

ФАКТОРЫ РИСКА СЕРДЕЧНО – СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ.

Сердечно-сосудистые катастрофы проявляются инфарктом миокарда и инфарктом мозга – инсультом и являются основной причиной инвалидизации и смертности в современном мире.



Правильная оценка **факторов риска** способствует снижению сердечно – сосудистой заболеваемости и смертности. Выделяют 2 группы **факторов риска**:

1. **Не изменяемые** (не модифицируемые, не корригируемые факторы), которые невозможно изменить и воздействие на эти факторы не выполнимо, но мы можем учесть при оценке риска. К ним относятся:

- мужской пол
- возраст старше 65 лет
- наследственность

2. **Изменяемые** (модифицируемые, корригируемые факторы), которые мы можем изменить, можем на них повлиять и не дать им привести к развитию сосудистой катастрофы в организме. К ним относятся:

- курение
- гиподинамия
- повышенный холестерин крови
- повышение артериального давления
- избыточный вес
- сахарный диабет
- стресс