

Instituti per shendet publik
drejtor ass.D-r Shaban Memeti

Sëmundjet e qarkullimit të gjakut, një sfidë e madhe për shëndetin publik në shekullin e 21-të

Punoi: Qendra per perpunimin e te dhenave shendetesore, edukim dhe publicistike

M-g d-r Vjosa Recica



Институт за јавно здравје
Institute of public health
Instituti i shëndetit publik

Hyrje

Sëmundje kardiovaskulare (të quajtura dhe sëmundje të zemrës) janë grup i sëmundjeve që përfshijnë zemrën, enët e gjakut (arteriet, venat dhe kapllarët).

Termi sëmundje kardiovaskulare i referohet çdo sëmundjeje që prek sistemin kardiovaskular, kryesisht sëmundjet kardlake, sëmundjet e enëve të gjakut , të trurit , të veshkave dhe sëmundje periferike arteriale.

Shkaqet për çfaqjen e sëmundjeve kardiovaskulare janë të ndryshme por Ateroskleroza dhe Hipertensioni janë më të zakonshme.

Me rritjen e moshës çfaqen një numër i madh i ndryshimeve fiziologjike dhe morfologjike që ndryshojnë funksionin kardiovaskular dhe rrisin rrezikun në çfaqjen e sëmundjeve kardiovaskulare që në raste të shumta mund të jenë dhe asimptomatike.



Институт за јавно здравје
Institute of public health
Instituti i shëndetit publik

Semundjet kardiovaskulare dhe qasja nga aspekti shendetësor publik

Sipas OBSH-se sëmundjet jo ngjithëse janë shkaku kryesor i vdekjeve në gjithë globin me 38 milion të vdekur në një vit nga të cilat 28 milion të vendet me të ardhura të mesme dhe të ulëta vjetore

Sëmundjet kardiovaskulare janë shkaku kryesor i vdekshmërisë në botë me 17,5 milion vdekje duke pasuar sëmundjet mallinje nga të cilat vdesin 8,2 milion njerëz, 4 milion vdekje janë të shkaktuara nga sëmundjet respiratore dhe 1,5 milion raste vdekjeje nga Diabeti

Rreth 82% e të rasteve që rezultojnë me vdekje janë nga të katër grupet e lartpërmendura.

Nga totali i të gjitha vdekjeve nga SKV, 7.3 milion kanë ndodhur si shkak i sëmundjes koronare të zemrës dhe 6.2 milion nga goditja në tru.



Институт за јавно здравје
Institute of public health
Instituti i shëndetit publik

Sipas përlogaritjeve nga të dhënat e deritanishme dhe projekcionet e tyre , besohet se deri në vitin 2030, pothuajse 23.6 milion njerëz do të vdesin nga sëmundjet kardiovaskulare, kryesisht nga sëmundjet e zemrës dhe goditjet në tru.

Mbi 80% e të gjitha vdekjeve globale nga SKV ndodhin në vendet me të ardhura dhe të mesme dhe të ulëta në mënyrë proporcionale të meshkujt dhe femrat.

Sëmundjet Jongjltëse në R. e Maqedonisë, në botë dhe në Evropë janë shkaku kryesor i vdekjeve

Sipas rrjetit Europlan për SKV (EHN) dhe shoqatës Europiane të Kardilogjisë (ESC) afër 4 milion njerëz në Evropë dhe 1,5 milion në EU vdesin nga sëmundjet kardiovaskulare.



Институт за јавно здравје
Institute of public health
Instituti i shëndetit publik

Faktoret e rizikut

Pothuajse 60% nga pesha e sëmundjeve në Evropë, llogaritur sipas DALY, ndodhin për shkak të disa faktorëve kryesorë të rrezikut:

Presionit të lartë të gjakut (12.8%);

Duhamit (12.3%);

Alkoholit (10.1%);

Nivellit të rritur të kolesterolit në gjak (8.7%);

Obezitetit ose mbipeshës (7.8%);

Konsumimit të mangët të frutave dhe perimeve (4.4%)

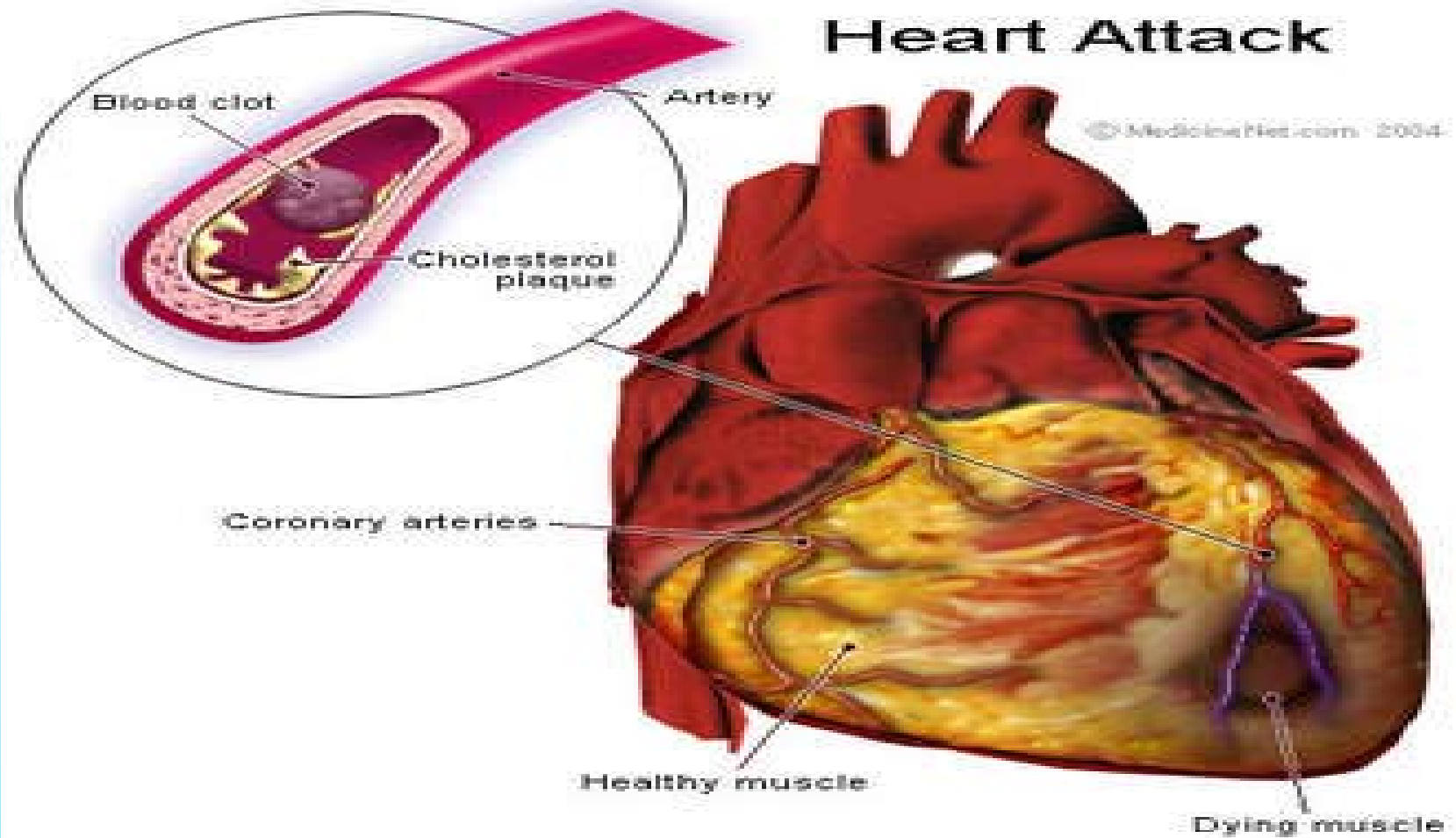
Pasivitetit fizik (3.5%),

Stresit,

Nivellit të lartë të glukozës në gjak, pirjes së duhamit, alkoholit, marrjes së sasive të tepërta të sheqerit, anamnezës familjare , faktorëve psikosocial, ndotjes së mjedisit jetësor etj.



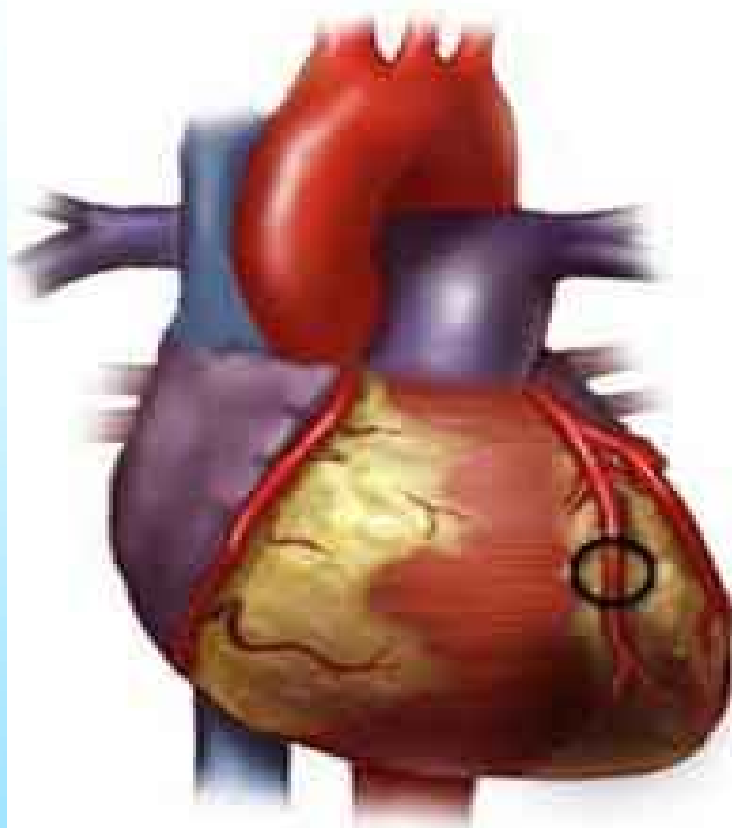
Faktorët e rizikut





Институт за јавно здравје
Institute of public health
Instituti i shëndetit publik

Faktoret e rizikut



Normal coronary artery



Atherosclerosis



Atherosclerosis
with blood clot

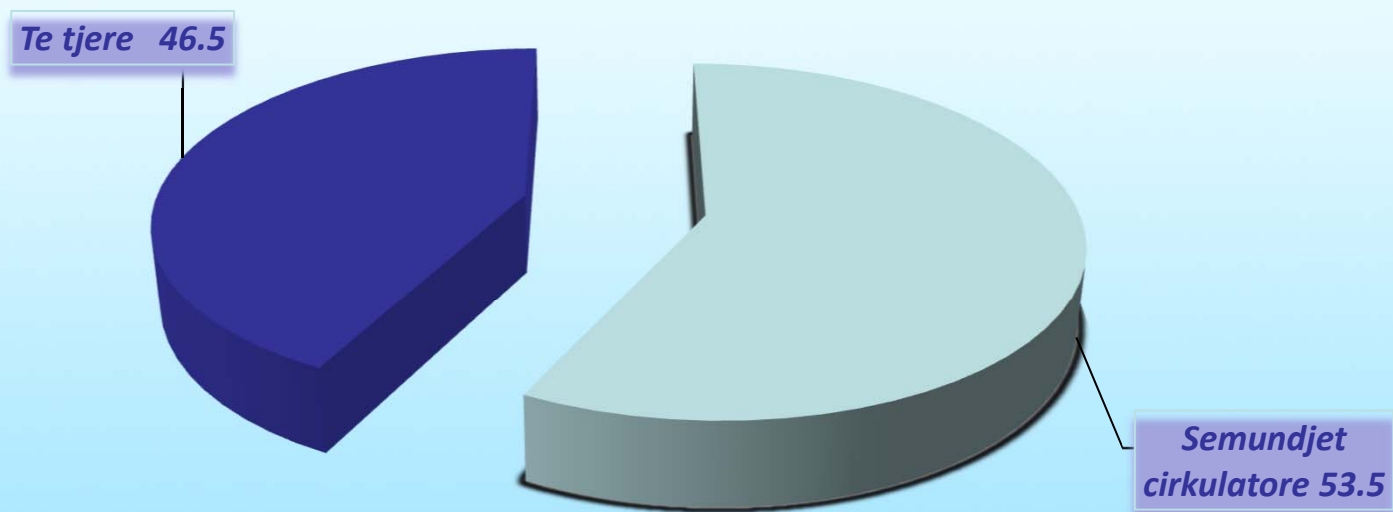




Институт за јавно здравје
Institute of public health
Институту и шëndetit publik

Sëmundjet e qarkullimit të gjakut janë shkaku numër një i vdekjeve në Maqedoni.

Përqindja e të të sëmurëve nga sëmundjet cirkulatore ne total ne republikën e Maqedonisë, në vitin 2016



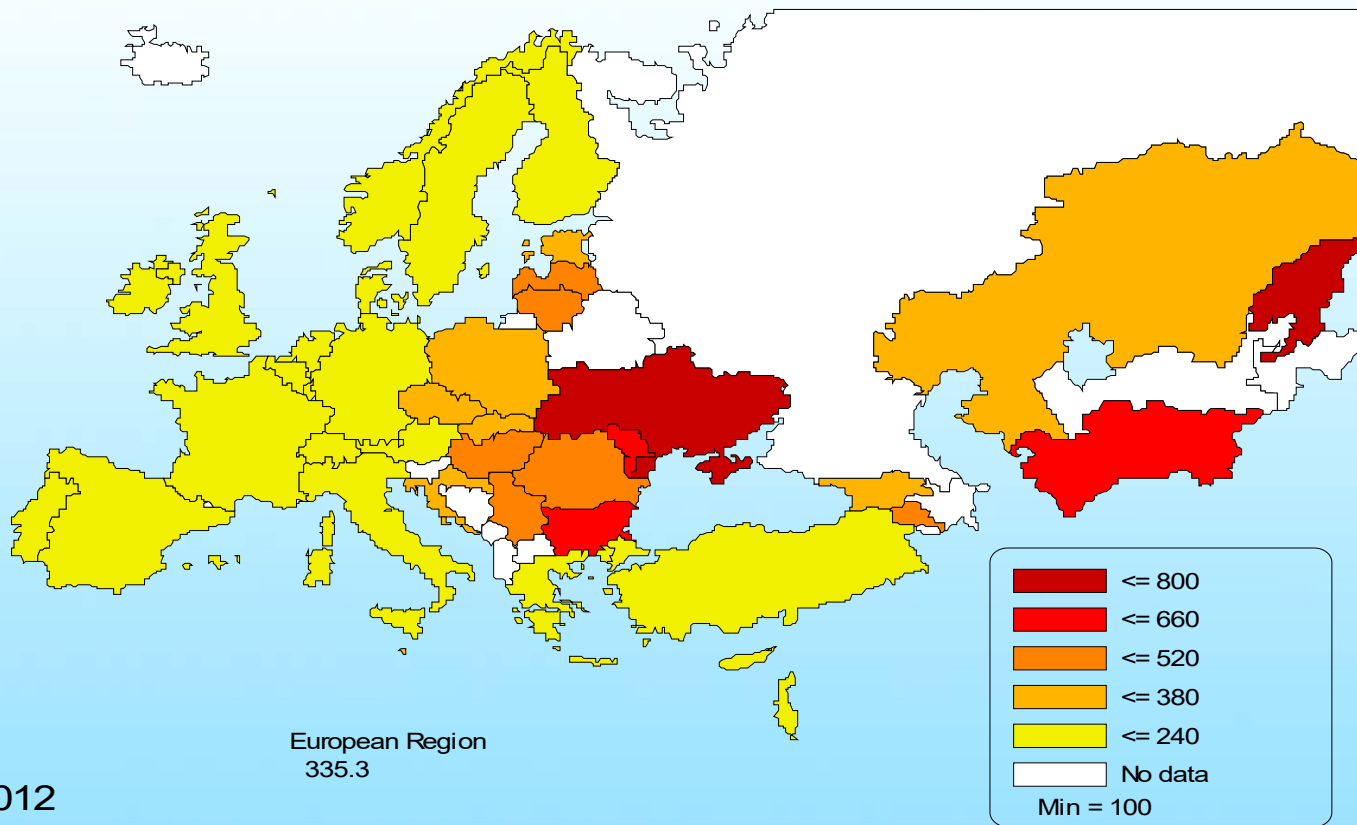


Институт за јавно здравје
Institute of public health
Instituti i shëndetit publik

Vdekshmëria nga sëmundjet e qarkullimit të gjakut në BE, në vitin 2012

Vdekshmëria nga sëmundjet e qarkullimit të gjakut, shkalla e standardizuar në 100 000 banorë, në vitin 2012

SDR, diseases of circulatory system, all ages, per 100 000



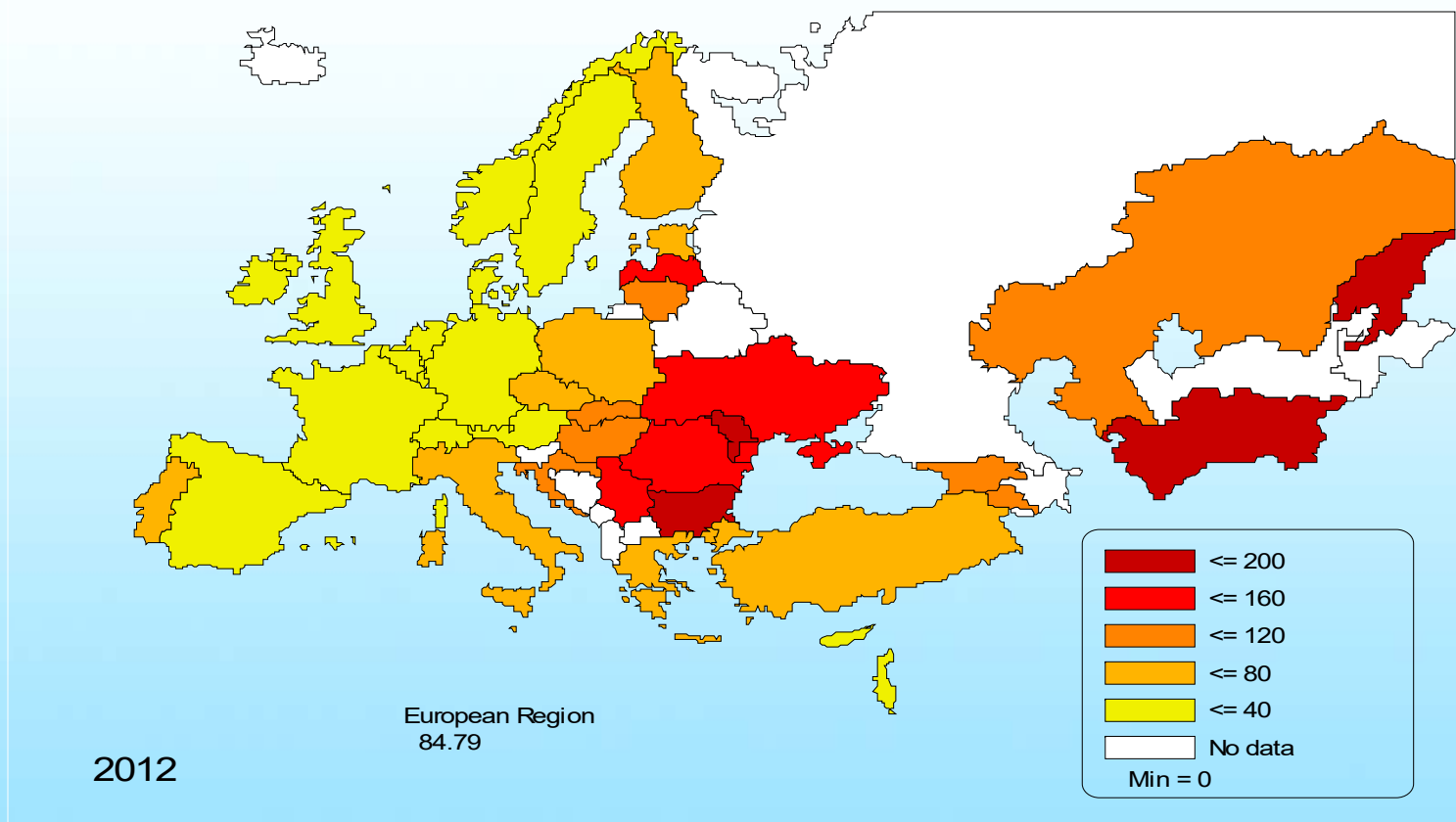
2012



Институт за јавно здравје
Institute of public health
Instituti i shëndetit publik

Vdekshmëria nga sëmundjet cerebrovaskulare të gjakut, shkalla e standardizuar në 100 000 banorë, në vitin 2012

SDR, cerebrovascular diseases, all ages, per 100 000

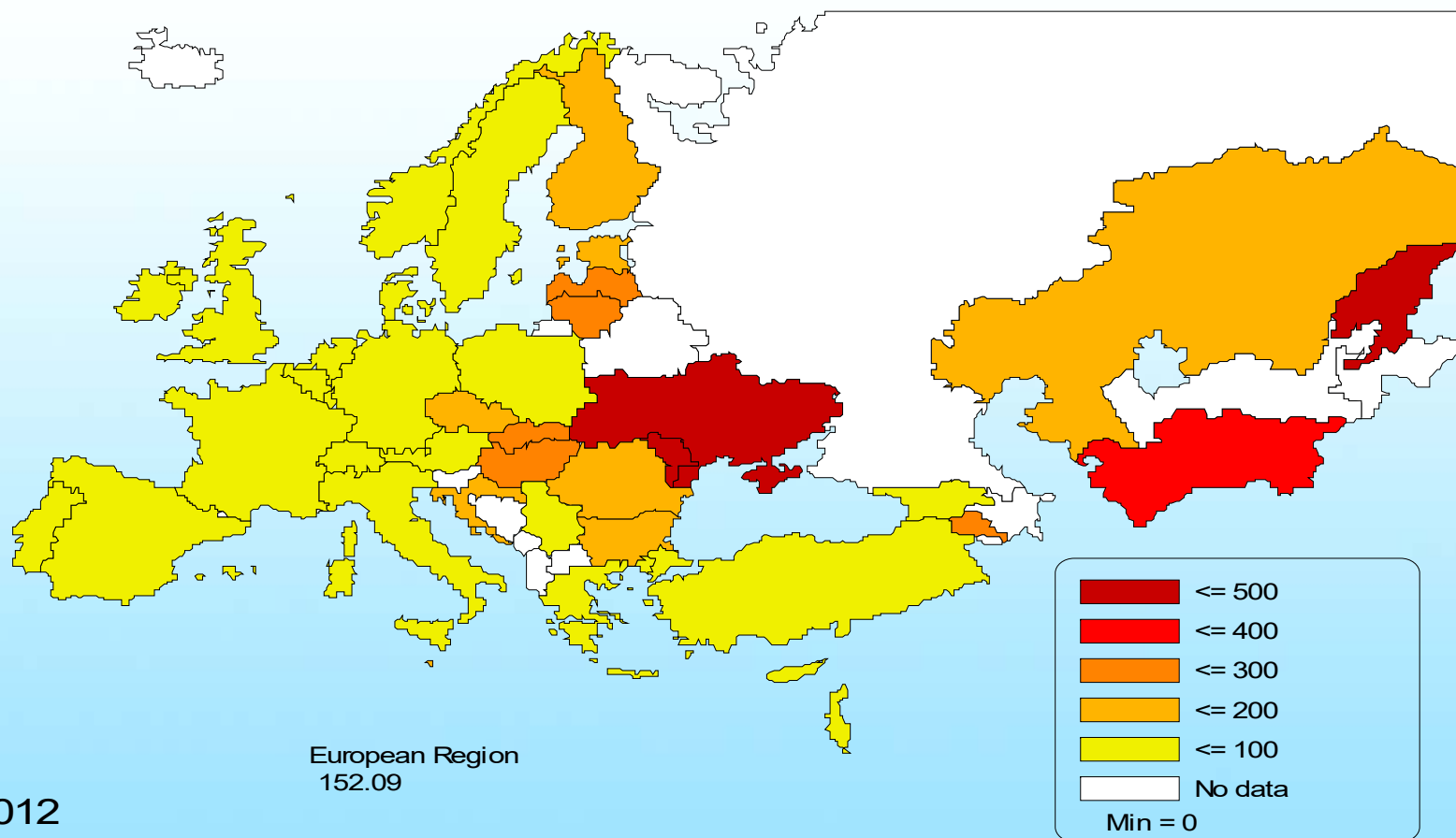




Институт за јавно здравје
Institute of public health
Instituti i shëndetit publik

Vdekshmëria nga sëmundjet kardiovaskulare në BE, në vitin 2012

SDR, ischaemic heart disease, all ages, per 100 000

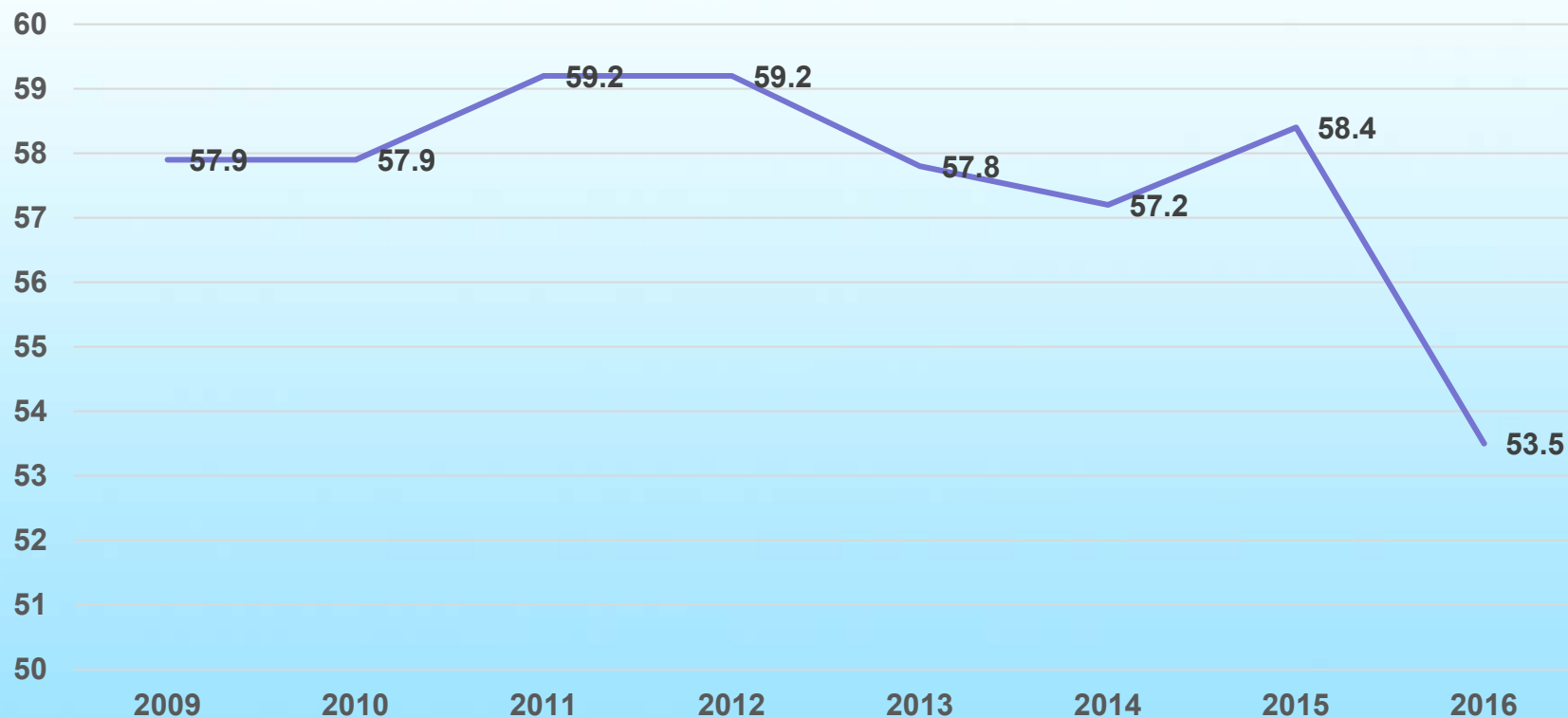




Институт за јавно здравје
Institute of public health
Instituti i shëndetit publik

Në vitin 2009, vdekshmëria nga sëmundjet e qarkullimit të gjakut sillet nga 57.3% në vitin 2016 deri në 53.5%

Perqindja e te vdekurve ne total ne republiken e Maqedonise, ne periudhen 2009-2017

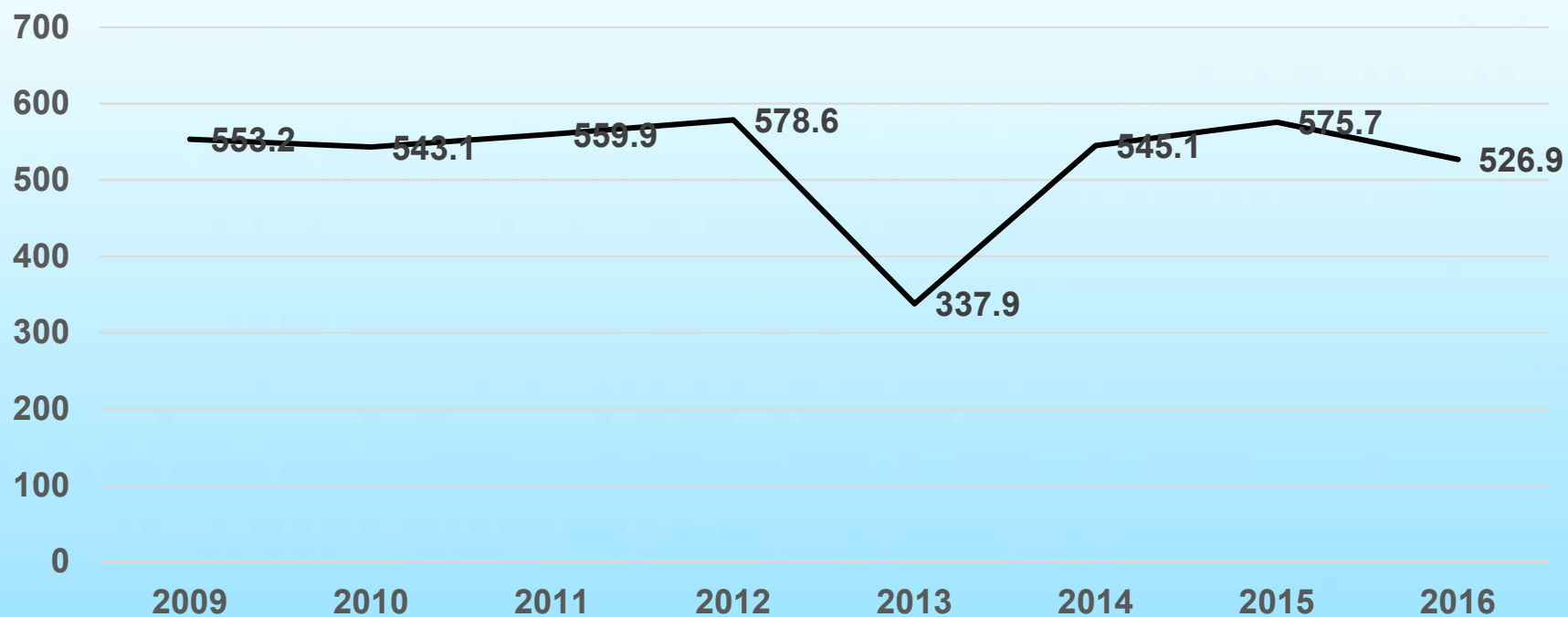




Институт за јавно здравје
Institute of public health
Instituti i shëndetit publik

Shkalla e vdekshmërisë nga sëmundjet cirkulatore në periudhën 2009-2016

Mortaliteti nga sëmundjet cirkulatore ne total ne Republikën e Maqedonise, ne periudhen 2009-2016, shkalla ne 100 000 banore

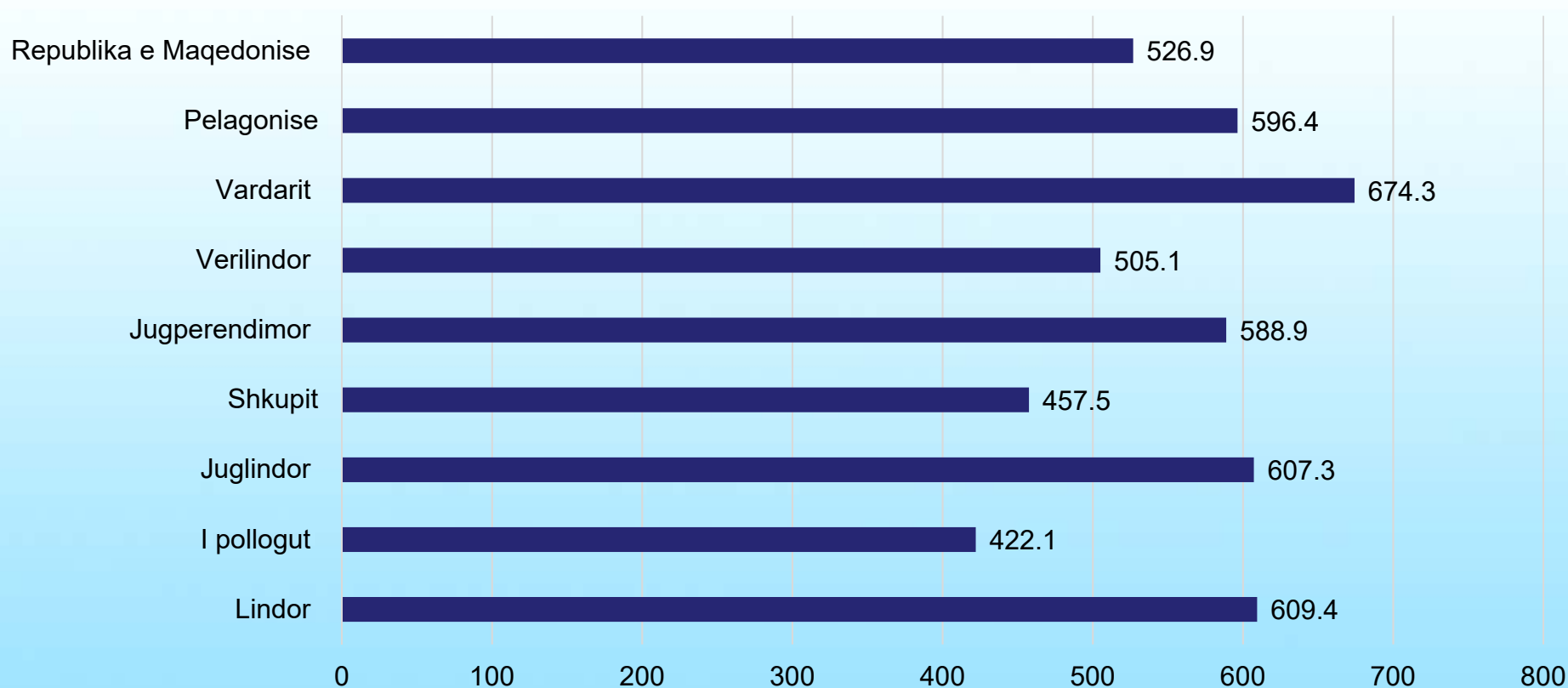




Институт за јавно здравје
Institute of public health
Instituti i shëndetit publik

Shkalla e vdekshmërisë nga sëmundjet e qarkullimit të gjakut sipas rajoneve statistikore ne vitin 2016

Mortaliteti nga semundjet cirkulatore sipas regjioneve statistikore ne Republikën e Maqedonise ne vitin 2016

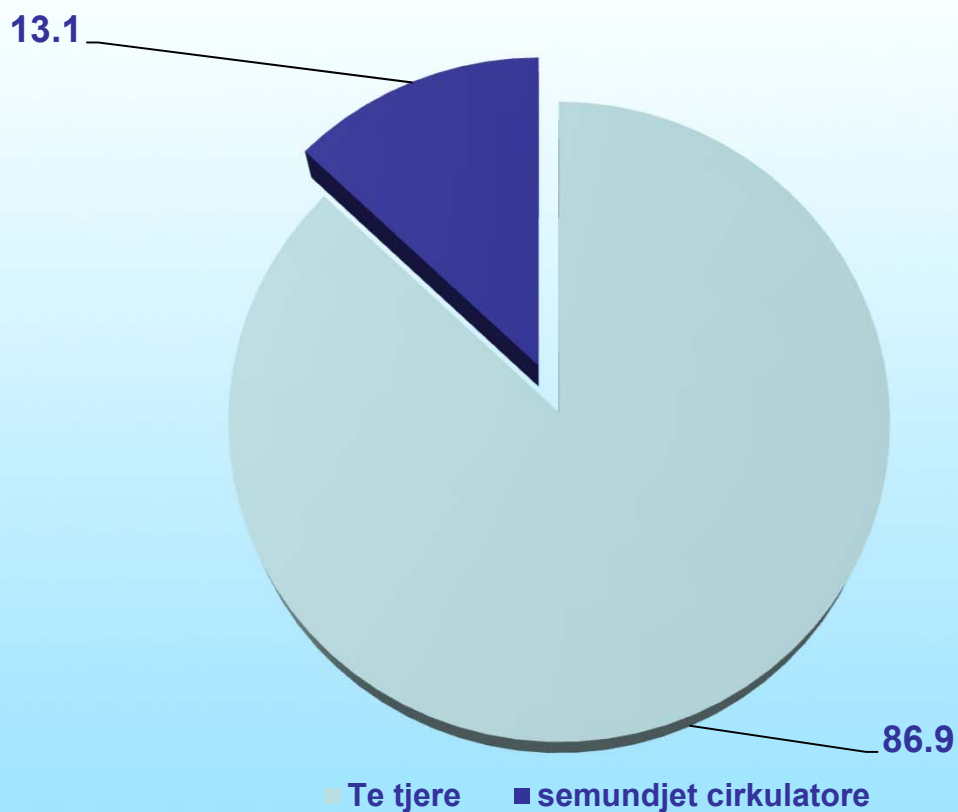




Институт за јавно здравје
Institute of public health
Instituti i shëndetit publik

Përqindja e pacientëve të trajtuar në spitale nga sëmundjet e qarkullimit të gjakut në vitin 2016 sillet rreth 13,1% nga të gjithë të trajtuarit në spitale

Perqindja e personave te mjekuar nga semundjet cirkulatore ne spitale ne vitin 2016 ne R. Maqedonise

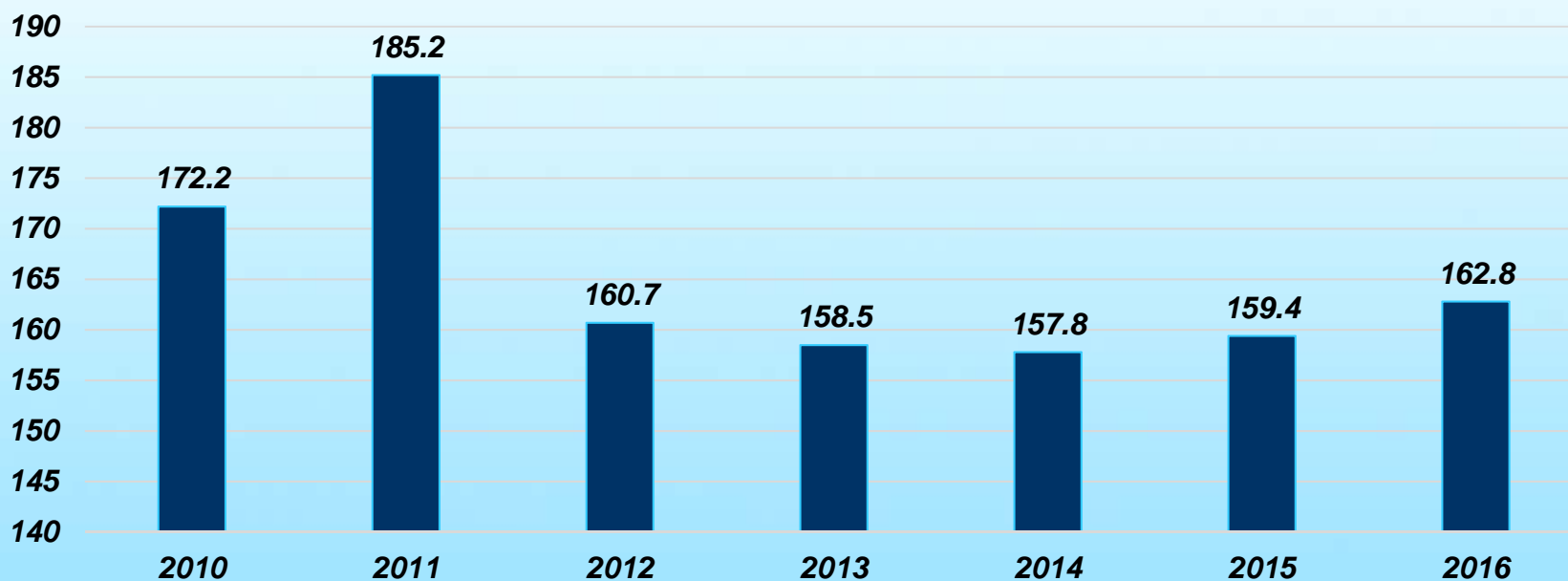




Институт за јавно здравје
Institute of public health
Instituti i shëndetit publik

Në periudhën 2010-2016 shkalla e sëmundshmërisë varion nga 172.2%oo në vitin 2010 deri në 159,4% oo në vitin 2016

Morbiditeti hospital nga semundjet cirkulatore ne republiken e Maqedonise,shkalla ne 10 000 banore

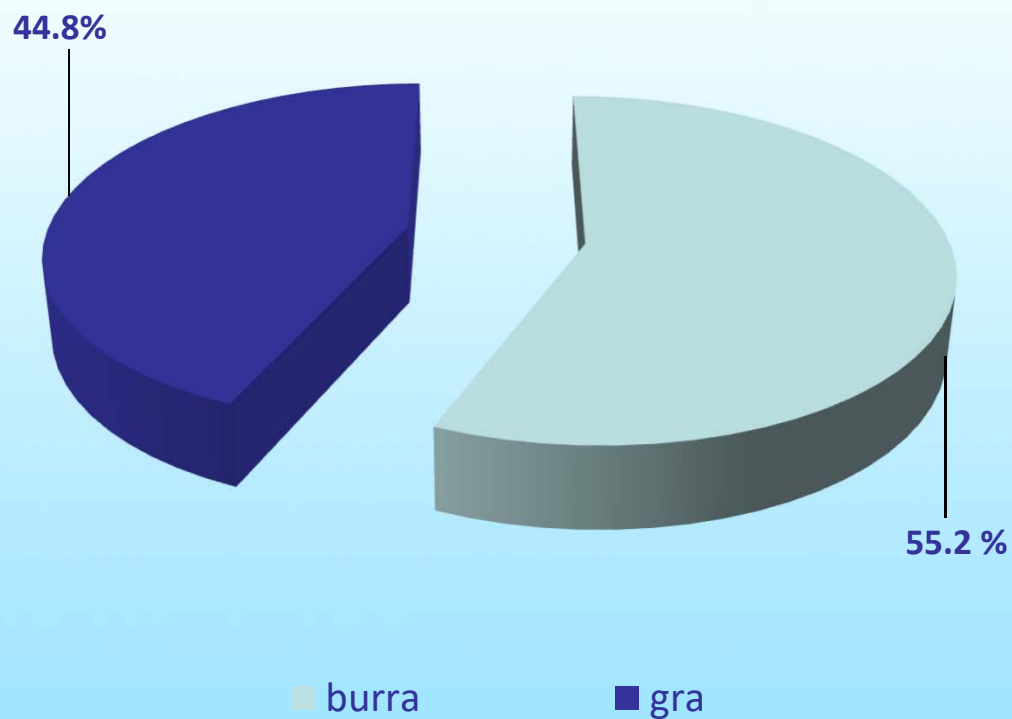




Институт за јавно здравје
Institute of public health
Институтути i shëndetit publik

Përqindja e pacientëve meshkuj të trajtuar në spitale ne vitin 2016 ishte 55.2% ndërsa atyre femra 44.8%

Struktura e te mjekuarve nga semundjet cirkulatore ne spitale sipas gjinise ne R.Maqedonise, 2016

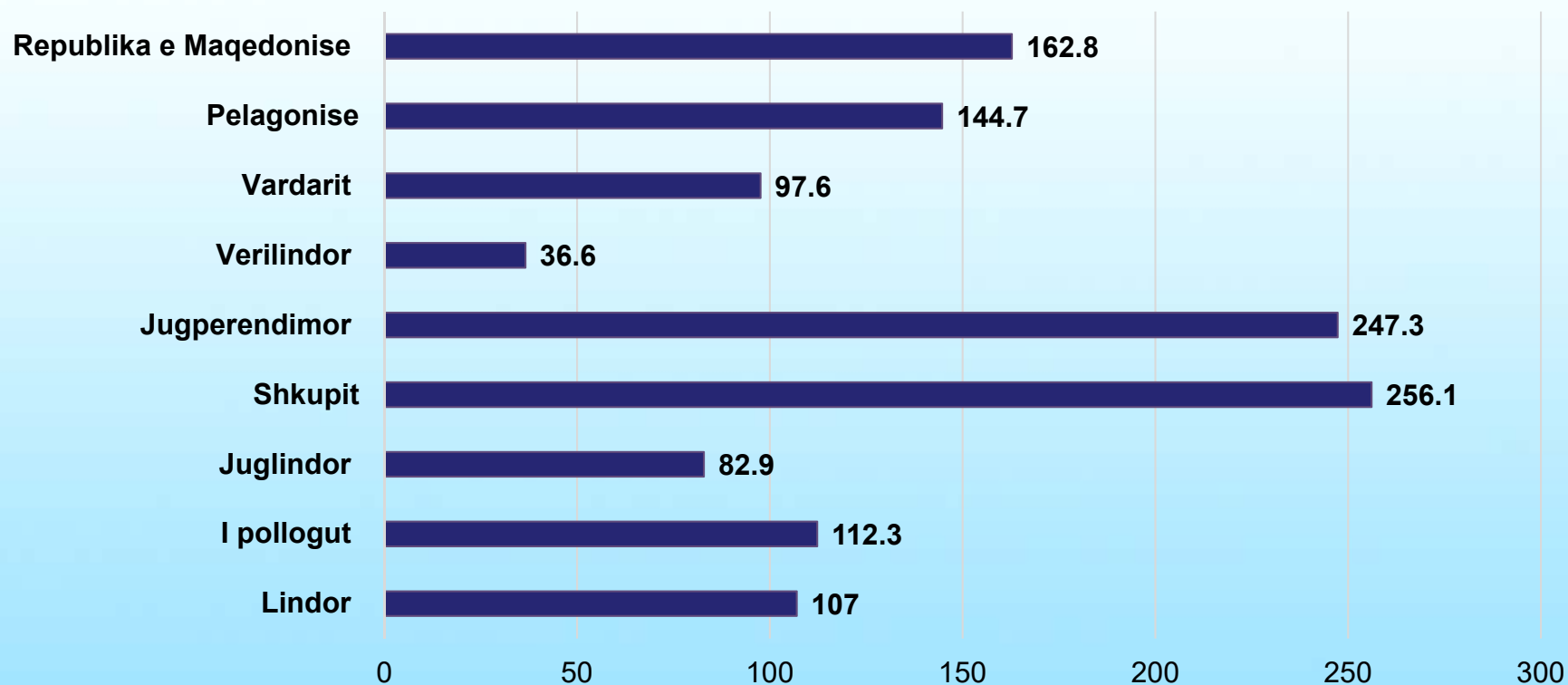




Институт за јавно здравје
Institute of public health
Institut i shëndetit publik

Normat më të larta të sëmundshmërisë në vitin 2016 janë regjistruar në rajonin e Shkupit (256.1‰), në rajonin Jugperëndimor (247,3.‰) dhe rajonin e Pelagonisë (144,7 pacientë të trajtuar në 10.000 njerëz).

Morbiditeti nga semundjet cirkulatore, shkalla ne 10 000 banore sipas regjioneve statistikore ne Republikën e Maqedonise, ne vitin 2016





Институт за јавно здравје
Institute of public health
Instituti i shëndetit publik

Rekomandime (në nivel shoqëror)

Sipas rekomandimeve të OBSH , Maqedonia ka përgatitur një program kombëtar për parandalimin dhe kontrollin e sëmundjeve jo të transmetueshme

Është përgatitur plani i dytë nacional –Plani aksional për ushqimin dhe të ushqyerit në Maqedoni për periudhën 2007-2012 vjeçare

Strategjitë për kontrollin e duhanit (2005-2010);

Strategjinë kombëtare për luftën kundër alkoolizmit, 2008-2012;

Strategjinë për shëndetin, mjedis të shëndetshëm dhe sigurinë në vendin e punës;

Programi nacional për parandalimin, kontrollin dhe trajtimin e diabetit etj.

Në të gjitha këto dokumente strategjike, rekomandimet themelore për parandalimin e sëmundjeve cirkulatore janë :



Rekomandime(në nivel individual)

Ndërpreja e konsumit të duhanit dhe shmangja nga hapësirat ku pihet duhani(thithjes pasive)

- konsumimi i dietave të shëndetshme (ushqim i shëndetshëm) marjen e më paku 400gr në ditë të drithërave, pemëve dhe perimeve

-konsumimin e alkoholit organik (nese jeni i varur nga alkooli), duke e reduktuar në një ose dy gota në ditë

-Duke i rritur të paktën të paktën 30 minuta në ditë aktivitet e moderuara fizike

-kontrollimin e peshës trupore duke shmangur ushqimet me kalori të larta(këshilla për dieta), (shmangjen e ushqimeve me sasi të larta të sheqerit dhe yndyrës), ushqimeve të kripura dhe të konservuara , rritjes së aktivitetit fizik

-duke reduktuar konsumimin e sheqerit industrial

-Duke iu shmangur sa më shumë situatave që shkaktojnë stres dhe duke reduktuar stresin psikosocial



Rekomandime(në nivel individual)

Për të kontrolluar HTA; nivelin e sheqerit, kolesterolit në gjak duhet që

Të meren ilaçe për uljen e nivelit të yndyrës në gjak. Pacientët me nivelin e kolesterolit total në gjak deri në 8mmol t / L duhet të motivohen më shumë për t'iu përmbajtur dietave me qëllim të reduktimit të yndyrës për të ulur rrezikun kardiovaskular

Të meren ilaçe antihipertensive - Pacientët me presion të lartë të gjakut por dhe ata me organe të dëmtuara (zemra, veshkat dhe enët e gjakut) duhet të marrin medikamente për të normalizuar hipertensionin arterial , receta të dhëna nga mjeku i tyre me qëllim të zvogëlimit të rrezikut kardiovaskular dhe të përmirësimit të stilit jetësor

Të meren ilaçe për uljen e nivelit të glukozës në gjak - Pacientët me sasi të larta të glukozës mbi 6,1 mmol / L (79,2-110 mg / dL duhet të marrin medikamente për të normalizuar nivelin e sheqerit në gjak me qëllim të reduktimit të rrezikut kardiovaskular