

Interjú dr. Zámolyi Károllyal, a Magyar Kardiológusok Társasága Elnökével

2006. 11. 07. - Forrás: Klub Rádió: Klub - Reggeli gyors 3

Mv.: - A tudósok, kutatók úgy gondolják, hogy a megelőzés a túlélés, egyáltalán esélye, legalábbis ezen a ponton csengett egybe az előadók véleménye azon a tudományos konferencián, amelyen hát korunk, mondjuk így, legelterjedtebb, "legdivatosabb" betegségeiről beszéltek. A vonal túlsó végén itt van Zámolyi Károly, a Magyar Kardiológusok Társaságának elnöke. Üdvözlöm elnök úr, jó reggelt kívánok!

Zámolyi Károly elnök: - Jó reggelt kívánok, én is üdvözlöm a hallgatókat!

Mv.: - A kérdés az, hogy mit veszünk a szívünkre? Tehát amikor arról beszélünk, hogy milyen sokan halnak meg, szomorú tény ez, például szív-, érbetegségekben, akkor ebben elsősorban az öröklött életmódbeli hagyományok, a zsíros étkezés...stb., ez tehető felelőssé, vagy pedig a nagyon stresszes életmód, az önsorsrontó szenvedélybetegségek. Mi inkább a felelőssé tehető ok?

Zámolyi Károly elnök: - Mielőtt erre válaszolnék, valóban az Ön által elmondottak miatt választottuk fő témájául a magyar tudomány ünnepének a szív-, érrendszeri betegségeket, hiszen valóban az egész világon, és így Magyarországon is ezek a betegségek képezik a legtöbb halálokokat. A kérdésre válaszolva nagyon összetett problémáról van szó. Van genetikai tényező is, ami szerepet játszik, de ennél fontosabbak azok a kockázati tényezők, amelyekről mi tehetünk magunk, emberek. Ide kilenc fő rizikófaktor tartozik. Csak az első négyet-ötöt had említsem meg. A vér koleszterin-tartalma, a rossz koleszterinnek a magas szintje az első helyen áll, második helyen áll a dohányzás, a harmadik helyen áll a cukorbetegség, és negyedik helyen pedig a magas vérnyomás. És hát utána mindjárt következik a haskőfogot megnövekedése, a hasi elhízás.

Mv.: - Magyarán, hogy pocakosak vagyunk.

Zámolyi Károly elnök: - Igen. Aztán a helytelen táplálkozás, a zöldség-gyümölcs fogyasztásnak a hiánya, a fizikai inaktivitás rendkívül fontos, és a túlzott alkoholfogyasztás. Tehát ezek nagyon fontos szerepet játszanak, azonban ezenkívül meg kell még említeni, hogy Magyarországon az embereknek nem egészségtudata, hanem betegségtudata van. Tehát nem ismerik a rizikófaktoraikat, nem akarják megismerni, nem törődnek velük, és ennek az egyik fő oka, hogy az egészségismereteknek, az egészségügyi ismereteknek a hiánya az rendkívül....

Mv.: - Valahogy én úgy érzem, miközben egyetértek Önnel, hogy a betegségtudatunk is egy nagyon furcsa betegségtudat, mert igazából betegségnek azt gondoljuk, ami fáj. Na most, az Ön által felsorolt első négy rizikófaktor csupa olyan dolog - sem a magas vérnyomás, sem a koleszterinszint, sem a vércukor, sem pedig a hastérfogat, megnövekedett térfogat - nem fáj, viszont belehalunk.

Zámolyi Károly elnök: - Így van, így van, ezért kell az embereket felvilágosítanunk, hogy nagyon korán kezdjék el figyelni saját magukat, és azt szoktuk mondani szlogenként, hogy mindenki tartsa jó karban saját magát. Az egészségügy, az csak 10-15 százalékban tud közrejátszani ennek a kérdésnek a megoldásában. Az Egyesült Államokban például 40 év alatt jelentősen visszaszorították a koszorúér-betegségeket, és egyetlen egy módszerrel.

Tehát semmi csodamódszer nem volt. Ez a dohányzásnak a rendkívül erőszakos visszaszorításával.

Mv.: - Biztos, hogy ez is nagyon-nagyon sokat jelentene, de tudja azt tapasztalom így a környezetemben, hogy az orvosság, mármint ha már kialakul a betegség, az orvosság még mindig kényelmesebb, hiszen csak egy pirulát kell bevenni, és akkor majd rendbe jön tőle a magas vérnyomás, mint az, hogyha az ember elkezd, vesz egy futócipőt és elkezd futni, vagy mondjuk sokkal több zöldséget és gyümölcsöt eszik, ami ráadásul, hát valljuk be, drágább, mint a kevésbé egészséges élelmiszerek.

Zámolyi Károly elnök: - Hát igaza van, ez a fajta szemlélet vezetett oda, hogy a világon negyedik helyen állunk a szív-, érrendszeri halálozásban, második helyen pedig a bármely okból bekövetkezett halálozásban. Tehát, ha valamit változtatni akarunk, akkor azt elsősorban ne a gyógyszerektől várjuk. A gyógyszer is szerepet játszik, de már egy későbbi fázisban, ahhoz, hogy az érlemezésedet magát megelőzzük, illetve ezt a kóros folyamatot, ami az érfalban játszódik, azt lelassítsuk. Ahhoz a rizikófaktorokat kell kőkeményen befolyásolni. Gyógyszerek természetesen még a dohányzás elleni küzdelemben is szerepet játszanak, azonban mégis a legfontosabb az, hogy mindenki saját maga igyekezzen megoldani ezt a kérdést.

Mv.: - Tehát, hogyha jól gondolom, először a fejekben tegyünk rendet, hogy aztán a szívünk se legyen beteg.

Zámolyi Károly elnök: - Igen, és ehhez az egészségnevelés, a felvilágosítás az egy rendkívül fontos dolog. Ezért is ragadunk meg minden alkalmat, hogy ezt megtegyük.

Mv.: - És ezért adunk ennek mindig nyilvánosságot. Köszönjük szépen, hogy rendelkezésünkre állt Zámolyi úr!

Zámolyi Károly elnök: - Én is köszönöm!

Mv.: - Viszonthallásra!

Zámolyi Károly elnök: - Köszönöm, viszonthallásra!