

## برنامه کشوری پیشگیری و کنترل اختلال چربی خون

بیماریهای غیر واگیر هم اکنون در سراسر جهان ۴۳٪ از بار بیماریها را تشکیل میدهد و انتظار می رود تا

سال ۲۰۲۰ حدود ۶۰٪ کل بار بیماریها و ۷۳٪ تمامی موارد مرگ را به خود اختصاص دهد.

۷۹٪ کل موارد مرگ و ۸۵٪ بار بیماریها در کشورهای در حال توسعه را بیماریهای غیر واگیر تشکیل میدهد.

بر اساس گزارش WHO در سال ۲۰۰۲، مهمترین عوامل خطر ابتلا به بیماریهای غیر واگیر را ابتلا به فشار

خون، مصرف الکل، دخانیات، افزایش کلسترول و افزایش وزن اعلام شده است.

پیش بینی می شود تا سال ۲۰۲۰ میلادی ۷۰٪ از موارد مرگ و میر نوجوانان در کشورهای در حال توسعه

ناشی از بیماریهای غیر واگیر خواهد بود. و بر اساس گزارش سازمان جهانی بهداشت در سال ۲۰۰۰ بیش از ۵۹

٪ مرگ در دنیا ناشی از بیماریهای غیر واگیر است.

بیماریهای غیر واگیر در حال حاضر علت اصلی مرگ و میر و ناتوانی در دنیا می باشند. افزایش روز افزون

شیوع این بیماریها، خسارات اقتصادی هنگفتی را به کشورها تحمیل می کند که مهمترین علت این امر تغییر در

شیوه زندگی است.

\* بیماریهای قلبی:

یکی از مهمترین علل عمده مرگ و میر در سطح جهان بیماری قلبی است. این عامل که بعنوان اولین عامل

مرگ ۱/۳ کل مرگ و میرها را به خود اختصاص میدهد عوارض قابل توجهی بر سلامتی افراد بر جای گذاشته و

یکی از مهمترین علل ایجاد ناتوانی در افراد سنین میانسالی و سالمندی به شمار می رود.

\* مهمترین عوامل خطر ابتلا به بیماری قلبی عبارتند از:

---

۱- مصرف دخانیات

۲- اضافه وزن

۳- ابتلا به فشار خون بالا

۴- ابتلا به دیابت

۵- رژیم نامناسب تغذیه ( مصرف نمک ، چربی فراوان و میوه و سبزی کم )

۶- استرس های مزمن و حاد

۷- عدم تحرک کافی

۸- اختلال در چربی خون

۹- سن بالا

۱۰- جنس مرد

شیوه زندگی نامناسب می تواند تا ۸۰٪ امکان ابتلا به بیماری قلبی را افزایش دهد .

۶۲٪ تمام بیماریهای عروقی و قلبی و ۴۹٪ حمله های قلبی در دنیا به دلیل فشار خون رخ میدهد . ۱۸٪ این

بیماریها نیز به دلیل بیماریهای عروقی قلب و مغز و ۵۶٪ از حمله های قلبی به دلیل افزایش کلسترول رخ

میدهد . علت ۲۱٪ بیماریهای قلبی را نیز افزایش وزن تشکیل میدهد .

بررسی های انجام شده نشان میدهد که در ۱۴ سال آینده سه عامل دخانیات ، چاقی و فشارهای عصبی منجر

به بروز ضایعات عروقی خواهد شد .

افزایش تری گلیسیریدهای سرم عامل خطر مستقلی در بروز بیماری قلبی به شمار می رود که بروز این مشکل

خود تحت تأثیر عوامل مختلفی از جمله مصرف الکل ، استفاده از رژیم های نامناسب تغذیه ، دیابت نوع ۱ ،

نارسایی کلیه ، مصرف دارو