

## Gördülő Egészségügy - A szűrővizsgálat életet menthet

**Hétszázhuszonöt helyszín, több mint kétmillió vizsgálat, drámai szűrési adatok - ez Magyarország átfogó egészségvédelmi szűrőprogramjának elmúlt négy évi mérlege. A kezdeményezés célja az egészség megőrzése, a betegségek megelőzése, kiszűrése volt. A komplex állapotfelmérés keretében végzett vizsgálatok mindig egyénre is szabottak, és mindössze fél órát vesznek igénybe.**

Hazánk az általános egészségi állapotát tekintve világviszonylatban „előkelő” helyen áll. Az összes halálozás 54 százalékáért a szív- és érrendszer, míg 27 százalékáért a daganatos betegségek a felelősek. Legalább 3.0 millió embernek magas a vérnyomása, egy millióan cukorbetegek, e mellett a lakosság 40 %-a túlsúlyos. Az uniós átlaghoz képest az emberek jóval többet dohányoznak és isznak alkoholt, viszont sokkal kevesebb zöldséget és gyümölcsöt fogyasztanak, ugyanakkor a legtöbben mozgásszegény életmódot folytatnak. A magyar lakoságnak az átlag életkora elmarad az Európai Unió átlagától, az elmúlt években a lakosság létszáma 10 millió fő alá csökkent.

Ezeket a szomorú adatokat figyelembe véve a teljes magyar lakosság egészségi állapotának javítása érdekében indult útjára 2010-ben, 57 szakmai szervezet összefogásával, „Magyarország átfogó egészségvédelmi szűrőprogramja 2010-2020”, amely 2020-ig egy közel 20 m hosszú speciális szűrőállomással az ország településeit járva vizsgálja a hazai lakosság egészségi állapotát. A Program eddig 725 helyszínen 85 545 km-t megtéve, 1 077 egészségügyi szakember bevonásával 6 711 prevencióra fordított órával 2 266 337 vizsgálatot végzett és 194 549 látogatót fogadott.

A Program célja az elkövetkezőkben is változatlan, továbbra is lehetőséget kíván biztosítani a lakoságnak, hogy megtegyék az első lépést egészségük javítása érdekében. A szakmai és koordinációs bizottság véleménye szerint nagyon fontos, hogy az emberek szembesüljenek egészségi állapotukkal, és ha kell, változtassanak az életmódjukon. A szomorú statisztikai adatok is azt bizonyítják, hogy igenis szükség van az ilyen kezdeményezésekre, ugyanakkor egyre többen érzik, hogy oda kell figyelniük önmaguk és családjuk egészségére és szívesen élnek a szűrővizsgálatok adta lehetőségekkel.

A szűrőprogram elmúlt négy év statisztikai adatainak tükrében kijelenthető, hogy a vizsgálatokon részt vevők közel fele a kiemelt kockázatú csoportba tartozik, és ha nem kezelteti magát, akkor néhány év múlva szívinfarktus, netán stroke fenyegetheti őket, nem beszélve a daganatos megbetegedésekről. Kijelenthetjük, hogy van hova fejlődni a magyaroknak a megelőzés tekintetében, erre az egyik legjobb lehetőség a „Magyarország átfogó egészségvédelmi szűrőprogramja 2010-2020”.

Mit is mutatnak az adatok, mit mutatnak az eredmények? Az életmódra vonatkozó káros tényezők (dohányzás, rendszertelen testmozgás, egészségtelen táplálkozás) elkerülése mindenkinek a saját felelőssége, azonban ezek mellett öröklött, genetikai faktorok is szerepet játszanak a betegségek kialakulásában. A szűrőprogram elmúlt négy évében a megkérdezettek 22%-nál fordult már elő a családban szívinfarktus, míg stroke a résztvevők 16%-ának családjában következett be.

Ugyanakkor a daganatos megbetegedés 43%-ot, az anyagcsere betegség pedig 39%-ot érintett. Elgondolkodtató a középkorúak esetében a vastagbél-daganat rizikó teszt eredménye, hiszen mintegy 20 százalékuknál mutatott jelentős kockázatot. A szűrésen részt vevők 29,3 százalékánál mértek a normálistól eltérő vérnyomásértéket. Az átlagos vérnyomás nőknél 129/81 Hgmm, férfiaknál 139/85 Hgmm volt. A bővített vizsgálatokon átesett emberek közel 6%-ának volt magasabb a vércukor szintje, míg a koleszterinszint tekintetében a résztvevők 30%-ánál, húgysav esetében 9%-ánál mutatott ki kiugró értéket.

Emellett külön problémát jelent, hogy a megkérdezettek 25 százaléka dohányzik. Ez azt jelenti, hogy minden negyedik ember hódol ennek a káros szenvedélynek, így számos olyan szív- és érrendszeri, illetve daganatos megbetegedés kockázatának teszi ki magát, amely a dohányzás nélkül elkerülhető lenne. Szomorú tény, hogy a válaszok alapján kiderült, hogy a megkérdezettek 73% százaléka nem is gondol arra, hogy letegye a cigarettát.

A rizikófaktorok csökkentésének egyik fontos feltétele az egészséges, gyümölcsökben és zöldségfélékben, azaz vitaminokban gazdag, sószegény táplálkozás. A kérdőíves felmérésnek köszönhetően fény derült arra is, hogy a résztvevők 70%-a fogyaszt rendszeresen zöldség és gyümölcsféléket. Ugyanakkor a válaszadók 91%-a gondolja úgy, hogy a túlzott só fogyasztás betegséget okoz. Ismertté vált továbbá az is, hogy a résztvevők 42 százalékánál napi életritmusában a sportnak egyáltalán nincs szerepe. Csupán 58 százalék az, aki naponta szakít időt a mozgásra, noha a rendszeres testmozgás (legalább napi 30 perc séta, vagy könnyed futás) szintén kiemelt tényező a betegségek prevenciójában.

Az általánosan jellemző mozgáshiány, valamint a nem megfelelő táplálkozás a (testtömeg-index) és a haskörfogat értékekben is megmutatkozott, a vizsgálatokon részt vevők 50 százalékánál mértek eltérést az ideális célértékhez képest. A testzsírtömegre és a hasi zsírtérről vonatkozó adatok is jelentős kockázatot mutatnak: előbbi az érdeklődők 61.6%-ánál, utóbbi a résztvevők 45.7%-ánál volt nagyobb a megengedettnél.

A komplex állapotfelmérés keretében végzett 34 féle szűrővizsgálat mindössze fél órát vesz igénybe. Segítségükkel teljes átfogó képet kaphat a vizsgált személy egészségügyi állapotáról, amelyet meg tud beszélni kezelőorvosával. A mért eredmények kiválóan jelzik, hogy a Programra továbbra is szükség van akár a megelőzés, akár az egészség megőrzése, de a betegség felismerése szempontjából is. Mivel a kezdeményezés tíz éven át tart, így kiválóan alkalmas arra, hogy az évek során az anonim adatokból a változásokat mérje és regisztrálja. A szűrővizsgálat mellett kiemelt fontosságú volt az életmód tanácsadás és felvilágosítás.

A Magyarország átfogó egészségvédelmi szűrőprogramja, így 2014-ben is közel 200 helyszínen áll a lakosság rendelkezésére, bízva abban, hogy a korszerű szűrővizsgálatok segítségével, valamint az egészséges életmód, a megelőzés fontosságának hangsúlyozása által továbbra is sokat tehet a hazai lakosság egészségmegőrzése és fejlesztése terén. A Programról bővebb információ: [www.egeszsegprogram.eu](http://www.egeszsegprogram.eu) címen érhető el.

## Magyarország átfogó egészségvédelmi szűrőprogramja 2010 – 2020

### Külső látványterv 2014



#### Magyarázat:

1. Speciális szűrőállomás
2. Beléptető pont
3. Műfüves terület (17 m x 7 m)
4. Külső várórész, életmód- partner standok, látványos anatómiai bemutató, hűtött-fűtött sátrak (6 m x 3 m)
5. Külső várórész, életmód- partner standok, látványos anatómiai bemutató, hűtött-fűtött sátrak (6 m x 3 m)
6. Virtuális anatómiai mozi sátor, egyedi 3D látvány és hangelemek (6 m átmérő x 5 m magasság)
7. Sport - Egészség életmód sátor (3 m x 3 m)
8. Tájékoztató látványfal (4 méteres magasságban)
9. Logisztikai Team