



**Obilježavanje
Svjetskog dana srca
2007. u Koprivnici**

str. 60

**Obilježavanje
Svjetskog dana srca
2007. u Zaboku**

str. 60

**Prevenција, rano
otkrivanje i
liječenje
srčanožilnih bolesti
u Međimurju**

str. 61

**I Karlovac obilježio
Svjetski dan srca**

str. 63

Svjetski dan srca, 30. rujna 2007.

ZAJEDNO DO ZDRAVOGA SRCA!

Proglas Svjetske kardiološke federacije i Hrvatskoga kardiološkog društva

Prilagodio, nadopunio i priredio:

*Prof. dr. sc. **Davor Miličić**, predsjednik Hrvatskoga kardiološkog društva*

Ako se udružite umjesto da ste prepušteni sami sebi, imate gotovo triput veću vjerojatnost zadržati idealnu tjelesnu težinu i dvaput veću vjerojatnost da se odviknete od pušenja^{1,2}. To je, između ostaloga, razlog zbog čega se ovogodišnji Svjetski dan srca, u nedjelju 30. rujna održan pod geslom "Zajedno do zdravoga srca!". Svjetski dan srca ove godine ima veliku podršku velikih međunarodnih športskih zvijezda.

Bolesti srca i moždani udar svjetski su ubojica broj jedan, uzrokujući 17,5 milijuna smrti godišnje — od čega 80% otpada na siromašne ili srednje razvijene zemlje. Dobra je vijest da su bolesti srca i moždani udar u velikoj mjeri sprječivi, ako se uklone

glavni rizični čimbenici srčanožilnog obolijevanja, kao što je povišen krvni tlak, povišen kolesterol i šećer u krvi, pušenje, premalen unos voća i povrća, prekomjerna tjelesna težina i pretilost, te tjelesna neaktivnost³.

Osvrćući se na važnost obilježavanja Svjetskoga dana srca, **Steven Gerard**, poznati nogometaš i kapetan engleskoga kluba **Liverpool**, izjavio je: "Nogomet je, više nego vještina, tehnika i atletska sposobnost — pitanje srca. Upravo zato, prigodom ovogodišnjega Svjetskoga dana srca, želim ohrabriti svakoga tko se želi udružiti da bi sačuvao zdravo srce — jedite zdravo, redovito vježbajte i nemojte pušiti!"



Trenutno barem 60% svjetskoga pučanstva ne poštuje niti minimum preporuka za očuvanje zdravlja srca, tj. 30-minutnu, svakodnevnu umjerenu tjelesnu aktivnost, a za djecu barem 60 min. tjelovježbe.⁴ I odrasli i djeca moraju usvojiti uravnotežene prehrambene navike, što podrazumijeva obilje voća i povrća, cjelovite žitarice, krto meso, ribu i grahorice, kao i općenito hranu s niskim udjelom masti i soli.

Ove godine Svjetski dan srca obilježava se već osmi put diljem svijeta, predvođen nacionalnim kardiološkim društvima — članicama Svjetske kardiološke federacije, u više od sto zemalja s tisućama ljudi koji se ovome događaju žele pridružiti. Primjerice, u Irskoj više od 400 organiziranih skupina obitelji i prijatelja, sakupljenih iz gradskih stambenih četvrti i radnih okružja obilježava Svjetski dan srca organizirajući masovna hodanja. U Mozambiku, središnje obilježavanje Svjetskoga dana srca uključit će aerobic za velike skupine ljudi na otvorenom. Na Barbadosu, promicat će se duh očuvanja zdravog srca zdravim obiteljskim životom. Ostale aktivnosti prigodom Svjetskoga dana srca u različitim dijelovima svijeta uključit će provjeravanje stanja zdravlja, savjete i razgovore s liječnicima i drugim zdravstvenim djelatnicima, organiziranim šetnjama i trčanjem, priredbama na pozornici, javnim govorima, znanstvenim skupovima, izložbama, koncertima, športskim nadmetanjima, pa i karnevalima.

"Kao veleposlaniku zdravoga života australijske vlade, moja je uloga poticati svakoga, mlade i stare, da žive zdravo i aktivno," izjavio je **Brett Lee**, najpoznatiji australijski športša, prvak u kriketu. "Zdrav i aktivan način života može vam pomoći u smanjenju rizika za razvoj kroničnih bolesti, poglavito bolesti srca i moždanoga udara. Stoga počnimo više vježbati i zdravije jesti, napuštajući "brzu" tj. nezdravu prehranu, kako bismo živjeli dugo i zdravo!"

Svatko, mlad i star, poziva se na svekoliku potporu zdravome načinu života radi očuvanja zdravoga srca, kako unutar obitelji, tako i u školi, na radnome mjestu ili drugdje u zajednici. "Djeca i mladi poprimaju navike i način života svoje obitelji, učitelja i društvenoga okružja, a nova istraživanja ukazuju da se upravo u toj dobi stvaraju prehrambene navike i oblikuje odnos prema tjelesnoj aktivnosti za čitav život," izjavio je profesor **Shahryar Sheikh**, Predsjednik Svjetske kardiološke federacije. "Stoga je nužno da primarna prevencija bolesti srca i krvnih žila počne u mladosti, uz podršku roditelja i društvene zajednice, te da se osvijesti činjenica da je upravo u toj dobi moguće polučiti velike pomake u smanjenju pobola i smrtnosti od ovih bolesti".

Gerard Houllier, bivši predsjednik nogometnih klubova *Liverpool* i *Lyon*, izjavio je sljedeće: "Budući da sam osobno trpio od bolesti srca, spoznao sam kako je važno održavati zdrav i uravnotežen način života kako bi se smanjio rizik bolesti srca i moždanoga udara u kasnijem životu. Održavajući razumnu tjelesnu težinu, jedući zdravo i odričući se pušenja, bitno ćemo smanjiti rizik obolijevanja od srčanih bolesti, no pojedincu je lakše ako u tim nastojanjima nije sam. Zato mi je osobito drago što mogu podržati Svjetski dan srca s geslom: "Zajedno do zdravoga srca!"

oOoOo

Svjetski dan srca 2007. u Hrvatskoj obilježit će se od okriljem Hrvatskoga kardiološkoga društva uz pomoć suradnih ustanova i udruga: Hrvatskoga zavoda za javno zdravstvo i Zavoda za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije, Ureda za zdravstvo, rad, socijalnu skrb i branitelje pri Poglavarstvu grada Zagreba, Gradskoga zavoda za zaštitu zdravlja grada Zagreba, Poglavarstva grada Opatije, KBC Zagreb, KBC Rijeka, Thalassoterapije u Opatiji, Kardiološke poliklinike "Srčana" iz Zagreba, Hrvatskoga društva za aterosklerozu, Hrvatskoga društva za hipertenziju, Hrvatske udruge kardioloških medicinskih sestara, Hrvatske udruge srčanih bolesnika, Klinike za bolesti srca i krvnih žila Medicinskog fakulteta u Zagrebu, svih kardioloških odjela i zavoda u Hrvatskoj itd.

Središnje obilježavanje Dana srca bit će u u nedjelju, 30. rujna u Opatiji. Naime, ondje će se od 27. do 30. rujna održati 19. Kongres Mediteranskog društva za kardiologiju i kardiokirurgiju — elitni znanstveni skup koji će okupiti poznata imena svjetske kardiovaskularne medicine. Glavna tiskovna konferencija planirana je uoči zatvaranja Kongresa, 30. rujna u 10:30 sati u dvorani *Kamelija* Hotela *Ambasador*. Glavno događanje bit će na prostoru opatijske "Slatine" od 11 do 15 sati. Poziva se građanstvo da se odazove u što većem broju jer će program biti raznolik i zanimljiv. Osim razgovora s kardiolozima, liječnicima srodnih struka i kardiološkim medicinskim sestrama, pučanstvu će se mjeriti krvni tlak i određivati kardiovaskularni rizik, a dijelit će se i promičbeni materijali — prigodni letci Svjetske kardiološke federacije i brošure Hrvatskoga zavoda za javno zdravstvo o važnosti preventivnih mjera za očuvanje zdravoga srca. Osim "stručnoga" sadržaja, okupljanje će imati i zabavni karakter (glazba, ples, mažoretkinje itd). Glavni sponzor Svjetskoga dana srca u Hrvatskoj je tvrtka *Dukat*, na čemu joj najtoplije zahvaljujemo.

Svjetski dan srca obilježit će se velikim skupom u Zagrebu na Cvjetnome trgu od 10 do 13 sati. U Za-



grebu je, pored stručnoga, predviđen i bogat zabavni program uz već tradicionalnu, svesrdnu potporu Gradskoga poglavarstva.

Dan srca obilježiti će se uz medijsku potporu i javno okupljanje i u većini većih hrvatskih gradova.

Hrvatsko kardiološko društvo snažno podupire naputke Svjetske kardiološke federacije namijenjene pučanstvu diljem svijeta radi očuvanja zdravlja srca odnosno sprječavanja srčanoga i moždanoga udara:

1. Svatko bi trebao imati uravnotežene dnevne obroke, uključujući krto meso (ne prženo, već kuhano, na roštilju ili pečeno), ribu, povrće, grahorice, voće i namirnice s niskim udjelom životinjskih masnoća.

2. Jedite voće barem pet puta na dan.

3. Pijte vodu, obrano mlijeko ili svježe, nezaslađene voćne sokove, radije nego slatka i gazirana pića

4. Uključite voće i povrće u objed i užinu svojega djeteta. Nagovorite roditelje prijatelja vaše djece da učine isto. Zatražite podršku učitelja u promicanju zdrave prehrane u djece i uvođenje zdravih obroka u školu.

5. Budite sigurni da ne pretjerujete u soljenju hrane, te posebice u unosu soli tzv. industrijskim, "gotovim" namirnicama.

6. Planirajte što više obiteljskoga druženja na otvorenome. Svakodnevno budite tjelesno aktivni barem 30 minuta i ugradite tjelovježbu u raspored vaših svakodnevnih aktivnosti. Uspinjite se stubama a ne dizalom.

7. Neka vaš dom bude bez pušačkoga dima. Pobrinite se da Vaša djeca ne puše, pa niti da ne okuse duhan.

8. Ograničite sjedenje pred zaslonom. Isključujte televizor ili računalo što je više moguće i osigurajte vašoj djeci dokolicu provedene u tjelesnim aktivnostima. Zašto ne biste otpratili svoje dijete u školu pješice ili na biciklu?

9. Kao član obitelji, budite primjer u usvajanju zdravih prehrambenih navika, redovitoj tjelovježbi i nepušenju.

10. Ako sumnjate da u nekoga člana vaše obitelji postoji povišen rizik bolesti srca, potražite medicinski savjet odnosno pomoć liječnika.

www.world-heart-federation.org

Svjetska kardiološka federacija je nevladina udruga sa sjedištem u Švicarskoj, posvećena sprječavanju i borbi protiv bolesti srca i moždanoga udara, s posebnom usmjerenošću prema siromašnim i sred-

nje razvijenim zemljama. Sastoji se od 195 članica — nacionalnih kardioloških društava i udruga iz više od 100 zemalja — od Azije, Europe, istočnoga Mediterana, Sjeverne i Južne Amerike i Afrike.

www.kardio.hr

Hrvatsko kardiološko društvo osnovano je kao prvo samostalno stručno medicinsko društvo u neovisnoj Hrvatskoj, u Zagrebu 1992. g. Predstavlja najveću i najvažniju profesionalnu udrugu stručnjaka posvećenih kardiovaskularnoj medicini — pretežito kardiologa, ali internista, kardijalnih kirurga i ostalih liječnika koji se bave bolestima srca i krvnih žila. Društvo je aktivni član Europskoga kardiološkog društva i Svjetske kardiološke federacije.

Glavna zadaća društva jest unaprjeđivanje kardiovaskularnog zdravlja nacije, prevencija, liječenje i rehabilitacija bolesti srca i krvnih žila, te promicanje kardiologije i kardiovaskularne medicine u Hrvatskoj, što podrazumijeva i suradnju s europskim i svjetskim kardiološkim udrugama i međunarodnu prepoznatljivost hrvatske kardiologije.

Literatura

1. Benefits of recruiting participants with friends and increasing social support for weight loss and maintenance. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 1999; 67(1):132-8.
2. Stead LF, et al: Group behaviour therapy programmes for smoking cessation. *Cochrane Collaboration*. 2005.
3. World Health Organization. Preventing Chronic Diseases: A Vital Investment: WHO global report. Geneva: WHO Press; 2005.
4. Norton D, et al. Parental influence on models of primary prevention of cardiovascular disease in children. *European Journal of Cardio Nursing* 2003;2:311-22.

Kontakt:

E-mail: dmilicic@mail.inet.hr

Članak zaprimljen: 26. 9. 2007.

NAJAVLJUJEMO

Poslijediplomski tečaj trajnog medicinskog usavršavanja Brza dijagnostika, inicijalno liječenje i siguran transport bolesnika s akutnim infarktomiokarda.

Dana 10. studenoga 2007. godine u Zavodu za kardiovaskularne bolesti Interne klinike KB Sestre milosrdnice održava se poslijediplomski tečaj trajnog medicinskog usavršavanja pod naslovom *Brza dijagnostika, inicijalno liječenje i siguran transport bolesnika s akutnim infarktomiokarda*. Osoba za kontakt i obavijest je mr. sc. Zdravko Babić, dr. med., Koronarna jedinica, KB Sestre milosrdnice, Zagreb, tel. 01 / 37 87 937.



Obilježavanje Svjetskog dana srca 2007. u Koprivnici

Dragica Kramarić

Opća bolnica Koprivnica, Koprivnica

Ovogodišnji Svjetski dan srca obilježen je u Koprivnici pod motom: "Krenimo zajedno stazom zdravlja", a u organizaciji članova Hrvatskog kardiološkog društva, Hrvatske udruge kardioloških sestara i Udruge srčanih bolesnika "SRCE" Koprivničko-križevačke županije. Akciji su se pridružili djelatnici Crvenog križa, Zavoda za javno zdravstvo, mladi liječnici i medicinske sestre iz Opće bolnice Koprivnica, studenti medicine i učenici Medicinske škole.

Središte manifestacije bilo je na Zrinskom trgu gdje je provedena anketa o najčešćim rizičnim čimbenicima koji utječu na pojavu bolesti srca i krvnih žila, svim zainteresiranim građanima mjereno je krvni tlak, puls i tjelesna težina, a potom su im podijeljeni planovi grada na kojima je bila ucrtana "Staza zdravlja" dugačka pet kilometara. Mogli su birati i kraće dionice ovisno o svojim sposobnostima. Osigurana im je liječnička pratnja, dovoljna količina vode i vozilo Crvenog križa u slučaju da nekome zatreba po-

moć. Na unaprijed utvrđenim udaljenostima ponovo im je mjereno krvni tlak i puls, a po povratku na Trg predali su svoje anketne listiće koji su naknadno obrađeni.

Rezultati ankete pokazuju da su povišeni arterijski tlak, pušenje, prekomjerna tjelesna težina i premalo kretanja još uvijek zastupljeni u visokom postotku kao čimbenici rizika za pobol od kardiovaskularnih bolesti. Vidljiv je određen pomak na bolje u odnosu na prethodne godine. Tako je registrirano manje pretilih, manje pušača, a sve više onih kojima je kretanje postalo svakodnevnica. To nas motivira da i dalje razvijamo programe koji će aktivirati naše građane u provođenju zdravijeg načina života i što će, nadamo se, smanjiti smrtnost od kardiovaskularnih bolesti. Nadamo se da ćemo u suradnji s gradskom upravom to i uspjeti.

Kontakt:

E-mail: dragica.kramaric@kc.htnet.hr

Članak zaprimljen: 3. 10. 2007.

Obilježavanje Svjetskog dana srca 2007. u Zaboku

Ksenija Pešek, Stjepan Rogan, Mirjana Juranić

Opća bolnica Zabok, Zabok

Kao i svake godine zadnje nedjelje u mjesecu rujnu obilježen je Svjetski dan srca. Ove godine članovi Hrvatskog kardiološkog društva i Hrvatske udruge kardioloških medicinskih sestara iz naše županije proveli su akciju sa sloganom "Zdrav život uz redovne kontrole krvnog tlaka". Dana 30. rujna 2007. godine u Općoj bolnici Zabok organizirana je akcija mjerenja arterijskog tlaka, analizirana je prisutnost čimbenika rizika i mjerenje indeksa tjelesne mase. Na temelju tih podataka ispitanicima se savjetovao zdrav način života i promjene dosadašnjeg načina života.

Akcija je trajala sat vremena, odaziv je bio očekivan, ali nažalost ponovno smo zaključili, obzirom na rezultate, da žitelji Krapinsko-zagorske županije ne žive zdravo. Radilo se o manjoj skupini pregledanih stanovnika, ali je više od polovice prisutnih imalo je-



dan od čimbenika rizika — pušenje cigareta, prekomjernu tjelesnu težinu, od ranije poznatu dislipidemiju ili hipertenziju. Nadamo se da će ipak proći-



tati podijeljene letke o zdravom načinu života, poslušati naše savjete i da će sljedeće godine rezultati biti bolji.

Radnom djelu ove akcije dobrovoljno su se odazvali **Ksenija Pešek**, dr. med., **Stjepan Rogan**, dr. med. i **Mirjana Juranić**, vms kao organizatori, te **Gordana**

Majerić, vms, **Katarina Mlakar**, vms, **Jasminka Bakran**, vms, **Sanjica Mak**, sr, **Ivanka Repovečki**, sr i **Di-jana Gorički**, sr.

Kontakt:

E-mail: ksenija.pesek@kr.t-com.hr

Članak zaprimljen: 3. 10. 2007.

Prevenција, rano otkrivanje i liječenje srčanožilnih bolesti u Međimurju

Renata Kutnjak Kiš

Zavod za javno zdravstvo Međimurske županije, Čakovec

U organizaciji Zavoda za javno zdravstvo Međimurske županije i Kardiološkog odsjeka Internog odjela Županijske bolnice Čakovec, te uz potporu grada Čakovca i Međimurske županije te mnogobrojnih sponzora, u Gradu Čakovcu su se tijekom mjeseca rujna održavale "tribine utorkom" na kojima su predavali kardiolozi i internisti iz ŽB Čakovec o najznačajnijim temama s područja kardiologije. Prva je tribina održana 4. rujna 2007. godine s temom "Debljina-kako je spriječiti ili liječiti", a predavala je **Andreja Marić**, dr. med. Druga je tribina bila posvećena povišenom krvnom tlaku, a izlaganje na temu "Povišeni krvni tlak-tih ubojica" održao je **Branimir Vurušić**, dr. med. Na trećoj tribini **Milica Gabor**, dr. med. održala je predavanje pod nazivom "Srčani udar (koronarna srčana bolest)", dok je posljednje predavanje bilo posvećeno "Srčanom zatajenju", a izlagao je **Branko Ostrički**, dr. med.

Sat vremena prije svakog predavanja, djelatnici ZZJZ Međimurske županije zainteresiranim su građanima mjerili krvni tlak te analizirali sastav tjelesne mase uređajem za analizu tjelesne mase (avisplus 333). Interes za predavanja i kontrolu krvnog tlaka i parametara uhranjenosti bio je izuzetan. Predavanja je posjetilo oko 350 osoba, na svakom je predavanju bilo sve više osoba (neki su posjetioci bili na više predavanja), a najmanje je toliko osoba prekontroliralo krvni tlak i analiziralo sastav tjelesne mase.

U mjesecu rujnu u ZZJZ Međimurske županije, započelo je s radom Savjetovalište za prevenciju prekomjerne tjelesne težine i debljine koje radi svaki četvrtak od 8 do 12 sati. Savjetovalište je namijenjeno odraslim osobama koje mogu besplatno analizirati sastav tjelesne mase i druge pokazatelje uhranjenosti



sti na uređaju koji analizom bioelektričnog otpora i osobnih podataka (visina, starost, spol, težina) daje parametre kao što su: udio, količina i raspodjela masnoća u organizmu, udio mišićne mase, indeks tjelesne mase, količina minerala i proteina, WHR odnos, ukupna tjelesna voda, bazalni metabolizam, biološka dob organizma, tip tijela i dr. Aparat je kupljen u sklopu projekta "Prevencijom i korekcijom debljine produljimo život", a koji financira Međimurska županija u okviru programa "Zdrave županije". Uz procjenu stanja uhranjenosti građani u savjetovalištu mogu izmjeriti i krvni tlak. Nakon mjerenja, posjetitelji savjetuje liječnik o mogućnostima uklanjanja faktora rizika i o važnosti usvajanja zdravih životnih navika. Tijekom mjeseca rujna savjetovalište je posjetilo više od sedamdeset osoba.



Uz spomenute aktivnosti u sklopu javnozdravstvene kampanje "Srce za život", ZZJZ Međimurske županije je organizirao nagradni natječaj "Pješke na posao", prvenstveno sa željom da podsjetimo stanovništvo na važnost svakodnevnog kretanja za zdravlje srca, ali i čitavog organizma. Odlazak pješice na posao jedan je od najpraktičnijih načina kako zadovoljiti svakodnevnu potrebu za kretanjem u trajanju od 30 minuta dnevno. Natječaj je bio namijenjen zaposlenim odraslim osobama koje su u dva tjedna natjecanja (od 10. do 22. rujna 2007.) trebale barem dva dana u svakom tjednu pješaćiti na posao i/ili s posla. Na natječaj su se javile 32 osobe koje su ukupno prošle 980,5 kilometara, a najuspješniji je bio profesor koji radi u OŠ, a koji je u dva tjedna natjecanja ukupno prošao 80 kilometara. Najviše prijavljenih je bilo iz odgojno-obrazovnih ustanova što nam je izuzetno drago, obzirom da se ove godine u povodu Svjetskog dana srca poziva roditelje ali i djelatnike vrtića i škola da budu pozitivan primjer svojim učenicima u usvajanju zdravih životnih navika.

Tijekom mjeseca rujna na Hrvatskom radio Čakovcu emitirale su se svakodnevno kratke zdravstveno-preventivne poruke, koje su obuhvaćale sljedeće teme: povišeni krvni tlak, pušenje, debljina, tjelesna aktivnost i zdrava prehrana, a održano je i nekoliko radio i TV emisija na kojima su sudjelovali kardiolozi i drugi specijalisti iz Županijske bolnice Čakovec.

U Čakovcu je 29. rujna 2007. god. održana javnozdravstvena akcija koju je posjetilo preko 400 osoba. U 270 osoba je izmjeren GUK te u stotinjak osoba kolesterol i trigliceridi. Veliki je interes bio i za mjerenje krvnog tlaka, kao i za analizu pokazatelja uhranjenosti. Nakon kontrole rizičnih faktora, mnoštvo je građana potražilo savjet kardiologa i drugih liječnika o mogućnostima liječenja srčanožilnih bolesti kao i o zdravom načinu života, a neki su se okušali u vježbama umjetnog disanja i masaže srca na edukativnim lutkama koje su demonstrirali djelatnici HMP iz Čakovca. Za vrijeme čekanja na red, zainteresirani posjetioci mogli su se uključiti u vježbe zagrijavanja koje je vodila voditeljica tjelesnog vježbanja iz MSSR "Sport za sve", a također su se mogli okušati u nordijskom hodanju. *Agromedimurje* d. d. Čakovec osiguralo je za sve sudionike jabuke, a *Pliva* prigodne poklone i zdravstveno-edukativne knjižice.

Na Svjetski dan srca, 30. rujna 2007. god., već treću godinu za redom u gradu Prelogu održana je prigodna manifestacija uz zdravstveno-preventivne i sportsko-rekreativne sadržaje. Program je započeo u 15 sati na sportskim terenima OŠ Prelog uz prikaz

borilačkih vještina Karate kluba "Mihovil" iz Preloga, potom je uslijedilo proglašenje najuspješnijih u natječaju "Pješke na posao", zajedničko vježbanje svih sudionika te rekreativna šetnja do izletišta "Marina" kod Otoka gdje je bilo organizirano natjecanje u pikadu, visećoj kuglani i bacanju koluta na kojem je sudjelovalo 200-tinjak osoba. Ove su godine po prvi puta bile organizirane obiteljske sportske igre "U zajedništvu do zdravlja", odaziv je bio manji od očekivanog — uključilo se samo jedanaest obitelji, prvenstveno iz razloga što je teško motivirati očeve da se uključe. Kao poseban gost u Prelogu je sudjelovao najbolji hrvatski gimnastičar i olimpijac **Filip Ude** koji je podijelio nagrade najuspješnijima u sportsko-rekreativnim igrama.



Obilježavanjem Svjetskog dana srca završena je jednomjesečna javnozdravstvena kampanja "Srce za život", koju su omogućili pokrovitelji (Međimurska županija, Grad Čakovec i Grad Prelog) te mnogobrojni sponzori (*Pliva* - članica Barr grupe, Međimurska banka, Pučko otvoreno učilište Novak - Mala Subotica, *Domest* Prelog, *Zrinski* Čakovec, *Brid extra* Čakovec, *Sobočan interijeri* Čakovec, *Gradski bazeni* Čakovec, *Astrea-M* Ivanovec, *Tristar* Ivanovec, *Ball* Palovec, *Agromedimurje* Čakovec, *Agrico Trade* Prelog, *Oto trgovina* Prelog i dr.) kojima ovim putem najljepše zahvaljujemo.

Kontakt:

E-mail: renata.kutnjak-kis@zzjz-ck.hr

Članak zaprimljen: 11. 10. 2007.



I Karlovac obilježio Svjetski dan srca

Davor Horvat

Opća bolnica Karlovac, Karlovac

Ovogodišnji Svjetski dan srca je u Karlovcu obilježen 27. rujna 2007. godine na Trgu Josipa Broza od 9 do 11 sati. Organizatori su bili Opća bolnica Karlovac, Zavod za javno zdravstvo Karlovačke županije i Medicinska škola Karlovac, a pokrovitelj akcije je bio Grad Karlovac. Učenici srednje medicinske škole su izmjerili krvni tlak i indeks tjelesne mase kod 182 posjetitelja akcije, a dva liječnika, kardiolog i epidemiolog su davali savjete o čimbenicima kardiovaskularnog rizika (regulaciji tjelesne težine, hiperlipidemiji, art. hipertenziji, dijabetesu, prestanku pušenja i fizičkoj aktivnosti). Podijelila se i znatna količina edukacijskog materijala kojeg je dijelom donirala tvrtka GlaxoSmithKline. Uz pomoć sponzora Hrvatske udruge nordijskog hodanja i tvrtke IntAct iz Zagreba provela se demonstracija *nordijskog hodanja*, a tvrtka *Dukat* je iz svog programa "Zdrava navika" predstavila mliječni proizvod za prirodno snižavanje kolesterola u krvi "Dukatol".

Rezimirajući, obilježavanje Svjetskog dana srca 2007. godine u Karlovcu bilo je uspješno i dobro po-

sjećeno. Pod ovogodišnjim geslom "Zajedno do zdravog srca", potaknuto je očuvanje zdravog načina života i usvajanje zdravih navika kao preduvjeta za dulji i zdraviji život. Cijeli događaj je bio i kvalitetno medijski popraćen, što je dodatno doprinjelo uspjehu ove akcije.

Kontakt:

E-mail: davor.horvat@ka.t-com.hr

Zaprimljeno: 4. 10. 2007.

Uredništvo *Kardio lista* prima sljedeće priloge iz područja kardiologije: kratka znanstvena i stručna priopćenja, osvrte, pisma uredništvu, vijesti, zanimljivosti, najave i izvješća sa skupova. Regularna duljina teksta napisanog prema uputama International Committee of Medical Journal Editors (<http://www.icmje.org>) je najviše do 3.500 znakova s razmacima. Uredništvo ima pravo kraćenja tekstova. Svi objavljeni članci predstavljaju stavove i mišljenje 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 br. 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 • Nakladnik: Hrvatsko kardiološko društvo, 10000 Zagreb, Kišpatićeva 12, tel. 01 / 238 88 88 • Za nakladnika: Davor Miličić • Glavni urednik: Mario Ivanuša • Kontakt: kardio-list@kardio.hr, <http://www.kardio.hr> • Priprema i tisak: ČVOR d. o. o. Bjelovar, Matice hrvatske 24, tel. 043 / 244 050, www.cvor.hr • ISSN 1846-0836 (tiskano izdanje) • ISSN 1846-3231 (mrežno izdanje) • Naklada 1.100 primjeraka.



10 godina Krkinih statina
5 godina Atorisa

**Krkinii statini –
vjerodostojan partner
danas i sutra**

ATORIS® atorvastatin
tablete od 10 mg, 20 mg, 40 mg

Indikacije: Primarna hiperlipidemija tipa IIa i IIb, uključujući poligenisku hiperkolesterolemiju, heterozigotnu i homozigotnu porodbiu hiperkolesterolemiju i mijelarnu hiperlipidemiju. Doziranje i način uporabe: Preporučena početna doza iznosi 10 mg na dan. Najveća doza iznosi 80 mg. Kontraindikacije: Preosjetljivost na bilo koji sastojak lijeka. Aktivna bolest jetre. Nerazjašnjeno trajno povišenje transaminaza u serumu. Bolesti skeletnih mišića. Trudnoća i dojenje. Interakcije: Istopodobno uzimanje Atorisa i ciklosporina, antibiotika (eritromicina, klaritromicina, ključpristinina i dalipristinina), inhibitora proteaze, derivata fibrične kiseline, niacina, azolnih antimikotika ili nefazodona može uzrokovati povišenje razine atorvastatina u serumu, što može dovesti do pojave miopagije s rhabdomiolizom i bubrenom insuficijencijom. Oprez je potreban kada se atorvastatin daje istodobno s digoksinom i varfarinom. Nuspojave: Većina bolesnika dobro podnosi atorvastatin. Od nuspojava najčešće se javljaju gastrointestinalni poremećaji, glavobolja, mišićni bolovi i poremećaji spavanja. Značajnu, no vrlo rijetku skupinu nuspojava predstavljaju mišićni poremećaji (miopagija) u obliku bolova i slabosti mišića te povišenja vrijednosti mišićne frakcije kreatin-kinaze (CK). Precazovanje: Potrebno je praćenje i održavanje vitalnih funkcija te onemogućavanje daljnje apsorpcije lijeka. Način izdavanja: Samo na liječnički recept. Oprema: 30 film-tableta od 10 mg, 20 mg ili 40 mg atorvastatina. Datum pripreme teksta: srpanj 2007.

Vasilip simvastatin
tablete od 10 mg, 20 mg i 40 mg

Indikacije: Koronarna bolest srca, hiperlipidemija. Doziranje: Preporučena početna doza je 10 ili 20 mg. Najveća dnevna doza je 80 mg. Za bolesnike s presadenim organima koji uzimaju ciklosporin preporučena doza je 10 mg. Kontraindikacije: Aktivna bolest jetre. Nerazjašnjeno stalno povišenje vrijednosti transaminaza u serumu. Preosjetljivost na bilo koji sastojak lijeka. Porfirija. Trudnoća i dojenje. Interakcije: Istopodobno uzimanje simvastatina i ciklosporina, derivata fibrične kiseline, niacina, eritromicina, klaritromicina, ketokonazola, itakonazola, nefazodona i ritonavira može imati za posljedicu miopagiju s rhabdomiolizom i otkazivanjem bubrega. Istopodobno uzimanje simvastatina i varfarina može pojačati učinak varfarina na zgrušavanje krvi i time povećati rizik od krvarenja. U bolesnika koji istodobno uzimaju simvastatin i digoksin može porasti razina digoksina u serumu; zbog toga te bolesnike treba posebno pratiti. Nuspojave: Većina bolesnika dobro podnosi simvastatin. Njegove nuspojave obično su blage i prolazne. Mogu se javiti zatvor, mučnina, flatulencija, dispepsija, bol u trbuhu, proljev, povraćanje, glavobolja, poremećaji spavanja i povišenje razine jetrenih enzima, a rjeđe vrtoglavica, umor, mišićna slabost, svrbež i pretjerano ispuštanje kose. Značajnu, no vrlo rijetku skupinu nuspojava simvastatina predstavljaju mišićni poremećaji (miopagija) koji se očituju bolovima i krutošću mišića te povišenjem vrijednosti kreatin-fosfokinaze (mišićne frakcije) u krvi. Iznimno se može razviti rhabdomioliza koja može dovesti čak do otkazivanja bubrega. Oprema: 20 i 28 tableta po 10 mg i 20 mg; 28 tableta po 40 mg. Datum pripreme teksta: srpanj 2007.

ATORIS®
atorvastatin
Tablete od 10 mg, 20 mg, 40 mg

Siguran put do cilja



Vasilip®
simvastatin
Tablete od 10 mg, 20 mg, 40 mg

Vasilip. Prijatelj Vašeg srca



Cjelokupni odobreni sažetak svojstava lijeka te cjelokupni odobreni uputi, sakladi su članku 16. i 22. Priloga o načinu oglašavanja i obavješćivanja o lijekovima, homeopatskim i medicinskim proizvodima ("narodne novine") broj 63/05.

KRKA

Detaljnije informacije možete dobiti od firme:
Krka-Farma d.o.o., Radnička 48/II, p.p. 205, Zagreb 10002
Telefon (01) 63 12 100, Telefaks (01) 61 76 739,
E-mail: krka-farma@zgj.hinet.hr