

Ο PERSEAS στην Ελαφόνησο
Έρευνα και Φροντίδα Υγείας

Η Εταιρεία Μελέτης Παραγόντων Κινδύνου για Αγγειακά Νοσήματα (Ε.Μ.Πα.Κ.Α.Ν.) σχεδίασε και υλοποίησε μία μη παρεμβατική προοπτική μελέτη παρατήρησης πενταετούς διάρκειας, με την ονομασία PERSEAS (Prospective Evaluation of Vascular Risk Surrogates: the Eiafonisos Area Study) που καταγράφει διαχρονικά τις μεταβολές των παραγόντων καρδιαγγειακού κινδύνου (παχυσαρκία, σακχαρώδης διαβήτης, υπέρταση, δυσλιπιδαιμία, κόπνισμα, διατροφή κλπ) στον γενικό πληθυσμό της Ελαφόνησου Λακωνίας.

Οι ερευνητές και η ομάδα της ΕΜΠΑΚΑΝ βρέθηκαν στην Ελαφόνησο στις 9-13 Οκτωβρίου 2012 και πραγματοποίησαν τις προβλεπόμενες εξετάσεις σε περίπου 400 κατοίκους του νησιού.

Οι εξετάσεις περιλάμβαναν:



- μετρήσεις σακχάρου,
- μετρήσεις αρτηριακής πίεσης
- μετρήσεις λιπιδαιμικού προφίλ
- καρδιογράφημα,
- σπυρομέτρηση
- μέτρηση δεικτών παχυσαρκίας,

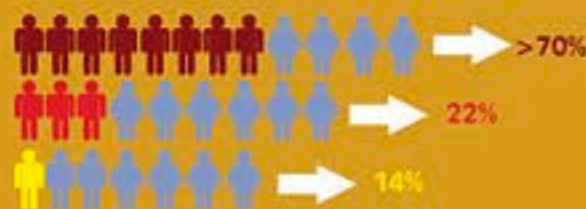
Πληθυσμός Ελαφόνησου:
γυναίκες άντρες

Ηλικιακό Προφίλ:
Μ.Ο. Ηλικίας Πληθυσμού: 52 έτη
31% του πληθυσμού >65 έτη



Ευνηθίες:

- 60% κοιμούνται το μεσημέρι
- 30% καπνίζουν
- 1/3 του πληθυσμού υιοθετεί καθημερινή άσκηση (κυρίως περπάτημα)



Παχυσαρκία:

- Υπερβάλλον βάρος
- Παχυσαρκία
- Νοσηρώς Παχυσαρκία



Διατροφικές Συνήθειες:

25% καταναλώνει καθημερινά φρούτα και λαχανικά
70% καταναλώνει όσπρια μία φορά την εβδομάδα

Οι περισσότεροι εξεταζόμενοι καταναλώνουν ψάρι τις περισσότερες ημέρες της εβδομάδας

>50% καταναλώνει κόκκινο κρέας 1-2 μέρες την εβδομάδα
60% καταναλώνει άσπρο κρέας (κυρίως πουλερικά) 1-2 φορές την εβδομάδα

Τα γαλακτοκομικά δεν αποτελούν βασική διατροφική συνήθεια
Τα ελαιόλαδο αποτελεί βασική διατροφική συνήθεια

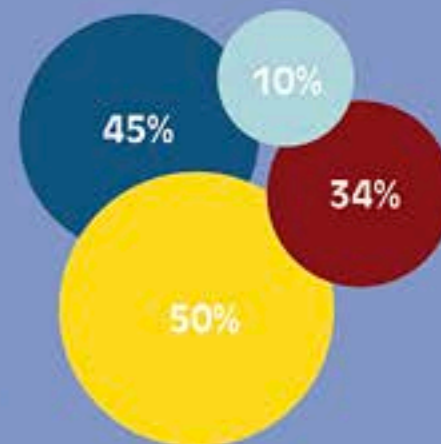
Παράγοντες Καρδιαγγειακού Κινδύνου:

παρουσιάζει υψηλές τιμές χοληστερίνης

γνωρίζει ότι πάσκει από σακχαρώδη διαβήτη τύπου 2 υπό φαρμακευτική αγωγή όμως οι μισοί από αυτούς είναι αρρυθμισμένοι με υψηλές τιμές σακχάρου

έχει προδιαβητικά επίπεδα σακχάρου νηστείας

έχει τιμές αρτηριακής πίεσης άνω του φυσιολογικού επιπέδου



Στοιχεία Νοσηρότητας:

- 37,5% γνωρίζει ότι πάσκει από υπέρταση
- 37% γνωρίζει ότι πάσκει από κάποια μορφή δυσλιπιδαιμία
- 10% έχει ιστορικό στεφανιαίας νόσου
- 11% έχει ιστορικό περιφερικής αγγειακής νόσου
- 5% έχει ιστορικό αγγειακού εγκεφαλικού επεισοδίου

ΑΡΑ

90%

περίπου του πληθυσμού, δηλαδή σε αυτούς που δεν έχουν υποστεί κάποιο καρδιαγγειακό επεισόδιο, μπορούν να εφαρμοστούν μέτρα πρωταγενούς πρόληψης.

10%

περίπου, του πληθυσμού που έχουν ήδη υποστεί καρδιαγγειακό επεισόδιο, η συνεχής ευαισθητοποίηση σε θέματα καρδιαγγειακής υγείας μπορεί να συμβάλει στη βελτιστοποίηση της δευτερογενούς πρόληψης.