

Kapitola 5

Výsledky vyšetrení počas kampane MOST

5

Počas 30 dní trvania **Mesiaca o srdcových témach** (MOST-u) bolo celkovo vyšetrených 4 289 respondentov. Vyšetrení boli počas edukačných aktivít farmaceutických firiem alebo edukačných aktivít Akadémie vzdelávania za aktívnej účasti našich kolegov, lekárov, väčšinou špecialistov.

Išlo o dobrovoľné vyšetrenia, ktoré prebiehali v rôznych zariadeniach v závislosti od toho, kde organizátori danú aktivitu pripravovali (v obchodných reťazcoch, v školách, na pôde Akadémie vzdelávania, v detských domovoch atď ...). Výsledky vyšetrení majú iste limitovanú výpovednú hodnotu – odbery krvi neboli robené nalačno, merania tlaku krvi neboli vždy za štandardných podmienok, napriek tomu nám dávajú istú zaujímavú informáciu, o ktorú sa chceme podeliť.

Výsledky vyšetrení

Priemerný vek vyšetrených bol 40,2 roka, teda väčšinou relatívne mladšie a zdravšie osoby, zastúpenie mužov bolo 2 062 (48 %), žien 2 227 (52 %). Základnú charakteristiku výsledkov vyšetrení v celom súbore respondentov, ako aj rozdelených podľa jednotlivých vekových skupín so štatistickým vyhodnotením ukazuje **tabuľka 1**. Z hľadiska vzdelania malo 16 % (390) základné vzdelanie, 55 % (1 359) stredoškolské vzdelanie a 30 % (736) malo vysokoškolské vzdelanie.

Porovnanie výskytu sledovaných parametrov v celom súbore a podľa jednotlivých vekových kategórií z hľadiska percentuálneho zastúpenia ukazuje **tabuľka 2**.

Porovnanie priemerných výsledkov niektorých klinických a laboratórnych parametrov v celom súbore a v súbore mužov a žien a ich štatistické porovnanie ukazujú **tabuľky 3 a 4**.

Tabuľka 1 Porovnanie priemerných výsledkov niektorých klinických a laboratórnych parametrov v celom súbore a podľa jednotlivých vekových kategórií a ich štatistické porovnanie

PARAMETRE	celý súbor n = 4 289	do 18 rokov	18 – 29 roční	30 – 54 roční	55 – 64 roční	65 a viac roční	P
Vek (roky)	40,23	15,24	23,60	42,17	58,78	72,07	0,001
Obvod pásu v cm	85,59	71,08	78,23	85,40	93,36	95,43	0,001
BMI	24,89	20,00	22,68	25,76	27,26	27,44	0,001
TKs (mmHg)	131,44	122,80	123,78	130,68	142,64	148,36	0,001
TKd (mmHg)	81,21	74,42	77,59	82,51	85,50	85,16	0,001
PF	76,87	82,38	77,26	75,63	74,19	74,66	0,001
Glykémia (mmol/l)	5,7	-	4,88	5,26	6,51	6,93	0,030
TCH (mmol/l)	4,89	3,94	4,27	4,88	5,38	5,25	0,001
HDL (mmol/l)	1,61	1,65	1,51	1,75	1,36	-	0,146
TGL (mmol/l)	2,77	2,59	3,30	2,62	3,11	1,67**	NS
Hladina %COHb	1,75	1,67	1,80	1,85	1,48	1,13	0,189
Skóre závislosti – fajčenie	3,77	3,82	3,88	3,67	4,17	3,10	0,675

BMI – body mass index, TKs – systolický tlak krvi, TKd – diastolický tlak krvi, PF – pulzová frekvencia, TCH – celkový cholesterol, HDL – HDL cholesterol, TGL – triacylglyceroly
 ** výsledky boli k dispozícii u malého počtu vyšetrených

Tabuľka 2 Základná charakteristika všetkých vyšetrovaných respondentov, rozdelených podľa vekových kategórií a ich štatistické porovnanie

PARAMETRE	celý súbor n= 4289	do 18 rokov	18 – 29 roční	30 – 54 roční	55 – 64 roční	65 a viac roční	P
Muži	48,1%	49,3%	42,5%	50,1%	48,4%	46,0%	0,001
Hypertenzia v anamnéze	16,5%	0,5%	5,8%	14,7%	31,7%	42,9%	0,001
Fajčiari	29,0%	18,4%	36,9%	33,1%	23,6%	10,8%	0,001
Nedostatočná FA	42,1%	20,0%	38,6%	43,6%	48,9%	61,2%	0,001
Cukrovka	5,5%	3,4%	1,4%	3,4%	9,7%	19,0%	0,001
Positívna RA	39,4%	34,1%	37,6%	42,4%	42,3%	35,6%	NS
Liečba	21,1%	2,6%	4,6%	17,5%	45,0%	63,3%	0,001
TK do 120/80 mmHg	29,2%	40,9%	45,0%	27,7%	14,7%	8,2%	0,001
TK nad 140/90 mmHg	38,5%	18,5%	22,2%	39,0%	59,3%	69,8%	0,001
TCH nad 5 mmol/l	45,4%	0,0%	18,3%	45,7%	65,0%	64,0%	0,001
Cukor nad 5,6 mmol/l	35,2%	-	0,0%	19,4%	60,0%	100,0%	0,001
BMI do 25	52,3%	95,9%	75,7%	44,3%	29,7%	24,2%	0,001
BMI nad 30	14,6%	0,0%	4,1%	16,9%	26,1%	24,6%	0,001
Obvod pásu nad 102 (M), resp. nad 84 cm (Ž)	29,9%	6,1%	9,1%	25,8%	50,7%	69,1%	0,001

FA – fyzická aktivita, RA – pozitívna rodinná anamnéza kardiovaskulárneho ochorenia u najbližších pokrvných príbuzných, TK – tlak krvi, TCH – celkový cholesterol, BMI – body mass index, M – muži, Ž – ženy

Tabuľka 3 Porovnanie výskytu hlavných rizikových faktorov medzi mužmi a ženami a ich štatistické vyhodnotenie

PARAMETRE	(všetci, %)	(ženy, %)	(muži, %)	P
Vek (roky)	40,23	39,94	40,53	NS
BMI	24,88	23,79	26,19	0,0001
Obvod pásu nad 102 (M), resp. nad 84 cm (Ž)	85,53	79,79	93,96	0,0001
TKs (mmHg)	131,41	126,52	137,23	0,0001
TKd (mmHg)	81,27	79,51	81,27	0,0001
PF	76,90	78,00	75,36	0,0001
TGL (mmol/l)	2,68	2,37	3,28	0,0151
TCH (mmol/l)	4,86	4,85	4,87	NS
Glykémia (mmol/l)	5,70	5,49	6,36	NS
HDL (mmol/l)	1,60	1,71	1,46	NS
Hladina %COHb	1,75	1,29	1,98	0,0001
Skóre závislosti	3,77	3,43	3,93	NS
Vzdelanie základné	16 %	18 %	12 %	0,001
Vzdelanie stredoškolské	55 %	52 %	58 %	NS
Vzdelanie vysokoškolské	30 %	30 %	29 %	NS

BMI – body mass index, TKs – systolický tlak krvi, TKd – diastolický tlak krvi, PF – pulzová frekvencia, TCH – celkový cholesterol, HDL – HDL cholesterol, TGL – triacylglyceroly, M – muži, Ž – ženy

Tabuľka 4 Porovnanie výskytu hlavných rizikových faktorov medzi mužmi a ženami a ich štatistické vyhodnotenie

PARAMETRE	(všetci, %)	(ženy, %)	(muži, %)	P
Hypertenzia v anamnéze	16,5	15,6	17,5	NS
Fajčiari	29	24,9	33,3	0,0001
Nedostatočná FA	42,0	42,5	41,5	NS
Cukrovka	5,5	4,9	6,4	NS
Pozitívna RA	39,4	44,5	32,9	0,0001
Liečba	21,2	20,8	21,5	NS
TK do 120/80 mmHg	29,2	39,6	16,7	0,0001
TK nad 140/90 mmHg	38,5	28,9	49,9	0,0001
TCH nad 5 mmol/l	44,3	43,9	45,1	NS
Cukor nad 5,6 mmol/l	35,2	31,7	46,2	NS**
BMI do 25	52,3	63,9	38,4	0,0001
BMI nad 30	14,5	11,8	17,7	0,00001
Obvod pásu nad 102 (M), resp. nad 84 cm (Ž)	30,1	36,1	21,4	0,0001

FA – fyzická aktivita, RA – pozitívna rodinná anamnéza kardiovaskulárneho ochorenia u najbližších pokrvných príbuzných, TK – tlak krvi, TCH – celkový cholesterol, BMI – body mass index, M – muži, Ž – ženy

Čo nám zistené výsledky hovoria?

Išlo o relatívne mladšie vekové skupiny s maximom respondentov vo vekovej skupine od 30 – 54 rokov (20 35 osôb), priemerný vek 40,23 roka. Pri hodnotení výskytu jednotlivých rizikových faktorov v celej vzorke vyšetrovaných aj tieto zistenia poukazujú na relatívne vysoký výskyt významných kardiovaskulárnych rizík.

Výskyt fajčenia, ktorý sme zistili, je stále vysoký (29 %), nižší však ako uvádza Štatistický úrad z roku 2006 (38 %), rovnako ako výskyt fajčenia vo vekovej skupine 15 – 29 rokov (v projekte MOST 36,9 % a Štatistický úrad 52 %). Pri hodnotení intenzity fajčenia sme zistili, že najsilnejší fajčiari sú vo vekových kategóriách od 18 do 29 rokov a od 30 do 54 rokov (priemerná hladina %COHb 1,8, resp. 1,85). Potešiteľným zistením je, že skóre závislosti bolo pomerne nízke, až na skupinu osôb vo veku 55- až 64-ročných, kde bolo stredne vysoké.

Krvný tlak. Aj tieto výsledky potvrdzujú nedobrá situáciu na Slovensku.

Tzv. optimálny krvný tlak, t. j. tlak krvi nižší ako 120/80 mmHg, malo **iba 29 %** respondentov. Za takmer alarmujúci treba považovať fakt, že **u mladistvých a detí do 18 rokov** má optimálny tlak krvi iba **41 %**. Toto percento trvale s narastajúcim vekom klesá a vo vekovej skupine nad 65 rokov ho dosahuje iba 8 %. **Vysoký krvný tlak** definovaný ako tlak krvi rovný alebo vyšší ako 140/90 mmHg malo 38 % všetkých respondentov, pričom 18 % mladistvých a až 39 % osôb vo veku 30 – 54 rokov.

www.tvojsrdce.sk

www.tvojesrdce.sk kód tvojho srdca: 0 - 30 -

www.tvojesrdce.sk

MESIAČ O SRDCA

MOST

MESIAČ O SRDCOVÝCH TÉMACH

www.tvojesrdce.sk

MOST

MESIAČ O SRDCOVÝCH TÉMACH

kód tvojho srdca:

www.tvojesrdce.sk MOST kód tvojho srdca: 0 - 30 - 5 - 120 - 80

MESIAČ O SRDCOVÝCH TÉMACH

Nedostatočnú fyzickú aktivitu priznáva 42 % všetkých respondentov(!), pričom zarážajúcim zistením je, že **až 20 % mladistvých a 39 % mladých od 18 do 29 rokov**. Nemožno sa logicky potom čudovať, že **obezitu** definovanú ako BMI nad 30 zistujeme v 17 % osôb vo veku 30 až 54 rokov a vo veku 55 rokov a viac je to už 26 %.

Pri porovnaní mužov a žien zisťujeme, že muži majú nielen vyšší výskyt rizikových faktorov, ale sú aj intenzívnejšie prezentovaní. Ženy majú signifikantne nižší systolický i diastolický krvný tlak, nižšiu hladinu triacylglycerolov, nižšiu hmotnosť, menej často a menej intenzívne fajčia. Na druhej strane majú častejší výskyt širšieho obvodu pása (ženy nad 84 cm a muži nad 102 cm) a vyššiu pulzovú frekvenciu.

So stúpajúcim vekom najmä v dôsledku znižujúcej sa fyzickej aktivity a nárastu obezity, zaznamenávame výrazný vzostup vysokého tlaku krvi, zvýšených hladín cholesterolu a krvných hladín cukru v súbore našich respondentov. Relatívne vysoký výskyt fajčenia tieto riziká významne potencuje a ich dopad na vznik srdcovocievnych ochorení zvyšuje.

Preto aj kampaň MOST okrem toho, že zmapovala situáciu v oblasti výskytu rizikových faktorov na Slovensku, svojou intenzívnou edukáciou významne zvýšila povedomie obyvateľstva Slovenska z hľadiska poznania ich závažnosti.

tvojesrdce.sk MOST MĚSIAČ O SRDCOVÝCH TĚMÁCH kód tvojo srdca: 0 - 30 - 5 - 120 - 80

tvojesrdce.sk MOST MĚSIAČ O SRDCOVÝCH TĚMÁCH kód tvojo

tvojesrdce.sk MOST MĚSIAČ O SRDCOVÝCH TĚMÁCH kód tvojo

www.tvojesrdce.sk MOST MĚSIAČ O SRDCOVÝCH TĚMÁCH kód tvojo srdca: 0 - 30 - 5 - 120 - 80

Kapitola 6

Mediálne aktivity

6

Nosnú súčasť projektu MOST tvorila rozsiahla mediálna kampaň, ktorá prebiehala počas celého septembra v elektronických aj printových médiách. Pri organizácii kampane sa znova potvrdilo, že zvyšovanie informovanosti občanov je celospoločenskou záležitosťou a partnerstvo rôznych zainteresovaných subjektov v ňom hrá dôležitú úlohu. Základ kampane tvorili televízne spoty, ktoré nám láskavo zapožičala Poľská kardiologická spoločnosť z podobnej kampane, ktorá prebiehala v Poľsku a zaznamenala veľký úspech. Vďaka patrí najmä jej bývalému prezidentovi prof. Torbickému, ktorý nám pomohol promptne vybaviť všetky formality pri transformovaní spotov do slovenskej verzie. Zo série dvanástich poľských spotov sme vybrali tri, upozorňujúce na nebezpečenstvo vysokého tlaku, fajčenia a nesprávneho stravovania a s tým súvisiacou vysokou hladinou cholesterolu. Ďalšie poďakovanie patrí Ing. Radimovi Hrehovi, teraz už bývalému riaditeľovi Slovenskej



Ukážka TV spotu zameraného na škodlivosť fajčenia

televízie, ktorý nám poskytol adekvátny priestor na ich odvysielanie. Televízne spoty sa objavili celkovo dvestokrát na okruhoch STV, spravodajskej televízie TA3 a vo väčšine regionálnych televízií. Paralelne s televíziou sa rovnaké spoty vysielali aj v rozhlasovej podobe, opäť aj vďaka ústretovosti vedenia Slovenského rozhlasu a Rádia OKEY.

Slovenská televízia aj Slovenský rozhlas nám navyše umožnili prezentovať témy o kardiovaskulárnych ochoreniach tým, že ich zaradili do vysielacej štruktúry. Odborníci – kardiológovia boli hosťami ranných



Ukážka TV spotu zameraného na škodlivosť zvýšeného cholesterolu

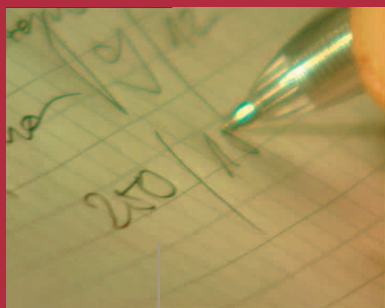
i nočných vysielaní, regionálnych magazínov a ďalších relácií. O záujme verejnosti o túto problematiku svedčil ohlas v súťažiach, ktoré prebiehali na viacerých rozhlasových staniciach. Len v Slovenskom rozhlasе sme zaznamenali 6 000 SMS správ s odpoveďami na vyhlásené súťažné otázky.

V spolupráci s televíziou TV Bratislava sme vyrobili dve relácie – jedna informovala o projekte MOST a jeho význame pre zdravie obyvateľstva Slovenska, druhá sa týkala najväznejšieho rizikového faktora srdcových ochorení – hypertenzie.

Nakoľko popri mediálnej kampani prebiehali mnohé edukačné aktivity, v jednotlivých mestách a v mestskej hromadnej doprave o nich informovali plagáty s programom podujatí.

Na vysokú hladinu cholesterolu, vysoký krvný tlak a hladinu cukru v krvi upozorňovalo sto billboardov po celom Slovensku. Kampaň sa samozrejme nemohla vyhnúť ani internetu, kde naše odkazy boli zobrazené 1,7 mil krát.

Samostatnou kapitolou boli informácie, ktoré sa objavovali počas celého mesiaca v novinách a časopisoch na Slovensku, pripravené v spolupráci s redakciami a novinármi. Dvanásť inzerátov vizuálne sprevádzajúcich billboardovú kampaň sa objavilo v týždenníkoch Markíza



MOST

MESIAC O SRDCOVÝCH TÉMACH

Ukážka TV spotu zameraného na nebezpečie vysokého krvného tlaku

a Žurnál a aj v denníku Šport.

V spolupráci s agentúrou Svetlonos sme vydali samostatné číslo dvojmesačníka *Cardio magazín* zamerané na prevenciu kardiovaskulárnych ochorení. Rôznym aspektom srdcových chorôb, ich rizík a prevencie sa venovali populárne články v množstve novín a časopisov, napr. v SME, Zdravotníckych novinách, SITA, Nový čas pre ženy, Plus jeden deň a na mnohých internetových stránkach.

Celkový dopad kampane bol prepočítaný nasledovne:

Vo vekovej kategórii 35 – 55 ročných kampaňou sme oslovili 82 % (pôvodne 63 %) cieľovej skupiny, čo je 1 672 800. Táto skupina ľudí uvidela alebo počula spot. inzerciu minimálne 1-krát, v priemere 9,7 krát.

MOST
MESIAC O SRDCOVÝCH TÉMACH

V kampani sme dosiahli 16.264.300 kontaktov. zobrazení. V priemere 3-krát a viac uvidelo inzerciu cca 69% cieľovej skupiny.

V cieľovej skupine ženy 35 – 55-ročné kampaňou sme oslovili 82% (pôvodne 61%), čo je 819.600 ľudí. Táto skupina ľudí uvidela alebo počula spot. inzerciu minimálne 1-krát, v priemere 10,4 krát. V kampani sme dosiahli 8 548 100 kontaktov. zobrazení. V priemere 3-krát a viac uvidela inzerciu cca 69% cieľovej skupiny. Celkové zloženie mediamixu uvádza **tabuľka 1**.

Tabuľka 1 Celkové zloženie mediamixu kampane

TELEVÍZIA (222 spotov + 200 regionálnych spotov)
<ul style="list-style-type: none">• STV 1 – 84 free spotov• STV2 – 82 spotov• TA3 – 56 spotov• Regionálne TV –200 spotov
ROZHLAS (195 spotov)
<ul style="list-style-type: none">• Slovenský rozhlas – Slovensko – 32 spotov• Slovenský rozhlas – Rádio FM – 84 spotov• Rádio OKEY – 79 spotov
PRINTOVÉ MÉDIA (12 inzercií)
<ul style="list-style-type: none">• týždenník Markíza – 4 x 1. 4 4C• týždenník Žurnál – 4 x 1. 4 4C• denník Šport – 4 x 1. 2 4C
INTERNET(1 710 001 zobrazení)
<ul style="list-style-type: none">• zoznam.sk – umiestnenie na home page, bleskovky.sk, floating – 1 710 001 zobrazení bannerov 468 x 90, 200 x 200, 468 x 60
BILLBOARDY (100 billboardových plôch)
<ul style="list-style-type: none">• 100 ks billboardových plôch s teasingom od 15. 9. 2007

Projekt: MOST 2007

Názov média	Typ média	Uverejnené
Zdravotnícke noviny	odborné zdravotnícke periodikum	08. 09. 2007
SITA	tlačová agentúra	21. 09. 2007
Nový čas pre ženy	ženský týždenník	25. 09. 2007
Plus jeden deň	tabloid	25. 09. 2006
imarkiza.sk	web	18. 09. 2007
Sme	denník	07. 09. 2007
STV	hlavné správy STV	01. 09. 2007
tvojesrdce.sk	web	24. 9. 2007
www.zzz.sk	web	22. 9. 2007
stopfajceni.sk	web	01. 09. 2007
fitserver.sk	web	28. 08. 2007
zdravie.sk	web	24. 08. 2007
www.worwagpharma.sk	web	13. 09. 2007
florastranky.sk	web	03. 09. 2007
joj.sk	web	16. 09. 2007
joj.sk	web	20. 09. 2007
senior.sk	web	24. 09. 2007
spravy.reklama.sk	web	15. 09. 2007
vszp.sk	web	
cholesterol.sk	web	
cassovia.sk/korzar	web	
ta3.com	spravodajská televízia	31. 08. 2007
Markiza	komerčná televízia/ Teleráno	18. 09. 2007
Slovenský rozhlas	rozhlas	30. 09. 2007
TASR	tlačová agentúra	03. 10. 2007
Aktualne.sk	online media	04. 10. 2007
STV1	televízia	06. 10. 2007
Pauza	časopis	04. 10. 2007
TV Bratislava	regionálna televízia	04. 10. 2007
Cardio magazín	časopis	
Sme.sk	online media	19. 10. 2007
Sme	noviny	19. 10. 2007

Kapitola 7

Internetový portál

www.tvojesrdce.sk



V júli 2007 Slovenská nadácia srdca spustila stránku Tvoje srdce – informačný portál o kardiovaskulárnych ochoreniach. Jej ambíciou je poskytovať obsiahle a aktuálne informácie o srdcových ochoreniach a ich príznakoch, liečbe, ale najmä o spôsobe ich predchádzania dodržiavaním zásad zdravého životného štýlu – najmä zdravého stravovania, pohybu, kontroly hmotnosti, vyhýbaniu sa fajčeniu a pod.

Na stránke nájdu zaujímavé a poučné čítanie pacienti, ktorí už niektoré z ochorení prekonal, ale aj zdraví návštevníci, ktorí im chcú predchádzať starostlivosťou o svoje zdravie. Dôležitú časť informácií tvorí popis varovných príznakov predchádzajúcich infarktu a porážky. Sú to fakty, ovládanie ktorých by malo byť pre každého samozrejmosť.



ťou. Včasné odhalenie možnej srdcovo-cievnej príhody môže totiž zachrániť život alebo znížiť rozsah následkov takejto príhody.

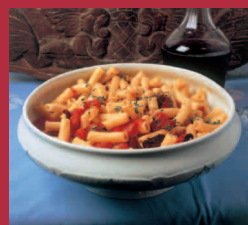
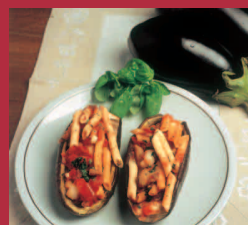
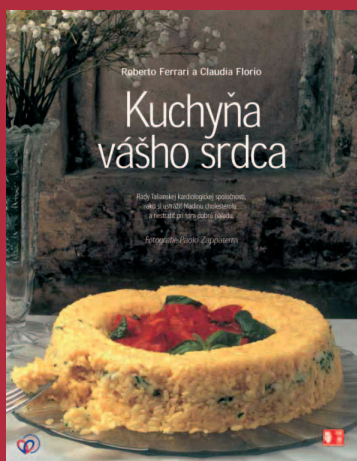
Jednotlivé časti portálu obsahujú popis ochorenia s ich možnými dôsledkami a rady, ako tieto ochorenia liečiť, ale aj najvýznamnejších rizikových faktorov – najmä vysokého krvného tlaku, vysokej hladiny cholesterolu, fajčenia, nedostatku pohybu – a dôsledkov ich ignorovania.

Poradňa dáva možnosť zaslať otázku odborníkovi, ktorý na ňu odpovie, alebo vyhľadať svoj problém v ich databáze.

Stránka obsahuje aj Recepty pre vaše srdce, v ktorých môžu návštevníci nájsť recepty z kuchárskej knihy Kuchyňa vášho srdca talianskeho kardiológa prof. Roberta Ferrariho a jeho manželky Claudie, ktoré rešpektujú tieto zásady a ponúkajú jednoduché, chutné a zdravé stravovacie alternatívy.

V septembri 2007, počas realizácie projektu MOST, sa internetová stránka stala aj dôležitým komunikačným nástrojom, ktorým sme sprostredkovali informácie o prebiehajúcich podujatiach v regiónoch.

Jej stúpajúca sledovanosť, ktorá významne kulminovala práve v septembri počas mesiaca MOST-u, iste prispela k zlepšovaniu informovanosti našich občanov v oblasti poznania a najmä predchádzania rizikovým faktorom kardiovaskulárnych ochorení.



Mesačný sumár

Mesiac	Denný priemer				Mesačné súčty					
	zásahov	súborov	strán	návštev	miest	kBytov	návštev	strán	súborov	zásahov
Sept. 2007	21 634	17 985	3 235	490	2 483	1 912 721	3 926	25 881	143 882	173 078
Aug 2007	2 587	1 857	423	95	1 460	785 676	2 971	13 124	57 587	80 206
Júl 2007	1 239	759	163	38	560	300 524	1 180	5 061	23 554	38 414
Jún 2007	790	337	46	6	107	130 903	186	1 388	10 116	23 720
Máj 2007	1 632	636	148	11	47	312 352	368	4 592	19 746	50 612
Apríl 2007	1 237	364	54	3	40	110 130	99	1 648	10 929	37 110
Marec 2007	568	255	36	3	35	53 300	99	989	6 899	15 346
Celkom						3 605 606	8 829	52 683	272 713	418 486



MOST

MEŠIAČ O SRDCOVÝCH TĚMACH



Podpis Európskej charty zdravia srdca