

**„Vérfrissítés a kardiológusoknál”
Leszürették magukat a kardiológusok**

Balatonfüred - 2010-05-09

A magas vérnyomás kezelésének európai irányelvei, a hirtelen szívhalál kérdése, a szívinfarktus megelőzésének jelentősége valamint a RizikoRiadó program ismertetése is reflektorfénybe került a hétvégén befejeződött a Magyar Kardiológusok Társasága által szervezett balatonfüredi kongresszuson. A szakma példát mutatva egymásnak és a lakosságnak a négy napos rendezvény ideje alatt 21 féle szűrővizsgálaton vett részt.

A becslések szerint a világon évente közel 17 millió ember hal meg szív- és érrendszeri betegségek következtében. Európában Magyarország vezeti a halálozási statisztikát. Csaknem 2,5 millió ember szenved magas vérnyomásban, 1 millióan cukorbetegek, a lakosság fele pedig túlsúlyos. Az uniós átlaghoz képest hazánkban jóval többen dohányoznak és fogyasztanak alkoholt, ugyanakkor sokkal kevesebb zöldséget és gyümölcsöt esznek, nem beszélve a mozgásszegény életmódról.

A kardiológus szakma szerint a betegek között egyre több a fiatal. A szűrővizsgálatokon ők nem vesznek részt, így nem is tudják időben felismerni a betegséget. Éppen ezért a korábbiaknál sokkal nagyobb gondot kell fordítani a megelőzésére és a gyógyítására.

Idén közel 1700 kardiológus látogatott el a Balaton partjára, hogy az elmúlt esztendő során megszerzett tudásanyagot továbbadva gondoskodjon arról, hogy a hazai szakemberek számára minden új információ rendelkezésre álljon a szakszerű és még magasabb színvonalú betegellátáshoz.

A kongresszuson az Európai Kardiológus Társaság /ESC/ és a Magyar Kardiológusok Társaságának /MKT/, közös szimpóziumának keretén belül az akut szívinfarktusban végzett intervenciók beavatkozások megszervezéséről hallhattak előadást az érdeklődők. Magyarország a heveny szívinfarktus korszerű és gyors ellátása terén jó eredményeket tudhat maga mögött. A nemzetközi adatok szerint hazánk 50 országot vizsgálva a 6.-7. helyet foglalja el a szívroham szakszerű és gyors kezelésében, megelőzve Angliát illetve Franciaországot. A szívinfarktus ellátásában országosan 16 jól felszerelt szívkatéteres centrum működik, ahol a betegek a nap 24 órájában juthatnak a legkorszerűbb sürgősségi ellátáshoz. A magyar szakemberek elméleti és az infarktusban végzett beavatkozások során szerzett gyakorlati tudása EU-szinten is kiemelkedő. Nagyon fontos tényező az idő, mivel minden késlekedés bizonyíthatóan rontja az érintett beteg esélyeit. Az orvosi ellátás tekintve kiemelkedő a magyar főváros, ahol öt központ fogadja éjjel-nappal az ezeket a pácienseket.

A hagyományokhoz híven az idei esztendőben is egy világhírű, külföldi szívgyógyászt avattak a Magyar Kardiológusok Társaságának tiszteletbeli tagjává. 2010-ben ezt a címet *Douglas P. Zipes* professzor kapta meg, aki nemzetközi szinten az aritmia és elektrofiziológia terén ért el kimagasló eredményeket. Előadásában a világszerte nagy érdeklődést kiváltó azonnali szívhalálról beszélt. Ennek azért is van folyamatosan aktualitása, mivel az elmúlt években drasztikusan megemelkedett a sportpályán, vagy a versenyszezonban bekövetkező hirtelen halálesetek száma, ami orvosilag több esetben szívproblémákkal magyarázható.

A drámai halálesetek azonnali kezelésében az Egyesült Államokban igen jelentős előrelépés történt, hiszen már iskoláskortól kezdve egyre több embert megtanítanak az újraélesztés technikájára, a defibrillátor használatára, egyre több helyen található az újraélesztésre használható műszer.

A kongresszuson külön blokkban foglalkoztak a sokakat érintő szívelégtelenséggel és a betegség kezelésével, melynek száma évről-évre növekszik. Az érintetteknek csaknem a fele öt éven belül meghal. Külön gondot és kutatási területet jelent, hogy a páciensek egyre nagyobb hányada idős - hatvanöt éven felüli - ember, akiknél gyakorta fellépnek egyéb betegségek is.

További előadások hallhattak a rizikófaktorokkal és azok kezelésével kapcsolatosan. Kiemelkedően foglalkoztak a dohányzás, a fizikai aktivitás, a kövérség szerepével, valamint e kockázati tényezők és a szív- és érrendszeri betegségek kialakulásának kapcsolatával. Ugyanakkor szó esett arról is, hogy a menopauza miben és mennyire növeli meg a keringési betegségek kockázatát.

Való igaz, hogy a daganatos megbetegedésekről szóló statisztikai adatok elszomorítóak, nagyon sokan halnak meg ebben a betegségben. Miközben ezen betegek zömét a legmodernebb technikával sem lehet megmenteni, addig a szív és érrendszeri betegségek esetében, amelyek még ennél is gyakoribbak, megelőzéssel, vagy időben való beavatkozással a teljes gyógyulást is el lehet érni. Ennek érdekében az MKT megelőzési edukációs kampányt indított RizikoRiadó néven.

A tanácskozások szünetében a „Pirosban a Nőkért” világmozgalom magyar szervezői salsá - bemutatóra invitálták az érdeklődőket, ezzel is erősítve, hogy a mozgás mennyire fontos a szív és érrendszeri megbetegedések megelőzésében. A Szív Világszövetsége ezzel a kezdeményezéssel szeretné elültetni a köztudatban, hogy a nők épp olyan veszélynek vannak kitéve, mint a férfiak, hiszen a gyengébb nem tagjai közül szív- és érrendszeri betegségben ma már minden földrészen többen veszítik életüket, mint valamennyi rosszindulatú daganat, tuberkulózis, malária és AIDS következtében.

Az Európai Unióban több nő öl meg a szív-és érbetegség - a hölgyek 55 %-át -, mint férfit, akiknek 43 %-a hal meg koszorúér-betegségben. Nálunk még rosszabb a helyzet: a Központi Statisztikai Hivatal adatai szerint a nők halálzásának 57 %-át szív- és érbetegségek okozzák, míg a férfiak csoportjában ezek a betegségek 45 %-ban felelősek a halálzásért.

A kongresszus első napján zárt ülésen megválasztották a Magyar Kardiológusok Társaságának új Tanácsadó Testületét. A leköszönő elnöke prof. Dr. Forster Tamás, őt váltja prof. dr. Merkely Béla, ugyanakkor a főtitkárnak dr. Tóth Kálmánt jelölték. A leendő elnök a leköszönő főtitkár dr. Kiss Róbert Gábor lett. A következő a vezetőség választására 2013-ban kerül sor.

A kardiológusok a kongresszuson a lakosság egészségtudatos nevelését még ekkor sem szüneteltették. A „Magyarország átfogó egészségvédelmi szűrőprogramja” elnevezésű prevenciós kezdeményezés keretében az országot járó szűrőkamion a konferencián kiváló alkalmat biztosított mind a külföldi, mind a hazai szakembereknek, hogy követendő példát állítsanak a társadalom számára, és éljenek a szűrővizsgálat lehetőségével. A vizsgálatok révén arra is fény derült, hogy a kardiológusok mások egészségének megóvása mellett mennyire törődnek saját egészségükkel.

Mind a tudományos előadások, a szakmai munka, mind a szűrővizsgálatokon való részvétel azt a célt szolgálták, hogy a Társaság minden létező segítséget megadjon – orvosnak és betegének egyaránt – a kardiovaszkuláris megbetegedések elleni küzdelemben.

HÁTTÉRANYAG

TÉNYEK

A magyarok több mint 50 százaléka szív- és érrendszeri betegségben hal meg. Közel 2,5 millió ember szenved magas vérnyomásban, egy millióan cukorbetegek, a lakosság fele túlsúlyos.

Az uniós átlaghoz képest nálunk jóval többen dohányoznak és fogyasztanak alkoholt, ugyanakkor sokkal kevesebben iktatják étrendjükbe a zöldség és gyümölcsféléket, a nagyon nagy százalékuk mozgásszegény életet él.

Ezek felelősek a szív- és érrendszeri halálozások közel 80 százalékáért. Éppen ezért nagyon fontos a megelőzés, a rizikófaktorok megismerése és karbantartása. Mindenkinek szem előtt kell tartania a célértékeket.

ADATOK A SZÍV- ÉS ÉRRENDSZERI BETEGSÉGEKRŐL

- A szív- és érrendszeri betegségek Európában a halálozás 52%-át teszik ki.
- A 45 év feletti férfiak és a 65 év feletti nők halálzásának leggyakoribb oka a koszorúsér-betegség Európában.
- A koszorúsér-betegség első megjelenésekor az esetek 51%-ában korainak (65 év alattinak) minősül.
- A koszorúsér-betegek 20%-a cukorbeteg is.
- A szív- és érrendszeri betegségek évi költsége 169 milliárd Euro az Unión belül. Az elmaradt termelés ehhez még 35 milliárdot hozzátesz.
- A szív- és érrendszeri betegség Európa minden országában a legfőbb halálok a nők között, valamint Franciaország és San Marino kivételével a férfiak között is.
- Évente 450 000 ember hal meg szív- és érrendszeri betegségben a dohányzás miatt Európában.
- Az étrend Észak és Nyugat Európában egyre közelít az egészségeshez, míg Európa többi területén attól távolodik.
- Ismert, hogy a zsírban, cukorban és sóban gazdag táplálék, mely kevés komplex szénhidrátot, kevés gyümölcsöt és zöldséget tartalmaz, növeli a szív- és érrendszeri betegségek előfordulását. Az Unión belül azok, akik naponta 400g zöldséget és gyümölcsöt fogyasztanak, 7%-kal csökkentik a szívroham és 4%-kal a szélütés veszélyét, mely Unió szinten több, mint 50 000 emberélet megmentését jelenti. Ugyanezek a számok napi 600g zöldség, gyümölcs esetén: 18 %-kal kevesebb szívroham, 10%-kal kevesebb szélütés és 135 000 évente megmentett emberélet.
- A kövérség évről évre drámaian gyakoribb Európában. A magas vérnyomásosak 60 %-a, a koszorúsér-betegek egyharmada, a szélütést elszenvedők egyötöde esetén játszik oki szerepet a kövérség kontinensünkön.
- 23 millió felnőtt cukorbeteg él az Unióban és számuk emelkedik.
- Rengeteg ember él fizikailag inaktív módon. Az inaktivitás jelentősége a szívrohamok esetén 20%, a szélütés esetén 10%-os a fejlett világban.

- Sajnos, azok, akiknél családi halmozódás áll fenn a szív- és érrendszeri betegségek terén, nagyobb eséllyel számolhatnak azzal, hogy ők maguk is megbetegszenek.
- Európán belül is nagyok a kockázati különbségek. Pl. Magyarországon a dohányzás 30 %-os, míg Olaszországban csak 15%-os elterjedtségű.

AJÁNLÁSOK A SZÍVBETEGSÉGEK MEGELŐZÉSÉRE

- Ne dohányozzon
- Rendszeres testmozgás - legalább 30 perc hetente 5 nap
- Egészséges étrend
- Túlsúly kerülése (testtömeg-index 25 alatt)
- Vérnyomás 140/90 Hgmm alatt
- Koleszterin szint 5 mmol/l alatt
- LDL (rossz) koleszterin 3 mmol/l alatt
- Normális szénhidrát anyagcsere
- Túlzott stressz kerülése
- Szükség esetén megfelelő gyógyszerek szedése

A Magyar Kardiológusok Társasága

„A Magyar Kardiológusok Társasága a szívbetegségek elleni harcra szövetkezett szakemberek társasága, fő feladata, hogy segítséget nyújtson mindazoknak, akik a Társaságon belül vagy kívül a szív és érrendszeri betegségek elleni harcban, illetve a hazai kardiológia fejlesztésében részt kívánnak venni.”

A Magyar Kardiológusok Társasága 1955-ben alakult, akkori nevén a Belgyógyász Szakcsoport Kardiológiai Szakosztályaként. Első rendezvényét 1957-ben tartotta, a balatonfüredi Orvosgyűlés hagyományát felújítva.

Az azóta eltelt több mint 50 év alatt az orvoslás, és ezen belül a szívgyógyászat fantasztikus fejlődésen ment át. Ennek megfelelően társaságunk is előrelépett. A Magyar Kardiológusok Társasága, mint tudományos társaság három fő célkitűzés mentén tevékenykedik: a tudomány, az oktatás és a betegek felé történő kommunikáció, betegoktatás terén.

Tudomány:

A modern szívgyógyászati kutatások hazai és nemzetközi friss tudományos eredményeit az orvosok és szakdolgozók minél szélesebb körében ismertté tenni.

Oktatás:

A szívgyógyászatnak, a szívbetegségek megelőzésének és kezelésének ismereteit továbbképző kurzusok formájában közkinccsé tenni.

Betegek felé történő kommunikáció, betegoktatás:

A helytelen életmódból adódó fokozott szív és érrendszeri kockázat elemeinek megismertetése, a kockázat felmérése, a kockázat csökkentésének lehetőségeinek ismertetése.

2009-ben a Magyar Kardiológusok Társasága országunk orvosi társaságai között az egyik legnagyobb taglétszámú (3000 fő) és az egyik legjobban szervezett társasággá nőtte ki magát. Rendezvényeiket több ezer orvos (Balatonfüredi Kongresszus) és több ezer polgár (Szív Világnapja) látogatja. Nemzetközi kapcsolataik fejlettek, szakmai társadalmi tekintélyük kialakult.

További információ:

Diamond Agency

Fadgyas Zsuzsa

mobil: +36 (20) 4649156

e-mail: zsuzsa.fadgyas@diamondagency.hu

www.diamondagency.hu

Diamond Agency

Havasi Laura

mobil: +36 (20) 9339619

e-mail: laura.havasi@diamondagency.hu

www.diamondagency.hu