

# Projekt MOST v roku 2008 má vyššie ambície

Stále vysoká úmrtnosť i chorobnosť na kardiovaskulárne (KV) ochorenia v Slovenskej republike dlho znepokojuje mnohých slovenských kardiológov, praktikov i internistov, ale možno aj politikov. Pravdou je, že Slovensko je v úmrtnosti na KV ochorenia na chvoste Európy, za nami sú len krajiny, ako je Rumunsko, Bulharsko a krajiny bývalého Sovietskeho zväzu. Tento nelichotivý stav nás musí mrziť o to viac, lebo dnes vieme, že vzniku KV ochorení sa dá s úspechom predchádzať. Podľa skúseností, napríklad z Írska, kde sa podarilo znížiť úmrtnosť na KV ochorenia za 15 rokov o 47 %, až 48 % celkového poklesu bolo spôsobené znížením výskytu rizikových faktorov, najmä fajčenia (o 26 %), hladiny cholesterolu (o 30 %) a zvýšeného krvného tlaku (o 6 %).

Prečo pretrvávajú nelichotivé výsledky v oblasti srdcovocievnych ochorení na Slovensku? Dôvodov je viac. Všeobecne možno povedať, že hlavným dôvodom je mimoriadne neuspokojivá úroveň kontroly najzávažnejších KV rizikových faktorov, predovšetkým hypertenzie, zvýšenej hladiny krvných lipidov, stále vysoký výskyt fajčenia, vzostup obezity a cukrovky, ktorý súvisí so zjavným poklesom pravidelnej fyzickej aktivity a nesprávny spôsob stravovania. Aj preto minulý rok viac ako 40 expertov z oblasti prevencie a kardiovaskulárnej medicíny vypracovalo pod gesciou hlavného odborníka MZ SR **návrh Národného kardiovaskulárneho programu**, ktorý navrhol konkrétne postupy na zlepšenie súčasného nepriaznivého stavu v oblasti KVO. V súčasnosti je návrh na vnútrorezortnom pripomienkovaní. Veríme, že po jeho prijatí aj zo strany najvyšších predstaviteľov zdravotníctva v SR sa začnú postupne realizovať dôležité kroky.

Keďže väčšina rizikových faktorov (vysoký krvný tlak, vysoké hladiny cholesterolu alebo fajčenie) nemá takmer žiadne príznaky, edukácia obyvateľstva sa stáva kľúčovou, pokiaľ chceme skutočne dosiahnuť zlepšenie súčasného stavu. Z výsledkov analýzy vyše 120 tisíc dobrovoľne vyšetrených obyvateľov Slovenska na Úradoch verejného zdravotníctva v rokoch 1995 – 2005 vyplýva, že viac ako polovica vyšetrených nikdy nemala zmeraný krvný tlak a vyše 80 % vyšetrených nikdy nemala vyšetrenú hladinu sérového cholesterolu (ÚVZ 2007). Tieto údaje sú alarmujúco nízke oproti podobným údajom z vyspelých európskych krajín. Aby sme si overili dnešný stav poznania KV rizikových faktorov, vyko-

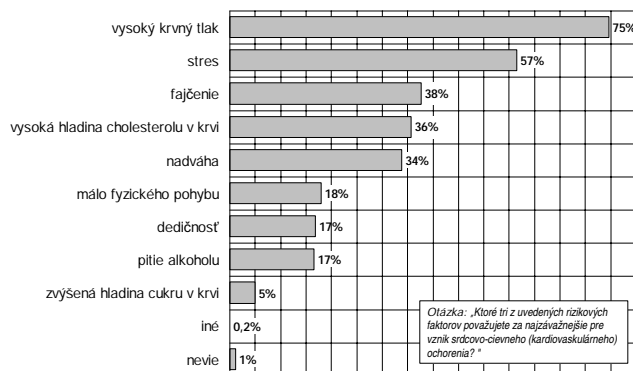
nali sme v mesiaci jún 2008 na vzorke 1 022 respondentov nezávislý prieskum zameraný na otázky KV zdravia a prevencie. Podobný prieskum sme vykonali aj v roku 2007, a to pred začiatkom kampane MOST a mesiac po nej. Preto nás výsledky zistení tento rok trochu prekvapili, a to tak pozitívne, ako aj negatívne. Podľa výsledkov prieskumu správne hodnoty optimálneho krvného tlaku krvi (menej ako 120/80 mmHg) poznalo iba 45 % respondentov (podstatne menej ako vlni, na čo nemáme úplne jednoznačné vysvetlenie) a správnu hodnotu normálnej hodnoty hladiny celkového cholesterolu poznalo dokonca iba 27 %! (tiež niečo menej ako vlni). Pri otázke, ktoré rizikové faktory považujete za najzávažnejšie vzhľadom na vznik KVO, 75 % respondentov správne uviedlo zvýšený krvný tlak, ale fajčenie a vysokú hladinu celkového cholesterolu uviedli až na treťom, respektíve štvrtom mieste závažnosti (**obrázok 1a**). Pri otázke, ktoré ochorenia považujete za najzávažnejšie z hľadiska úmrtnosti – KV i onkologické skončili jednoznačne ako najdôležitejšie, za ne hlasovalo až 93 % respondentov, čo je priaznivý posun vo vnímaní KV ochorení oproti minulému roku, kde za najzávažnejšie sa jednoznačne považovali onkologické ochorenia (**obrázok 1b**). Príznaky akútneho srdcového infarktu poznalo tento rok už relatívne uspokojivé množstvo respondentov (68 %) oproti minulému roku (do 40 %).

Slovenská nadácia srdca v spolupráci so Slovenskou kardiologickou spoločnosťou podobne, ako v minulom roku pripravili aj v tomto roku atraktívnu celonárodnú edukačnú kampaň MOST – mesiac o srdcových témach, rozšírenú aj na mesiace júl a august – s cieľom zlepšovať povedomie našich občanov o najzávažnejších KV rizikových faktoroch.

Jednou z hlavných cieľových skupín, ktorú chceme kampaňou oslovit, sú ženy – a to z niekoľkých príčin. Kardiovaskulárne ochorenia sú najčastejšou príčinou smrti nielen u mužov, ale najmä u žien. Podľa výsledkov NCZI v roku 2006 naše ženy až v 62 % zomierali na KVO!, čo je takmer trojnásobok všetkých úmrtí na onkologické ochorenia. Úroveň diagnostiky a liečby žien s ochoreniami srdca zaoštráva za úrovňou starostlivosti poskytovanej mužom. Slovenské ženy sú obéznejšie ako muži, hodnoty krvného tlaku a cholesterolu z dlhodobého pozorovania nemajú klesajúcu tendenciu (kým u mužov áno) a fajčia viac, ako tomu bolo kedysi. Na

**Rizikové faktory ovplyvňujúce vznik srdcovo-cievneho ochorenia**

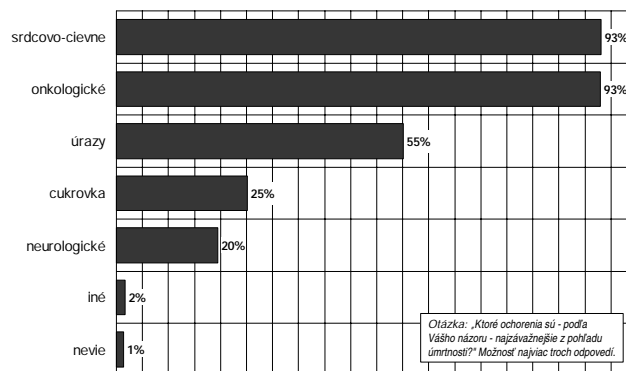
% všetkých respondentov, jún 2008, báza: 1022 respondentov, možnosť výberu troch odpovedí



**Obrázok 1a** Rizikové faktory, ktoré ovplyvňujú srdcovocievne ochorenia (výsledky prieskumu agentúry FOCUS; jún 2008)

**Najzávažnejšie ochorenia z pohľadu úmrtnosti**

% všetkých respondentov, jún 2008, báza: 1022 respondentov, možnosť najviac troch odpovedí



**Obrázok 1b** Najzávažnejšie ochorenia vzhľadom na úmrtnosť (výsledky prieskumu agentúry FOCUS; jún 2008)



**Obrázok 2** Merania hladín rizikových faktorov v „stánkoch zdravia“ (Námestie SNP v Bratislave; júl 2008)



**Obrázok 3** Prvé predstavenie „auta zdravia“ pred Kardiodomom v Bratislave (júl 2008)



**Obrázok 4** Príprava prístrojov na vyšetrenie hodnôt krvného tlaku, cholesterolu a hladiny CO vo „vlakú zdravia“ na ceste Bratislava – Košice a späť



## KÓD ZDRAVÉHO ŽIVOTA

**Obrázok 5** Kód zdravého života

druhej strane ženy zvyčajne určujú životný štýl rodiny a o zdravie sa zaujímajú viac ako muži.

Súčasťou kampane je aj internetová stránka venovaná problematike kardiovaskulárnych ochorení [www.tvojesrdce.sk](http://www.tvojesrdce.sk), na ktorej prebieha **súťaž Tvoje srdce**, do ktorej sa môžu prihlásiť všetci záujemcovia počas kampane. Môžu vyhrať množstvo zaujímavých cien, ako napríklad 10 tlakomerov, 20 poukazov na trojmesačný jazykový kurz jazyka podľa vlastného výberu a množstvo cien kozmetickej firmy Oriflame.

Rozhodli sme sa, že tento rok už počas mesiacov júl a august 2008 pôjdeme do ulíc – za občanmi, do obchodných domov, na námestia, do aquaparkov, na veľké športové a kultúrne podujatia, kde budeme merať krvný tlak, hladinu cholesterolu, merať hladinu CO vo výdychu u pasívnych, respektíve aktívnych fajčiarov. Lekári už v týchto dňoch „chodia do ulíc“ (**obrázok 2**) na ekologicky šetrných, tzv. hybridných automobiloch zdravia, ktoré nám zapožičala firma Toyota (**obrázok 3**). Počas mesiacov júl a august navštívia viac ako 40 miest Slovenska. Okrem **aut zdravia** máme pripravené aj **vlakú zdravia** z Bratislavy do Košíc a späť (**obrázok 4**) (prvé sa uskutočnili v dňoch 21. a 22. júla), kde naši lekári a sestričky vyšetria všetky

uvedené parametre. Na tejto aktivite prisľúbil účasť osobne aj minister zdravotníctva Richard Raši, ktorý rovnako, ako prezident Slovenskej republiky pán Ivan Gašparovič, prevzal záštitu nad celým projektom MOST 2008. Podrobný rozpis všetkých aktivít je uvedený na [www.tvojesrdce.sk](http://www.tvojesrdce.sk). Počas celej kampane propagujeme a vysvetľujeme filozofiu tzv. kódu zdravého srdca: 0-30-5-120-80 (**obrázok 5**).

Sme veľmi radi, že projekt podporilo veľké množstvo významných farmaceutických firiem na Slovensku, ktorým sa aj touto cestou chceme poďakovať. Hlavnými partnermi sú firmy Servier a Abbott, ktorým patrí osobitné poďakovanie, rovnako poďakovanie patrí všetkým ostatným farmaceutickým partnerom (abecedne): AstraZeneca, Bayer, Berlin-Chemie Menarini, Boehringer Ingelheim, Novartis, Pfizer, sanofi-aventis, Solvay, Teva, Wörwag a Zentiva, nefarmaceutickým partnerom: Spoločná zdravotná poisťovňa, Všeobecná zdravotná poisťovňa, Celimed, Unilever, mediálnym partnerom: STV, Slovenský rozhlas a ďalším médiám.

Stav pripravenosti naznačuje, že i rok 2008 by mohol byť úspešný. Veríme, že spoločným pričinením dokážeme aj týmto projektom podporiť myšlienku Národného kardiovaskulárneho programu, ktorý by mala vláda SR ešte tento rok schváliť.

doc. MUDr. Gabriel Kamenský, CSc., FESC  
správca Slovenskej nadácie srdca  
prof. MUDr. Ján Murín, CSc.  
prezident Slovenskej kardiologickej spoločnosti