развития хронических соматических заболеваний и оздоровление лиц и контингентов населения, находящихся под воздействием неблагоприятных факторов с применением мер медицинского и немедицинского характера.

Оздоровление отдельных лиц и групп населения, находящихся под воздействием неблагоприятных для здоровья факторов, с применением мер медицинского и немедицинского характера. Профилактические мероприятия должны ориентироваться не только на какой-то один фактор риска, а на суммарный риск, определяемый имеющейся совокупностью факторов.

**Вторичная профилактика**– комплекс медицинских, социальных, санитарно-гигиенических, психологических и иных мер, направленных на раннее выявление и предупреждение обострений и осложнений заболеваний, а также комплекс мер по предотвращению снижения трудоспособности, в том числе инвалидизации и преждевременной смертности.

Меры вторичной профилактики позволяют обнаруживать болезни на ранних стадиях, когда они протекают бессимптомно, и своевременное лечение может остановить их развитие. Большинство мероприятий вторичной профилактики осуществляется в медицинских учреждениях с использованием скрининговых методов. Скрининг входит в комплекс многих мероприятий по первичной профилактике и всех мероприятий по вторичной профилактике.

**Вторичная профилактика включает:**

* Целевое санитарно-гигиеническое воспитание, в том числе индивидуальное и групповое консультирование, обучение пациентов и членов их семей знаниям и навыкам, связанным с конкретным заболеванием или группой заболеваний.
* Проведение целевых медицинских профилактических осмотров для раннего выявления социально-значимых заболеваний, таких, как онкологические, сердечно-сосудистые, туберкулез и др.
* Проведение диспансеризации групп риска, включая медицинские осмотры, с целью оценки динамики состояния здоровья, своевременную диагностику заболеваний и проведение адекватных оздоровительных и лечебных мероприятий.
* Проведение курсов профилактического лечения и целевого оздоровления, в том числе лечебного питания, лечебной физкультуры, медицинского массажа и иных лечебно-профилактических методик оздоровления, санаторно-курортного лечения.

**Третичная профилактика** относится к действиям, направленным на предотвращение ухудшения течения или развития осложнений заболеваний после того, как болезнь проявилась. Она направлена на уменьшение ограничений жизнедеятельности, вызывающих дезадаптацию больных в обществе, снижение трудоспособности, в том числе инвалидности и преждевременной смертности.

**Третичная профилактика включает:**

* обучение пациентов и членов их семей знаниям и навыкам, связанным с конкретным заболеванием или группой заболеваний;
* проведение диспансеризации больных хроническими заболеваниями и инвалидов, включая диспансерные медицинские осмотры с целью оценки динамики состояния здоровья и течения заболеваний, осуществление перманентного наблюдения за ними и проведение адекватных лечебных и реабилитационных мероприятий;
* проведение медико-психологической адаптации к изменению ситуации в состоянии здоровья, формирование правильного восприятия и отношения к изменившимся возможностям и потребностям организма.