

Riadókészültség Debrecenben is!

2010. május 26.

A Magyar Kardiológusok Társaságának „RizikóRiadó” programja a főváros határait túllépve Szeged és Budapest után Debrecenbe látogatott, ahol a Csokonai Színház társulata szűrővizsgálaton vett részt, ezzel is felhívva a figyelmet a szív- és érrendszeri betegségek okozta veszélyekre és a megelőzés fontosságára. Eperjes Károly is örömmel csatlakozott a felvilágosító kampányhoz, aki a társaihoz hasonlóan az egészséges életmód mellett tette le a voksát.

Minden második ember szív- és érrendszeri betegségben hal meg. 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. Ezek az okok felelősek a szív- és érrendszeri halálozások csaknem 80 százalékáért.

Szívhezszólo kampánykörútja során Magyarország 7 nagyvárosába látogat el a program, ahol nagy hagyománnyal rendelkező színházak közkedvelt színészei hívják fel a lakosság figyelmét a szív- és érrendszeri megbetegedések megelőzésének fontosságára. Ahogy azt a Csokonai Színház művészeti titkára, Juhász Árpád is kiemelte, a prevencióhoz vezető egyik út a szűrővizsgálatokon keresztül vezet. A budapesti Madách Színház, a debreceni Csokonai Színház, a veszprémi Petőfi Színház, a kecskeméti Katona József Színház, valamint a Pécsi, Miskolci és Szegedi Nemzeti Színház művészei azt igyekeznek tudatosítani az emberekben, hogy ne vesztegessék idejüket, hiszen a kardiovaszkuláris betegségek továbbra is jelentős kockázatot jelentenek egészségükre nézve.

A RizikóRiadó program célja egy komplex gondozási háló kialakítása, melyet az orvos és az ápoló szaktudása sző a beteg köré, és mely a szakemberek segítségével túl mindenki számára hozzáférhető információval támogatja a beteg és egészséges populációt egyaránt.

Prof. Dr. Édes István, a Magyar Kardiológusok Társaságának (MKT) volt elnöke a sajtótájékoztatón sokadszor hívta fel a figyelmet arra, hogy a szív- és érrendszeri megbetegedések továbbra is a vezető haláloknak számítanak világszerte, így Magyarországon is. Való igaz, tette hozzá, hogy az elmúlt évekhez viszonyítva csökkent a halálozások száma, ami egyértelműen a prevenciók törekvéseknek köszönhető. Ugyanakkor kiemelte a dohányzás veszélyeit, és beszélt a magyaros ételek káros hatásáról is.

Édes István ugyanakkor elmondta, hogy örül a színészek támogatásának, véleménye szerint az ő segítségükkel lényegesen hatékonyabban ér el az MKT üzenete az emberekhez, miszerint a szűrővizsgálat életet menthet.

A RizikóRiadó Program szervezői szeretnék elérni, hogy a magas vérnyomásos betegek ismerjék meg saját kockázati szintjüket és a vérnyomáscsökkentésen túl további rizikójuk mérséklésének kihatását az életükre. A program lényege, hogy a betegek rájöjjenek, egészségükért-jövőjükért ők is felelősek, annak aktív részesei, alakítói és nem utolsó sorban legfontosabb döntéshozói.

Eperjes Károly színművész véleménye szerint elsősorban a mai világ rohanó tempója miatt válik napról-napra lényegesebbé testi-lelki épségünk megőrzése és fejlesztése. A színészi életben a mindennapos kihívások, az egész napos készenlét okozta stressz, az ebből származó káros szenvedélyek mindegyike kihat az ember egészségére. Éppen ezért nagyon fontosnak tartja a megelőzést. A múlt héten egy teljes körű kivizsgáláson vett részt Balatonfüreden, ezt elsősorban vírusfertőzése indokolta. Ugyanakkor a mozgást is nagyon fontosnak tartja, ha teheti, gyakorolja. „Ép lélekben, ép test” életének ez a fő mottója.

A magasvérnyomás és a szív- és érrendszeri betegségek más rizikófaktorainak megelőzését nem lehet elég korán elkezdni. A RizikóRiadó is felismerte, hogy érdemes már gyermekkorban felhívni a figyelmet a helyes táplálkozás, valamint a rendszeres testmozgás előnyeire, hiszen a magasvérnyomás már gyermekkorban is egyre gyakrabban jellemző betegség.

Ráckevei Anna színművésznő több éve leszokott a dohányzásról, ezt elsősorban öt éves gyermeke és a családja miatt tette meg, mint hangsúlyozta ő is nagyon odafigyel önmagára, fontosnak tartja a megelőzést, és ha már megtörtént a baj annak a kezelését. Felelősséggel tartozunk önmagunkért és családunkért – tette hozzá.

Garay Nagy Tamás színész is csatlakozott az előtte felszólalókhöz, és hangot adott elégedetlenségének miszerint a magyar családok nagyon kevés időt szentelnek a szabadidős sporttevékenységekre, az egészségesebb életvitelre, az egészséges táplálkozásra. Annak ellenére, hogy dohányzik, és nem tud lemondani erről a káros szenvedélyéről, odafigyel önmagára, megpróbál stressz-mentesen élni, mint mondta ez hol sikerül, hol nem, és sosem hagyja ki az évenkénti szűrővizsgálatokat.

A Csokonai Színház dolgozói és művészei vérnyomás, vércukor- és összkoleszterint mérésen vettek részt, majd a kardiológus szakorvosok ezután kiértékeltek a mért adatokat, és segítségükkel az érdeklődők számára az is kiderülhetett, hogy mit kell tenniük az esetleges kiugró értékek kordában tartására.

A következő állomás Pécs lesz.

További információ:

Fadgyas Zsuzsa
mobil: +36 (20) 933 9619
e-mail: zsuzsa.fadgyas@diamondagency.hu
www.diamondagency.hu

Havasi Laura
mobil: +36 (20) 464 9156
e-mail: laura.havasi@diamondagency.hu
www.diamondagency.hu