

## PROGRAM PROFILAKTYKI CHOROÓB UKŁADU KRAŻENIA\*) (CHUK)

Choroby układu krążenia są główną przyczyną zgonów w Polsce i na świecie. Umieralność w Polsce z tego powodu należy do najwyższych w Europie. Badania epidemiologiczne i socjomedyczne pokazują, że ważną rolę w rozwoju chorób układu krążenia odgrywiają niektóre wzorce zachowań składające się na współczesny styl życia – czynniki ryzyka.

Oddziałując na czynniki ryzyka można uzyskać obniżenie zachorowalności i umieralności z powodu chorób układu krążenia.

Wśród **czynników** zwiększających ryzyko zapaźnięcia na choroby układu krążenia wyróżnia się:

- płeć męską, bądź okres po menopauzie u kobiet
- wiek, dla mężczyzn > 45 lat, dla kobiet odpowiednio > 55 lat
- palenie tytoniu powyżej 1 papierosa dziennie
- nadciśnienie tętnicze
- zaburzenia lipidowe: stężenie cholesterolu całkowitego, trójglicerydów
- cukrzyca
- otyłość
- małą aktywność fizyczną (np. spacer, marsze, bieganie, jazda na rowerze, pływanie, aerobik) rzadziej niż 3 razy w tygodniu po 30 minut

### Do kogo jest skierowany program?

- Osoby znajdujące się na liście świadczeniobiorców lekarza podstawowej opieki zdrowotnej będące w wieku od 35 do 65 roku życia,
- u których nie została dotychczas rozpoznana choroba układu krążenia, cukrzyca, przewlekła choroba nerek lub rodzinna hipercholesterolemia,
- które w okresie ostatnich 5 lat nie korzystały ze świadczeń udzielanych w ramach profilaktyki chorób układu krążenia (także u innych świadczeniodawców).
- Kolejne świadczenie przysługuje po upływie 5 lat.

### Cele programu:

Do celów głównych programu profilaktyki chorób układu krążenia należy obniżenie o ok. 20 % zachorowalności i umieralności z powodu chorób układu krążenia populacji objętej programem poprzez wczesne wykrywanie, redukcję występowania i natężenia czynników ryzyka. Z kolei jako cele dodatkowe wyznaczono zwiększenie wykrywalności i skuteczności leczenia chorób układu krążenia, wczesną identyfikację osób z podwyższonym ryzykiem chorób układu krążenia, promocję zdrowego stylu życia: niepalenia, prawidłowego odżywiania się, aktywności fizycznej.

Zatwierdził, Suwałki dn. 14.09.2022r.

Z- ca Dyrektora ds. Lecznictwa

W. Żaworonok

\*) opracowano na podstawie: <https://pacjent.gov.pl/programy-profilaktyczne/program-profilaktyki-chorob-ukladu-krazenia-chuk>