

# Kapitola 4

## Edukačné aktivity farmaceutických firiem

# 4

### **MOST 2008 pre nepočujúcich – interaktívna príručka na DVD II** **Abbott Laboratories**

Po úspešnom pilotnom projekte spoločnosti ABBOTT Laboratories, ktorý podal pomocnú ruku nepočujúcim spoluobčanom majúcej obmedzený prístup k informáciám, usporiadala táto spoločnosť podobné podujatie aj tento rok. Cieľom prvej časti projektu bolo odstrániť nízku informovanosť nepočujúcich o civilizačných chorobách, čo pri kardio-vaskulárnych ochoreniach zvyšuje zdravotné riziká a znižuje možnosť prevencie a včasnej liečby.



**MUDr. Dlesk vysvetľuje nepočujúcim občanom význam prevencie kardiovaskulárnych ochorení.**

V druhej časti sa spoločnosť ABBOTT Laboratories snažila vytvoriť „komunikačný MOST“ medzi nepočujúcimi a lekármi prostredníctvom interaktívnej príručky. V interaktívnej príručke **sú 4 základné dialógy** obsahujúce bežne používané výrazy, ktoré pomôžu lekárom pri komunikácii so sluchovo postihnutými pacientami. Sluchovo postihnuté osoby možno považovať za zvýšene rizikové predovšetkým pre „komunikačnú bariéru“, ktorá im často znemožňuje vyhľadať včasnú lekársku pomoc. Cieľom tohto projektu bolo pomôcť zmenšiť túto „komunikačnú bariéru“ medzi zdravotníckym personálom a nepočujúcimi pacientami.

Neodmysliteľnou súčasťou tohto projektu bolo aj **vytvorenie nových posunkov**, vzťahujúcich sa na kardiovaskulárne ochorenia a ich liečbu. Interaktívna príručka bola podobne ako v roku 2007 distribuovaná cestou celoslovenskej siete patientskej organizácie nepočujúcich ako aj do krajských miest lekárom, ktorí sa starajú o sluchovo postihnutých pacientov.

Slávnostné odovzdanie interaktívnej príručky sa uskutočnilo **13. septembra 2008 v Nových Zámkoch** v rámci celoslovenského stretnutia nepočujúcich, ktoré zorganizovalo občianske združenie CODA.



Interaktívne DVD PROJEKT MOST II. pre nepočujúcich.



Hostami stretnutia bol **MUDr. Anton Dlesk za Slovenskú nadáciu srdca** a **Ing. Katarína Beňová za spoločnosť ABBOTT Laboratories**. V rámci tohto podujatia bola tiež predstavená hlavná myšlienka a ciele projektu MOST 2008. MUDr. Anton Dlesk vo svojej prednáške venovanej zdraviu informoval nepočujúcich o dôležitosti kontroly krvného tlaku a o vplyve rizikových faktorov na kardiovaskulárny systém.

### AstraZeneca

Partner projektu AstraZeneca tento rok významne prispel k realizácii aktivít projektu MOST 2008 formou poskytnutia dvoch prístrojov na meranie hladiny cholesterolu a ich príslušenstva. Vďaka tejto významnej pomoci sme počas oboch projektov MOST a Lekári idú do ulíc boli schopní uspokojiť potreby meraní tohto z hľadiska rizika veľmi dôležitého kardiovaskulárneho ukazovateľa, o ktorý, ako sa ukázalo, bol mimoriadny záujem pri všetkých realizovaných meraniach. Za cennú pomoc patrí spoločnosti AstraZeneca úprimné poďakovanie.



Vyšetrenia hladín cholesterolu boli realizované vďaka firme Astrazeneca.

## Aj v malých mestách sú veľké srdcia

### Bayer HealthCare

Spoločnosť Bayer HealthCare pripravila aj v tomto roku počas septembra 2008 edukačné aktivity, tentokrát pod názvom „**Aj v malých mestách sú veľké srdcia**“ s heslom „**Chcete mať nižší tlak, nečakajte na zázrak**“. Podujatia sa konali v ôsmich regionálnych mestách, v rámci ktorých sa vykonávali merania krvného tlaku, telesného tuku, hodnôt vnútrobrušného tuku, stanovenia optimálnej diéty a kontroly nastavenia domácich tlakomerov. Podujatia boli súčasťou celoslovenského projektu MOST 2008, pričom boli spoluorganizované so Slovenskou ligou proti hypertenzii a sieťou obchodných domov **LIDL**, ktoré im na parkoviskách pred svojimi obchodnými domami vo vybraných mestách vytvorili priestor pre umiestnenie stánkov.

### Merania firmy BayerHealthCare

Dátum	Miesto	Počet vyšetrených
5. 9. 2008	Dunajská Streda	108
6. 9. 2008	Hlohovec	105
11. 9. 2008	Svit	96
12. 9. 2008	Vranov nad Topľou	60
13. 9. 2008	Michalovce	93
16. 9. 2008	Prievidza	60
19. 9. 2008	Partizánske	55
20. 9. 2008	Rimavská Sobota	69

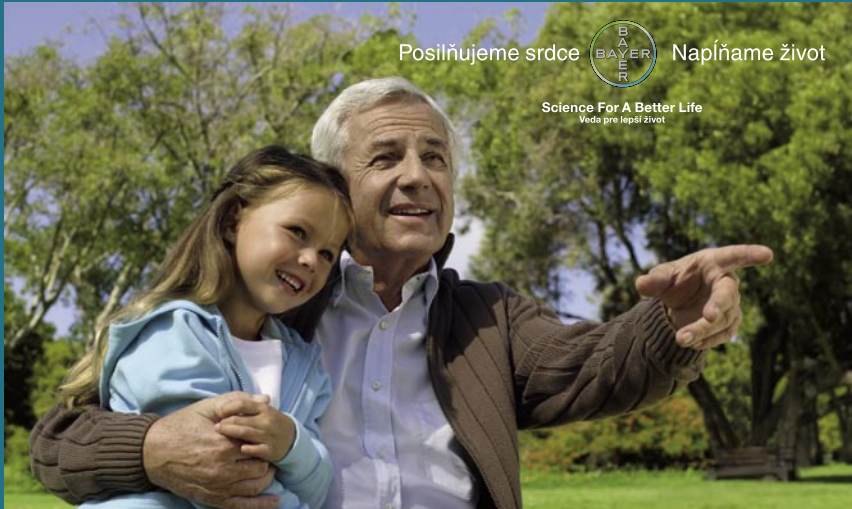
Regionálni lekári, kardiológovia a internisti v spolupráci s **doc. MUDr. Štefanom Farským, CSc., predsedom Slovenskej ligy proti hypertenzii**, okrem vyššie spomínaných meraní konzultovali s občanmi ich zdravotné problémy, predovšetkým problémy súvisiace s hypertenziou. Do projektu boli zapojené aj miestne základné školy, ktoré

Posilňujeme srdce



Naplníme život

Science For A Better Life  
Veda pre lepší život



Spoločnosť Bayer, s.r.o, Slovenská liga proti hypertenzii a obchodná sieť LIDL si Vás dovoľujú pozvať v rámci celoslovenského projektu MOST a Svetového dňa srdca na edukačnú akciu



## Aj v malých mestách sú veľké srdcia

- Prítomní lekári vám:**
- zmerajú tlak a pulz
  - odmerajú zloženie telesného tuku a vnútrob brušný tuk BMI
  - stanovujú optimálny príjem kalórií pri redukčnej diéte
  - skontrolujú nastavenia vašich tlakomerov

Nájdete nás na parkovisku pri vchode do obchodných domov LIDL v nasledovných mestách



5. 9. 2008	od 15,30 – 19,30	<b>DUNAJSKÁ STREDA</b>
6. 9. 2008	od 10,00 – 14,00	<b>HLOHOVEC</b>
11. 9. 2008	od 15,30 – 19,30	<b>SVIT</b>
12. 9. 2008	od 15,30 – 19,30	<b>VRANOV NAD TOPĽOU</b>
13. 9. 2008	od 10,00 – 14,00	<b>MICHALOVCE</b>
16. 9. 2008	od 15,30 – 19,30	<b>PRIEVIDZA</b>
19. 9. 2008	od 15,30 – 19,30	<b>PARTIZÁNSKE</b>
20. 9. 2008	od 10,00 – 14,00	<b>RIMAVSKÁ SOBOTA</b>

Príďte a vyhrajte košík s výrobkami zdravej výživy od spoločnosti LIDL.

prostredníctvom svojich žiakov „**poslov zdravia**“ pozývali k stánku rodičov, ale aj miestnych obyvateľov. Deti rozdávali jablká, ktoré do akcie poskytla spoločnosť LIDL, ako symbol zdravého životného štýlu a pre návštevníkov bol pripravený tiež kvíz, za účasť v ktorom mohli návštevníci stánku získať košík plný výrobkov zdravej výživy. Cieľom projektu bolo okrem snahy zvýšiť povedomie o problematike ochorení súvisiacich s vysokým krvným tlakom (hypertenziou) aj umocnenie záujmu občanov o včasnú diagnostiku a pravidelné vyšetrenia. Akcie boli nasmerované na mestá s menšou hustotou obyvateľstva práve preto, aby aj tieto regióny pocítili väčší záujem odbornej verejnosti o zdravie miestnych obyvateľov.

Celkovo sa počas akcie podarilo vyšetriť **646 osôb**, pričom vyhodnotené výsledky naznačovali, že v priemere až 50 % mužov vykázalo vyššie hodnoty krvného tlaku ako je normálny krvný tlak (t. j. 140/90), kým u žien predstavovala táto hodnota 42 %. Z meraní bazálneho a vnútrobrušného tuku, pokiaľ ide o priemerné hodnoty, vyplynulo, že väčšina ľudí vo veku okolo 53 rokov dosahovala hmotnosť 79,15 kg. Percento celkového tuku v tele predstavovalo v priemere 33,88 (pričom ideálne percento obsahu tuku má byť u žien do 30 % a u mužov



**Preventívne vyšetrenia v rámci projektu firmy BayerHealthCare.**

do 20 %). Viscerálny tuk dosahoval u meraných pacientov v priemere 9,51 %, pričom muži dosahovali vyššie hodnoty (11,8 %) ako ženy. Priemerný BMI bol v pásme nadváhy a zvýšeného KV rizika (27,6).

Vyššie zistené výsledky meraní spoločnosti Bayer Health Care – napriek tomu, že sa nejednalo o reprezentatívnu vzorku, ani cieľený výber – poukazujú taktiež na jeden z faktov, ktoré zaznamenávajú súčasné štatistiky, a síce, že nielen vysoký krvný tlak, ale aj nadváha, či dokonca obezita sú na Slovensku rozšíreným rizikovým faktorom týkajúcim sa kardiovaskulárnych ochorení.



Ako poslovia zdravia na projekte MOST spolupracovali aj deti zo základnej školy v Michalovciach, ktoré aktívne pozývali všetkých na uvedenú akciu.

## Meranie CO vo vydýchnutom vzduchu fajčiarov Pfizer Luxembourg SARL, o.z.

Na merania CO vo vydýchnutom vzduchu sa v rámci septembrových akcií projektu MOST 2008 sústredil partner projektu – firma Pfizer Luxembourg. Počas skriningov, ktoré uskutočnil **v dňoch 19. a 26. 9. 2008 v Žiline, Banskej Bystrici, Bratislave a v Košiciach v Hyper-**

**marketoch Tesco** sa organizátori zamerali na zisťovanie priemerného percenta oxidu uhoľnatého v krvi (%COHb) použitím MicroCO monitoru, zisťovali priemerné skóre Fagestromovho testu na zisťovanie nikotínovej závislosti, priemerný počet vyfajčených cigariet fajčiarmi ako aj výskyt vysokého krvného tlaku, vysokej hladiny cholesterolu a diabetes mellitus u fajčiarov prostredníctvom dotazníkovej metódy. Súčasne vykonávali aj poradenskú činnosť pre tých fajčiarov, ktorí prejavili ochotu ukončiť fajčenie.



**Pfizer Luxembourg SARL, o.z.**

Ako ukázali výsledky meraní, počas skriningov bolo pri priemernom veku 41 rokov a pri prevahe mužov (66 %) nad ženami (34 %) s prevládajúcim stredoškolským vzdelaním (39 %) celkovo vyšetrených 157 respondentov, pričom najviac respondentov z tohto počtu bolo v skupine „ťažký fajčiar“ s priemerným percentom oxidu uhoľnatého v krvi 1,8 (pri rozpätí 0,0 % – 6,5 %) so slabou nikotínovou závislosťou. Respondenti fajčili priemerne 18 rokov, pričom najviac respondentov fajčilo 11 – 20 cigariet denne. Problémy s vysokým krvným tlakom uviedli zo 43 %



opýtaných 3 %, s vysokou hladinou cholesterolu 6 % a diabetes mellitus neuviedol ani jeden respondent.

Podrobný prehľad meraní CO vo vydychovanom vzduchu v meračných mestách je uvedený **v prílohe 1.**



**Pfizer Luxembourg SARL, o.z.**

### Merania firmy Pfizer

Dátum	Miesto	Počet vyšetrených
19. 9. 2008	Žilina	26
19. 9. 2008	Banská Bystrica	57
26. 9. 2008	Bratislava	18
26. 9. 2008	Košice	67





Slávnostný krst publikácie malými červenými srdiečkami sa konal v priestoroch materskej školy za prítomnosti autorov Daniela Heviera a Dušana Kojnoka. Krstnými rodičmi boli Doc. Gabriel Kamenský a Ing. arch. Andrej Petrek.

**Bratislava – Staré mesto.** Krstnými rodičmi rozprávkovej publikácie sa stali **Doc. Gabriel Kamenský, hlavný odborník Ministerstva zdravotníctva pre odbor kardiológie** a **Ing. arch. Andrej Petrek, starosta mestskej časti Bratislava-Staré mesto.** Publikáciu pokrstili malými červenými srdiečkami pripravenými škôlkarmi. Srdiečka predstavovali dobré skutky, ktoré deti urobili pre svoje srdiečko. No a ako na každom krste, ani na tomto nechýbal slávnostný prípitok a škôlkari si spolu s dospelými štrngli a pripili krabičkovými džúsmi.



**Daniel Hevier číta rozprávku škôlkarom.**

Naše podujatie prišli podporiť aj **Gombík & Gombička**, ktoré si pre deti pripravili veselé vystúpenie plné prekvapení.

Rozprávková publikácia *Srdiečko moje* bola počas mesiaca september distribuovaná do troch tisícok materských škôl v rámci celého Slovenska deťom v predškolskom veku.

Organizátorov tejto milej akcie veľmi potešili povzbudivé a pochvalné reakcie, ktoré dostali z materských škôl z celého Slovenska:

*„Ďakujeme za balíček rozprávkových publikácií pre deti predškolského veku. Tešíme sa na rozprávku pána Daniela Heviera. Využijeme ju pri výchovno-vzdelávacej činnosti a budeme preventívne pôsobiť na zdravie našich najmenších. Ešte raz ĎAKUJEME.“*

MŠ Vranov nad Topľou

*„Som riaditeľka materskej školy, ktorá práve obdržala od Vás krásny darček – knihy pre deti „Srdiečko moje“. Váš darček nám doplní náš*



**Slávnostný prípitok s džúsom.**



**Gombík & Gombička.**

*program podpory zdravého spôsobu života, ktorý realizujeme na materskej škole. Srdečná vďaka.“*

MŠ Zvolen

*„Dovoľte mi poďakovať Vám v mene našich detí za krásnu rozprávkovú publikáciu Srdiečko moje a aj v mojom mene osobne, nakoľko som 3 roky po infarkte a starať sa o srdce je veľmi dôležité! Je to veľmi pekné, že sa ne-*

*zabúda aj na tých najmenších a takouto prijateľnou formou sa im priblíži dôležitosť ľudského srdiečka. ĎAKUJEME!*

MŠ Košice

*„Ďakujeme za zaslanie rozprávkovej publikácie Srdiečko moje. Sme MŠ podporujúca zdravie a s radosťou sme prijali taký milý a hlavne poučný darček pre deti.“*

MŠ Trenčín

*„Veľmi pekne Vám ďakujem za rozprávkové publikácie, ktoré sme od Vás obdržali poštou. Sú pekné, pútavé a pre deti zaujímavé a poučné.“*

MŠ Hrabkov

*„Chcem sa Vám touto formou poďakovať za veľmi pekné a podnetné knihy Daniela Heviera „Srdiečko moje“. Využijeme ich v našej práci, naozaj ju obohatia.“*

MŠ Bulíkova ul., Bratislava



**Gombík & Gombička.**

Knižka zapôsobila tak inšpiratívne, že dokonca škôlkari v materskej škole zložili a poslali jej iniciátorom milú básničku:

*„Dostal sa nám do rúk krásny materiál, s ktorým sme dostatočne pracovali s deťmi predškolského veku a už Vám aj posielame výsledok našej práce: BÁSNIČKU*

### **SRDIEČKO MOJE**

*Srdiečko ja malé mám  
s láskou sa oň postarám,  
preto krásne všetko zjem,  
ani slovo nepoviem.*

*Škôlkar Maťo kamoš veľký,  
so srdiečkom do postielky.*

*Má srdiečko veľmi rád,  
je to jeho kamarát.*

*Poháňa ho do škôlky,  
so slniečkom za ránky.*

*A tam v škôlke bije, bije  
pumpičke sa hravo smeje.*

*Je to malý motorček,  
ktorý deťom skrášli svet.*

*Preto Maťo hovorí: „So srdiečkom do materskej školy“*

*Ďakujeme a pozdravujeme D. Heviera, že nám krásnym príbehom priblížil dôležitý význam srdiečka.“*

MŠ Hruštín

**PharmDr. Milica Molitorisová, generálna riaditeľka sanofi-aventis Pharma Slovakia s.r.o.:** *„Spoločnosť sanofi-aventis Pharma Slovakia s.r.o. realizuje a podporuje edukačné aktivity pre lekárov, zdravotníkov a širokej verejnosť. Vzdelávanie detí v základných otázkach zdravia prispieva k vytváraniu zodpovednosti a je dôležité začať s ním čím skôr. Vydaním rozprávkovej publikácie Srdiečko moje v rámci celoslovenskej kampane MOST – Mesiac O Srdcových Témach, ktorú už druhý rok organizuje Slovenská kardiologická spoločnosť a Slovenská nadácia srdca chceme preventívne pôsobiť na zdravie našich najmenších a zabrániť, aby sa u nich v budúcnosti vyskytlo niektoré z kardiologických ochorení a čo najúčinnejšie tak pomôcť pri predchádzaní srdcovým ochoreniam už v útlom veku“*

*Knižička „Srdiečko moje“ – pozri prílohu č. 2 tejto publikácie.*

## 2. Svetový deň srdca 2008 – Poznáte svoje riziko?

Druhou aktivitou, ktorú spoločnosť sanofi-aventis Pharma Slovakia s.r.o. usporiadala, bola tlačová konferencia venovaná téme Svetového dňa srdca, ktorý si verejnosť deviaty krát pripomenula poslednú septembrovú nedeľu, t. j. **28. septembra**. Tlačová konferencia sa uskutočnila v bratislavskom hoteli Carlton a záštitu nad celým podujatím prevzala, tak ako po minulé roky, **Prvá dáma SR, pani Silvia Gašparovičová**, ktorá Svetový deň srdca prišla na tlačovú konferenciu osobne podporiť.

Excelentné prednášky v podaní **prof. Jána Slezáka** (Srdce Srdcu – Slovenská liga za prevenciu a liečbu kardiovaskulárnych ochorení), **prof. Jána Murína** (prezident Slovenskej kardiologickej spoločnosti) a **doc. Gabriela Kamenského** (hlavný odborník MZ SR pre odbor kardiológia) zaujali pozornosť novinárov a rozpúťali zaujímavú diskusiu.

**Prof. Ján Slezák:** „Predpokladá sa, že celkový počet ľudí postihnutých vysokým tlakom krvi vzrastie v nasledujúcich rokoch o 50 percent, ale ne-



Svetový deň srdca 2008

POZVÁNKA

Príďte aj vy podporiť Svetový deň srdca. Čaká na Vás srdečná spoločnosť, zaujímavé prednášky, merania hladiny krvného tlaku a cholesterolu a milé prekvapenie.

WORLD HEART FEDERATION  
A HEART FOR LIFE

SRDCE SRDCU  
SLOVENSKÁ LIGA ZA PREVENCIU A LIEČBU KARDIOVASKULÁRNYCH OCHORENÍ

sanofi-aventis  
Pharma Slovakia

MOST  
MESIAC O SRDCOVÝCH TĚMACH

Flora

Poznáte svoje riziko?



musí to tak byť. Primeranými zmenami v životnom štýle a znížením rizika ochorenia sa tento predpoklad môže zmeniť k lepšiemu.“

**Prof. Ján Murín:** „Zistením svojho stupňa rizika robíte jednoduché, ale pritom dôležité kroky, aby váš život nebol poznačený hypertenziou. Ak poznáte svoj tlak krvi a najmä hladinu cholesterolu a krvného cukru spolu s údajmi o výške, hmotnosti a obvode pása, váš lekár vám vie poradiť, aké konkrétne opatrenia treba podniknúť na zníženie rizika, aby vás nepostihlo kardiovaskulárne ochorenie alebo cievna mozgová príhoda.“

**Doc. Gabriel Kamenský:** „Nikdy nie je príliš zavčasu ani príliš neskoro začať sa starať o svoje srdce. Kardiovaskulárnym ochoreniam a cievny mozgovým príhodám možno predchádzať pravidelným cvičením, nefajčením, zdravou stravou bohatou na vlákniny s nízkym obsahom soli a tukov.“

Usporiadateľov potešil mimoriadny záujem médií o túto tému, o čom svedčí aj **početná účasť 40 novinárov** na tlačovej konferencii ako **aj záujem o merania** hladiny cholesterolu a krvného tlaku, ktoré realizovala **MUDr. Alena Béderová, CSc.** z Regionálneho úradu verejného zdravotníctva v Bratislave.



sanofi-aventis Pharma Slovakia s.r.o. – Svetový deň srdca 2008.

## Vaše srdce je vo Vašich rukách

### Servier

Spoločnosť Servier nadviazala aj v roku 2008 na úspešný priebeh aktivít v rámci kampane MOST v predchádzajúcom roku. Akcie boli organizované formou pútavého zábavno-informačného programu pre okoloidúcich. Uskutočnili sa v nákupných centrách **v 3 slovenských mestách**. V stánku zdravia inštalovanom na mieste podujatia si mohli dať záujemcovia zmerať tlak, obvod pása a ďalšie rizikové parametre kardiovaskulárnych ochorení pracovníkmi regionálnych poradní zdravia, ktorí poskytovali hodnotné poradenstvo.

### Merania firmy Servier

Dátum	Miesto	Počet vyšetrených
13. 9. 2008	Bratislava	60
20. 9. 2008	Banská Bystrica	56
27. 9. 2008	Košice	63



Servier.





Tanečníci break-dance.



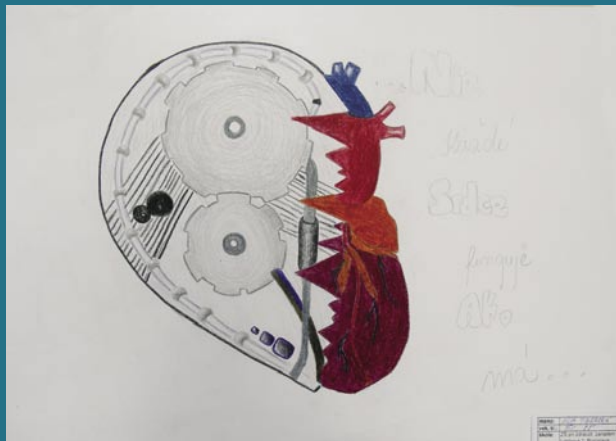
Husľové trio X-plosion.

V rámci programu poskytol **prof. Viliam Bada** v rozhovoroch vedených moderátorom cenné rady z tematiky ochrany zdravia. Rady sa týkali prevencie srdcovocievnych ochorení, nabádali k správnym návykom a životospráve a takisto zdôrazňovali informácie o rizikových faktoroch, ktoré sa podieľajú na vzniku kardiovaskulárnych ochorení. Rozhovory prinášali dôležité osvetové informácie podčiarkujúce mieru osobnej zodpovednosti za vlastný zdravotný stav, ako aj zdravie svojich detí a celej spoločnosti.

Okrem cenných informácií sprostredkovaných prof. Viliamom Badam mali návštevníci obchodného centra možnosť pozrieť si aj **exhibície tanečníkov break-dance**. Spoločenskú časť projektu oživilo vystúpenie **formácie ženského husľového tria X-plosion**, deti potešilo maľovanie na tvár a zážitok mali deti aj z modelovania balónových zvieratiek a čarov kúzelníka. Aj ďalšia aktivita bola pripravená práve pre detské publikum. Išlo o športové súťaže s množstvom atraktívnych cien, pre dospelých bol zasa pripravený vedomostný kvíz, ktorý pozostával z otázok týkajúcich sa základných rizikových parametrov kardiovaskulárnych ochorení. Odpovede na ne mohli účastníci, ktorí sa zapojili do kvízu, získať práve z rozhovorov moderátora s odborným lekárom. Doplnujúce informácie poskytovala aj videoprezentácia, ktorú návštevníci

sledovali na plazmovej obrazovke. Jej súčasťou boli aj výchovno-vzdelávacie spoty vytvorené pre kampaň MOST, ktoré rezonovali z verejnoprávnych médií po celý mesiac september.

Do aktivít kampane MOST pod hlavičkou spoločnosti Servier sa zapojili aj deti zo **ZŠ DFNSP Kramáre**, ktorí svojimi výtvarnými aj dekoráčnymi prácami vyjadrili vnímanie problematiky srdca. Svojím citlivým pohľadom sa dotkli symbolu zdravia a emócií. Malé umelecké diela a dielka majú hlbokú hodnotu, ktorá pre dospelého prináša zážitok zo vstupu do sveta, ktorý je plný emócií, fantázie a bezprostrednosti. Nelahkou úlohou sa zaoberali zástupcovia spoločnosti Servier, ktorí hodnotili jednotlivé práce v priebehu mesiaca október. **Prvé miesto získala 15-ročná žiačka Júlia Tibenská a 16-ročná Zuzana Tóthová.** Celkovo bolo udelených 5 cien, každý z výhercov bude v priebehu mesiaca október odmenený hodnotnými cenami, ktoré venuje spoločnosť Servier. Osobitné poďakovanie za motivovanie detských pacientov v rámci zapojenia sa do súťaže vyslovujeme **pani riaditeľke PaedDr. Zuzane Skákalovej a zástupkyňi riaditeľa pre školský klub p. Márii Kubekovej.**



1. miesto – Júlia Tibenská



1. miesto – Zuzana Tóthová



2. miesto – Helena Blažeková



2. miesto – deti z ortopedického oddelenia



3. miesto – Lucia Cabajová



Simona Kaššová, Šimončíková



Simona Kaššová



Zamestnanci podniku PSL, a.s. a závodu Sauer.



Diskusia s pani MUDr. Evou Rajecovou.

## Ako zabrániť srdcovo-cievnyim ochoreniam?

**SOLVAY Pharma, s.r.o.**

Nový partner projektu MOST 2008 SOLVAY Pharma, s.r.o. zrealizoval v rámci projektu MOST 2008 dve podujatia v Považskej Bystrici a dve podujatia vo Veľkom Krtíši pod názvom „**Ako zabrániť srdcovo-cievnyim ochoreniam?**“, pričom dve z nich sa uskutočnili v Považskej Bystrici a dve vo Veľkom Krtíši. Účastníkmi akcií v Považskej Bystrici boli zamestnanci podniku PSL, a.s., ktorý má cca 1200 zamestnancov a závodu Sauer s cca 1000 zamestnancami. V prípade podniku PSL, a.s. sa podujatia zúčastnilo 80 zamestnancov, v závode Sauer približne 20. Spoločná aktivita pre obe organizácie spočívala v prednáške, ktorá bola zameraná na metabolický syndróm a rady k správneému životnému štýlu. Okrem toho sa záujemcom merali hodnoty krvného tlaku, glykémie ako aj obvodu pása, ktoré využilo 53 zamestnancov. Samozrejme akcie boli spojené aj s odborným poradenstvom na diskutovanú tému poskytnutým pani **MUDr. Evou Rajecovou, diabetologičkou z Nemocnice Podunajské Biskupice**, ktorá prednášky zároveň viedla a ktorá v ich závere zodpovedala množstvo otázok.

Podobné podujatie prebiehalo aj vo Veľkom Krtíši, kde v spolupráci s Regionálnym úradom verejného zdravotníctva Veľkého Krtíša zástup-



**MUDr. T. Kupcová prednáša vo Velkom Krtíši.**

# MOST

MESIAC O SRDCOVÝCH TÉMACH

covia spoločnosti zabezpečili pre občanov Veľkého Krtíša taktiež meranie tlaku, obvodu pása, hodnoty telesného tuku, hladiny cholesterolu, triglyceridov a glykémie. Zúčastní sa mali možnosť prekonzultovať svoje otázky s prítomnou lekárkou a dostali zároveň edukačné materiály k zmene životného štýlu. Pri každom z podujatí obdržali zúčastnení malú kartičku informujúcu o nameraných hodnotách, ktorá môže zároveň poslúžiť k príležitostnej konzultácii s ošetrojúcim lekárom.

## Merania firmy Solvay

Dátum	Miesto	Počet vyšetrených
19. 9. 2008	Považská Bystrica	53
25. 9. 2008	Veľký Krtíš	34

Druhým podujatím konaným vo Velkom Krtíši sa firma SOLVAY zamerala aj na mladšiu generáciu formou edukácie prostredníctvom prednášky na veľkokrtíšskom gymnáziu pre študentov 2.ročníka. Prednášku na tému Moje zdravé srdce viedla **MUDr. Tatiana Kupcová**,

**diabetológ z Lučenca**, ktorá bola zároveň študentom k dispozícii svojím odborným poradenstvom. Študenti dostali možnosť dozvedieť sa, čo je to metabolický syndróm, aké sú riziká nezdravého životného štýlu a čo máme robiť z hľadiska prevencie srdcovocievnych ochorení pre svoje zdravé srdce. Nepochybne v tejto súvislosti stojí za zmienku aj písanie úvah na túto tému, pričom na záver **bolo ocenených 9 najlepších prác študentov**. Zástupcovia spoločnosti Solvay sa vzhľadom k tomu, že úvahy upútali svojou kreativitou a úrovňou, rozhodli vydať **knižku „Moje zdravé srdce“** obsahujúcu všetky práce študentov s peknými kresbičkami Laury Baksovej. Jej krst sa uskutočnil dňa **2. 12. 2008 v divadle Heinken Tower Stage v Bratislave** a pri tejto príležitosti prebehol zároveň kultúrny program, ktorého súčasťou bol prednes básnika Mariána Andraščíka zo súboru básní Continuo, ktoré tvoria **prílohu č. 3** tejto publikácie. Dve z najlepších úvah tvoria **prílohu č. 4**.

[www.tvojesrdce.sk](http://www.tvojesrdce.sk) **MOST** kód tvojho srdca: 0 - 30 - 5 - 120 - 80  
MESIAC O SRDCOVÝCH TÉMACH



Ocenených 9 najlepších prác študentov.



MUDr. Tatiana Kupcová.



## MOST v lekárňach

TEVA Pharmaceuticals, s.r.o.

Edukácia ľudí, so zameraním na rizikové faktory kardiovaskulárnych ochorení ako meranie krvného tlaku, meranie tuku a BMI s následnou konzultáciou lekára prebehla na akciách ďalšieho z partnerov projektu MOST 2008. **Od 11. do 25. septembra sa v 7 mestách Slovenska** akcií zúčastnili ľudia rôznych vekových skupín, pričom prevahu tvorili skôr ženy so zníženou pohybovou aktivitou. Meraní sa zúčastnilo 197 osôb, kde niektorým boli namerané zvýšené hodnoty tlaku krvi, tuku a BMI indexu na hranici, resp. za hranicou tolerancie. Mnohí informovali, že užívajú lieky na tlak krvi a lieky znižujúce hladinu cholesterolu. Veľký záujem bol o meranie tlaku krvi a tuku, ale zúčastnení tiež veľmi uvítali možnosť konzultácie s lekárom o spôsobe liečby, úpravy životosprávy, resp. úpravy životného štýlu.



TEVA Pharmaceuticals, s.r.o.

## Merania firmy TEVA

Dátum	Miesto	Počet vyšetrených
11. 9. 2008	Bratislava	13
11. 9. 2008	Košice	40
18. 9. 2008	Prešov	24
18. 9. 2008	Banská Bystrica	32
25. 9. 2008	Žilina	40
25. 9. 2008	Nitra	17
25. 9. 2008	Trenčín	28

## KÓD TVOJHO SRDCA 0-30-5-120-80

### Wörwag Pharma GmbH & Co. KG

Farmaceutická spoločnosť Wörwag Pharma aj v tomto roku podporila projekt rozsiahlou edukačnou kampaňou pod názvom **KÓD TVOJHO SRDCA: 0-30-5-120-80**. Jeho dešifrácia je nasledovná:



Wörwag Pharma GmbH & Co. KG.

- 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

Tentoraz zamerala spoločnosť svoje aktivity predovšetkým na diabetikov, ktorí sú najviac ohrození srdcovo-cievnyimi príhodami. Cieľom bolo oboznámiť ich s rizikami, ktoré predstavujú zvýšený krvný tlak, cholesterol, fajčenie a nedostatok pohybu. Aktivity spoločnosti Wörwag Pharma prebiehali v spolupráci s Akadémiou vzdelávania a za podpory Regionálnych úradov verejného zdravotníctva ako aj Regionálnych zväzov diabetikov príslušných miest.

Stretnutia s odborníkmi sa uskutočnili **v 9 mestách Slovenska** v období **od 4. do 25. septembra 2008** a títo umožnili viac ako 1000 účastníkom vypočítať si prednášky o prevencii rizikových faktorov kardiovaskulárnych ochorení. Vďaka 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 značky OMRON** s cieľom podporiť šírenie domáceho merania krvného tlaku.

To, že sa aktivity stretli s ozajstným úspechom, dokladajú aj vyjadrenia Doc. MUDr. Mariána Sninčáka, CSc. a MUDr. Martina Benku, ktorí sa na týchto úspešných akciách zúčastnili a ktorí svoju návštevu na prednáškach v Košiciach a Michalovciach ohodnotili nasledovnými slovami: *„...Celé podujatie MOST v Košiciach a Michalovciach malo vynikajúcu atmosféru a vzrušujúci priebeh. Predovšetkým, na naše prekvapenie ich navštívilo neočakávané veľké množstvo ľudí hľadajúcich odpovede na otázky, ktoré ich prenasledujú dlhú dobu. Ich trápenie neraz kriví ich tváre bolesťou. Kód Tvojho srdca im dáva odpovede, a hlavne nádej na lepšiu budúcnosť a dôstojný život bez komplikácií, pri dobrej kvalite života. Pojednanie o ich problémoch, prístup všetkých zainteresovaných aktérov, organizátorov, prednášajúcich, laborantky, odborných lekárov – špecialistov a ďalších bolo pohladením pre ich zmysly a hlavne dušu, čo bolo vidno aj v diskusii, ktorá mala charakter mnohých osobných životných výpovedí. Je veľmi dobre, že takýmto ľuďom hľadajúcim lepší život môžeme aj poskytnúť.“*

núť exaktné merania, poskytujúce obraz o ich celkovom zdravotnom stave a medicínske profesionálne vysvetlenie ako oni sami tieto čísla pre zdravší život môžu ovplyvniť. Skvelé, dobré gesto nádeje poskytla v tomto projekte spoločnosť Wörwag Pharma, ktorá obdarila dvadsiatich zúčastnených digitálnymi tlakomermi, čo umocnilo celkovú atmosféru, a všetkých zúčastnených vynikajúcimi, trefnými materiálmi a pomôckami presvedčilo o tom, že to s nimi naozaj myslíme dobre. Pomáhať je našim poslaním.

**Jeden okrídlený výrok hovorí, že sa nemáme snažiť robiť veľké veci, ale malé veci s veľkou láskou.** Toto podujatie znamenalo pre mňa, pre nás veľké veci s veľkou láskou aj vďaka obrovskej podpore vynikajúcich osobností spoločnosti Wörwag Pharma, ktorí celé podujatie vynikajúco zorganizovali a moderovali. Aj v budúcnosti majú jednoznačne takéto podujatia zmysel, pretože zvyšujú povedomie veľkých skupín obyvateľstva o zdravom životnom štýle, a vlastne prakticky ovplyvňujú spoločnosť te-mer v populačnom meradle a dávajú ľuďom nádej na lepší život.

Podakovanie patrí všetkým odborníkom, ktorí sa s entuziazmom zúčastnili prednášok v ostatných mestách: V Košiciach zabezpečila okrem **Doc. MUDr. Mariána Sninčáka, CSc.** odbornú spoluprácu aj **MUDr. Dana Šolcová** a v Michalovciach aj **MUDr. Iveta Jasovská**; v Seredi a v Bratislave **MUDr. Anna Vachulová, PhD.**, v Nových Zámkoch **MUDr. Dagmar Štofková**, v Humennom **MUDr. Ivan Popovec**, v Banskej Bystrici **MUDr. Ľubica Budajová**, v Novom Meste nad Váhom **MUDr. Marián Mora** a v Žiline **MUDr. Pavol Meliš**.

## Merania firmy Wörwag Pharma

Dátum	Miesto	Počet vyšetrených
4. 9. 2008	Košice	62
11. 9. 2008	Michalovce	34
11. 9. 2008	Sereď	30
16. 9. 2008	Nové Zámky	27
17. 9. 2008	Humenné	29
18. 9. 2008	Banská Bystrica	30
18. 9. 2008	Nové Mesto nad Váhom	154
23. 9. 2008	Žilina	19
25. 9. 2008	Bratislava	50