

Dr. Kiss István intézetvezető főorvos¹, tanszéki csoportvezető egyetemi docens², a MOTESZ elnöke és a MOTESZ Magazin felelős szerkesztője, a Szív és Érendszeri Nemzeti Program Programtanácsának elnöke

¹Főv. Önk. Szent Imre Kórház, Budapest

²Semmelweis Egyetem Geriátriai Tanszéki Csoport, Budapest



A Szív és Érendszeri Nemzeti Program 2008–2009. évi tevékenysége

Program tevékenységek:

1. A hypertoniabetegséggel foglalkozó Programrész: „Éljen 140/90 alatt – Tudatos Törődés”

2. A perifériás érbetegséggel és a kardiovaszkuláris kockázattal foglalkozó Programrész: „ÉRV Program” és az ÉRV regiszter létrehozása

3. A Kontroll Pontok Hálózatának továbbfejlesztése

4. Kardiológiai Programrész: Infarktus Regiszter létrehozása

5. Nemzeti Sócsökkentő Programhoz való kapcsolódás

5. A IV. Kardiovaszkuláris Konszenzus Konferencia megrendezése

6. A Magyar Tudomány Napjának eseménysorozatában a Szív és Érendszeri Nemzeti Program összefoglaló beszámolója

7. A Gyógyszerészi Gondozás Programjának integrálása a Szív és Érendszeri Nemzeti Programba

A lakosságnak is szóló kongresszusokon (pl. REHA), illetve szakmai-tudományos összejöveteleken is (PRO Medicina, Magyar Tudomány Napja), illetve a kistérségben is szervezett, fenti területeket érintő szűrések (OALI Programok).

A népegészségügyi tevékenységet is érintő szervezett alprogramok (felvilágosítás, szűrés; Szűrőkamion Program) a Szív és Érendszeri Nemzeti Programban: „Éljen 140/90 Hgmm alatt”, „ÉRV”, „Kontroll Pont”, „Elhízás elleni év”, „Egészségvonat”, „Egészségkamion”, „Gyógyszerészi Gondozás”.

A Szív és Érendszeri Betegségek Megelőzésének és Gyógyításának Nemzeti Programjának üzenetei a lakosságnak:

– Olyan szakmai program, amely a civil szervezetekkel együttműködve megtanítja a lakosságot egészségesebben élni.

– A Program tanítja és biztosítja az emberek számára az egészség önellenőrzésének lehetőségét:

- Mérd meg a vérnyomásod, ha 140/90 Hgmm felett van, akkor fordulj orvoshoz, mert magasvérnyomás esetén tünetmentes is lehetsz, de ennek ellenére gyakrabban kapsz agyvérzést, vagy szívinfarktust, és tönkremehet a veséd is. 2006-2007-ben megvalósult/a lakosság 60% értesült a kitűzött célról és „megtanulta” a helyes értéket.

A gyógyszertárakban a gyógyszerészi gondozás részévé vált.

Az egészségvonat része volt 2007-ben.

- Mérd meg a haskörfogatot, mert nőknél 80 cm, férfiaknál 94 cm feletti értéknél túlsúlyról, elhízásról beszélhetünk. Ha nem csökkented a testsúlyod, bizonyosan cukorbetegség és magasvérnyomás alakulhat ki, szív, vese és agyérbetegség következménnyel. Folyamatos felvilágosítás a szűréseknél. A gyógyszerészi gondozás 2009-től induló részévé vált, gyógyszertárakban folyamatosan lehetővé válik.

Az egészségvonat része volt 2007-ben.

- 40 éves kor felett rendszeresen (évente, kétévente) méresd meg a koleszterin és vércukor szintet, valamint a veseműködést jellemző kreatinin szintet. Kóros érték esetén már a korai időszakban és tünetmentes állapotban is érelmeszesedést, cukorbetegséget és vesebetegséget lehet kimutatni e vizsgálatokkal.

Folyamatosan megvalósul a szűrésekkel.

Az egészségvonat része volt 2007-ben.

- Méresd meg a Boka/Kar Index értéket és a perifériás érbetegség mellett felvilágosítást kaphatsz a szervezetben zajló érelmeszesedésről és veszélyének mértékéről a hipertonia szakellátó helyeken, illetve az ÉRV központokban.

- Szokj le a dohányzásról, mert 5-10-szeresére növeli az érelmeszesedés gyorsaságát, a stroke kialaku-

lásának gyakoriságát és a szívinfarktus veszélyét, amellet, hogy tüdőrákot okoz.

- Táplálkozz egészségesen, mert ezzel megőrizheted normális testsúlyod és védve vagy az érlemeszesedés, a szívbetegség, sőt egyes daganatos betegségek kialakulásának kockázatától is. ÉRV Program. Folyamatosan megvalósul a szűrésekkel. Az egészségvonat része volt 2007-ben. Táplálkozási Fórumok megteremtése.
- Rendszeresen mozogj, sportolj, minden lehetséges módon növelj a fizikai aktivitásod, mert ezzel csökkented a krónikus stressz okozta szív és érrendszeri megbetegedés kockázatát. Folyamatosan megvalósul a szűrésekkel. Az egészségvonat része volt 2007-ben.
- Nőként gondoldj arra, hogy a dohányzás, alkoholfogyasztás, elhízás, helytelen táplálkozás eredménye terhesség esetén fokozott kockázatot jelent és a kockázat miatt kissúlyú újszülötted biztosan szív és érrendszeri beteg lesz.
- A mindenki számára elérhetővé tett kockázat-értékelő táblázattal állapítsd meg saját szív és érrendszeri kockázatotad és közepes és nagy kockázat esetén keresd fel orvosodat. Folyamatosan megvalósul a szűrésekkel. Az egészségvonat része volt 2007-ben.

A Program mindezeket az iskola-egészségügy, az iskolai oktatás, a foglalkozás-egészségügy (munkahely) keretében tanítja és „kiviszi” a mérési lehetőségeket e helyekre. A civil szervezetekkel együttműködve „társadalmi programmá” teszi fentiek megismertetését és biztosítja ezek elvégzésének lehetőségét. Minden lehetséges civil szervezéshez „hozzáadja” a kockázatfelmérés lehetőségét (pl. véradás, egészségnapok stb.). Felhasználja a média és az elektronikus kommunikáció látható és írott összes lehetőségét (pl. az ország egészének tanítása rajzfilmmel). Az Éljen 140/90 Hgmm alatt programban civil szervezetek

pályázata közel 50 esetben eredményezte a helyi egészség-felvilágosítás és szűrés lehetőségét.

- Olyan szakmai program, amely a szív és érrendszeri kockázatok és betegségek megelőzésének és ellátásának szervezésében esélyegyenlőséget, az ellátás minőségében jelentős javulást, tervezhetőséget teremt a komplex Érrendszeri Központok Hálózatának kialakításával. Létrejött a Kardiometabolikus Központok Hálózata (48 hely, „Kontroll Pont” néven), melynek feladata az epidemiologiai adatgyűjtés, az ÉRKÖZPONTOK modelljeként több szakma tevékenységének integrálása és az egészségfejlesztéshez, egészségmegőrzéshez nyújtott szakmai-szervezői tevékenység. A program 2007-ben megindult (Kanada után Európában elsőként!).
- Olyan szakmai program, amely keretében biztosított mindenkinek a szívinfarktus és stroke kialakulását megelőző orvosi beavatkozás lehetősége (vérrög-oladás, értágítás).
- Olyan szakmai program, amely a beteg emberekkel való törődést és gondozásukat tanítja meg a lakosoknak, a családtagoknak és egyúttal megteremti a feltételrendszerét a megfelelő szintű ellátásnak is.

Mindezekkel a Program célja tudatosan és társadalmi összefogással megvalósítani és felgyorsítani azt a folyamatot Magyarországon, amelynek eredménye a szív és érrendszeri betegségek, és azok okozta halálozás csökkentése.

