

“ХҮН АМЫН ДАВСНЫ ХЭРЭГЛЭЭ, БУУРУУЛАХ АРГА ЗАМ” СУДАЛГАА, МОНГОЛ УЛС, 2011 ОН

ҮНДЭСЛЭЛ:

Халдварт бус өвчин (ХБӨ)-ний анхдагч эрсдэлт хүчин зүйлс (буруу хооллолт, архи, тамхины хэрэглээ, хөдөлгөөний хомсдол, илүүдэл жин, таргалалт) нь Монгол улсын нийгмийн эрүүл мэндийн анхаарал татсан асуудлын нэг болж, артерийн даралт ихсэлт, зүрхний шигдээс, тархинд цус харвах эрсдэл жил ирэх тусам нэмэгдэх хандлагатай байна. Зүрх судасны эрхтэн тогтолцооны өвчин нь хүн амын өвчлөл, нас баралтын тэргүүлэх шалтгаан хэвээр байна. МУ-ын 25-64 насны хүн амын 27.3%, 25-аас дээш насны 3 хүн тутмын нэг, 45-аас дээш насны 2 хүн тутмын нэг нь нь цусны даралт ихсэлтэй, 27.3% нь илүүдэл жинтэй, 12.5% нь таргалалттай байна (Халдварт бус өвчин, осол гэмтлийн тархалтын түвшин үндэсний судалгаа, ЭМЯ, ДЭМБ, НЭМХ, 2009).

ДЭМБ, НДББ-ээс 2010 онд батлан гаргасан “Давсны хэрэглээг бууруулах бүсийн стратеги”- д гишүүн орон, засгийн газрууд хүн амынхаа давсны хэрэглээ, давсны эх үүсвэр, хоол, хүнсний бүтээгдэхүүн дэх давсны хэмжээг судлан тогтоож, давсны хэрэглээг бууруулах үндэсний стратеги, хөтөлбөр хэрэгжүүлэх тухай заасан, түүнчилэн Монгол Улсын ЗГ-ын 2005 оны 246 дугаар тогтоолоор батлагдсан “Халдварт бус өвчнөөс сэргийлэх, хянах” үндэсний хөтөлбөрийн 3.2.6.2-д ...давсны хэрэглээг багасгах арга хэмжээ авах.; 5.2-д ...давсны хэрэглээг 2013 он гэхэд 9.1г/хоног болгох .. гэж тус тус заасан нь “Хүн амын давсны хэрэглээ, бууруулах арга зам” суурь судалгааг явуулах үндэслэл болсон юм.

ЗОРИЛГО, ЗОРИЛТ:

Монгол хүний давсны бодит хэрэглээг тогтооход судалгааны ажлын зорилго оршиж байв. Судалгаагаар дараах зорилтуудыг дэвшүүлсэн.

Үүнд:

1. Сонгогдсон аймгийн 25-64 насны хүн амын 24 цагийн шээсэн дэх давс, натрийн агууламжийг тодорхойлох;
2. Хүнсний бүтээгдэхүүний хэрэглээг судалж, давсны эх үүсвэр болж буй бүтээгдэхүүнийг тодорхойлох;
3. Зарим төрлийн хоол, хүнсний бүтээгдэхүүний давсны агууламжийг судлах.

АРГАЧЛАЛ, ТҮҮВЭРЛЭЛТ:

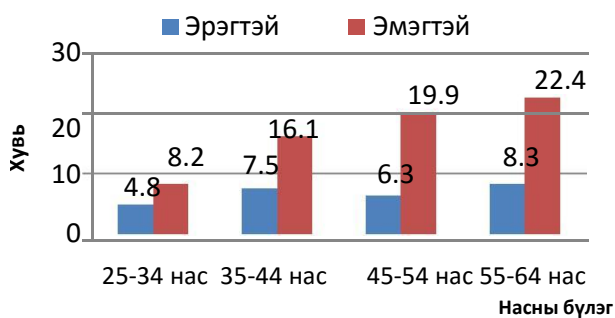
Монгол улсын эдийн засгийн 4 бүсийг төлөөлөх 4 аймгийн 13 сум, УБ хотын 3 дүүргээс олон үе шатат санамсаргүй түүврийн аргаар сонгогдсон 25-64 насны нийт 1034 хүн судалгаанд хамрагдсан ба 44.8% (n=466)-ийг эрэгтэйчүүд, 55.2% (n=568)-ийг эмэгтэйчүүд эзэлж байсан. Судалгааны хамралтын хувь 99.4% байв.

Энэхүү судалгааг ЭМЯ, ДЭМБ, Австралийн Даяарчлал Эрүүл Мэнд Жорж Институтын удирдамж дор ДЭМБ-ын “Стандарт алтан арга”-аар Нийгмийн Эрүүл Мэндийн Үндэсний Төв 2011 онд ММСС-ийн “Эрүүл мэндийн төсөл”-ийн санхүүжилтээр хийж гүйцэтгэлээ.

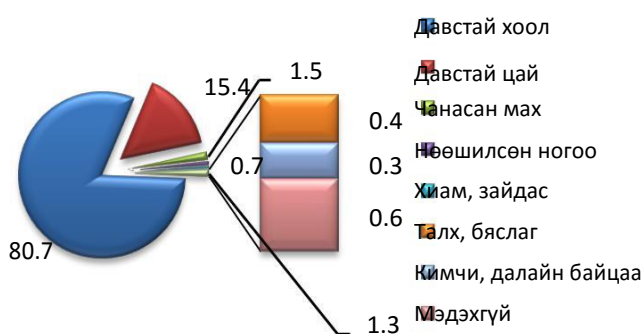
Судалгаа дараах 4 хэсгээс бүрдсэн.

1. *Хүн ам зүйн үзүүлэлт, амьдралын хэв маяг* - нас, хүйс, суурьшил, орон гэрийн нөхцөл, тухайн орон нутаг амьдарсан хугацаа, ажил эрхлэлт, боловсролын байдал, архи, согтуурах ундааны хэрэглээ, тамхины хэрэглээ, хөдөлгөөний идэвхи, давсны хэрэглээний талаарх мэдлэг, хандлага, дадал;
2. *Бие махбодын хэмжилт* - артерийн даралтын дундаж хэмжээ, артерийн даралт ихсэлтийн тархалтын хувь, биеийн жингийн дундаж индекс, таргалалтын тархалтын хувь;
3. *Лабораторийн шинжилгээ* - 24 цаг (хоног)-ийн шээсний натри, кали, креатинины дундаж агууламж, натри ба калийн харьцаа;
4. *Давсны хэрэглээний эх үүсвэр* - зарим хоол, хүнсний бүтээгдэхүүн дэх давсны агууламж; давсны хэрэглээний гол эх үүсвэр зэрэг үзүүлэлтүүд.

ҮР ДҮН (95% ИМ)	Эрэгтэй (n=466)	Эмэгтэй (n=568)	Бүгд (n=1034)
ДАВСНЫ ХЭРЭГЛЭЭНИЙ ТАЛААРХ МЭДЛЭГ, ХАНДЛАГА, ДАДАЛ:			
Давс ихтэй хүнсний бүтээгдэхүүнийг мэддэггүй хүн амын эзлэх хувь	25.4% (21.8-29.5)	14.3% (9.7-20.7)	19.1% (15.0-23.9)
Хоолонд давс их хийх нь эрүүл мэндэд ноцтой нөлөөлөхгүй гэж үзэж буй хүн амын эзлэх хувь	13.9% (10.6-17.9)	9.6% (7.0-13.1)	11.4% (9.1-14.3)
Давс их хэрэглэх артерийн даралт ихэсэхэд нөлөөлнө гэж үзэж буй хүн амын эзлэх хувь	8.3% (5.3-12.7)	22.4% (16.0-30.6)	16.4% (12.2-21.7)
Хоолонд хэрэглэх давсны хэмжээгээ багасгахыг маш чухал гэж үзэж буй хүн амын эзлэх хувь	38.2% (33.9-42.7)	56.2% (52.0-60.2)	48.1% (45.1-51.1)
Давсны хэрэглээгээ бууруулах, хянах алхам хийж буй хүн амын эзлэх хувь	35.5% (29.0-42.5)	56.1% (49.0-63.0)	47.3% (41.0-53.7)
Хоол, цайндаа хийх давсаа багасгаж буй хүн амын эзлэх хувь	30.3% (23.6-37.9)	51.1% (43.7-59.2)	42.4% (35.8-49.3)
Цайгаа ихэвчлэн давстай уудаг хүн амын эзлэх хувь	43.4% (32.6-55.0)	44.1% (37.2-51.1)	43.8% (39.7-48.0)
Ихэвчилэн давс ихтэй хоол хэрэглэдэг хүн амын эзлэх хувь	47.4% (40.9-54.1)	44.0% (38.7-49.4)	45.5% (42.3-48.7)
АРТЕРИЙН ДАРАЛТ ИХСЭЛТ:			
Систолын артерийн даралт (САД)-ын дундаж (ммМУБ)	136.3 (134.8-137.9)	125.2 (129.1-131.4)	130.2 (129.2-132.4)
Диастолын артерийн даралт (ДАД)-ын дундаж (ммМУБ)	83.2 (82.1-84.3)	79.7 (78.4-80.6)	81.2 (80.6 - 82.0)
Артерийн даралт ихсэлтийн тархалт (САД \geq 140 мм МУБ, ба/эсвэл ДАД \geq 90 мм МУБ, эсвэл систол, диастолын даралт хэвийн боловч сүүлийн 14 хоногт даралт бууруулах эм уусан)	46.4 (41.9-51.0)	31.7 (28.0-35.7)	38.3 (35.4-41.3)



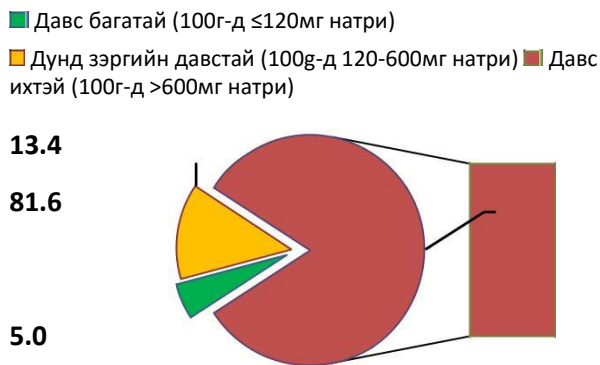
Зураг 3. Давс их хэрэглэх нь артерийн даралт ихсэх шалтгаан болно гэж үзэж буй хүн ам



Зураг 4. Судалгаанд оролцогчид давсны хэрэглээнийхээ гол эх үүсвэрийг тодорхойлсон байдал

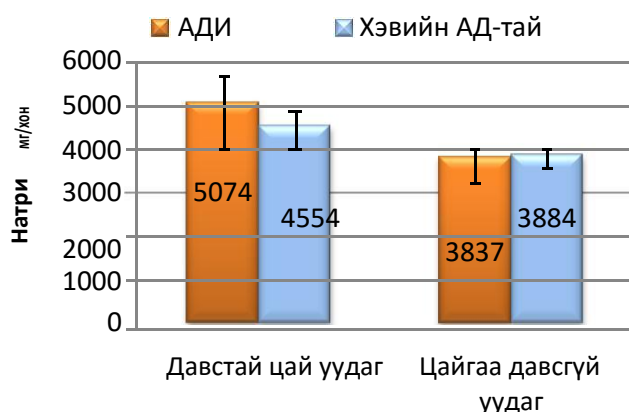
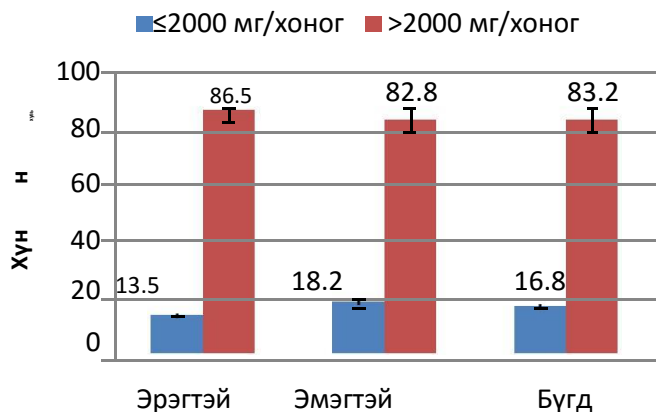


Зураг 5. Боловсруулсан хүнсн дэх давсны агууламж (n=300)



Зураг 6. Төрөл бүрийн хоолны давсны агууламж (n=200)

ҮР ДҮН (95% ИМ)	Эрэгтэй (n=466)	Эмэгтэй (n=568)	Бүгд (n=1034)
24-ЦАГИЙН ШЭЭСНИЙ ҮЗҮҮЛЭЛТ:			
Шээсний дундаж эзлэхүүн (мл)	1670 (1582-1757)	1621 (1500-1743)	1642 (1564-1719)
Шээсний креатинины дундаж агууламж (мг.дцл/хон)	1.24 (1.09-1.39)	1.14 (1.03-1.26)	1.19 (1.10-1.27)
Шээсний натрийн дундаж агууламж (ммол.л/хон)	193.0 (181.8-204.1)	188.0 (177.1-198.8)	189.4 (181.2-197.6)
Шээсний калийн дундаж агууламж (ммол.л/хон)	42.7 (41.0-44.4)	41.1 (39.7-42.5)	41.6 (40.5-42.7)
Натри, калийн харьцаа	1:4.5 (4.3-4.7)	1:4.5 (4.3-4.6)	1:4.5 (4.3-4.6)
Шээсэн дэх давсны дундаж агууламж (мг/хоног)	11.2 (10.6-11.9)	11.0 (10.4-11.6)	11.1 (10.6-11.5)
Шээсний натрийн дундаж агууламж (мг/хоног)	4437.1 (4180.1-4690.9)	4322.1 (4071.0-4570.8)	4354.3 (4127.0-4569.9)
Хоногт ≤2000 мг натри хэрэглэж буй хүн амын эзлэх хувь	13.5 (10.6-16.9)	18.2 (15.2-21.6)	16.8 (14.5-19.4)
Хоногт >2000мг натри хэрэглэж буй хүн амын эзлэх хувь	86.5 (83.1-89.4)	81.8 (78.4-84.8)	83.2 (80.6-85.5)



Зураг 7. Натрийн хэрэглээ (хүйсээр)

Зураг 8. Артерийн даралт ихсэлт ба натрийн хоногийн хэрэглээ

ДҮГНЭЛТ:

- Судалгаанд хамрагдсан 5 хүн тутмын нэг нь давс ихтэй хүнсний бүтээгдэхүүнийг, 8 хүн тутмын нэг нь давстэй хоол идэх хүний эрүүл мэндэд ямар нөлөөтэйг тус тус мэдэхгүй, 2 хүн тутмын нэг нь тогтмол давстай цай, хоол хэрэглэдэг дадалтай байхад 3 хүн тутмын нэг нь давсны илүүдэл хэрэглээгээ бууруулах талаар ямар нэг алхам хийдэггүй байна.
- Монгол хүний давсны хэрэглээ нь ДЭМБ-ийн зөвлөмжөөс 2 дахин их (11.1г), хүн амын 83.6 хувь хоногт 5г-аас илүү давс хэрэглэдэг, ялангуяа баруун бүсийг төлөөлөх Увс аймагт хамгийн өндөр (15г) байгаа нь давсны илүүдэл хэрэглээг бууруулах өвөрмөц арга хэмжээ шаардлагатайг харуулж байна.
- Судалгаанд хамрагдсан АДИ-тэй, “давстай цай уудаг” хүн амын хоногийн шээсний натрийн дундаж хэмжээ, натри, калийн харьцаа нь АД хэвийн, “давсгүй цай уудаг” хүмүүсийнхээс 1-1.2 дахин өндөр байна.

Нэмэлт мэдээлэл шаардлагатай бол дараах хаяг руу хандана уу:

Нийгмийн Эрүүл Мэндийн Үндэсний Төв, Судалгааны зохицуулагч Б.Энхтунгалаг, E-mail: dulaanuul@hotmail.com



ЭРҮҮЛ
МЭНДИЙН ЯАМ



