

VYBRANÉ ZDRAVOTNÍ UKAZATELE KLIENTŮ CENTRA PREVENCE CIVILIZAČNÍCH CHOROB

Mgr. David Kimmer

Mgr. Lenka Šedová, Ph.D., Mgr. Jana Maňhalová, Mgr. Jiří Kaas, Mgr. Lukáš Martinek, Mgr. Věra Olišarová

Ústav laboratorní diagnostiky a veřejného zdraví a Katedra ošetrovatelství a porodní asistence, Zdravotně sociální fakulta, Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Souhrn

V dnešní přetechnizované a neustále se rozvíjející průmyslové výrobě dochází ke kontinuálnímu zvyšování výskytu chorob, ke kterým dochází na základě nevhodného životního stylu. Cílem příspěvku je zmapovat vybrané zdravotní ukazatele na základě dat získaných z aktivit Centra prevence civilizačních chorob. Celkem bylo vyšetřeno 330 klientů, z toho 220 žen a 105 mužů. U klientů byly sledovány celkem čtyři ukazatele, Body Mass Index, systolický a diastolický tlak a celkový obsah tuku v těle. Z výsledků je patrné, že pouze muži do třiceti let věku mají průměrnou hodnotu BMI v oblasti normy (rozhraní 18,5 – 24,9 kg/m²). Muži nad 45 let vykazují vyšší hodnoty tuku v těle, což lze považovat za jeden z možných aspektů rozvoje některé z civilizačních chorob. Ženy do 60 let vykazují nižší hodnoty systolického tlaku než muži. Naopak vyšší hodnotu systolického i diastolického tlaku můžeme pozorovat u žen starších 75 let. Životní styl lidí hraje zásadní roli v prevenci civilizačních chorob.

Klíčová slova

Zdravotní ukazatele, BMI, tlak krve, tuk v těle, civilizační choroby

Úvod

V dnešní přetechnizované a neustále se rozvíjející průmyslové výrobě dochází ke kontinuálnímu zvyšování výskytu chorob, ke kterým dochází na základě nevhodného životního stylu. Všechny tyto choroby lze označit pod souhrný pojem „civilizační choroby“. Ony civilizační choroby lze chápat jako choroby, které danou společnost nejvíce sužují (Adámková, 2010). Přední příčky zauímají bezesporu srdečně-cévní choroby, které představují nejčastější příčinu všech úmrtí (Dolina a kol., 2009). Autoři odborných publikací nejsou vždy jednotní v podhledu na to, jaká onemocnění zařadit mezi civilizační choroby. Konkrétně Adámková (2010) řadí do seznamu civilizačních chorob kardiovaskulární

onemocnění, Diabetes mellitus, nemoci pohybového aparátu, psychické poruchy, nádorová onemocnění, infekční choroby, úrazy a další. Jiní autoři tento výčet onemocnění doplňují ještě o alergie, zubní kaz, obezitu, astma, osteoporózu, deprese a další onemocnění (Dolina a kol., 2009). Prevenci civilizačních chorob je nutné realizovat v kontextu primární i sekundární prevence. V rámci primární prevence jde především o maximální eliminaci všech známých negativních faktorů, které se určitou měrou mohou podílet na vzniku civilizačních chorob. V případě sekundární prevence jde o využití vhodných screeningových vyšetření, která nám pomohou zachytit onemocnění v raném stádiu a tudíž minimalizovat úmrtí na konkrétní onemocnění (Čeledová, Čevela, 2010).

Cíl práce

Cílem příspěvku je zmapovat vybrané zdravotní ukazatele na základě dat získaných z aktivit Centra prevence civilizačních chorob při ZSF Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích.

Metodika výzkumu

Sběr dat byl realizován na základě aktivit Centra prevence civilizačních chorob, jehož činnost je vázána na Zdravotně sociální fakultu Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích. Data byla získávána od klientů Centra prevence civilizačních chorob. Minimální věk klientů byl 18 let. Sběr dat probíhal v průběhu roku 2014. Celkem bylo vyšetřeno 330 klientů, z toho 220 žen a 105 mužů. U klientů byly sledovány celkem čtyři ukazatele: Body Mass Index, systolický a diastolický tlak a celkový obsah tuku v těle. K měření celkového tuku v těle byl využit přístroj Omron body fat monitor BF306, který pracuje na principu bioimpedance. Samotné měření probíhá především v horní části těla pomocí dvou senzorových destiček, které vyšetřovaná osoba uchopí do dlaní. Tlak krve byl měřen pomocí manuálního tlakoměru a stetoskopu. Klienti byli vyšetřováni v rámci poradenských dnů Centra prevence civilizačních chorob a dále v rámci jednorázových aktivit v centrech pro seniory. Statistické zpracování dat bylo provedeno popisnou statistikou.

Prezentace a interpretace výsledků

Předkládaný příspěvek prezentuje výsledky měření v rámci aktivit Centra prevence civilizačních chorob. V roce 2014 bylo vyšetřeno celkem 330 klientů starších 18 let. Sledovány byly hodnoty BMI, systolického a diastolického tlaku a celkového tuku v těle. V příložených tabulkách jsou prezentovány vždy průměrné hodnoty měřených ukazatelů u jednotlivých skupin populace.

V tabulce 1 jsou prezentovány výsledky měřených ukazatelů u mužské populace. Prvním sledovaným ukazatelem byl Body Mass Index, který nám slouží k orientačnímu zhodnocení složení těla. Z výsledků je patrné, že pouze muži do třiceti let věku mají průměrnou hodnotu BMI v oblasti normy (rozhraní 18,5 – 24,9 kg/m²). Ostatní věkové skupiny se již pohybují v oblasti nadváhy, tedy v rozmezí 25 – 29,9 kg/m². Tyto hodnoty lze považovat za uspokojivé, jelikož lehce zvýšená hodnota BMI, především u starší generace, je považována za benefetní z pohledu silnějšího úchopu nebo obecně vyššího silového výkonu (Hardy a kol., 2013).

Dalším sledovaným ukazatelem byl systolický a diastolický tlak. Normální hodnoty systolického tlaku se pohybují v rozmezí 110 – 139 mm Hg a diastolického v rozmezí 60 – 89 mm Hg (Beneš a kol., 2015). S ohledem na naše výsledky je tedy patrné, že pouze muži nad 75 let vykazují nadlimitní hodnoty systolického tlaku, nikoli však tlaku diastolického, který je u všech věkových skupin mužů v normě. Český institut metabolického syndromu (2015) však upozorňuje na to, že i při vyšších hodnotách normálního tlaku, tj. systolický tlak 130 – 139 mm Hg a diastolický tlak 85 – 89 mm Hg, je možné pozorovat vyšší riziko výskytu kardiovaskulárního onemocnění.

Posledním měřeným ukazatelem byl celkový tuk v těle. Podíl tuku v těle by se měl pohybovat v rozmezí 20 – 25 % u mužů a 25 – 30 % u žen (Svačina a kol., 2008). Z výsledků je tedy patrné, že v oblasti normy se pohybují pouze muži ve věku do 45 let. Muži nad 45 let vykazují vyšší hodnoty tuku v těle, což lze považovat za jeden z možných aspektů rozvoje některé z civilizačních chorob.

Tabulka 1: Průměrné hodnoty jednotlivých ukazatelů u mužské populace.

Věk	Počet respondentů	BMI	Tlak systolický (mm Hg)	Tlak diastolický (mmHg)	Celkový tuk (%)
< 30	13	24	135,1	75,4	21,9
31 - 45	20	25,5	127,7	73,6	21,6
46 - 60	18	27,9	136,1	82,5	27,1
61 - 75	43	27,7	138	83,6	27,4
> 75	11	26,7	141,1	81,5	26,8

V tabulce 2 jsou prezentovány výsledky měřených ukazatelů u ženské populace. Oproti mužům lze sledovat lepší výsledky BMI u žen ve věku 31 – 60 let. Naopak ve věku nad 60 let ženy vykazují vyšší hodnotu BMI než muži. Určité rozdíly je možné sledovat také u

systolického tlaku. Konkrétně ženy do 60 let vykazují nižší hodnoty systolického tlaku než muži. Naopak vyšší hodnotu systolického i diastolického tlaku můžeme pozorovat u žen starších 75 let. Horní hranice normy celkového tuku je u žen posunuta výše. I tak lze ale u žen ve věku nad 30 let pozorovat zvýšené hodnoty oproti normě.

Tabulka 2: Průměrné hodnoty jednotlivých ukazatelů u ženské populace.

Věk	Počet respondentů	BMI	Tlak systolický (mm Hg)	Tlak diastolický (mm Hg)	Celkový tuk (%)
< 30	28	21,5	117	74	28
31 - 45	36	23,6	118	72	31,7
46 - 60	45	25,3	127	77	33,3
61 - 75	86	27,8	136	80,1	37,1
> 75	30	27,3	144,2	87,8	39

Závěr

Závěrem považuji za nutné konstatovat, že ve vzniku, prevenci, diagnostice a následné terapii civilizačních chorob hraje zásadní roli životní prostředí a především životní styl lidí. Je tedy pouze na nás, jakým způsobem se ke svému zdraví postavíme a budeme o něj pečovat.

Literatura

- ADÁMKOVÁ, V., 2010. *Civilizační choroby – žijeme spolu*. Praha: Triton. 130 s. ISBN 978-807-3874-131.
- BENEŠ, J., KYMPLOVÁ, J. a F. VÍTEK, 2015. *Základy fyziky pro lékařské a zdravotnické obory: pro studium i praxi*. Praha: Grada Publishing, a.s. 236 s. ISBN: 978-80-247-4712-5.
- DOLINA, J. a kol. 2009. *Civilizace a nemoci*. 1. vyd. Praha: Futura. 272 s. ISBN 978-808-6844-534.
- ČELEDVÁ, L. a R. ČEVELA, 2010. *Výchova ke zdraví – vybrané kapitoly*. Praha: Grada Publishing. 128 s. ISBN: 978-80-247-3213-8.
- ČESKÝ INSTITUT PRO METABOLICKÝ SYNDROM, 2013. *Co je to metabolický syndrom a jak jej léčit?* [online]. MedNews [cit. 2015-01-16]. Dostupné z: <http://www.cims-ops.cz/cz/uvod>.
- HARDY, R. et al., 2013. Body Mass Index, Muscle Strength and Physical Performance in Older Adults from Eight Cohort Studies: The HALCYON Programme. In *PLoS ONE*. roč. 8, č. 2, s. 1-13. DOI: 10.1371.
- SVAČINA, Š. a kol, 2008. *Klinická dietologie*. Praha: Grada Publishing, a.s. 281 s. ISBN 978-80-247-2256-6.

Kontakt:

Mgr. David Kimmer: kimmed00@zsf.jcu.cz