



International Congress on Biological, Physical And Chemical Studies

International Congress on Biological, Physical And Chemical Studies - is an international conference platform under open access policy. The conference is led by international expert members who take an objective approach to peer review, ensuring each research paper is reviewed, edited by authors and evaluated on its own scholarly merits and research integration. Publishing and joining on the proceeding of the International Congress on Biological, Physical And Chemical Studies will ensure publishing experience and indexing possibilities on various global indexing.

АРТЕРИАЛЬНАЯ ГИПЕРТОНΙΑ У ЮНОШЕЙ: ЭПИДЕМИОЛОГИЯ И ПРОФИЛАКТИКА

Хашимова З.М.

*Андижанский Государственный медицинский институт,
г. Андижан, Узбекистан*

Мамасолиев Н.С.

*Андижанский Государственный медицинский институт,
г. Андижан, Узбекистан*

Турсунов Х.Х.

*Андижанский Государственный медицинский институт,
г. Андижан, Узбекистан*

Курбанова Р.Р.

*Андижанский Государственный медицинский институт,
г. Андижан, Узбекистан*

АННОТАЦИЯ

сегодня по всему миру артериальная гипертензия (АГ) у юношей является важной проблемой современной медицины, так как её распространённость увеличивается, а риск осложнений в зрелом возрасте остаётся высоким. Несмотря на достижения в области кардиологии и профилактической медицины, показатели раннего выявления гипертензии среди молодёжи остаются недостаточными. Ведущими факторами риска являются избыточная масса тела, недостаточная физическая активность, психоэмоциональный стресс, несбалансированное питание, курение, употребление алкоголя и генетическая предрасположенность.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА

Профилактика, Гипертензия.

АКТУАЛЬНОСТЬ

сегодня по всему миру артериальная гипертензия (АГ) у юношей является важной проблемой современной медицины, так как её распространённость увеличивается, а риск осложнений в зрелом возрасте остаётся высоким. Несмотря на достижения в области кардиологии и профилактической медицины, показатели раннего выявления гипертензии

среди молодёжи остаются недостаточными. Ведущими факторами риска являются избыточная масса тела, недостаточная физическая активность, психоэмоциональный стресс, несбалансированное питание, курение, употребление алкоголя и генетическая предрасположенность.

Цель исследования – изучить распространённость и факторы риска артериальной гипертензии среди юношей, а также предложить эффективные меры профилактики.

Задачи исследования: Провести анализ уровней артериального давления среди юношей и выявить популяционные особенности их распределения.

Материалы и методы. В исследовании приняли участие 1131 студент-медик в возрасте 18–22 лет, которые прошли комплексное обследование, включавшее анкетирование, измерение артериального давления, индекс массы тела, биохимический анализ крови и инструментальные методы диагностики.

Результаты. Средний уровень систолического артериального давления (САД) у юношей составил $114,4 \pm 9,5$ мм рт. ст., а диастолического (ДАД) – $74,8 \pm 5,4$ мм рт. ст.. Оптимальные уровни АД были зафиксированы у 56,8% испытуемых, в то время как 9,28% юношей имели высокое нормальное АД, что может указывать на предрасположенность к гипертензии. Артериальная гипертензия I степени была выявлена у 9,11% студентов, а изолированная систолическая гипертензия – у 3,71%. Анализ факторов риска показал, что избыточная масса тела была отмечена у 28,6% юношей, среди которых 78,5% имели повышенные уровни артериального давления. Низкая физическая активность наблюдалась у 47,5% респондентов и значительно повышала риск гипертензии. Несбалансированное питание, включая избыточное потребление соли, насыщенных жиров и недостаточное употребление овощей и фруктов, выявлено у 50,3% обследуемых и сопровождалось повышением АД в среднем на 5–7 мм рт. ст.. Кроме того, стрессовые факторы, такие как интенсивная учебная нагрузка, эмоциональное напряжение и нерегулярный режим сна, были характерны для 40,1% студентов и способствовали росту диастолического давления на 4–6 мм рт. ст.. Курение (19,4%) и употребление алкоголя (12,9%) увеличивали риск гипертензии в 2,3 раза по сравнению с некурящими и ведущими здоровый образ жизни студентами.

Выводы. Высокая распространённость АГ среди юношей указывает на необходимость внедрения систематического мониторинга артериального давления в молодёжной среде. Основными направлениями профилактики должны стать образовательные программы о здоровом образе жизни, снижение факторов риска, связанных с питанием и физической активностью, а также развитие психологической поддержки студентов. Разработанные меры раннего выявления и профилактики АГ позволят снизить уровень заболеваемости среди юношей и предотвратить развитие сердечно-сосудистых осложнений в будущем.