

Az elmúlt 20 év alatt 15 ezerről 6 ezerre csökkent az akut szívizominfarktus halálozás. Magyarország 19 kardiológiai központjában magas színvonalú ellátást kaphat a páciens, ha IDŐBEN kerül a haemodinamikai laborba.

A 225.városmajori SZÍVSN szombati előadás során is újra megfogalmazható probléma: óriási a különbség az emberek egészségértésében. Mást értünk szűrési gyakoriságon, táplálkozáson, dohányzáson, gyógyszerzedésen, tünetek felismerésén, mentőhívás idején, újraélesztésen.

Küldetésünk az információhiányból adódó kiszolgáltatottság legyőzése, egyszerű és hasznos tudás átadása diplomás ápolóink és szakembereink segítségével. Ez vezérelt bennünket a második SZÍVSN oktatótábor létrehozásában 2018 július 20-22-ig Siófokon 50 érdekelt család közreműködésével. Bernáth-Lukács Zsuzsa a Városmajori klinika diplomás ápolója, a SZÍVSN országos betegszervezet elnöke bemutatta a betegszervezet 23 sikeres kampányát. A tábor résztvevői előadásokat hallgattak az EGÉSZségről, a prevenció fontosságáról, a rizikófaktor szűrésekről, a korszerű infarktuskezelésről. Interaktív beszélgetés során előtérbe került a hosszú évek tünetmentessége, ami sok esetben már megemelkedett vagy magas vércukor, koleszterin és vérnyomásértéket hordoz.

Dr. Gesztes Ákos gyógyszerész a Familiáris Hiperkoleszterinemia (FH), a genetikailag magas koleszterinszinttel élők betegek csoportvezetője 42 évesen kapott infarktust. A gyors újraélesztés, szívkatóterezés, kóma, külső keringetési eszközre (ECMO) kapcsolás és újabb szívkatóterezés megmentette, ma már aktív elnökségi tagként előadásaiiban küzd a fontos információk rendszeres átadásáért. Mona Lisa kampányunkkal a hazai 40 000 érintett páciens felkutatását indítottuk el. Közülük 8000 főt kezelnek, 32 000 személy tünetmentesség miatt egészségesnek gondolja magát és bármikor kardiológiai vagy agyi katasztrófa alakulhat ki náluk. Azoknál az embereknél, akiknél 60 év alatt váratlan kardiovaszkuláris halál fordult elő a családban, esetleg a rokonság körében mindez halmozottan fordul elő, kérjük szakember segítségét, mert lehet, hogy a normálnál sokkal magasabb koleszterinszint (akár 15 mmol/l) áll a háttérben. A tudomány mai állása alapján diétával és sporttal a magas érték csak 1 mmol/l-al megy lejjebb, ezért fontos a szűrések indítása és az erős érdekvédelem kialakítása. Dr. Benczúr Béla kardiológus a hazai infarktus ellátásról, a kardiológiai központokról számolt be. Dietetikusunk beszélt a munkahelyi az otthoni és az utcai táplálkozásról. A stressz-kezelő jógára a hirtelen szívhalált halt és a gyors beavatkozásnak köszönhetően remek formában lévő jógaoktató tanított. Hazánkban 40 000 páciens él szívritmus-szabályozó készülékkel és újraélesztő funkcióval ellátott készülékkel így előtérbe került a készülékek működése és az ellenőrzés fontossága. Gyakoroltuk a helyes vérnyomásmérést: széken helyet foglalva, 5 percnyi pihenés után a vérnyomásmérő program indításával a felkarra helyezett mandzsetta automatikusan levegővel töltődik fel és a leeresztés után a monitor jelzi a szisztolés, diasztolés értéket és a pulzust. Az újabb készülékek már arra is képesek, hogy jelzik az éppen futó szívritmuszavart. Egy mérés nem mérés, ezért a helyes technika elsajátítása után beszélünk a vérnyomás és pulzus eredmények vezetéséről és arról, mikor kell szakember segítségét kérni.

A magyarok több mint fele túlsúlyosnak tekinthető a BMI érték alapján. A férfiak kb. 60 százaléka és a nők közel fele túlsúlyos. A testsúly/testzsír összetétel méréssel a BMI készülékek használatát mutattuk be. Megismerkedtünk a BMI fogalmával és azzal, hogy ki tekinthető ma ideális testsúllyal rendelkezőnek. BMI értéke = testsúly (kg)/ magasság (méter)² 30 felett: Kritikus, 25 - 30 között: Túlsúlyos, 18.5 - 25 között: Normál, 18.5 alatt: Sovány

A SCORE táblázat az Európai Kardiológusok Társasága és a Nemzeti Szív Alapítvány táblázatának értékelése. A testsúly, életévek száma, a dohányzás és az összkoleszterin mértéke

együttesen mutatja, hogy a következő 10 évben mennyi az esélye a kardiovaszkuláris esemény (infarktus, stroke, perifériás keringési esemény) bekövetkezésének.

Gyakoroltuk az újraélesztést, mert naponta 70 embert veszítünk el hirtelen szívhalálban, ez a szám jelentősen csökkenne, ha időben kezdenénk a reanimációt. Ha az újraélesztést végző nem tud befújásos lélegeztetést végezni, elfogadható a percnkénti 100-120 erőteljes mellkas-kompresszió alkalmazásával végrehajtott újraélesztés a mentő megérkezéséig.

Hazánkban 100 000 lakosra 6 kardiológus jut, ezért célszerű már a tünetek megjelenése előtt, otthon családi szűréseket (BMI, RR, vércukor, koleszterin) végezni és időben szakemberhez fordulni.

Büszkék vagyunk a második oktatótábor üzenetére: az „Infarktuson áteső betegek Kiáltványának” elfogadására és betegszervezetünk újabb prevenciószűréseire a városmajori klinikán: a rizikófaktorok, nyaki érszűkület, hasi aortatágulat felismerésére.