

ФАКТОРЫ РИСКА РАЗВИТИЯ НЕИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

- 1. Повышенный уровень артериального давления** - систолическое артериальное давление **равно или выше 140 мм рт.ст.**, диастолическое артериальное давление **равно или выше 90 мм рт.ст.**
- 2. Гиперхолестеринемия** - уровень общего холестерина **5 ммоль/л и более**
- 3. Гипергликемия** - уровень глюкозы натощак **в венозной плазме 6,1 ммоль/л и более, в цельной капиллярной крови - 5,6 ммоль/л и более**
- 4. Курение табака** - ежедневное выкуривание **одной сигареты и более**
- 5. Нерациональное питание** - избыточное потребление пищи, жиров, углеводов, потребление поваренной соли **более 5 граммов в сутки**, недостаточное потребление фруктов, овощей (**менее 400 граммов в день за исключением картофеля и бананов**), рыбы.
- 6. Избыточная масса тела** - индекс массы тела **25-29,9 кг / м²**
- 7. Ожирение** - индекс массы тела **30 и более кг / м²**
- 8. Низкая физическая активность** - ходьба в умеренном или быстром темпе **менее 30 минут в день**
- 9. Риск пагубного потребления алкоголя и риск потребления наркотических средств и психотропных веществ без назначения врача**
- 10. Отягощенная наследственность по сердечно-сосудистым заболеваниям** - наличие инфаркта миокарда и (или) мозгового инсульта у **близких родственников** (матери или родных сестер в возрасте до 65 лет или у отца, родных братьев в возрасте до 55 лет).
- 11. Отягощенная наследственность по злокачественным новообразованиям:** наличие злокачественных новообразований у близких родственников в молодом или среднем возрасте, или в нескольких поколениях.
- 12. Отягощенная наследственность по хроническим болезням нижних дыхательных путей** - наличие астмы и другие хронических болезней нижних дыхательных путей у близких родственников в молодом или среднем возрасте.
- 13. Отягощенная наследственность по сахарному диабету** - наличие у близких родственников сахарного диабета в молодом или среднем возрасте.
- 14. Абсолютный сердечно-сосудистый риск** устанавливается у граждан в возрасте **от 40 до 64 лет** при отсутствии у гражданина выявленных заболеваний, связанных с атеросклерозом, при этом высокому сердечно-сосудистому риску соответствуют значения от 5% до 10%, установленные по шкале SCORE, очень высокому - 10% и более. У граждан в возрасте старше 65 лет и/или у граждан, имеющих сердечно-сосудистые заболевания, сахарный диабет второго типа и/или хроническое заболевание почек, уровень абсолютного сердечно-сосудистого риска является очень высоким и по шкале сердечно-сосудистого риска не рассчитывается.
- 15. Относительный сердечно-сосудистый риск** устанавливается по дополнительной шкале SCORE у граждан в возрасте **от 21 до 39 лет** включительно, при этом **высокому относительному сердечно-сосудистому риску соответствуют значения более 1.**
- 16. Старческая астения** - ассоциированный с возрастом синдром, основными клиническими проявлениями которого являются медлительность и/или непреднамеренная потеря веса, общая слабость, синдромы падений, мальнутриции (недостаточности питания), саркопении (уменьшение массы мышечной ткани и мышечной силы), недержания мочи, сенсорные дефициты, когнитивные нарушения, депрессия.