

## Администрация по делам престарелых: Программа профилактики заболеваний, основанная на доказательной медицине

### Общая информация

Большинство пожилых людей сталкивается с теми или иными хроническими заболеваниями и состояниями на каком-то отрезке своей жизни. Четверо из пяти престарелых жителей США страдают каким-либо хроническим заболеванием, и многие из-за этого не в состоянии вести полноценную жизнь. Восемьдесят процентов “бремени болезней” в Соединенных Штатах являются результатом хронических заболеваний, с которыми люди сталкиваются после 55 лет.

### Какие самые распространенные хронические состояния?

Наиболее распространенные или тяжелые хронические заболевания, поражающие людей в возрасте 65 лет и старше, - это гипертензия (37%), сердечно-сосудистые заболевания (15%), артрит (48%), диабет (10%), полная или частичная потеря слуха (32%), а также тяжелая депрессия (5-10%). Семьдесят процентов пожилых жителей страны страдают несколькими хроническими заболеваниями. При поражении несколькими заболеваниями увеличивается риск потери функциональности и возрастает спрос на медицинские услуги и затраты на них.

Распространение хронических состояний и заболеваний ведет к увеличению числа пожилых американцев с ограничением функциональной деятельности.

В настоящее время имеется значительное количество данных (и их число продолжает расти) об эффективности профилактики хронических заболеваний, при этом акцент делается на факторы риска, укрепление здоровья и предотвращение или замедление потери трудоспособности.

### Профилактика на основе доказательной медицины

Профилактические программы на основе доказательной медицины представляют собой

такие меры или воздействия, которые основываются на данных, полученных в ходе научных исследований, опубликованных в профессиональных и специальных журналах, где рецензентами выступают другие специалисты.

Одним из источников получения таких данных являются исследования, проводимые при поддержке Министерства здравоохранения и социального обеспечения США. В результате проведения нескольких исследований сегодня получены данные, подтверждающие эффективность воздействия на факторы риска, относящиеся к физической деятельности и питанию, а также такие меры, как прекращение курения, проведение лекарственной терапии, предотвращение падений и самолечения болезней.



### Коллективный подход

Успешное медицинское лечение хронических заболеваний требует применения коллективного подхода. Местные организации, предоставляющие услуги пожилым людям (CASP), работающие совместно с организациями здравоохранения, находятся в наиболее благоприятном положении для того, чтобы играть одну из основных ролей в обеспечении доступности и использования программ профилактики заболеваний и предотвращения инвалидности среди престарелых. Эти программы основаны на доказательной медицине. Сеть местных организаций CASP располагает наибольшими возможностями для оказания помощи тем пожилым жителям страны, которые

не получают необходимых услуг, поскольку они зачастую больше всех нуждаются в таких программах.

## **Что представляет собой программа профилактики заболеваний на основе доказательной медицины Администрации по делам престарелых?**

В сентябре 2003 года Администрация по делам престарелых объявила о предоставлении местных грантов для создания демонстрационных проектов по профилактике заболеваний на основе доказательной медицины. Было выделено двенадцать грантов на общую сумму более 2 миллионов долларов в год на период в три года, которые стали частью организованного государственным и частными организациями партнерства в целях более широкого вовлечения пожилых людей в программы, которые продемонстрировали свою эффективность в деле снижения риска заболеваний, сокращения травм и снижения инвалидности.

Основанные на доказательной медицине грантовые программы по профилактике заболеваний должны продемонстрировать, как сеть организаций, оказывающих услуги престарелым лицам, способна осуществлять профилактические программы на основе доказательной медицины с помощью тех, кто предоставляет такие услуги на местном уровне.

Двенадцать грантов были предоставлены следующим местным организациям: Филадельфийская корпорация по делам престарелых (Philadelphia Corporation for the Aging), Филадельфия, штат Пенсильвания; Услуги для пожилых людей города Олбани (Senior Services of Albany), Олбани, штат Нью-Йорк; Агентство по делам престарелых северного и центрального округа (North Central Area Agency on Aging), Хартфорд, штат Коннектикут; Агентство по делам престарелых южного округа штата Мэн (Southern Maine Area Agency on Aging), Скарборо, штат Мэн; Совет управления округа Аламо (Alamo Area Council of Governments), Антонио, штат Техас; Центр питания и мероприятий Маленькой Гаваны (Little Havana Activity and Nutrition Center), Майами, штат Флорида; Партнеры по оказанию ухода (Partners in Care), Бербанк, штат Калифорния; Городской отдел по делам престарелых города Лос-Анджелеса (City Department on Aging), Лос-Анджелес, штат Калифорния, а также: Центры по соседским отношениям (Neighborhood Centers), округ Харрис, штат Техас; Пожилые люди в действии (Elders in Action), Портленд, штат Орегон; Приют для престарелых ветеранов войны (Sheltering Arms Senior Services), Хьюстон, штат Техас; Округное ведомство по делам престарелых западного

Мичигана (Area Agency on Aging of Western Michigan), Гранд-Рэпидс, штат Мичиган.

Кроме местных проектов АоА предоставила грант Национальному совету по делам престарелых для создания Национального центра по оказанию технической помощи пожилым людям в области профилактики. Его цель заключается в оказании помощи местным организациям в деле разработки профилактических мер, основанных на доказательной медицине.

## **Кто партнеры?**

Национальное партнерство включает в себя различные федеральные ведомства и частные фонды, которые координируют свои усилия для оказания помощи в проведении профилактических программ, основанных на доказательной медицине, с помощью организаций, оказывающих услуги престарелым на местном уровне.

В разработке, осуществлении и оценке грантовых проектов на основе доказательной медицины должны участвовать основные местные партнеры, включая, как минимум, местные организации по предоставлению услуг престарелым, которые должны осуществлять эти меры или воздействие, а также организации или ведомства системы здравоохранения для обеспечения качества медицинских компонентов программы. Сюда также должны входить окружные ведомства по делам престарелых для обеспечения связи программы с соответствующими службами поддержки и для содействия внедрению и расширению успешных программ на местах, а также исследовательские организации для оказания помощи в интерпретации исследовательских данных и оценке программы.

## **Области концентрации усилий**

Каждый из демонстрационных проектов направлен на те конкретные области, где имеются данные, подтверждающие эффективность воздействия на факторы риска. Общая цель состоит в том, чтобы продемонстрировать, как имеющаяся сеть организаций, предоставляющих услуги пожилым людям, может осуществлять доступные, высококачественные программы профилактики заболеваний, эффективность которых по снижению риска потери трудоспособности или заболевания документально подтверждена в следующих областях:

- **Предотвращение падений:** Каждый год в местах своего проживания падает тридцать процентов людей в возрасте старше 65 лет и 50 процентов – в возрасте старше 80 лет. Каждое десятое падение ведет к таким серьезным травмам, как переломы. Падения увеличивают риск оказаться в доме для престарелых на постоянной основе в три раза, а

травмы, полученные при падении, увеличивают такой риск в десять раз. Частота падений, ущерб и затраты, связанные с ними, плюс множество фактов, подтверждающих важность профилактических мер – все это делает предотвращение падений, заложенное в программы, направленные на множество пожилых людей в местах их проживания, экономически эффективной стратегией для сокращения случаев потери функциональности, затрат на здравоохранение и количества обращений за социальными услугами со стороны подверженных риску пожилых людей.

- **Физические нагрузки:** Польза физических нагрузок для здоровья и благосостояния пожилых людей хорошо описана в научной литературе. Ключевыми моментами для извлечения такой пользы являются постоянность, а также соответствие типа и уровня физических нагрузок состоянию человека. Наименьший уровень физических нагрузок среди взрослого населения наблюдается среди людей в возрасте старше 60 лет. Уровень недостатка физических нагрузок особенно высок среди людей в возрасте 75 лет или старше, а также среди представителей национальных меньшинств.
- **Здоровое питание:** Всем известно, какую роль играет питание в программе по снижению заболеваемости и сокращению распространения хронических заболеваний. Люди, страдающие диабетом, гипертонией и другими хроническими заболеваниями, могут извлечь значительную пользу из программ, которые помогут им приобрести необходимые привычки в области питания. Распространение ожирения среди населения признано одним из главных факторов риска в плане развития хронических заболеваний.
- **Применение лекарств:** Существуют факты, свидетельствующие о том, что местные программы по снижению ошибок в применении лекарств пожилыми людьми приносят положительные результаты. Согласно этим фактам, от 12% до 40% самостоятельно живущих пожилых людей неправильно применяют лекарства. Такие ошибки являются 4-й по степени распространенности причиной смертельных случаев среди людей в возрасте старше 65 лет.

- **Самолечение болезней (например, диабета):** Было убедительно продемонстрировано, что при необходимом обучении и поддержке люди с хроническими болезнями могут оказывать помощь в лечении своих собственных заболеваний. Такой подход эффективно используется как часть лечебного процесса при таких болезнях, как диабет, сердечно-сосудистые заболевания, гипертония, артрит и тяжелая депрессия.
- **Депрессия:** Почти 20% взрослого населения США в возрасте 65 лет и старше сталкивается с симптомами депрессии. Существуют факты, что программы по самолечению депрессии могут эффективно решать эту проблему.



## На кого рассчитана эта программа?

Эта программа рассчитана на оказание помощи пожилым людям, уже имеющим хроническое заболевание, или подверженным риску развития такого заболевания. Финансируемые проекты помогут центрам для пожилых людей, организациям, занимающимся программами питания, и другим местным ведомствам сделать профилактические меры реальностью повседневной жизни пожилого населения страны.

## Дополнительная информация

Для получения дополнительной информации и описания основанных на доказательной медицине программ АоА по профилактике потери трудоспособности, пожалуйста, посетите сайт по адресу:

<http://www.aoa.gov/prof/evidence/evidence.asp>

Для получения дополнительной информации об Администрации по делам престарелых, пожалуйста, посетите сайт АоА, расположенный по адресу:

<http://www.aoa.gov>

### ДЛЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ИНФОРМАЦИИ

Администрация по делам престарелых осознает важность того, чтобы потребители, специалисты, занимающиеся различными исследованиями люди и студенты могли быстро и легко получать необходимую информацию. На нашем сайте находится информация, предназначенная для пожилых людей, их семей, а также специалистов, занимающихся программами и услугами для престарелых, которая также рассказывает об этих людях. Для получения более подробной информации об Администрации, пожалуйста, свяжитесь с Администрацией по делам престарелых Министерства здравоохранения и социального обеспечения: Вашингтон, округ Колумбия, 20201; телефон: (202) 401-4541; факс (202) 357-3560; Эл. почта: [aoainfo@aoa.gov](mailto:aoainfo@aoa.gov); или посетите наш сайт по адресу: [www.aoa.gov](http://www.aoa.gov)