

POŠTARINA PLAĆENA  
U POŠTANSKOM UREDU  
10000 ZAGREB



# KARDIO LIST

## HRVATSKO KARDIOLOŠKO DRUŠTVO

BROJ 7 GOD. I. STUDENI 2006.

### VAŽNE POVEZNICE

**Svjetski dan srca:** [www.worldheartday.com/](http://www.worldheartday.com/)  
**Svjetski dan hipertenzije:** [hsc.utoledo.edu/whl/whd.html](http://hsc.utoledo.edu/whl/whd.html)  
**Svjetski dan dijabetesa:** [www.worlddiabetesday.org](http://www.worlddiabetesday.org)  
**Svjetski dan hrane:** [www.fao.org/wfd/2006/](http://www.fao.org/wfd/2006/)  
**Svjetski dan nepušenja:** [www.nosmokingday.org.uk](http://www.nosmokingday.org.uk)  
**Hrvatski zavod za javno zdravstvo:** [www.hzjz.hr](http://www.hzjz.hr)  
**Hrv. mreža zdravih gradova:** [www.zdravi-gradovi.com.hr](http://www.zdravi-gradovi.com.hr)

Uredništvo Kardio lista prima slijedeće priloge iz područja kardiologije: kratka znanstvena i stručna priopćenja, osvrti, pisma uredništvu, vijesti, zanimljivosti, najave i izvješća sa skupova. Uredništvo ima pravo kraćenja tekstova. Svi objavljeni članci predstavljaju stavove i mišljenja njihovih autora koji preuzimaju punu odgovornost za sve što je iznešeno u radu, bez obzira na recenziju. Sastavni dio oglašenog promotivnog materijala lijekova predstavljaju i cjelokupni odobreni sažetak svojstava lijeka te cjelokupna odobrena uputa, sve sukladno članku 16. i 22. Pravilnika o načinu oglašavanja i obavješćivanja o lijekovima, homeopatskim i medicinskim proizvodima, Narodne novine broj 62/05. Uredništvo i izdavač ne snose odgovornost, niti jamče za bilo koji od proizvoda ili oglašanih usluga. Objavljeni materijal smije biti reproduciran uz pisanu suglasnost izdavača.

### KARDIO LIST, glasilo Hrvatskog kardiološkog društva

**Uredništvo:** Mario Ivanuša, Maja Čikeš, Zoran Lasić  
**Izdavač i nakladnik:** Hrvatsko kardiološko društvo  
**Adresa:** Kišpatičeva 12, 10000 Zagreb  
**Telefon:** 01/2388888  
**Za izdavača:** Davor Miličić  
**Priprema za tisak:** Data Centar d.o.o.  
**Tisak:** ZT Zagraf d.o.o.  
**Naklada:** 500 primjeraka  
**Učestalost izdavanja:** mjesečnik  
**Mjesto izdavanja:** Zagreb  
**ISSN:** 1846-0836  
**URL:** <http://www.kardio.hr>  
**E-mail:** [kardio@kardio.hr](mailto:kardio@kardio.hr)

Kardio list 2006;1(7):21.

### Obilježavanje Svjetskog dana srca 2006. u Rijeci

( Milan Nikšić, dr. med. )

U organizaciji ZZJZ Primorsko-goranske županije i HKD Podružnice Rijeka, u nedjelju, 24. 9. 2006. na riječkom Korzu okupilo se oko tisuću građana Rijeke, kako bi pod motom "Rijeka pleše", obilježili Svjetski dan srca. Cilj ovogodišnje akcije bio je ukazati na smanjenu tjelesnu aktivnost kao važan čimbenik rizika za nastanak bolesti kardiovaskularnog sustava, te na važnost redovite tjelesne aktivnosti kao načina unapređenja vlastitog zdravlja.

Održanje i poboljšanje fizičke kondicije moguće je postići aktivnostima u kojima mnogi uživaju, a jedna od njih je ples. Stoga su organizatori središte grada Rijeke pretvorili u veliki plesni podij na kojem su, uz voditeljsku palicu Dražena Turine – Šajete, uz brojne građane zaplesali i Ministar zdravstva i socijalne skrbi RH doc. dr. sc. Neven Ljubičić, njegov domaćin prof. dr. sc. Luka Zaputović, član Upravnog odbora HKD, Gradonačelnik Rijeke mr. sc. Vojko Obersnel, Ravnatelj KBC-a Rijeka prof. dr. sc. Herman Haller, Ravnatelj županijskog ZZJZ prof. dr. sc. Vladimir Mićović, te brojni kardiolozi i medicinske sestre Zavoda za kardiovaskularne bolesti Klinike za internu medicinu KBC-a Rijeka. Pri tome su im svesrdno pomagali članovi plesnih grupa "Flame" i "Salseros".

Ministar zdravstva gospodin Neven Ljubičić u svom kraćem prigodnom govoru posebno je istaknuo da prevencija kardiovaskularnih bolesti predstavlja jedan od prioriteta našega zdravstva.

Po prekrasnom danu ples Riječana na Korzu trajao je puna dva sata, a sudionici akcije, osim ugodno provedenog vremena, nagrađeni su i prigodnim majicama. Za utaživanje žeđi pobrinuo se riječki proizvođač vode "Vira", dok su aktivisti Crvenog križa okupljenima podijelili edukacijske materijale.

Ovogodišnje obilježavanje Svjetskog dana srca u Rijeci bilo je vrlo uspješno i izuzetno dobro posjećeno, a osnovne poruke o važnosti očuvanja i unapređenja zdravlja zdravim življenjem i redovitom tjelesnom aktivnosti prenijeli su brojni mediji, što je doprinijelo ostvarenju cilja ove akcije.

### Obilježavanje Svjetskog dana srca u Međimurskoj županiji

( Renata Kutnjak-Kiš, dr. med. )

U povodu obilježavanja Svjetskog dana srca, u lokalnom listu „Međimurske novine“ 19. 9. 2006. objavljen je prilog „SRCE ZA ŽIVOT“ kojeg su realizirali kardiolozi iz Županijske bolnice Čakovec, epidemiolog iz Zavoda za javno zdravstvo Međimurske županije, te mladi liječnik sportaš rekreativac.

Na Svjetski dan srca 24. 9. 2006. godine u gradu Prelogu održana je centralna manifestacija - organizirano zajedničko vježbanje, a potom rekreativna šetnja do izletišta Marina na rijeci Dravi (oko 1,5 km). Na izletištu je omogućeno mjerenje krvnog tlaka, opsega struka, indeksa tjelesne mase i analiza strukture tjelesne mase. Dostupno je bilo mnoštvo edukativnih materijala i jabuke. Savjete o zdravoj prehrani, redovitoj tjelesnoj aktivnosti, nepušenju i liječenju srčano-žilnih bolesti dijelili su liječnici i medicinske sestre iz ŽB Čakovec, DZ Čakovec, ZZJZ Međimurske županije, ZZJZ Murska Sobota i Pomurskog društva za borbu protiv raka iz Slovenije. Za djecu je bila organizirana radionica „Igram do zdrave prehrane“, a za odrasle osobe radionica o oživljavanju. Osobe svih uzrasta uživale su u sportsko-rekreativnim igrama. Na manifestaciji je sudjelovalo 300-tinjak osoba.

Obilježavanje Dana srca u Međimurju organizirali su ZZJZ Međimurske županije, Kardiološki odsjek Internog odjela i Pedijatrijski odjel ŽB Čakovec, DZ Čakovec, grad Prelog i TZ grada Preloga, MSSR „Sport za sve“ i Udruga „Sport za sve“ Prelog, ZZJZ Murska Sobota i Pomursko društvo za borbu protiv raka, a pokrovitelji su bili Međimurska županija i grad Prelog.

### AKTUALNOSTI

(Mario Ivanuša, dr. med., FESC)

Novi broj Kardio lista posvetili smo obilježavanju Svjetskog dana srca, danu u godini kada se najviše u cijeloj državi, kao i globalno uz pomoć Svjetske kardiološke federacije, skreće pozornost na značaj srčanožilnih bolesti. Zbivanja na temu „Koliko je mlado Vaše srce?“ bila su organizirana u većim gradovima, a programe smo zaprimili i objavili na [kardio.hr](http://kardio.hr) za 6 manifestacija. O tijeku obilježavanja zaprimili smo 5 izvješća organizatora koja su gotovo u cijelosti već objavljena na [kardio.hr](http://kardio.hr) i skraćena u aktualnom broju. Ukoliko bi se to usporedilo sa 2005. godinom, kada su objavljena dva izvješća, može se zamijetiti napredak. Kako je ovo ujedno i zadnji u nizu od brojeva kojeg sponzorira Lek Zagreb d.o.o. želim se u ime Uređivačkog odbora zahvaliti za podršku koja je pružena onda kada je i bilo najteže. U prvih 6 mjeseci rada uspjeli smo oformiti manji tim suradnika i zapravo entuzijazmom redovito objavljivati i distribuirati Kardio list. Ono što nas naročito veseli jest činjenica da se broj suradnika u svakom mjesečnom izdanju povećava, te da se autori priloga počinju javljati i spontano. Od proljeća 2007. godine planirali bi povećanje ne samo formata i broja stranica, već i naklade. To ipak neće biti moguće ukoliko se svojim priložima ne uključi više članova HKD. Stoga Vas pozivamo da na [kardio@kardio.hr](mailto:kardio@kardio.hr) redovito šaljete članke o svim zbivanjima vezanim uz kardiologiju u Vašim gradovima ili pak osvrte na novo objavljene kardiološke članke.

Kardio list 2006;1(7):22.

## Svjetski dan srca u Zagrebu ( Jana Ljubas, dr. med. )

Bolesti srca i krvnih žila danas u svijetu odnose 17,5 milijuna života godišnje, od toga 5 milijuna života u Europi. Iz tog razloga u svijetu se jedanput na godinu obilježava Svjetski dan srca kako bi se među ljudima povećala svijest o rizicima obolijevanja i umiranja od kardiovaskularnih bolesti te se organiziranim akcijama nastoje potaknuti mjere za njihovo sprječavanje.

21. 9. 2006. godine u prostorijama Medicinskog fakulteta u Zagrebu održana je konferencija za tisak kojom se najavilo obilježavanje Svjetskog dana srca. Predsjednik Hrvatskoga kardiološkog društva prof. dr. sc. Davor Miličić iznio je podatak da su u Hrvatskoj kardiovaskularne bolesti odgovorne za čak 50% smrti, odnosno za smrt oko 27 tisuća ljudi godišnje. Bilo je istaknuto i da su kardiovaskularne bolesti prvenstveno posljedica nezdravog načina života te da bi se suzbijanjem najbitnijih čimbenika rizika, kao što su tjelesna neaktivnost, nezdrava prehrana i pušenje, spriječilo čak do 80% srčanih i moždanih udara. Akademik Željko Reiner, predsjednik Hrvatskog društva za aterosklerozu Hrvatskog liječničkog zbora, zaključno je na tiskovnoj konferenciji kazao da nikada nije prekasno započeti sa zdravim načinom života, jer se u vrlo kratkom vremenu može smanjiti rizik obolijevanja ili smrti od kardiovaskularne bolesti.

24. 9. 2006. godine obilježen je Svjetski dan srca i u Zagrebu. Velika promocija zdravlja i zdravog života uz svečanost održavala se na glavnom gradskom trgu od 10 do 13 sati. Organizaciji su uvelike pomogli Gradski ured za zdravstvo, rad, socijalnu zaštitu i branitelje, KBC Zagreb, Poliklinika "Srčana", Hrvatska udruga kardioloških medicinskih sestara, Hrvatski zavod za javno zdravstvo te Hrvatsko društvo za aterosklerozu. Na Trgu su, na štandovima postavljenim za tu prigodu, zainteresirani mogli dobiti detaljne edukacijske letke i brošure s jednostavnim objašnjenjima fiziologije srca i uputama za prevenciju nastanka kardiovaskularnih bolesti, vrlo lijepo prilagođenih prosječnom čitatelju, uz zanimljivo glavno geslo „Koliko je mlado Vaše srce?“. Sponzorirana je bila i donacija majica s istim natpisom te dijeljenje jabuka i bočica vode čime se podsjetilo na važnost zdrave prehrane. KBC Zagreb je osigurao vađenje uzoraka krvi (za određivanje lipida i glukoze u krvi) za 200 zainteresiranih ljudi u dobi od 40. do 60. godine. Nakon kratkog ispunjavanja ankete i mjerenja krvnog tlaka bili su upućeni u Polikliniku „Srčana“ na vađenje krvi. Navedena akcija bila je vrlo dobro prihvaćena od građana, interes je bio velik, osim u sumnjivih pojedinaca koji su nas zaobišli u velikom krugu. Svi ostali su mogli pristupiti mjerenju krvnog tlaka i opsega struka, a tijekom čekanja u dugim redovima mnogi su stigli ispuniti ankete o vlastitim faktorima rizika za kardiovaskularne bolesti, čime su dobiveni podaci iz različitih dobnih i socijalnih skupina ljudi. Na raspolaganju su bili i mladi liječnici koji su savjetovali pojedince s izmjerenim visokim vrijednostima krvnog tlaka, kao i druge građane koji su željeli postaviti pitanja i iznijeti svoje zdravstvene probleme. Zsigurno najatraktivniji dio programa bio je prikaz i promocija čitavog niza tjelesnih aktivnosti, poput plesne točke Zagrebačkih mažoretkinja, vježbi za cijelo tijelo s instruktorima i nordijskog hodanja, koje je izazvalo velik interes, posebno u starijih dobnih skupina. Na Trgu se našlo mnogo novinara, a cijela akcija je bila vrlo dobro i televizijski popraćena.

Nakon dogovora s čelnicima Hrvatskog sabora akcija je nekoliko dana kasnije, točnije 28. 9. 2006. provedena i u Hrvatskom Saboru. Susret liječnika i medicinskih sestara sa oko 90 saborskih zastupnika proveden je radi određivanja kardiovaskularnog rizika u zastupnika. Ispitivanje je uključivalo dobrovoljno anketiranje, mjerenje tjelesne visine, težine i indeksa tjelesne mase, krvnog tlaka, opsega struka, a bilo je omogućeno i uzimanje uzoraka krvi za određivanje šećera i masnoća u krvi.

Dan srca u Zagrebu samo je jedan od pokušaja HKD da prenese glas u javnost o važnosti i načinu zdravog življenja i svih njegovih prednosti. Svake godine Dan srca se obilježava sa sve većim entuzijazmom, priključuje se više sponzora i volontera, a što je najvažnije raste interes za kardiovaskularne bolesti među ljudima koji su kroz obavještanje i edukacijske materijale sve upućeniji, a time i motiviraniji za poboljšanje vlastitoga zdravlja.

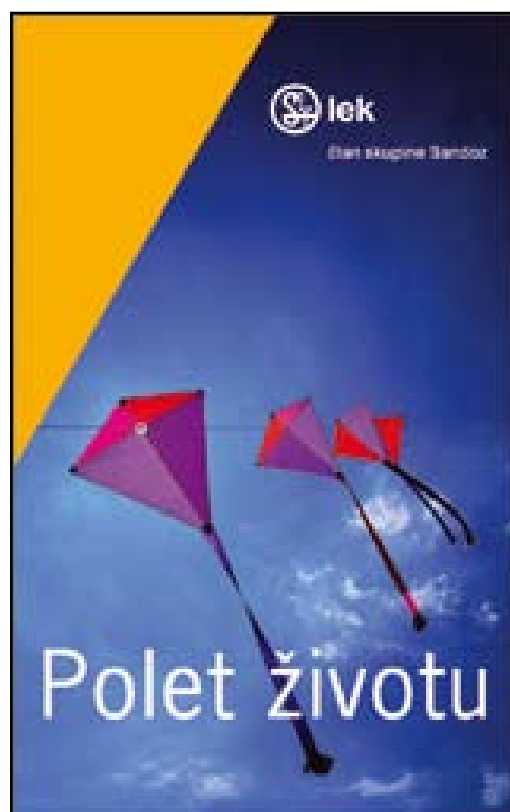
## Svjetski dan srca u Općoj bolnici Zabok ( Ksenija Pešek, dr. med. )

U Krapinsko-zagorskoj županiji, u Internoj ambulanti Opće bolnice Zabok 24. rujna 2006. godine obilježen je Svjetski dan srca. U vremenu od 11 – 14 sati kardiološki tim na čelu sa Ksenijom Pešek, dr. med., spec. internist, organizirao je besplatni kardiološki pregled svih zainteresiranih građana. Akciji, koja je bila najavljena putem javnih medija (novine, radio), odazvao se prilično velik broj građana. Svima je napravljen EKG i izmjeren krvni tlak, učinjen je pregled, a zatim su uz konzultaciju s kardiolozima nekima preporučene dodatne dijagnostičke pretrage (ergometrija, UZV srca ili pak UZV štitnjače). Naročiti naglasak bio je na preporukama za konzumiranje zdrave hrane, koja uključuje puno voća i povrća, žitarica, nemasnog mesa (bez zagorskih kobasica i finog „špeka“), nemasnih mliječnih proizvoda, te ograničenog unosa slatkiša. Svima je preporučena redovita tjelesna aktivnost, a pušačima obavezno prestanak pušenja.

Smanjenjem svih rizičnih faktora srčanožilnih bolesti – znači smanjenjem povišenog krvnog tlaka, normaliziranjem razine kolesterola, održavanjem normalne razine šećera u krvi, poticanjem utroška nagomilanih, prekomjernih tjelesnih zaliha masti, te prestankom pušenja mogu se spriječiti srčane bolesti i usporiti starenje srca. Odsjek za kardiovaskularne bolesti Internog odjela Opće bolnice Zabok ima kao glavni cilj skrb za zdravlje bolesti srca i krvnih žila svih bolesnika, od prevencije do obavljanja kardiološke dijagnostike i terapije koja je dostupna u okvirima Opće bolnice Zabok. Nadamo se da će u novoj bolnici, koja je sagrađena u Bračku, uz povoljnije prostorne uvjete, i kvaliteta usluga biti na zavidnoj razini.

Kardio list 2006;1(7):23.

## ZLATNI SPONZOR KARDIO LISTA



## Svjetski dan srca 2006. u Bjelovarsko-bilogorskoj županiji ( Mario Ivanuša, dr. med., FESC )

Obilježavanje Svjetskog dana srca u Bjelovarsko-bilogorskoj županiji započelo je 21. 9. 2006. godine. HLZ Podružnica Bjelovar, HKD Podružnica sjeverozapadne Hrvatske i Krka Farma d.o.o. Zagreb organizirali su stručni sastanak u hotelu Central u Bjelovaru. Više od 80 prisutnih liječnika, medicinskih sestara, farmaceuta, uz dva saborska zastupnika i predstavnike medija imali su priliku čuti saznanja iz područja kardiovaskularnih rizičnih čimbenika u prezentaciji koja je predstavio domaćin sastanka, dr Mario Ivanuša. Pored značaja Svjetskog dana srca i najave obilježavanja toga dana u cijeloj državi, naglasak je pridat značaju terapije modernim antihipertenzivima, sekundarnoj prevenciji temeljenoj na smjernicama ESC i HKD, prezentiranoj djelomično i rezultatima u kolovozu objavljene TASPIC-CRO studije, kao i individualnoj procjeni rizika putem bodovnih tablica SCORE i HeartScore programa.

Dr. sc. Goran Krstajić iz Poliklinike za prevenciju kardiovaskularnih bolesti i rehabilitaciju Zagreb tijekom svoje prezentacije „Kardijalna rehabilitacija“ prenio je dio saznanja iz područja rehabilitacije – multidisciplinarnog, timskog postupka koji ima cilj povratak privremeno izgubljene ili oslabljene sposobnosti za život i rad. Saznali smo da postupak rehabilitacije u ambulantnim i/ili stacionarnim uvjetima čine stratifikacija rizika, prognostička evaluacija, edukacija, te fizička, psihička i socijalna rehabilitacija, kao i ocjena preostale radne sposobnosti. U prezentaciji dr Viktora Peršića iz Specijalne bolnice za medicinsku rehabilitaciju bolesti srca, pluća i reumatizma Thalassotherapy u Opatiji, intrigantnog naslova „Alkohol, crveno vino i kardiovaskularne bolesti“, saznali smo koje su količine alkohola umjerene i kakav se blagotvoran učinak na organizam može očekivati zbog djelovanja fitokemikalija.

Obilježavanje Svjetskog dana srca 2006. godine završilo je 28. 9. 2006. na sjednici Županijskog poglavarstva Bjelovarsko-bilogorske županije. Pored predstavljanja glavnih poruka kojima se ove godine obilježava Svjetski dan srca, donešene su i odluke o sufinanciranju dodatnog tima HMP pri Domu zdravlja, kao i donošenje Zaključka o prihvaćanju „Programa modernog zbrinjavanja bolesnika s akutnim infarktom miokarda u Bjelovarsko-bilogorskoj županiji“ koji uključuje postupak zbrinjavanja bolesnika prema projektu HKD i Ministarstva zdravstva i socijalne skrbi.

Kardio list 2006;1(7):24.