

# MOST

## MESIAC O SRDCOVÝCH TÉMACH

Mesiac september 2008 patril na Slovensku téme kardiovaskulárnych ochorení.

V duchu naplnenia tejto myšlienky prebiehala po druhýkrát na Slovensku rozsiahla edukačná kampaň **MOST – Mesiac O Srdcových Témach** – zameraná na edukáciu širokej verejnosti s cieľom oboznámiť ju s problematikou kardiovaskulárnych ochorení. Jej iniciátorom a realizátorom bola Slovenská nadácia srdca a Slovenská kardiologická spoločnosť za aktívnej podpory partnerských organizácií.

Farmaceutická spoločnosť Wörwag Pharma daný projekt podporila aj v tomto roku rozsiahlou edukačnou kampaňou pod názvom **KÓD TVOJHO SRDCA**. Tentoraz sme sa zamerali hlavne na diabetikov, ktorí sú najviac ohrození srdcovo-cievnyimi príhodami, s cieľom oboznámiť ich s rizikami ako sú zvýšený krvný tlak, cholesterol, fajčenie a nedostatok pohybu.

Veríme, že pre účastníkov to opäť bola dobrá investícia do svojho zdravia i do zdravia svojich najbližších.

**KÓD TVOJHO SRDCA 0-30-5-120-80** bol navrhnutý Slovenskou kardiologickou spoločnosťou a dešifruje sa takto:

**0** = nefajčiť

**30** = 30 minút dennej fyzickej aktivity

**5** = hladina celkového cholesterolu 5 mmol/l a menej

**120/80** = **optimálny** krvný tlak menej ako 120/80 mm Hg.

Aktivity spoločnosti Wörwag Pharma prebiehali v spolupráci s Akadémiou vzdelávania a za podpory Regionálnych úradov verejného zdravotníctva a Regionálnych zväzov diabetikov.

**Stretnutia s odborníkom sa uskutočnili v mestách:**

• **Košice**, 4. 9. 2008

odborná spolupráca:  
Doc. MUDr. Marián Sninčák, CSc.  
MUDr. Dana Šolcová

• **Michalovce**, 11. 9. 2008

odborná spolupráca:  
Doc. MUDr. Marián Sninčák, CSc.  
MUDr. Iveta Jasovská

• **Sereď**, 11. 9. 2008

odborná spolupráca:  
MUDr. Anna Vachulová, PhD.

• **Nové Zámky**, 16. 9. 2008

odborná spolupráca:  
MUDr. Dagmar Štofková

• **Humenné**, 17. 9. 2008

odborná spolupráca:  
MUDr. Ivan Popovec

• **Banská Bystrica**, 18. 9. 2008

odborná spolupráca:  
MUDr. Ľubica Budajová

• **Nové Mesto nad Váhom**, 18. 9. 2008

odborná spolupráca:  
MUDr. Marián Mora

• **Žilina**, 23. 9. 2008

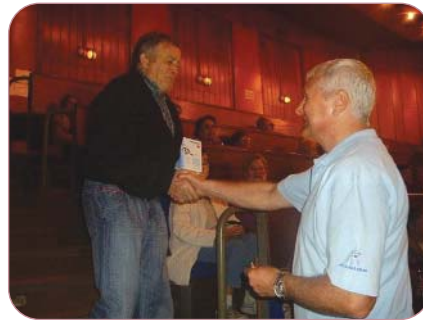
odborná spolupráca:  
MUDr. Pavol Meliš

• **Bratislava**, 25. 9. 2008

odborná spolupráca:  
MUDr. Anna Vachulová, PhD.

Viac ako 1 000 účastníkom sme umožnili vypočuť si prednášku odborníka. V spolupráci s regionálnymi úradmi verejného zdravotníctva sa viac ako 400 z nich dozvedelo aj svoje hodnoty krvného tlaku a väčšina aj hladinu celkového cholesterolu. Na záver každého stretnutia prebehlo žrebovanie o 10 tlakomerov zn. OMRON s cieľom podporiť šírenie možnosti domáceho merania krvného tlaku.





## V Humennom budú lúštiť kódy srdca

Aj tento rok počas septembra prebieha v deviatich slovenských mestách informačno-edukačná kampaň Mesiac o srdcových témach (MOST) určená pre širokú verejnosť. Hlavnou myšlienkou celoslovenskej kardiovaskulárnej akcie je priblížiť ľuďom so srdcovocievnyimi chorobami a s diabetom starostlivosť o ich zdravie a srdce. Organizuje ju nemecká farmaceutická spoločnosť Worwag Pharma v spolupráci s Akadémiou vzdelávania, Regionálnym úradom verejného zdravotníctva a ZO Slovenského zväzu diabetikov v Humennom. Súčasťou kampane bude okrem odbornej prednášky s kardiológom

MUDr. Ivanom Popovcom i meranie krvného tlaku, celkového cholesterolu a glykémie, rozdávanie informačných letákov, či zlozovanie vstupeniek o 10 tlakomerov. Na účastníkov čakajú tiež kupóny so zľavou na jazykové kurzy Akadémie vzdelávania. Druhý ročník akcie Mesiac o srdcových témach nesie podľa medicínskeho reprezentanta Worwag Pharma Petra Kubiša podtitul Kód tvojho srdca 0-30-5-120-80. Ten symbolizuje úplnú abstinenciu fajčenia, 30 minút fyzickej aktivity denne, hladinu celkového cholesterolu nižšiu ako 5 mmol/l a krvný tlak 120/80 mmHg. „Kým minulý rok sa akcia upriamila viac - menej na mladšiu vekovú kategóriu, tento ročník je zameraný predovšetkým na starších a tých, ktorých trápia spomínané kardiovaskulárne problémy a diabetes“, hovorí Kubiš. Rozlúštiť kód svojho srdca budú môcť Humenčania 17. septembra o 16.00 hod. na Mestskom úrade v Humennom. *frn*

