

Szívvvel a stroke ellen – Stroke – megelőzés éve 2015. Kegyetlen versenyfutás az idővel

Hazánkban 40-50 ezer ember kap évente stroke-t, emiatt 10 percenként kerül egy beteg kórházba, s ami még ennél is sokkal több, hogy a szélütés következményeként itthon minden félórán meghal egy ember.

A „Szívvvel a Stroke ellen - Stroke – Ne késlekedj!” országos társadalmi célú kampány idén új köntösben, a „Stroke megelőzés éve 2015” szlogennel indul útnak, melynek célja, a lakosság tájékoztatása a szélütés tüneteiről, az időablak fontosságáról, valamint a stroke és a pitvarfibrilláció kapcsolatáról. Az ismeretterjesztő programsorozat további célkitűzése, hogy a lakosság figyelmét felhívja a megelőzésre, hiszen nem csupán a belőle fakadó stroke, de maga a szívritmuszavar is megszüntethető.

A stroke a harmadik leggyakrabban halált okozó betegség Európában, éves viszonylatban 1.4 millió halálesetet regisztráltak. Hazánkban 200-250 ezren élnek a betegség árnyékában, évente mintegy 40-50 ezer ember kerül a stroke központokba, ebből 15 ezren halnak meg szélütés következtében- ismertette az aggasztó számokat Prof. Dr. Bereczki Dániel a Magyar Stroke Társaság /MST/ elnöke.

A stroke nemcsak az idősek betegsége, egyre inkább sújtja a fiatalokat is, ugyanakkor a férfiakat öt évvel hamarabb üti meg a guta, mint a nőket.

A statisztikai adatok szerint a szélütést túlélők 48 százaléka féloldali bénulásban, 12-18 százalék beszédzavarban szenved. 22 százalék járásképtelen, 24-53 százalék részben vagy teljesen mások segítségére szorul, 32 százaléka pedig depresszióval küzd.

Amint az MST elnöke elmondta a stroke-nak három fő tünete van, a száj félrehúzódása, beszédzavar, féloldali végtaggyengeség. Bereczki Dániel szerint tisztában kell lenni azzal, hogy az agyérkatasztrófa nem fáj, ezért hajlamosak vagyunk várni, hogy a tünetek maguktól elmúljanak. A felmérések jól mutatják, hogy mennyire nem vesszük komolyan az első tüneteket, mi sem bizonyítja ezt jobban, minthogy a hétfőn a kórházak alig vesznek fel stroke-s betegeket, míg a hétfői napon ez a szám brutálisan megemelkedik.

Mit tegyünk agyi érkatasztrófa esetén?

A beteg túlélési, valamint a mihamarabbi és legkevesebb visszamaradó tünettől gyógyulási esélyeit az befolyásolja, hogy milyen gyorsan kerül kórházba, ideggyógyászati, illetve úgynevezett „stroke osztályra”. Ha a fent felsorolt tüneteket tapasztalja a beteg vagy a beteg környezete, azonnal értesíteni kell az Országos mentőszolgálatot a 104-es telefonszámon, és sürgősségi kórházba szállítást kell kérni.

Hívjon azonnal mentőt! Ne késlekedjen!

A közvetlen mentőhívás jelentőségét a kampány során folyamatosan hangsúlyozzák a társaság, a stroke ellátása során előforduló idővesztés tekintélyes része ugyanis a kórházig terjedő időszakban jellemző. Ilyenkor a kétségbeesett rokon, ismerős először a háziorvost hívja, mondván majd a családorvos értesíti a mentőket. Ezzel viszont sok idő vész feleslegesen kárba; olyan idő, amit a hatékony kezelésre lehetne fordítani. Mint, ahogy a professzor kiemelte, a tünetek észlelésekor azonnal mentőt kell hívni, hiszen mindössze három-négy óra áll rendelkezésre, hogy beteg a jelenleg legmodernebb, életmentő vérrögoldásban részesüljön. Ha ennél több idő telik el a kezelésig, a szélütés maradandó károsodást okozhat- mondta a Bereczki Dániel.

Az országban 37 olyan kórház, úgynevezett stroke központ van, amelyek felkészültek a stroke betegek fogadására. – tette hozzá. A társaság elnökének meggyőződése szerint a szomorú statisztikák megelőzéssel lehetne tovább javítani, fel kell hívni az emberek figyelmét arra, hogy mit tehetnek a szélütés megelőzés érdekében.

Együttműködés a mentőszolgálattal

Nagyon fontos a mentőszolgálattal való szoros együttműködés kialakítása, hiszen a stroke-s betegek esetében gyorsaság életet menthet. Győrfi Pál, az OMSZ szóvivője szerint, közös erőfeszítéseiknek köszönhetően a betegek jóval tudatosabb magatartást tanúsítanak: amennyiben a stroke tüneteit észlelik, nem a háziorvost, hanem a társaság javaslata alapján rögtön a mentőket értesítik, felismerve az időfaktor fontosságát. Ha a beteg 3-4 órán belül bekerül abba a kórházba, ahol a legjobban el tudják látni, akkor nagy esély van a felépülésére, ha viszont hezitálnak, mondjuk, megvárják, míg másnap a háziorvos rendel, az esély sajnos nullára csökken. Éppen ezért nagyon fontos, hogy mindenki ismerje a szélütés tüneteit, valamint legyen tisztában az időtényező fontosságával, hiszen minden perc, minden másodperc számít a gyorsaság érdekében. Az OMSZ mindent megtesz, hogy a stroke-ot kapott betegek időben a stroke-osztályra kerüljenek- tette hozzá a szóvivő.

A stroke rizikófaktorai

Elgondolkodtató ugyanis, hogy míg a stroke kockázati tényezői között a magas vérnyomás áll az első helyen, a közvélemény nincs tudatában a "néma gyilkosnak" nevezett hipertónia veszélyével, amelyet egy felmérés tanúsága szerint az emberek kétharmada nem tart komoly egészségügyi problémának. Kockázatot jelent még a cukorbetegség, az extrém túlsúly, a vér kóros zsírtartalma, a dohányzás, a mértéktelen alkoholfogyasztás is valamint a pitvarfibrilláció.

Magas vérnyomás (hypertonia)

Az érlelmeszesedés, az agyinfarktus és az agyvérzés legfontosabb kockázati tényezője a magas vérnyomás. Magas vérnyomás betegségről akkor beszélünk, ha legalább három alkalommal, nyugalmi állapotban a vérnyomás 140/90 Hgmm felett van. Ekkor további vizsgálatokra, folyamatos (általában a beteg élete végéig tartó) kezelésre és ellenőrzésre van szükség. A magas vérnyomás betegség gyakorisága a kor előrehaladtával növekszik.

Cukorbetegség (diabetes mellitus)

A cukorbetegségben felgyorsul, és már fiatalabb korban is kimutatható az érlelmeszesedés. Cukorbetegségről akkor beszélünk, ha az éhgyomri vércukor magasabb 6 mol/l-nél. Megfelelő diétával és gyógyszeres kezeléssel a cukorbetegség szövődései kialakulásának kockázata csökkenthető. Elhízás Az érlelmeszesedés kialakulásának a veszélyét elsősorban a hasi elhízás fokozza. Kezelése elsősorban az életmódbeli változtatás, az energia bevitel csökkentése és a testmozgás ésszerű növelése.

Magas vérzsírszint (hyperlipidaemia)

A vér emelkedett koleszterin és zsírtartalma valamint az érlelmeszesedés és szívbetegek kapcsolata jól ismert. Bizonyított, hogy akik koleszterin keletkezését gátló gyógyszert szednek, azokban csökken az agyinfarktus gyakorisága.

Dohányzás A dohányzás következtében megváltozik a vér összetétele, növekszik a rög kialakulásának veszélye, csökken a védő (HDL) koleszterin szintje. Ezen összetett hatása miatt az erős dohányzás (több mint napi 20 cigaretta) 2-6-szorosára emeli az agyinfarktus gyakoriságát. A veszély nem csak a dohányost, hanem a passzív dohányzás révén a környezetét is érinti. A dohányzás abbahagyásának nem csak hosszú távú, hanem azonnali jótékony hatásai is vannak.

Szívritmuszavar

A **pitvarfibrilláció** túlságosan szapora, vagy lassú szabálytalan szívverés, azonban akár normális szívfrekvencia mellett is előfordulhat. A pitvarfibrilláció hajlamosít a szívben vérrög kialakulására, ami a keringéssel egy az agyi érbe kerülve érelzáródást, agyinfarktust okoz. Világszerte minden évben becslések szerint 3 millió pitvarfibrilláló beteg szenved el stroke-ot, amely jelentős fizikai károsodást, bénulást, az életminőség jelentős romlását, vagy akár halált is okozhat. Fontos, hogy a betegek tisztában legyenek betegségük kockázati szerepével, és mindent megtegyenek a stroke megelőzése érdekében.

A felnőttek körében a pitvarfibrilláció számít a leggyakoribb szívritmuszavarnak. Ahogy azt Prof. Dr. Kiss Róbert Gábor a Magyar Kardiológusok Társaságának /MKT/ elnöke elmondta, ma Magyarországon 150-200 ezer embert érint a betegség, azonban feltehetően ennek kétszerese is lehet a betegek száma azokkal együtt, akiket eddig még nem diagnosztizáltak. Ez úgy fordulhat elő, hogy a pitvarfibrilláció, jellemzően az a betegség, amely nem okoz látványos tüneteket, így nehezen felismerhető.

Kialakulhat gyors, lassú, de akár normális szív működés mellett, tehát szinte bárki veszélyeztetett lehet. Pitvarfibrilláció esetében a szív működést szabályzó elektromos jelek kialszanak, ami a pitvar fibrillációjához, remegéséhez vezethet. Ennek következtében a pitvar nem képes ellátni pumpafunkcióját, és az artériákból a szív kamrába továbbítani a vért.

Pitvarfibrilláció esetén fokozott a vérrögök kialakulásának a veszélye, amely a szélütés kockázatát ötszörösére növeli. Az MKT elnöke hangsúlyozta, hogy pitvarfibrillációban a szélütés kialakulása csak jól kidolgozott módszerekkel előzhető meg, illetve folyamatos gyógyszeres kezeléssel. A pitvarfibrilláló betegek általában légszomjról, erős szívdobogásról számolnak, be gyakran a terhelésnek nem tudnak megfelelni, s nagyon gyakran a normális frekvencia többszörösére is felszaladhat a pulzusuk.

Magunk is meg tudjuk állapítani, hogy pitvarfibrillálunk-e. Észlelésére alkalmas lehet például, ha a nyaki ütőerünkön vagy a csuklónkon kitapintjuk a saját pulzusunkat. Egy másik lehetőség pedig, ha elektronikus vérnyomásmérőt használunk, amely méréskor pityegve jelzi a szívverést. Amennyiben a szívritmust rendszertelennek találjuk, forduljunk háziorvosunkhoz, aki EKG-val nagyon egyszerűen diagnosztizálhatja a betegséget – hívja fel a figyelmet az MKT elnöke.

A „**Szívvél a stroke ellen**” elnevezésű kampány mindenki számára hozzáférhető információkkal kívánja támogatni a beteg és az egészséges populációt egyaránt. A program egy összefogás eredménye, melyet a Magyar Stroke Társaság, a Magyar Kardiológusok Társasága, és az Országos Mentőszolgálat hívott életre, amely minden lehetséges módon szeretné tájékoztatni a stroke és pitvarfibrilláció tüneteiről, hogy azokat felismerve hatékonyabban lehessen megelőzni a szélütés kialakulását.

A kampány nemcsak a televízióban, hanem a rádióban, az írott és az online médiában is kellő hangsúlyt kap. Ugyanakkor az orvosi rendelőkben betegtájékoztató kiadványokból tájékozódhat a lakosság. A kampánykörút során a társaságok ellátogatnak a polgármesteri hivatalokba, gyógyfürdőkbe, mozikba, ahol interaktív felvilágosító előadások mellett szűréseket is végeznek.