



MOST a Svetový deň srdca 2011 vyhodnotenie aktivít RÚVZ so sídlom v Trenčíne

V Trenčíne bolo zriadené jedno meracie miesto v priestoroch klientského centra Mestského úradu v Trenčíne. Aktivita prebiehala dňa 29.09.2011, celkovo bolo vyšetrených 65 osôb a na námestí a v priestoroch mesta oslovených 110 osôb.

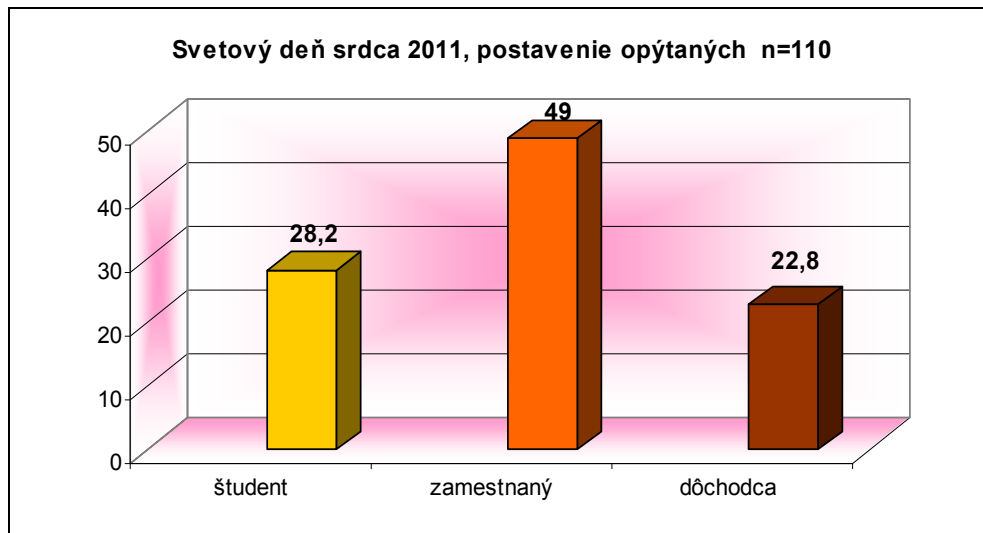
Partnermi organizátorov – Slovenskej nadácii srdca boli:

- Regionálny úrad verejného zdravotníctva zastúpený 4 odbornými pracovníkmi – MUDr. Věra Dobiášová, PhD., MPH; Mgr. Veronika Bašová, Mgr. Petra Alakšová, Božena Špániková
- Stredná odborná zdravotnícka škola v zastúpení – PhDr. Dagmar Mikušová

Na celej akcii sa podieľali aj 4 študenti z Trnavskej univerzity, ktorí boli v tom čase na RÚVZ v Trenčíne na povinnej praxi a priamo v teréne mohli spoznať ako sa vykonáva primárna prevencia v praxi. Vytvorené dve dvojice študentov boli pred Mestským úradom a v priestore námestia v Trenčíne. Od okoloidúcich zisťovali v dotazníkovom prieskume ich vedomosti o kóde zdravého srdca a nasmerovali opýtaných na vyšetrenie v meracom mieste v klientskom centre na Mestskom úrade.

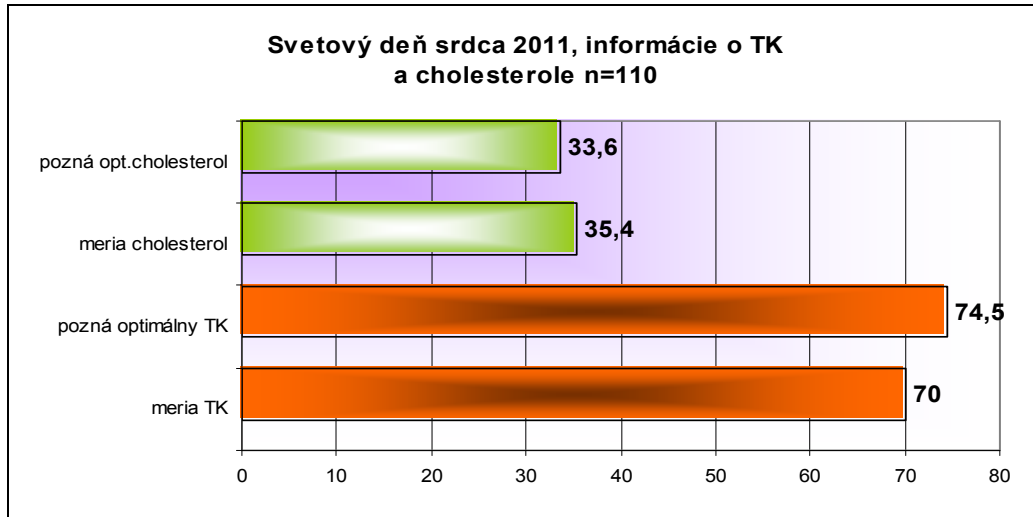
Oslovených bolo 110, nie len obyvateľov regiónu ale aj návštevníkov Trenčína. Ženy v prieskume prevažovali – bolo ich 71,8% (n=79) všetkých vekových skupín. Vo veku od 17 do 30 rokov ich bolo 40,0% (n=31). Z celkového počtu zamestnaných osôb bolo 49% vid. nasledujúci graf č.1.

Graf č. 1



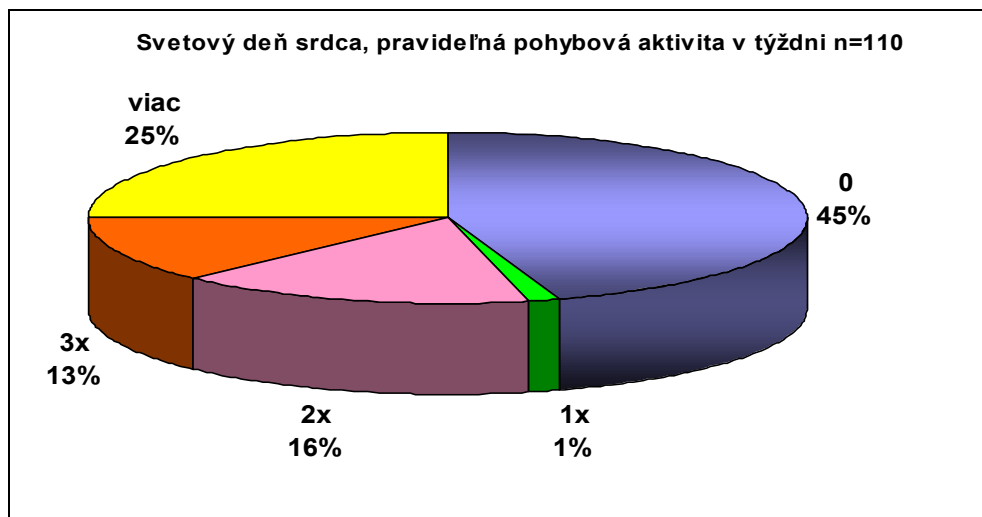
Zo 110 opýtaných pozná hodnoty optimálneho krvného tlaku 74,5% a hodnoty optimálneho cholesterolu 33,6% osôb. 70% si meria tlak krvi pravidelne a len 33,6% z nich pozná hodnotu svojho cholesterolu vid. nasledujúci graf č. 2.

Graf č. 2



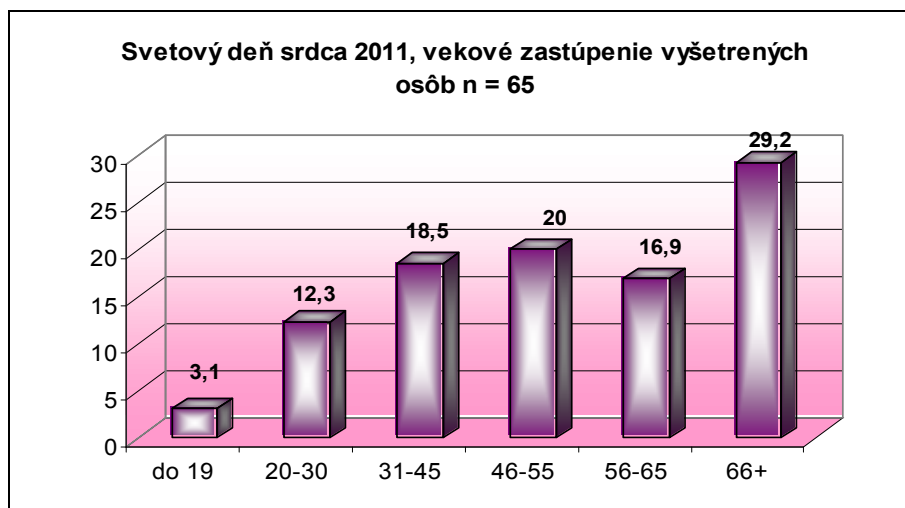
Na otázku ako často vykonávajú opýtaní pohybovú aktivitu až 45% z nich nevykonáva žiadnu aktivitu, 3 x do týždňa 13% z nich a viac ako 3x 25%. V oboch skupinách sú to mladí ľudia od 19 do 30 rokov čo je potešiteľné (viď. graf č. 3).

Graf č. 3



V meracom mieste boli vykonávané nasledovné vyšetrenia – meranie obvodu pásu, výpočet BMI, meranie tlaku krvi a pulzu, vyšetrenie celkového cholesterolu, v indikovaných prípadoch vyšetrenie CO vo vdychovanom vzduchu u fajčiarov. Taktiež boli zisťované údaje z osobnej a rodinnej anamnézy.

Celkove boli vyšetrených 65 osôb – žien 53 (81,5%), mužov 12 (18,5%). Spektrum vekových skupín vyšetrených osôb uvádzame na grafe nasledujúcom grafe. Okolo 30,0% osôb bolo vo veku 66 rokov a viac, ale boli zastúpené aj mladšie vekové skupiny osôb, čo je potešiteľné.

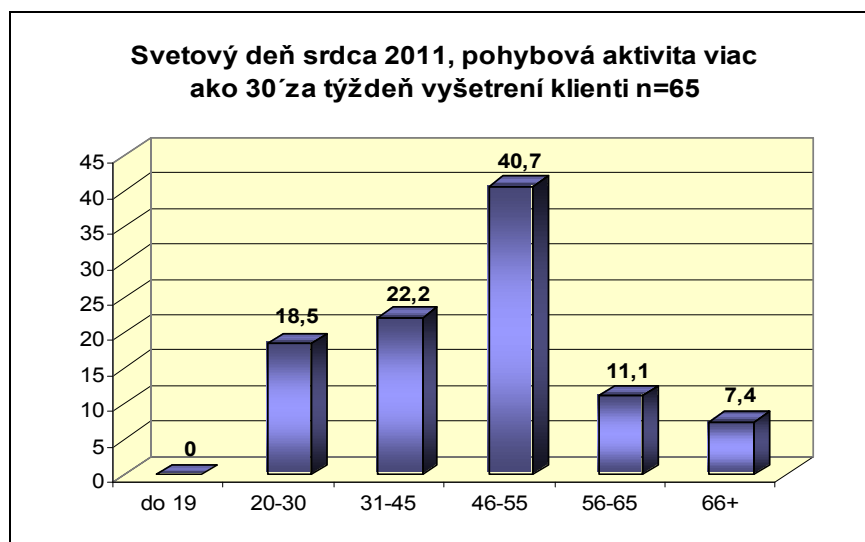


Výsledky boli nasledovné. Z celkového počtu 65 osôb KVO v anamnéze udávalo 7 osôb (10,8%), u 17 z nich (26,2%) bola diagnostikovaná hypertenzia, pozitívnu rodinnú anamnézu s pohľadom výskytu KVO v rodine udávalo 35,4% z nich. Fajčí 8 (12,3%) osôb – dvaja 17 roční, jeden 28 a ostatní nad 50 rokov veku. BMI \geq 25 malo 33 osôb, z toho hodnotu nad 30 12,3% osôb.

Tlak systolický \geq 140 malo 20 (30,8%) osôb, 19 z nich vo veku nad 50 rokov. Tlak diastolický \geq 90 sme namerali u 16 (24,6%) osôb – 14 z nich vo veku nad 50 rokov. Na vysoký krvný tlak sa lieči 17 vyšetrených osôb. Pulz viac ako 80 malo 20(30,8%) osôb, z toho 15 osôb do 90 a 5 osôb do 100 za minútu.

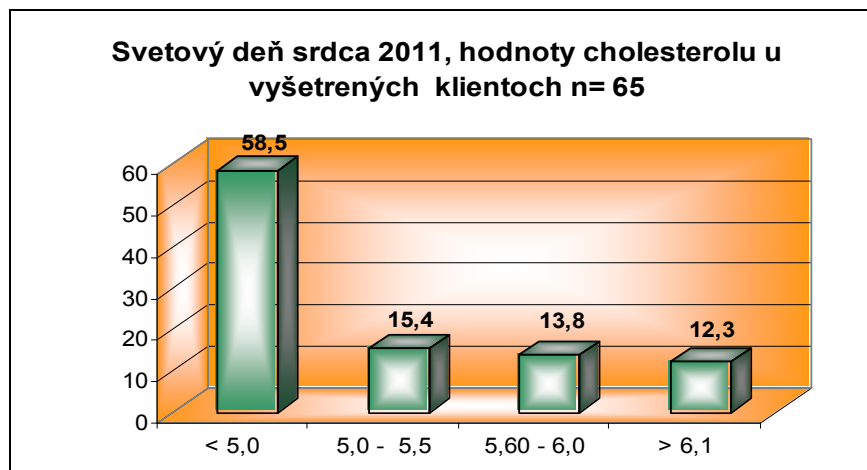
Pohybovú aktivitu viac ako 30' denne udáva 27 (41,5%) osôb, najmä mladých – vid'. graf č. 4.

Graf č. 4



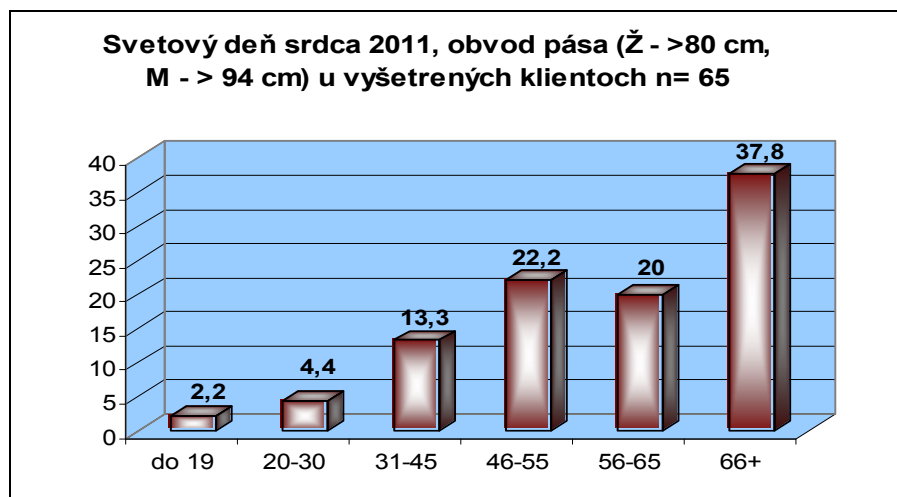
Hladina cholesterolu u vyšetovaných osôb u 58,5% bola v norme do 5,0 mmol/l, u 12,3% nad 6,0 mmol/l čo je 8 osôb, 4 z nich sa liečia, 3 sa neliečia a jeden má doporučenú liečbu no nelieči sa (vid'. graf č. 5).

Graf č. 5



Vyšetrením obvodu pása sme zistili, že vyššie hodnoty tak u mužov, ako aj u žien malo 45 (69,2%) najviac vo vekovej skupine 66 a viac ročných, ale aj už u mladších osôb – vid'. graf č. 6.

Graf č. 6



Všetkým fajčiarom sme zmerali hladinu CO a poučili sme ich o vplyve fajčenia na organizmus človeka.

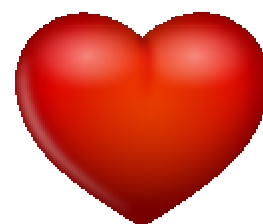
U jednej 22 ročnej študentky (z Trnavskej univerzity) boli vzhľadom na nameranú vysokú hodnotu cholesterolu vyšetrené aj tuky, cukor a HDL cholesterol – hodnoty boli v norme.

Všetci klienti následne boli edukovaní o význame poznania kódu zdravého srdca nie len u seba ale aj všeobecne. Boli im odovzdané propagačné materiály a letáky Slovenskej nadácie srdca a Slovenskej kardiologickej spoločnosti.

Vyjadrenia o prebiehajúcej aktivite – Svetovom dni srdca - mali len pozitívnu odozvu jednak u klientov vyšetrených v priestoroch meracieho miesta ale aj u tých, ktorí boli oslovení v priestoroch námestia. A my pracovníci OPZ sa už tešíme na nasledujúci rok ako aj na aktivity Nadácie srdca a Slovenskej kardiologickej spoločnosti pri aktivite Vzdelaný pacient.

Vypracovala:

MUDr. Věra Dobiášová, PhD., MPH
Pracovníčky OPZ RÚVZ Trenčín
grafika – Gabriela Provazníková



Príloha :

