

**Zavod za javno zdravstvo Međimurske županije  
Čakovec, 29.09.2006. god.**

### **Obilježavanje Svjetskog dana srca 2006. godine u Međimurskoj županiji**

U povodu obilježavanja Svjetskog dana srca, a sa ciljem informiranja stanovništva o najučestalijim bolestima srčano-žilnog sustava i mogućnostima njihovog liječenja, a prije svega unapređenja zdravlja i prevencije već spomenutih bolesti, u tjednu prije Dana srca u lokalnom listu «Međimurske novine» objavljen je veliki prilog «SRCE ZA ŽIVOT». Prilog su realizirali specijalisti kardiolozi iz Županijske bolnice Čakovec i liječnici iz Zavoda za javno zdravstvo Međimurske županije, te jedan mladi liječnik sportaš rekreativac.

I ove je godine Grad Prelog bio domaćin središnje manifestacije obilježavanja Svjetskog dana srca u Međimurju na kojoj je sudjelovalo nekoliko stotina osoba.



Manifestacija je započela nastupom Plesne skupine OŠ Goričan koja radi pod vodstvom učiteljice Sanje Rašan.

Potom je uslijedilo zagrijavanje svih sudionika koje je vodila Lidija Gergec iz Udruge «Sport za sve» Prelog. Od uzvanika manifestaciji su se odazvali župan Međimurske županije Josip Posavec, te zamjenici župana, Dijana Marcijuš i Mladen Križaić, koji su se aktivno uključili u cjelokupni program kao i gradonačelnik Grada Preloga Dragutin Glavina koji je kao domaćin pozdravio prisutne i zaželio im mlado i zdravo srce.



Nakon zagrijavanja sudionika povorka je krenula na rekreativnu šetnju do izletišta «Marina» uz rijeku Dravu.



Na izletištu su sudionici mogli izmjeriti krvni tlak, izmjeriti opseg struka i indeks tjelesne mase, analizirati strukturu tjelesne mase pomoću vaga koje uz indeks tjelesne mase pokazuju udio i količinu masnoća u organizmu, te potrebe za bazalnom energijom. Dostupno je bilo mnoštvo edukativnih materijala – od letaka u povodu Svjetskog dana srca , brošura o tjelesnoj aktivnosti, zdravoj prehrani, povišenom krvnom tlaku, moždanom i srčanom udaru, a bili su pripremljeni i pravi recepti zdrave prehrane – Zdrava jela za zdrava srca. Sudionici su se mogli savjetovati i sa specijalistima kardiolozima i pedijatrima, spec. školske medicine i drugim liječnicima i medicinskim sestrama iz Županijske bolnice Čakovec, Doma zdravlja Čakovec i Zavoda za javno zdravstvo Međimurske županije.



Izuzetan interes bio je na mjerenju i analizi tjelesne mase, mjerenje su obavili gosti iz Slovenije.



Veliki je bio interes i za mjerenje krvnog tlaka !



Za djecu je održana radionica «Igrom do zdrave prehrane», piramida je bila popunjena svježim namirnicama.





Osobe svih uzrasta mogle su vježbati oživljavanje i stavljanje nesrećenog u bočni položaj.

Sudionici su se konzultirali s kardiolozima, pedijatrima i drugim specijalistima, te drugim zdravstvenim djelatnicima, a dobili su mnoštvo edukativnih materijala.



Mnogi (a osobito djeca) su uživali u sportsko-rekreativnim igrama!



Važno je također napomenuti kako su se svi mediji(osobito pisani) u Međimurskoj županiji uključili u cjelokupnu akciju i prenijeli važne poruke u povodu ovogodišnjeg Svjetskog dana srca, te motivirali stanovništvo na uključivanje u akciju i usvajanje zdravih životnih navika. Obilježavanje Svjetskog dana srca 2006. godine u Međimurju organizirali su Zavod za javno zdravstvo Međimurske županije, Kardiološki odsjek internog odjela i pedijatrijski odjel Županijske bolnice Čakovec i Dom zdravlja Čakovec u suradnji s Gradom Prelogom i TZ grada Preloga te Međimurskim Savezom sportske rekreacije «Sport za sve» i Udrugom «Sport za sve» Prelog. Posebno nas veseli što je naša manifestacija imala međunarodni karakter jer su zajedno sa već spomenutim organizatorima sudjelovali i zdravstveni djelatnici iz Zavoda za javno zdravstvo Murska Sobota i Pomorskog društva za borbu protiv raka.

Pokrovitelji ove manifestacije bili su Međimurska Županija i Grad Prelog. Međimurska županija je još 2004. godine odabrala 5 javnozdravstvenih prioriteta (Koronarna bolest srca, moždani udar, pušenje i prekomjerno pijenje mladih, nedovoljna tjelesna aktivnost i rak dojke), te aktivnosti vezane uz spomenute prioritete financira u sklopu projekta «Zdrave županije».

U ime organizatora:

Renata Kutnjak-Kiš, dr.med.

Zavod za javno zdravstvo Međimurske županije