

Primordial prevention in cardiovascular diseases

F. Ebrahimpour¹, M. Esmaeili^{2,3}, N. Dehghan Nayeri^{3,4}

¹ Department of Pediatric Nursing, School of Nursing and Midwifery, Tehran University of Medical Sciences, Tehran, Iran

² Department of Critical Care Nursing, School of Nursing and Midwifery, Tehran University of Medical Sciences, Tehran, Iran

³ Nursing and Midwifery Care Research Center, Tehran University of Medical Sciences, Tehran, Iran

⁴ Department of Nursing Management, School of Nursing and Midwifery, Tehran University of Medical Sciences, Tehran, Iran

Corresponding Address: Nahid Dehghan Nayeri, School of Nursing Midwifery, Dr Mirkhani (Eastem Nosrat) st. Tohid sq, Tehran

Tel: +98-28-66914368; Email: dehghann@tums.ac.ir

Received: 9 Apr 2018; Accepted: 30 May 2018

*Abstract

Primordial prevention is an important aspect of the health system, but its role is less known. It is the most basic level of the health prevention pyramid and has important role in control of cardiovascular diseases. Primordial prevention focuses on creating and maintaining conditions that minimize the emergence of risk factors of disease. Healthy behaviors and lifestyle modifications are considered to be the key interventions in primordial prevention.

Keywords: Health care system, Primordial prevention, Risk factors, Cardiovascular diseases

Citation: Ebrahimpour F, Esmaeili M, Dehghan Nayeri N. Primordial prevention in cardiovascular diseases. J Qazvin Univ Med Sci 2018; 22(2): 4-7.

پیشگیری مقدماتی در بیماری‌های قلبی - عروقی

فاطمه ابراهیم‌پور^۱، دکتر مریم اسماعیلی^۲، دکتر ناهید دهقان نیری^۳ و^۴

^۱ گروه پرستاری کودکان و نوزادان دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی تهران، تهران، ایران

^۲ گروه پرستاری مراقبت‌های ویژه دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی تهران، تهران، ایران

^۳ مرکز تحقیقات مراقبت‌های پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی تهران، تهران، ایران

^۴ گروه مدیریت پرستاری دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی تهران، تهران، ایران

آدرس نویسنده مسؤؤل: تهران، میدان توحید، خیابان دکتر میرخانی (نصرت شرقی)، دانشکده پرستاری و مامایی، تلفن ۶۶۹۲۷۱۷۱-۰۲۱-
تاریخ دریافت: ۹۷/۱/۲۰؛ تاریخ پذیرش: ۹۷/۳/۹

*چکیده

پیشگیری مقدماتی نقش و جایگاه مهم اما کم‌تر شناخته شده‌ای در نظام سلامت دارد و به‌عنوان پایه‌ای‌ترین و اصلی‌ترین سطح هرم پیشگیری در کنترل بیماری‌های قلبی - عروقی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. پیشگیری مقدماتی بر ایجاد و حفظ شرایطی می‌پردازد که ظهور عوامل خطر بیماری را به حداقل می‌رساند. رفتارهای سلامت یا عوامل مربوط به سبک زندگی مردم از اهداف مداخله کلیدی و مهم در پیشگیری مقدماتی محسوب می‌شوند.

کلیدواژه‌ها: نظام سلامت، پیشگیری مقدماتی، عوامل خطر، بیماری‌های قلبی - عروقی

*مقدمه:

ارایه شد.^(۳) هدف از پیشگیری مقدماتی اجتناب از ظهور و ایجاد فرایندها و عوامل محیطی، اقتصادی، اجتماعی، رفتاری و فرهنگی شناخته شده برای افزایش خطر بروز بیماری است. گاهی پیشگیری مقدماتی به‌عنوان فرمی از پیشگیری اولیه در نظر گرفته می‌شود، اما بین پیشگیری مقدماتی و اولیه تفاوت‌هایی وجود دارد.^(۴) پیشگیری مقدماتی به‌دنبال حفظ سلامت از طریق اجتناب از وقوع عوامل خطر بیماری در افراد است. اقداماتی همچون؛ حفظ وزن مناسب، کنترل فشارخون، انجام ورزش و سیگار نکشیدن می‌تواند در پیشگیری مقدماتی لحاظ گردد. در حالی که پیشگیری اولیه به کاهش یا حذف عوامل خطر توجه دارد. دارو درمانی جهت کنترل فشارخون بالا و یا ترک سیگار از موارد پیشگیری اولیه است.^(۵) به‌عبارت دیگر در حالی که پیشگیری اولیه به اجتناب از عوامل خطر بیماری از جمله بیماری‌های قلبی - عروقی اشاره دارد، پیشگیری مقدماتی در وهله اول به

نوع خدمات ارایه شده در نظام سلامت اغلب مرتبط با سطوح پیشگیری تعیین می‌گردد.^(۱) در دهه ۱۹۷۰ بین اقداماتی که به‌منظور پیشگیری از بیماری صورت می‌گرفت تمایزی به شکل اقدامات اولیه، ثانویه و ثالثیه ایجاد شد که هنوز هم به سطوح سه‌گانه پیشگیری از بیماری معروف هستند.^(۲) اگرچه سطوح مهم دیگری از جمله پیشگیری مقدماتی و پیشگیری چهارم نیز به آن اضافه گردید، اما برای جامعه پزشکی کم‌تر شناخته شده است. در این مقاله به معرفی پیشگیری مقدماتی در بیماری‌های قلبی - عروقی اشاره می‌شود.

در سال ۱۹۷۸، توماس استراسر پزشک و محقق سازمان بهداشت جهانی با ابراز نگرانی نسبت به افزایش بیماری‌های قلبی - عروقی، پیشگیری را تنها شعار بهداشتی برای آینده عنوان نمود. اولین بار واژه پیشگیری مقدماتی به معنای انجام فعالیت‌هایی برای جلوگیری از ورود عوامل خطر بیماری به درون جمعیت‌ها توسط وی

چندان مورد توجه قرار نمی‌گیرد. بیماری‌های قلبی-عروقی یکی از شایع‌ترین علل مرگ و میر در جهان و از جمله کشور ایران است. در سال ۲۰۱۷ در روز جهانی قلب، سازمان بهداشت جهانی اعلام کرد هر سال ۱۷/۷ میلیون نفر به دلیل بیماری‌های قلبی-عروقی جان خود را از دست می‌دهند و ۳۱ درصد علل مرگ و میر در دنیا را به خود اختصاص داده است.^(۱۲) بنابر گزارش سال ۲۰۱۴ سازمان بهداشت جهانی، ۴۶ درصد از علل مرگ و میر در جمعیت ایران مربوط به بیماری‌های قلبی-عروقی بوده است.^(۱۳)

آمار و ارقام از بیماری کشنده‌ای حکایت می‌کنند که برای زندگی مردم تهدید بزرگی است و پیشگیری و کنترل آن ضروری است. به نظر می‌رسد در کشور ایران عمده اقدامات پیشگیری از ابتلا به بیماری‌های قلبی-عروقی در سطح پیشگیری ثانویه و یا اولیه برنامه‌ریزی می‌شوند.^(۱۴) از آنجایی که عوامل خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی-عروقی از دوران کودکی آغاز می‌شود، ترویج پیشگیری مقدماتی در راستای توسعه سبک زندگی سالم برای کنترل این بیماری‌ها می‌تواند نتایج ارزشمندی در نظام سلامت ایران به ارمغان بیاورد به‌ویژه زمانی که این اقدامات از بدو تولد هر کودک در ایران آغاز گردد.^(۸) پیشنهاد می‌گردد پیشگیری مقدماتی در برنامه طرح تحول نظام سلامت بیش از پیش مورد توجه سیاست‌گذاران سلامت قرار گیرد.

قابل ذکر است در نظام سلامت اقدامات مربوط به پیشگیری مقدماتی، نه تنها توسط ارائه‌دهندگان مراقبت سلامت و سیاست‌گذاران سلامت باید اجرا گردد، بلکه نیازمند یاری سایر افراد جامعه مانند؛ معلمان، رهبران جامعه، مهندسان، معماران، رسانه‌ها، کشاورزان، سازمان‌های خدمات اجتماعی و غیره است.^(۸)

*مراجع:

1. Berman A, Snyder SJ, Frandsen G. Kozier & Erb's fundamentals of nursing: concepts,

جلوگیری از توسعه و ایجاد این عوامل خطر تأکید دارد.^(۶) پیشگیری مقدماتی به‌عنوان پایه‌ای‌ترین سطح در هرم پیشگیری از بیماری‌ها دارای اهمیت بنیادین است.^(۷) اخیراً سازمان قلب آمریکا و کالج امریکایی کاردیولوژی، کمپین‌های تبلیغات بهداشت عمومی با مورد توجه قراردادن پیشگیری مقدماتی را آغاز نمودند.^(۸) اگرچه بیماری قلبی-عروقی در میان‌سال و یا دیرتر نمایان می‌شود، اما تحقیقات نشان می‌دهد عوامل خطر آن به مقدار زیادی تحت تأثیر رفتارهای آموخته شده در دوران کودکی است.^(۹) در این زمینه مطالعات نشان می‌دهد کودکان به‌طور فزاینده‌ای سبک زندگی ناسالمی اتخاذ می‌کنند که آن‌ها را در معرض بیماری‌های قلبی-عروقی قرار می‌دهد.^(۱۰)

دوران کودکی باید تمرکز اصلی و ضروری برای مطالعات و اقدامات پیشگیری مقدماتی باشد، در غیراینصورت جهان با یک اپیدمی بیماری‌های قلبی-عروقی روبرو خواهد بود.^(۹) اکثر کودکان با یک قلب و عروق سالم متولد می‌شوند و پیشگیری مقدماتی به دنبال حفظ این ویژگی‌های خوب برای جلوگیری از بروز عوامل ایجادکننده بیماری‌های قلبی-عروقی است.^(۶) طی هزار روز اول پس از تولد حدوداً تا دوره پیش دبستانی که بدن دارای بیش‌ترین انعطاف‌پذیری رشدی است، بهترین زمان برای انجام اقدامات مربوط به پیشگیری مقدماتی است. در حقیقت پیشگیری مقدماتی در دوران کودکی عامل حیاتی در ارتقا سلامت مردم در سال‌های آتی زندگی است. درست است که شکل‌گیری و توسعه مفهوم پیشگیری مقدماتی با تمرکز بر بیماری‌های قلبی-عروقی آغاز گردید، اما این مورد تنها به پیشگیری از بیماری‌های قلبی-عروقی ختم نمی‌شود، بلکه می‌تواند شامل پیشگیری از ورود عوامل عفونی به داخل جمعیت سالم باشد و یا سایر بیماری‌های مزمن و سرطان‌ها را شامل گردد.^(۱۱)

متأسفانه این سطح از پیشگیری در ایران به‌خوبی شناخته نشده است و در تحقیقات و رویکردهای پزشکی

practice, and process. 10th ed. USA: Pearson Education, Inc; 2016. 1486.

2. Starfield B, Hyde J, Gérvas J, Heath I. The concept of prevention: a good idea gone astray? *J Epidemiol Community Health* 2008; 62(7): 580-3. doi: 10.1136/jech.2007.071027.

3. Strasser T. Reflections on cardiovascular diseases. *Interdiscip Sci Rev* 1978; 3(3): 225-30. doi:10.1179/030801878791925921.

4. World Health Organization. A glossary of terms for community health care and services for older persons: World Health Organization; 2004. 109.

5. Claas SA, Arnett DK. The role of healthy lifestyle in the primordial prevention of cardiovascular disease. *Curr Cardiol Rep* 2016; 18(6): 56. doi: 10.1007/s11886-016-0728-7.

6. Gillman MW. Primordial prevention of cardiovascular disease. *Circulation* .2015; 131(7): 599-601. doi: 10.1161/CIRCULATIONAHA.115.014849.

7. Etzel RA. Children s environmental health- the role of primordial prevention. *Curr Probl Pediatr Adolesc Health Care* 2016; 46(6): 202-4. doi: 10.1016/j.cppeds.2015.12.008.

8. Sotos-Prieto M, Mattei J, Hu FB, Chomistek AK, Rimm EB, Willett WC, et al. Association between a healthy heart score and the development of clinical cardiovascular

risk factors among women: potential role for primordial prevention. *Circ Cardiovasc Qual Outcomes* 2016; 9(2 suppl 1): S77-S85. doi: 10.1161/CIRCOUTCOMES.115.002372.

9. Fuster V. Childhood: a critical focus for 'primordial prevention' research. *Nat Clin Pract Cardiovasc Med* 2005; 2(3): 113.

10. World Health Organization. Guideline: assessing and managing children at primary health-care facilities to prevent overweight and obesity in the context of the double burden of malnutrition. World Health Organization; 2017.

11. Bonita R, Beaglehole R, Kjellström T. Basic epidemiology. 2nd th. Geneva, Switzerland: World Health Organization; 2006. 212.

12. World Health Organization. Cardiovascular disease. http://www.who.int/cardiovascular_diseases/world-heart-day-2017/en/.

13. World Health Organization. Noncommunicable Diseases (NCD) Country Profiles, 2014. <http://www.who.int/nmh/publications/ncd-profiles-2014/en/>.

14. Mollarahimi-Malek F, Nojomi M, Biglar M, Ezoji KH. Adaptation of preventive guideline of cardiovascular disease. *Razi J Med Sci* 2017; 23(152): 47-53.