

Prevalencija kardiovaskularnih čimbenika rizika u populaciji Zagreba

(The Prevalence of Cardiovascular Risk Factors in the Zagreb Population)

Vanja Tešić, Gordana Pajan Lehpaner

Zavod za javno zdravstvo grada Zagreba

Služba za epidemiologiju

Ključne riječi: prevalencija, kardiovaskularni čimbenici rizika

U posljednjim desetljećima, uslijed kulturoloških i socijalnih promjena povezanih s ekonomskim razvojem, što uključuje promjene životnog stila, porast urbanizacije i demografsko starenje populacije, kardiovaskularne bolesti postale su jedan od vodećih javnozdravstvenih problema koji danas ima razmjer globalne epidemije.

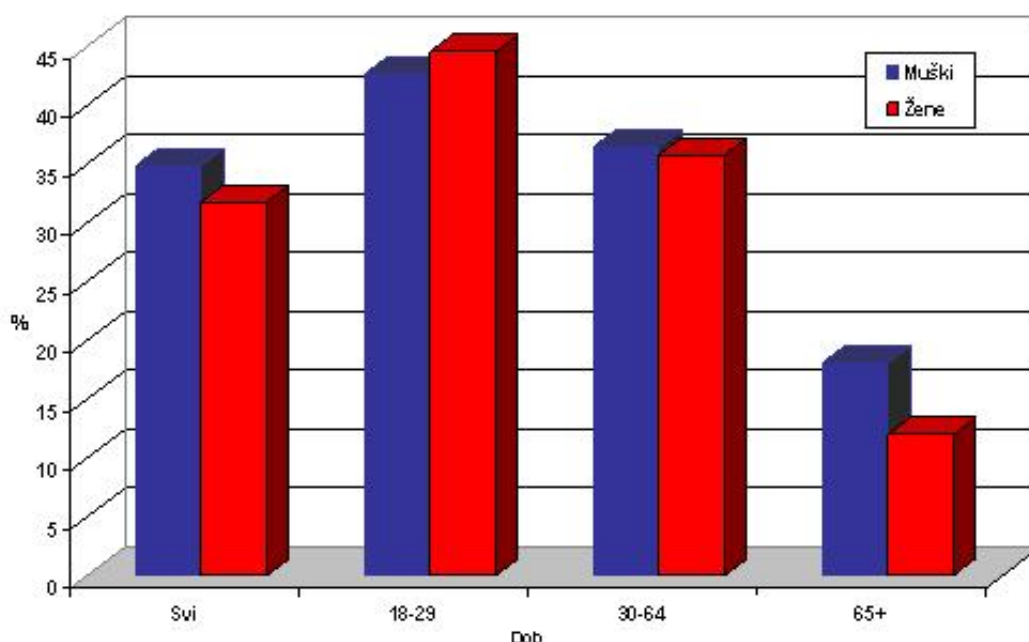
Kardiovaskularne bolesti su glavni uzrok smrti u Zagrebu s 3825 umrle osobe i udjelom od 48,5% u ukupnom mortalitetu (opća stopa smrtnosti 515 na 100.000 stanovnika). Isto tako zauzimaju značajan udio u bolničkom i izvanbolničkom pobolu (11,1% hospitalizacija, 10,6% u djelatnosti opće medicine, 20,3% u djelatnosti hitne medicinske pomoći), a praćenje izvanbolničke potrošnje lijekova u Zagrebu pokazalo je da kardiovaskularni lijekovi spadaju u najpropisivanije lijekove (1).

U cilju bolje prevencije kardiovaskularnih bolesti neophodno je spoznati u kolikoj mjeri je populacija izložena čimbenicima rizika (2). Pušenje, tjelesna neaktivnost, prekomjerna tjelesna težina i pretilost, nezdrave prehrabne navike, prekomjerna konzumacija alkohola i povišen krvni tlak čine vodeće promjenjive čimbenike rizika nad kojima pojedinci mogu uspostaviti kontrolu, te na taj način utjecati na smanjenje rizika nastanka kako kardiovaskularnih, tako i većine kroničnih nezaraznih bolesti (3).

Obradom i analizom podataka Hrvatske zdravstvene ankete za grad Zagreb, provedene 2003. godine na slučajno izabranom uzorku domaćinstava u osoba starijih od 18 godina, dobiveni su podaci o prevalenciji najznačajnijih rizičnih čimbenika za populaciju grada Zagreba. Uzorak je obuhvatio 1447 osoba, a metodom „sampling weight“ rezultat se mogao poopćiti na cjelokupnu populaciju (610.283). Statistička analiza napravljena je uz pomoć programskog sustava Statistica 6.0.

U Zagrebu puši 33,2% populacije starije od 18 godina, od čega je 5,5% povremenih pušača, a 27,7% redovitih. Puši 34,9% muškaraca i 31,8% žena. Najveći udio pušača nalazi se u dobnoj skupini od 18 do 29 godina. U toj dobi puši 42,7% muškaraca i 44,6% žena (Slika 1).

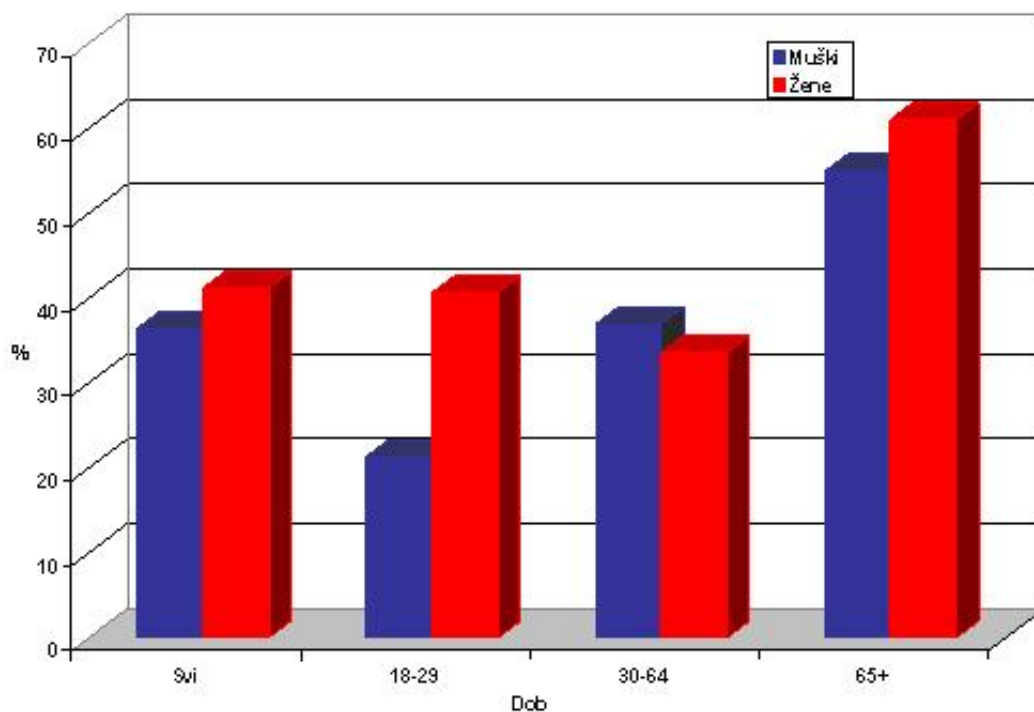
Slika 1. Udio pušača po dobi i spolu u Gradu Zagrebu



Analiza pušača u odnosu na stupanj obrazovanja pokazuje razlike po spolu. Naime kod muškaraca, što je niži stupanj obrazovanja veći je udio pušača, dok je najveći udio žena koje puše u srednjoj, a zatim u visoko obrazovanoj skupini. Iako su žene zabrinutije za zdravlje, više muškaraca redovnih pušača (51,3%) nego žena (44,3%) želi prestati pušiti. Savjete o prestanku pušenja, pušači su u tijeku posljednjih godinu dana, najviše dobivali od članova obitelji.

Analiza subjektivne procjene ispitanika o njihovoj tjelesnoj aktivnosti u slobodno vrijeme, što znači najmanje jedanput tjedno u trajanju od 30 minuta, pri čemu se osjeća umjerena zaduha ili oznojenost, pokazuje da je 39,1% stanovništva grada Zagreba, u dobi od 18 godina naviše, tjelesno neaktivno u slobodno vrijeme, odnosno 36,5% muškaraca i 41,2% žena (Slika 2).

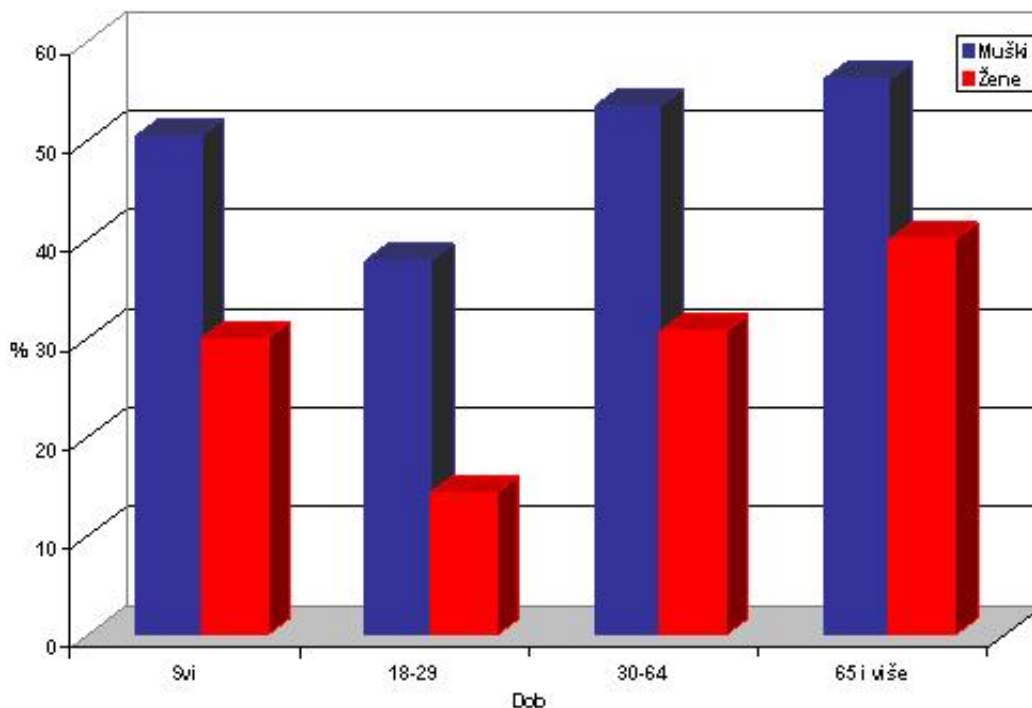
Slika 2. Udio stanovnika s nedovoljnom tjelesnom aktivnošću tijekom slobodnog vremena, po dobi i spolu u Zagrebu



Uočljivo je da s dobi raste tjelesna neaktivnost u slobodno vrijeme. U mlađoj odrasloj dobi od 18 do 29 godina velik je nesrazmjer tjelesne neaktivnosti po spolu. Naime u toj dobi neaktivno je čak 40,7% žena, a 21,4% muškaraca (Slika 2). Sa stupnjem obrazovanja raste i udio tjelesno aktivne populacije u slobodno vrijeme. Savjet o povećanju tjelesne aktivnosti tijekom posljednjih godinu dana, Zagrepčani su najviše dobivali od članova obitelji. Više od trećine stanovnika Zagreba (40,7% muškaraca i 36,9% žena), ocjenjuje svoj posao fizički vrlo laganim, odnosno sjedilačkim, a samo vrlo mali udio izrazito teškim (8% muškaraca i 5,6% žena). Istovremeno većina radno aktivnog stanovništva Zagreba (76%) na posao odlazi autom ili javnim prijevozom.

Prevalencija prekomjerne tjelesne težine kod stanovnika Zagreba iznosi 39,3% (ITM između 25.0 i 29.9). Problem prekomjerne tjelesne težine u svim dobnim skupinama izrazit je u osoba muškog spola, te kako kod muškaraca tako i kod žena ona raste s dobi (Slika 3).

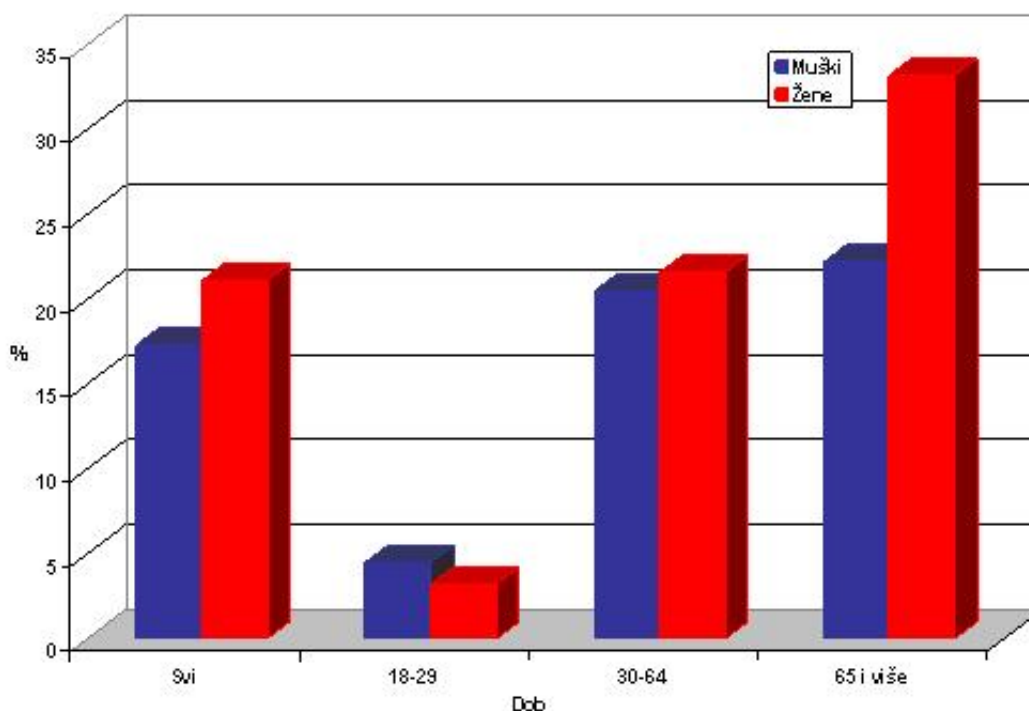
Slika 3. Udio osoba s prekomjernom tjelesnom težinom (ITM 25.0-29.9), po dobi i spolu u Zagrebu



Kod žena, udio osoba s prekomjernom tjelesnom težinom, smanjuje se s višim stupnjem obrazovanja, dok se kod muškaraca najveći udio osoba s prekomjernom tjelesnom težinom nalazi unutar skupine nisko obrazovanih, zatim slijede visoko obrazovani, te skupina srednje obrazovanih muškaraca.

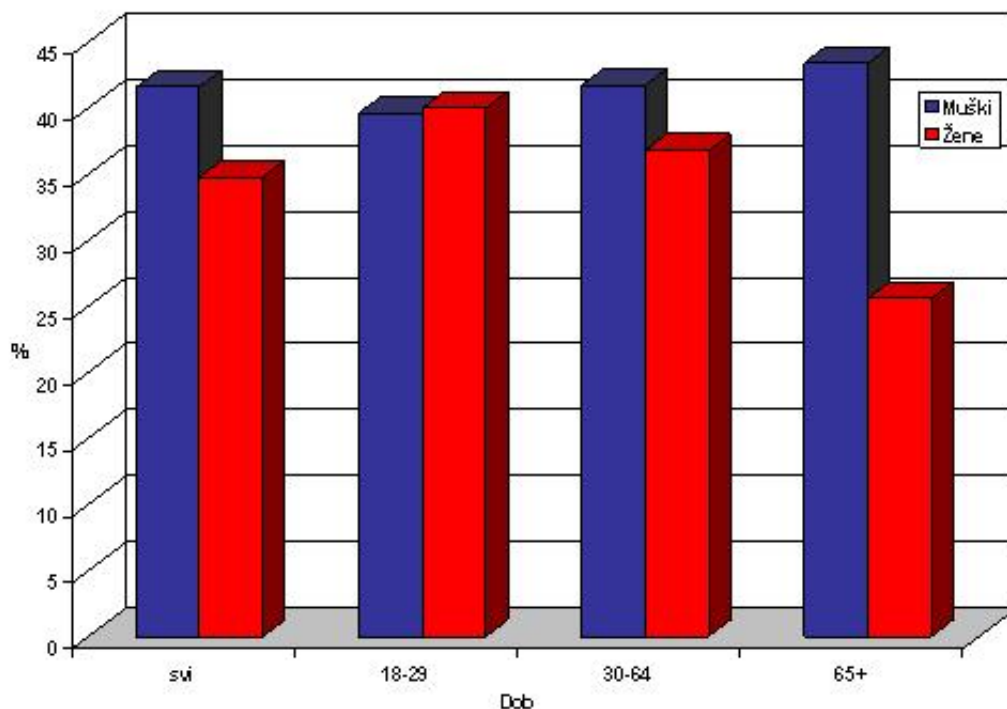
Prevalencija pretilih osoba u Zagrebu iznosi 19,4%, a ako iskazujemo spolnu raspodjelu ona je slijedeća: muškarci 17,3%, a žene 21,1% (Slika 4). Pretilost se povećava s dobi, što je osobito izraženo kod žena. U oba spola sa višim stupnjem obrazovanja pada udio pretilih osoba.

Slika 4. Udio pretilih osoba (BMI \geq 30) po dobi i spolu u Zagrebu



Analiza prehrambenih navika građana Zagreba pokazuje da 50% stanovnika nema redovitu naviku doručkovanja. Pri pripremi hrane u kući, njih 86% koristi masnoće biljnog porijekla, dok 14% ispitanika koristi životinjske masnoće. Procjenjujući naviku konzumiranja soli u prehrani, oko 10% ispitanika izjavljuje da uvijek dodaje sol hrani bez da je prethodno proba, dok njih 47% dosoljava hranu ako im nije dovoljno slana. Obradom podataka subjektivne procjene ispitanika o navici uzimanja voća u prehrani dobiveni su slijedeći rezultati: ispitanici koji su izjavili da rijetko jedu voće nešto su češće muškog spola (Slika 5).

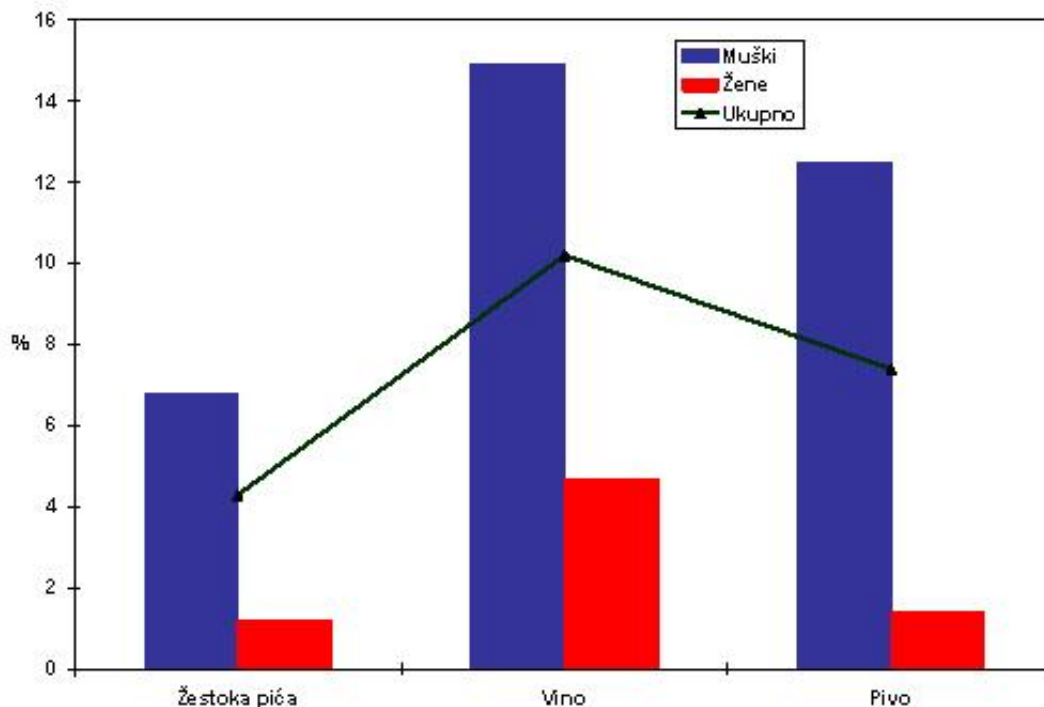
Slika 5. Udio stanovnika koji rijetko konzumiraju voće u svojoj prehrani po spolu



Također se zamjećuje da su namirnice voća sve manje zastupljene u prehrani kod muškaraca starijih dobnih skupina, dok je kod žena primjetno povećanje konzumacije voća s porastom dobi. Iz skupine povrća u svakodnevnoj prehrani najčešće je salata (zelena, rajčica, kupus, krastavci i slično), a zatim korjenasto povrće (mrkva, repa, peršin).

Prema rezultatima ankete, u posljednjih godinu dana 71% stanovnika konzumiralo je alkoholno piće. Od njih, svakodnevno je konzumiralo vino 10,2% osoba, pivo 7,4%, a neko žestoko piće 4,3%. Navika svakodnevne konzumacije alkoholnih pića češća je kod muškaraca nego kod žena (Slika 6). U oba spola najčešće se pije vino.

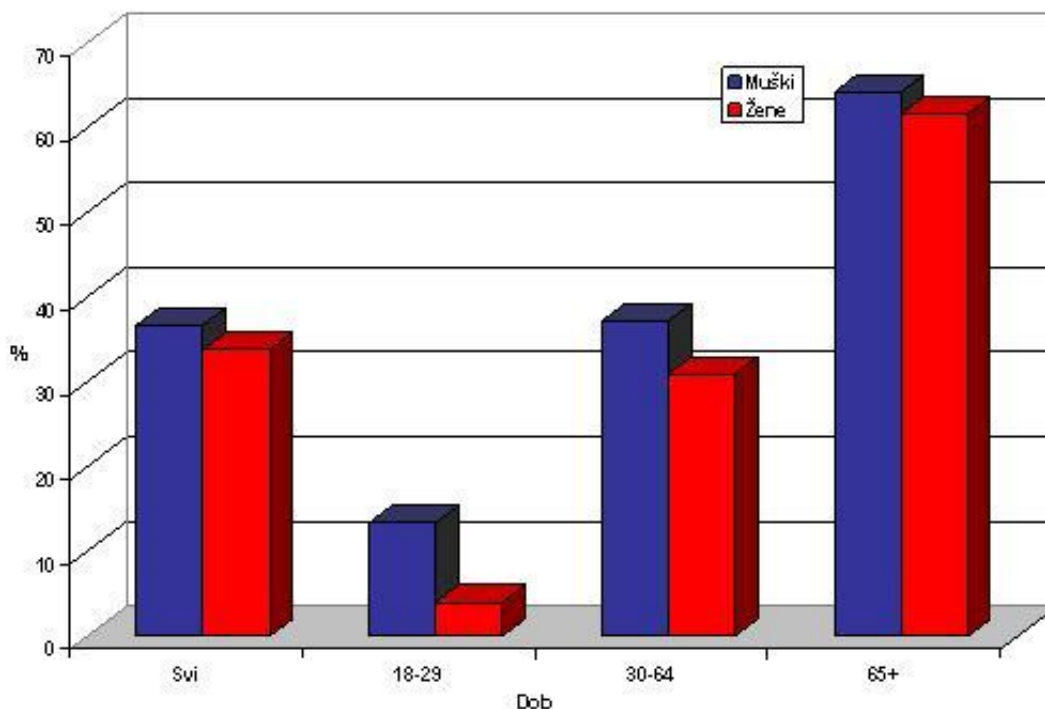
Slika 6. Udio ispitanika koji svakodnevno konzumiraju alkoholna pića u Zagrebu, ukupno i po spolu



U procjeni navike prekomjernog pijenja alkohola, korišteni su i podaci subjektivne procjene ispitanika o konzumaciji alkoholnih pića u jednoj prilici 6 ili više čaša, 12 ili više puta godišnje (engl. *binge drinking*). U ukupnoj populaciji grada Zagreba 5,1% ljudi ima takovu naviku ispijanja alkohola (10,1% muškaraca i 0,8% žena). Ekscesivno ispijanje alkohola najizraženija je u dobnj skupini 18 do 29 godina, posebice kod muškaraca (24,4%).

Pri ocjeni pokazatelja povišenog krvnog tlaka korišteni su slijedeći podaci: subjektivna procjena ispitanika da boluju od povišenog krvnog tlaka, pri čemu su obuhvaćeni oni koji uzimaju antihipertenzivnu terapiju, te pozitivnom fizikalnom nalazu dijastoličkog tlaka ≥ 90 mmHg u dva mjerenja kod ostalih ispitanika. Više od trećine odraslih stanovnika Zagreba (35%) ima povišen krvni tlak (36,7% muškaraca i 33,9% žena) (Slika7). Analiza po dobi pokazuje rast prevalencije povišenog tlaka s dobi u oba spola te je u svim dobnim skupinama prevalencija veća u muškaraca nego u žena.

Slika 7. Prevalencija hipertenzije u populaciji grada Zagreba, po dobi i spolu



Prevalencija kardiovaskularnih rizika u Zagrebu je visoka uz izraženost razlika među spolovima. Kako temelj svakog programa zdravstvene intervencije čine valjani podaci o učestalosti i proširenosti neke bolesti ili čimbenika rizika, ovi podaci Hrvatske zdravstvene ankete za zagrebačko područje predstavljaju početno stanje i koristit će se kod evaluacije intervencije. Promocija zdrave prehrane, tjelesne aktivnosti i nepušenja uz rano otkrivanje i adekvatno liječenje povišenog krvnog tlaka sastavni su dio plana za kardiovaskularne bolesti.

LITERATURA

1. Zavod za javno zdravstvo grada Zagreba. Grad Zagreb Javnozdravstvena datoteka 2005. Zagreb, 2006.
2. De Backer G, Ettore A, Borch-Johnsen K i sur. European guidelines on cardiovascular disease prevention in clinical practice. Eur J Cardiovasc Prev Rehabil 2003; 10:51-511.
3. Cardiovascular Disease Programme. Integrated Management of Cardiovascular Risk. Report of WHO Meeting, Geneva July 2002. World Health Organization, Noncommunicable Diseases and Mental Health, Geneva 2002:35.

Kontakt:

Vanja Tešić

Zavod za javno zdravstvo grada Zagreba

Mirogojska c. 16

10 000 Zagreb

Tel. 01 46 96 123

e-mail: vanja.tesic@publichealth-zagreb.hr