

# NPP SC 2011

## Národný program prevencie ochorení srdca a ciev 2011

Vzdelaný pacient  
MOST – mesiac o srdcových témach  
Poznaj príznaky infarktu a mozgovej porážky

Gabriel Kamenský, Ivona Dvoranová, Ján Murín, Anton Dlesk



## Kapitola 1

# Pár slov na úvod

MUDr. Ivan Uhliarik

### Predslov ministra zdravotníctva Slovenskej republiky



Srdcovo-cievne ochorenia (SCO) sú dlhodobo celosvetovo najčastejšou príčinou úmrtia žien a mužov. V roku 2008 zomrelo na tieto ochorenia 17 miliónov ľudí, pričom viac ako 3 milióny ľudí zomrelo vo veku nižšom ako 60 rokov. SCO sú zodpovedné za takmer polovicu všetkých úmrtí v Európe, čo predstavuje viac ako 4,5 milióna úmrtí ročne v 52 členských štátoch európskej oblasti Svetovej zdravotníckej organizácie (SZO) a viac ako 1,9 milióna úmrtí ročne v Európskej únii. SCO sú hlavnou príčinou invalidity a zníženej kvality života.

Nadálej žiaľ platí, že bremeno SCO zabíja viac ľudí ako všetky typy rakoviny spolu, pričom u žien je to vyššie percento ako u mužov a vyššia úmrtnosť je medzi mužmi a ženami s nižším socio-ekonomickým statusom. Posledné údaje zo SZO ukazujú, že v krajinách s vyšším socio-ekonomickým statusom je výrazne lepšia organizácia preventívnych opatrení, lepšia kontrola rizikových faktorov, ale aj lepšia liečba SCO. Ukazuje sa, že priepasť v úmrtnosti i chorobnosti na SCO medzi ekonomicky vyspelými a menej vyspelými krajinami sa neustále prehľbuje. Slovensko bolo podľa týchto údajov (SZO, 2011) zaradené ako člen Európskej únie do skupiny ekonomicky vyspelých krajín. V uvádzanom rebríčku malo Slovensku 4-tú najvyššiu vekovo-štandardizovanú mieru úmrtnosti na SCO na svete v tesnom závese Estónska a Maďarska. Podľa miery štandardizovanej úmrtnosti sa podľa tých istých údajov Slovensko zaraďuje (v rámci 34 krajín Európy a 4 zoskupení) do poslednej tretiny. V tomto hodnotení sú za nami iba krajiny ako je Rumunsko, Bulharsko a krajiny bývalého Sovietskeho zväzu. Do kontextu týchto trendov zapadajú aj zistenia, že vo väčšine ekonomicky vyspelých európskych krajín sa úmrtnosť na SCO, ich incidencia a fatalita trvale znižujú, kým v krajinách strednej a východnej Európy vrátane Slovenska sa neznižujú tak rýchlo, alebo sa dokonca zvyšujú. Tieto údaje sú v zásadnom kontraste s vedecky overenou skutočnosťou, že epidémii SCO sa dá dnes účinne predchádzať. Podľa odhadov SZO už mierny pokles hodnôt tlaku krvi a hladiny cholesterolu, zníženie používania tabaku a pokles výskytu

obezity by viac ako o polovicu znížili incidenciu SCO v horizonte 5-10 rokov.

V súčasnosti na Slovensku, aj vďaka celonárodným edukačným kampaniam organizovaných Slovenskou nadáciou srdca a v posledných dvoch rokoch v rámci Národného programu prevencie ochorení srdca a ciev, si čoraz viac občanov začína uvedomovať, že hlavné rizikové faktory SCO ako je vysoký krvný tlak a cholesterol, používanie tabaku, nedostatok fyzickej aktivity s následnou obezitou, sú mimoriadne nebezpečné a treba ich mať pod kontrolou. O záujme obyvateľstva o tieto témy svedčí aj veľká účasť občanov Slovenska na meracích akciách, či už v rámci celonárodnej kampane MOST alebo kampane Poznaj príznaky akútneho infarktu a mozgovej porážky. Je potešiteľné, že každým rokom na Slovensku stúpa počet občanov, ktorí vedia, aký majú krvný tlak, resp. cholesterol, čoraz viac z nich pozná ich správne hodnoty a väčšina z nich robí aj reálne opatrenia na ich zníženie. Toto je správna cesta, na ktorej treba vytrvať a ktorá môže priniesť svoje ovocie už v horizonte 5-10 rokov.

MZ SR podporuje všetky iniciatívy, ktoré vedú k poklesu chorobnosti a úmrtnosti na SCO. V roku 2011 v rámci Národného programu prevencie ochorení srdca a ciev (NPPOSC) sa na Slovensku zrealizovalo množstvo celonárodných edukačných aktivít, o ktorých sa čitateľ dozvie v tejto publikácii. Okrem celoslovensky známej kampane MOST (Mesiac o srdcových témach) a projektu Vzdelaný pacient, v roku 2011 po prvýkrát prebehla kampaň Poznaj príznaky srdcového infarktu a mozgovej porážky, celoeurópsky primárne preventívny projekt EHES, projekt Výcviku lekárov a stredných zdravotníckych pracovníkov pracujúcich s marginalizovanými skupinami obyvateľstva a niektoré menšie projekty. Na mnohých námestiach, v obchodných domoch i vo vlakoch zdravia organizátori oslovili v roku 2011 viac ako 40 tisíc občanov Slovenska, z ktorých viac ako 10 tisícom odmerali krvný tlak, hladinu cholesterolu, BMI a poskytli poradenstvo. Prostredníctvom televíznych a rádiových médií, webových stránok, množstva billboardov, printových vizuálov bolo oslovených viac ako 30 % všetkých obyvateľov Slovenska.

Som veľmi rád, že som sa mohol aj tento rok osobne zúčastniť v uliciach Bratislavy tejto významnej celonárodnej aktivity počas Svetového dňa srdca. Zástupy čakajúcich ľudí na merania tlaku krvi, cholesterolu a BMI ma skutočne príjemne prekvapili.

Na záver by som sa chcel poďakovať organizátorom a realizátorom NPPOSC, ktorí nezištne venovali svoj voľný čas v prospech dobrej veci. Chcem im poblahoželať aj ku krásnej publikácii, ktorá zachytáva hlavné momenty tvorby, prípravy a realizácie NPPOSC na Slovensku v roku 2011. Som presvedčený, že celonárodné aktivity tohto druhu sú mimoriadne prospešné, pretože zvyšujú nielen záujem verejnosti o svoje zdravie, ale aj ich vedomosti.

  
MUDr. Ivan Uhliarik  
minister zdravotníctva

## Druhý rok Národného programu prevencie ochorení srdca a ciev na Slovensku

doc. MUDr. Gabriel Kamenský, CSc., prof. MUDr. Ján Murín, CSc.

Druhý rok NPPOSC sa začal so značným oneskorením a do poslednej chvíle sme mali trochu obavy, či nakoniec bude aj reálne spustený. Rok 2011 bol mimoriadne turbulentný, a to ako pre zdravotníkov, tak aj pre občanov, pacientov. Navyše, v tomto roku došlo aj k zásadnej zmene Zákona o verejnom obstarávaní jeho novelizáciou, kedy vznikla povinnosť aj pre nadácie preukazovať efektívnosť a účelnosť použitia pridelených prostriedkov, a to nielen ich koncoročným zúčtovaním, ale aj plánovaním ich hospodárneho využitia na konkrétne projekty. Oblasť verejného obstarávania a cenových prieskumov v zmysle zákona bola pre nás novou mimoriadne administratívne náročnou povinnosťou. V zmysle zákona sme pripravovali v spolupráci s právnikmi podklady pre Výzvy na predkladanie ponúk na jednotlivé projekty, ako aj Výzvy na predloženie cenových ponúk pre čiastkové úlohy pri realizácii kampaní. Samozrejmosťou bola kontrola zmlúv a zmluvne dohodnutých podmienok realizácie zákazky. Prostredníctvom týchto výziev sme oslovovali množstvo agentúr a spoločností, ktoré predkladali svoje cenové ponuky na realizáciu konkrétnych zadaní. Nová situácia viedla k podstatnému predĺžovaniu lehôt realizácie všetkých dielčích úloh, ktoré sme mali v rámci NPPOSC v roku 2011 riešiť. Keďže ku podpisu zmlúv medzi MZSR a Slovenskou nadáciou srdca došlo až v júli 2011, čas na realizáciu NPPOSC sa nám dramaticky skrátil.



Napriek tejto situácii možno povedať, že väčšinu úloh sme úspešne zrealizovali (podrobnejšie v tejto publikácii). **Kampaň MOST (Mesiac O Srdcových Témach)**, ktorá oslavovala v roku 2011 prvé malé výročie 5-tich rokov, sa realizovala dňa 29. septembra 2011. Intenzita kampane, podobne ako v minulom roku, sa odzrkadlila opäť na veľkom počte záujemcov, ochotných vystáť si aj dlhé rady na odmeranie hladiny cholesterolu a tlaku krvi. Podľa výsledkov nezávislého prieskumu agentúry Focus sa ukázalo, že kampaň MOST zaregistrovalo v roku 2011 až 30 % obyvateľstva. Z množstva čísiel pre kampaň MOST 2011 si dovoľíme na tomto mieste uviesť iba niektoré: 219 meracích miest, 6 vlakov zdravia srdca, 37 okresných miest, 26 pobočiek Akadémie vzdelávania, 36 pobočiek RÚVZ + ÚVZ BA, 28 stredných škôl, 260 študentov v hliadkach zdravia, 20 partnerov, cca 20 000 občanov konzultovaných a vyšetrených na meracích miestach, cca 20 000 občanov oslovených študentmi Kódom zdravého života, rozdanych viac ako 50 000 edukačných letákov, 1948 televíznych spotov, 283 rozhlasových spotov, 4 586 263 zobrazení na web banneroch [www.sme.sk](http://www.sme.sk), facebook, cas.

sk, 100 ks billboardov, 3 000 pozývacích letákov, 30 ks busboardov na zadných sklách autobusov MHD Bratislava a Košice, pressmarketing reklama vo vlakoch (2500 letákov a 110 nálepiek), 30x printová inzercia v relevantných denníkoch, resp. týždenníkoch, zverejnenie kampane v obecných rozhlasoch v 56 obciach s dopadom na viac ako 300 tisíc obyvateľov, 42 000 zobrazení 10 sekundového spotu na LED digitálnych obrazovkách v Bratislave, podpora Svetového dňa srdca použitím 3 segwayov v Bratislave. Nemožno nespomenúť, že podobne ako v roku 2010, aj v roku 2011 sa v jeden deň zúčastnili kampane ako súčasní, tak aj predchádzajúci minister zdravotníctva, za čo im obom patrí naša vďaka. Sme veľmi radi, že aj v tomto roku na kampani participovali stredné školy, Poradne zdravia regionálnych úradov VZ, Akadémia vzdelávania, Farmaceutická fakulta UK, Slovenská lekárska komora a mnohí ďalší partneri. Všetkým aj na tomto mieste veľmi pekne ďakujeme.

V rámci rozbiehajúceho sa NPOSC v čase vrcholiacich príprav kampane MOST sa začala súčasne aj realizácia pilotného **projektu Vzdelaný pacient**. Realizátorom tejto úlohy sa stala firma Farmi-Profi s.r.o., ktorá vyhrala verejnú súťaž na tento projekt. Odborným garantom projektu tejto úlohy bola Slovenská nadácia srdca. Vzhľadom na krátkosť času (október – december 2011) bolo nakoniec zrealizovaných 40 workshopov prevažne na stredných školách (34x), vysokých školách (4x) a 2x v podnikoch. Na workshopoch sa zúčastnilo celkovo 5079 respondentov, 4256 vyplnilo informačné dotazníky o zdravotnom stave, vydaných bolo 4 657 publikácií Zdravý životný štýl: Cesta k prevencii ochorenia srdca a ciev a zapojených bolo 15 lektorov. Podobne ako v predchádzajúcom roku boli k dispozícii hlasovacie zariadenia, ktoré umožnili posúdiť informovanosť našich študentov o SCO pred a po prednáške. Výsledky získané z anonymného hlasovania počas workshopov potvrdili pozitívne očakávania respondentov.

Novinkou NPOSC v roku 2011 bola kampaň **Poznaj príznaky srdcového infarktu a mozgovej porážky** (Poznaj príznaky SlaMP). Vzhľadom na náročnosť realizácie verejnej súťaže kampaň bola spustená až 2. 12. 2011 prostredníctvom projektu Roadshow: Poznaj príznaky SlaMP. Organizátori v 9 mestách Slovenska prevažne v obchodných domoch (OD) pripravili intenzívnu informačnú kampaň spojenú s meraniami tlaku krvi a cholesterolu spojenú s vysvetľovaním príznakov SlaMP. Na viacerých miestach boli prítomní aj záchranári, ktorí trpezlivo odpovedali na početné otázky zvedavých okoloidúcich čo robiť, ak dostanem infarkt alebo mozgovú príhodu. Všetci oslovení vyplnili stručný anketový lístok o príznakoch infarktu a mozgovej príhody, obdržali informačné kartičky a brožúrky o príznakoch SlaMP. Kampaň prebiehala súčasne aj v médiách (123 TV spotov, 216 rádiových spotov + 516 rozhlasových spotov v sieti Radiopoint v dopravných uzloch MHD Bratislava, printové inzercie), na webových portáloch sme.sk, cas.sk a Facebook. Ku kampani prebehla aj tlačová beseda pre médiá dňa 9. 12. 2011.

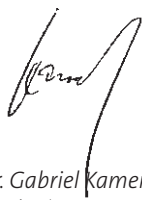
Súčasťou NPPOSC je aj európsky projekt EHES (European Health Examination Survey), na ktorom sa zúčastňuje celkovo 13 krajín Európy a ktorý monitoruje výskyt rizikových faktorov SCO v danej krajine. Skrining prebehol u 2500 respondentov v kategórii 18 – 64 ročných náhodne vybraných obyvateľov SR. Lídrom projektu je Národný inštitút pre zdravie a pohodu v Helsinkách. Hlavnou koordinátorkou projektu na Slovensku je doc. MUDr. Mária Avdičová z RÚVZ v Banskej Bystrici, ktorej spolu s jej tímom patrí naše veľké poďakovanie, pretože po dlhšej dobe získavame dôležité informácie o zdravotnom stave obyvateľstva, ktoré budú porovnateľné s ďalšími 13 krajinami Európy. Okrem tohto projektu pracovný team pod vedením doc. MUDr. Avdičovej realizoval aj dôležitý projekt Výcviku lekárov a stredných zdravotníckych pracovníkov pracujúcich s marginalizovanými skupinami obyvateľstva.

V roku 2011 sme v rámci NPPOSC spustili prípravné práce na zriadenie **tzv. Ambulantných jednotiek srdcového zlyhávania (AJSZ)** v troch krajských mestách. Keďže hlavnou náplňou tejto úlohy je okrem prípravy odborného usmernenia a odborného školenia pre zdravotnícky personál aj nákup patričného prístrojového vybavenia nemalej finančnej hodnoty, bolo nevyhnutné vypracovať ďalšiu výzvu pre nákup medicínskeho vybavenia s podrobnou špecifikáciou. Celý mimoriadne komplikovaný proces prebehol až do záverečného vyhodnotenia ponúk uchádzačov. V súčasnosti pracuje skupina expertov na tvorbe Odborného usmernenia pre AJSZ a finalizujú sa činnosti vedúce ku vzniku jednotlivých AJSZ v Bratislave, Banskej Bystrici a v Košiciach. Hlavným riešiteľom tejto úlohy je prof. Murín.

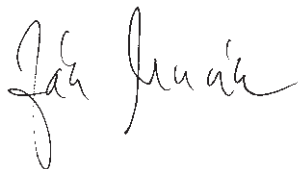
Treba povedať, že dva projekty sa nepodarilo zrealizovať ako sme pôvodne zamýšľali. Veľa sme si sľubovali od projektu ARTEHYP-VPL, čo je register osôb s vysokým krvným tlakom a vysokým kardiovaskulárnym rizikom, ktorý mal byť realizovaný prostredníctvom všeobecných praktických lekárov. Do projektu sa ich prihlásilo takmer 300, podarilo sa pripraviť elektronický program na zadávanie údajov do registra tak, aby lekár mohol zadávať potrebné údaje priamo do svojho existujúceho programu, súhlas na realizáciu registra sme dostali aj od centrálnej etickej komisie. Projekt sme však museli zastaviť vzhľadom na extrémne nízky počet respondentov zo strany našich kolegov. Druhý projekt, ktorý mala realizovať Nadácia p. Silvie Gašparovičovej s názvom GO FIT, nebol nakoniec zrealizovaný z dôvodov časovej tiesne, teda dôvodov, ktorých sme sa značne obávali aj v ostatných úlohách.

Záverom dovoľte pripomenúť jeden dôležitý aspekt v organizácii NPPOSC. Bez zánietenia, ochoty a snahy nezištne pomôcť dobrej veci by tak rozsiahly program nikdy nedosiahol takých kvalitatívnych, ale aj kvantitatívnych rozmerov. Dovoľte nám preto, na tomto mieste poďakovať sa predstaviteľom Ministerstva zdravotníctva Slovenskej republiky, vďaka ktorým sa podarilo presadiť Národný program prevencie ochorení srdca a ciev ako skutočnú prioritu, a to nielen na papieri. Ďalej chceme poďakovať všetkým partnerom Slovenskej na-

dácie srdca, bez ktorých by naša aktivita nikdy nemohla dosiahnuť takýchto rozmerov. Naše osobitné poďakovanie uvádzame na záver tejto publikácie. Poďakovanie patrí všetkým školám, lekárom, zdravotným sestram, lekárnikom, študentom farmaceutickej fakulty, ale aj členom správnej a dozornej rady Slovenskej nadácie srdca. Osobitne sa chceme poďakovať pani Mgr. Ivone Dvoranovej, ktorá má mimoriadne veľkú zásluhu na zvládnutí týchto náročných úloh.



*Doc. MUDr. Gabriel Kamenský, CSc., FESC  
Hlavný koordinátor NPPOSC  
správca Slovenskej nadácie srdca*



*Prof. MUDr. Ján Murín, CSc., FESC  
predseda správnej rady Slovenskej  
nadácie srdca*

## Kapitola 2

# Prehľad prípravy a realizácie kampane MOST 2011 a ostatných aktivít v rámci NPPOSC

# 2

Mgr. Ivona Dvoranová

**16. december 2010**

### **Tlačová konferencia a stretnutie partnerov**

V tento deň sa konala hodnotiacia tlačová konferencia ku kampani MOST 2010 a ďalším projektom, ktoré sa uskutočnili v prvom roku Národného programu prevencie ochorení srdca a ciev (NPPOSC). Nosnou témou tlačovej besedy bolo oficiálne zverejnenie výsledkov prieskumu agentúry FOCUS z októbra 2010 a tiež porovnanie prieskumov z minulých rokov o vývoji ochorení, o prevencii rizikových faktorov KVO. Na tlačovej besede boli uverejnené výsledky z meraní obyvateľstva (krvný tlak, cholesterol, BMI a iné), ktoré prebehli počas podujatia na meracích miestach a aj vo vlakoch. Boli poskytnuté aj prvé informácie o realizácii projektu Vzdelaný pacient organizovaného prostredníctvom interaktívnych workshopov po celom Slovensku.

Na tlačovej konferencii diskutovali a výsledky projektov prezentovali nasledovné osobnosti:

- MUDr. Ivan Uhliarik, Minister zdravotníctva Slovenskej republiky,
- Doc. MUDr. Gabriel Kamenský, CSc., FESC, hlavný odborník MZ SR pre odbor kardiológie, správca Slovenskej nadácie srdca,
- Doc. MUDr. Eva Goncalvesová, CSc., prezidentka Slovenskej kardiologickej spoločnosti,
- Mgr. Eva Ryder, riaditeľka Centra jazykov Akadémie vzdelávania,
- prof. PharmDr. Ján Kyselovič, CSc., dekan Farmaceutickej fakulty UK v Bratislave.

V popoludňajších hodinách sa konalo koncoročné hodnotiace stretnutie partnerov Slovenskej nadácie srdca, na ktorom už tradične doc. Kamenský informoval prítomných partnerov o výsledkoch kampane MOST 2010 a načrtol možnosti kampane a ostatných projektov nadácie pripravovaných v rámci NPPOSC pre rok 2011. Na stretnutí bola opätovne vyjadrená potreba pokračovať v tomto úspešnom edukačnom projekte určenom pre laickú verejnosť. Stretnutie part-



nerov sa konalo za účelom určenia prvých krokov v pokračovaní kampane MOST a tiež finančnej náročnosti a partnerstva v projekte jednotlivých subjektov. Mnohí z partnerov potvrdili svoju participáciu pre rok 2011, niektorí avizovali iné aktivity a nemožnosť spoluúčasti a niektorí sa ešte nevedeli definitívne vyjadriť k svojmu partnerstvu v ďalšom období.

## 19. január 2011

### Rokovanie v spoločnosti Rajo, a.s.

Na rokovaní v spoločnosti Rajo, a.s. s Ing. Točkovou a Ing. Horváthovou boli dohodnuté podmienky spolupráce medzi spoločnosťou Rajo, a.s. a Slovenskou nadáciou srdca. Slovenská nadácia srdca podporí svojim logom a odporúčaním nový výrobok spoločnosti s obsahom fytosterolov, určený pre ľudí so zvýšeným obsahom cholesterolu v krvi a spoločnosť Rajo, a.s. podporí kampaň MOST 2011 tiež ochutnávkou svojich výrobkov počas Dňa srdca vo vybraných supermarketoch.

## 21. január 2011

### Rokovanie vo Všeobecnej zdravotnej poisťovni

Na pracovnom stretnutí s hovorkyňou VŠZP Petrou Balážovou boli predstreté a zhodnotené možnosti spolupráce medzi oboma organizáciami v rámci kampane MOST. Napriek zaujímavým možnostiam sa nakoniec vedenie VŠZP rozhodlo v roku 2011 kampaň MOST nepodporiť.

## Február – marec 2011

### Kampaň na získanie 2 % z daní

Po relatívne úspešnej kampani v predchádzajúcom roku, správna rada nadácie schválila rozpočet na kampaň na získanie 2 % z daní na rok 2011. Pri prípravách tejto kampane sme vychádzali z minuloročných skúseností a snažili sme sa využiť nadobudnuté poznatky a osloviť ďalších potenciálnych darcov.

Priebeh prípravy a realizácie kampane na asignáciu 2 % z daní sa dá zhrnúť do nasledovných bodov:

- príprava návrhov grafického vizuálu a príprava spotu v nadväznosti na úspešné vizuály z predchádzajúceho roka,
- dopracovanie vybraného návrhu a sprievodných textov,
- rozposlanie oslovovacieho direct mailu pre 1000 vybraných firiem z celého Slovenska v rôznych oblastiach pôsobenia,
- príprava bannerov na web stránku,
- príprava televízneho a rozhlasového spotu,
- tlač a rozvoz 400 ks plagátov do lekární prostredníctvom spoločnosti Interpharm, a.s.,
- inzercia v printových médiách,

- príprava podkladov na webovú stránku spolu s materiálmi na stiahnutie,
- príprava prezentácie Slovenskej nadácie srdca s motívmi, cieľmi a použitím prostriedkov.

V rámci kampane okrem vyššie spomínaných aktivít prebehla aj mediálna kampaň. Bolo odvysielaných 50 televíznych spotov na STV, 40 čítaných oznamov v Slovenskom rozhlasu na okruhu Slovensko 1 a Regina, bola opakovane uverejnená inzercia v denníku Pravda, ako aj v týždenníkoch Týždeň a Trend.



## 18. február 2011

### Rokovanie so spoločnosťou Generica, s.r.o.

Rokovanie sa uskutočnilo za prítomnosti Ing. Evy Stanislavskej, marketingovej manažérky spoločnosti Generica, Ing. Margaréty Gačkovej a Mgr. Dvoranovej za Slovenskú nadáciu srdca. Po predstavení možnosti spolupráce na oboch stranách a vyjasnení podmienok sme sa dohodli na vzájomnej podpore našich projektov. Nadácia podporila nový produkt spoločnosti so zníženým obsahom sodíka, určený ako alternatíva klasickej soli pre hypertonikov a spoločnosť Generica podporila kampaň MOST, okrem iného aj dodaním vzoriek výrobku na meracie miesta určené pre občanov.

## 11. marec 2011

### Rokovanie so spoločnosťou Celimed, s.r.o.

Stretnutie sa uskutočnilo za prítomnosti konateľky spoločnosti Celimed, s.r.o. Dany Mlčákovskej. Spoločnosť Celimed je výhradným zástupcom zn. Omron na Slovensku a už tradične podporuje nadáciu prostredníctvom príspevku z 1,5 % z daní a dodávaním tlakomerov tejto značky, tiež zariadením meracieho miesta počas Dňa srdca. Dohodnuté podmienky boli spečatené podpísaním zmluvy o partnerstve.

## 16. marec 2011

### Stretnutie s predstaviteľmi projektu Vaše srdce

Predstavitelia projektu Vaše srdce PharmDr. Peter Matejka, PhD. a PharmDr. Peter Stanko, tak ako aj po minulé roky, potvrdili partnerstvo lekární a lekárníkov v kampani MOST 2011 zriadením meracích miest v lekárnach, zapojených do celoročného projektu Vaše srdce a tiež poskytovaním poradenstva počas Dňa srdca na týchto meracích miestach. Zároveň prisľúbili osloviť kompetentné osoby na spoluprácu na Farmaceutickej fakulte UK a v Slovenskej lekárskej komore.

## 24. marec 2011

### Stretnutie partnerov Slovenskej nadácie srdca

Na stretnutí partnerov Slovenskej nadácie srdca boli prítomným partnerom predstavené návrhy realizácie kampane MOST 2011, pokračovanie vo vizualizácii kampane prostredníctvom úspešného motívu štvorlístka, v ktorom je zapracovaný Kód zdravého života, aj vzhľadom na zachovanie kontinuity komunikácie témy s občanmi. Diskutovalo sa aj o možnostiach spolupráce zo strany partnerov počas samotného Dňa srdca. Partneri boli vyzvaní na zabezpečenie meracích miest podľa svojich možností. Prítomní partneri odsúhlasili navrhované cesty realizácie kampane a možnosti oslovenia prípadných nových ďalších partnerov kampane.

## 5. apríl 2011

### Rokovanie v spoločnosti DHL Express

Na základe úspešnej spolupráce v predchádzajúcom ročníku kampane sme sa rozhodli znovu osloviť spoločnosť DHL Express ohľadom partnerstva pri zabezpečení logistiky a rozvozu pripravených edukačných materiálov a tiež spotrebnejého materiálu a prístrojového vybavenia na jednotlivé meracie miesta. Spoločnosť DHL súhlasila s partnerstvom pri kampani MOST 2011 a počas príprav na Deň srdca rozviezla množstvo zásielok po celom Slovensku jednotlivým partnerom a školám participujúcim na kampani.

## 6. apríl 2011

### Pracovné stretnutie v spoločnosti Tesco

Vzhľadom na úspešný pilotný projekt v roku 2010 so spoločnosťou Tesco a Nadáciou Tesco a 30 zastrešením meracích miest v jej prevádzkach, partneri kampane a vedenie nadácie odsúhlasili ďalšiu spoluprácu formou partnerstva a možnosťou zriadenia meracích miest v prevádzkach siete hypermarketov. Zástupkyne spoločnosti Tesco, Oľga Hrnčírová a Ľubica Puchá, vyjadrili na stretnutí súhlasné stanovisko k spolupráci na kampani MOST 2011, aj vzhľadom na pozitívne ohlasy verejnosti na túto aktivitu, ktoré vyplynuli z interných prieskumov spoločnosti. Na tomto pracovnom stretnutí sa nadviazalo na predchádzajúcu spoluprácu a dohodli sa podmienky partnerstva. Nadácia dodá zoznam miest, v ktorých bude prostredníctvom partnerov možné zriadiť meracie miesto, pričom odborný personál zabezpečí regionálny partner. Nadácia Tesco v spolupráci s manažérmi vo vybraných hypermarketoch zabezpečí pre odborný personál technické vybavenie (stôl, stoličky). Nadácia srdca zabezpečí podporu kampane dodaním samostatných plagátov s logom partnera Nadácia Tesco a jednotné označenie meracích miest. Nakoniec bolo v prevádzkach hypermarketov Tesco po celom Slovensku zriadených 16 meracích miest, na zriadení ktorých spolupracovali ďalší partneri.

## 7. apríl 2011

### Merania a prednáška na Ministerstve zahraničných vecí

Na základe predchádzajúcich rokovaní sa pri príležitosti Svetového dňa zdravia uskutočnili na Ministerstve zahraničných vecí pod názvom „Srdcová záležitosť“ v dopoludňajších hodinách merania krvného tlaku a biochemické vyšetrenia hladiny glukózy, triglyceridov a cholesterolu v kvapke kapilárnej krvi. Merania vykonávali 4 odborní zdravotnícki pracovníci. Spolu vyšetřili počas tohto dňa 97 zamestnancov ministerstva. V popoludňajších hodinách prebehla pre záujemcov prednáška zameraná na zdravý životný štýl, ktorej odborným garantom a lektorom bol doc. Kamenský. Na prednáške sa zúčastnilo menej osôb ako na meraniach, no napriek tomu sa rozprúdila zaujímavá diskusia a doc. Kamenský zodpovedal na množstvo otázok z publika a poskytol aj osobné konzultácie o zdravotnom stave.

## 13. apríl 2011

### Rokovanie v Akadémii vzdelávania

Na pôde Akadémie vzdelávania (AV) sa uskutočnilo pracovné stretnutie zo zástupcami Akadémie vzdelávania a Slovenskej nadácie srdca. Hlavným predmetom rokovania bola spolupráca na kampani MOST a na projekte Vzdelaný pacient. Boli prehodnotené možnosti participácie a vznesené požiadavky na spoluprácu z oboch strán. Akadémia vzdelávania aktívne spolupracovala na prípravách kampane a samotného Dňa srdca. Pobočky, ktoré prejavili záujem o spoluprácu na Dni srdca zriadením a organizačno-logistickým zabezpečením meracieho miesta v svojom meste, nahlasovali svoje požiadavky prostredníctvom webového formulára priamo do kancelárie nadácie. Komunikáciu pobočiek s centrárou AV zabezpečovala pani Jaroslava Štěpánková, ktorej patrí poďakovanie za jej ochotu a entuziazmus pri koordinácii kolegov z regiónov, ako aj za promptné vzájomné odovzdávanie informácií. Poďakovanie taktiež patrí Ing. Jane Novej, ústrednej riaditeľke Akadémie vzdelávania, ktorá umožnila regionálnym pobočkám spolupracovať na kampani MOST 2011.

Vzhľadom na náročnosť logisticko-organizačného zabezpečenia projektu Vzdelaný pacient a jeho časovú náročnosť na administratívne zabezpečenie sa jednotlivé pobočky AV v roku 2011 rozhodli na tomto projekte nespupracovať.

## Máj – jún 2011

### Prípravné práce

Počas mesiacov máj a jún prebehlo množstvo rokovaní a stretnutí s partnermi, oslovovali sa noví potenciálni partneri, pripravovali sa organizačno-logistické plány realizácie kampane MOST a návrhy realizácií ďalších projektov v rámci NPPOSC. Oslovili sme na spoluprácu stredné školy a gymnáziá prostredníctvom dobrovoľných študentov v uliciach miest počas Dňa srdca. Stále však nebolo definitívne zabezpečené financovanie kampane MOST v rozsahu predchádza-

júcich rokov, a tak sme uvažovali aj o „oklieštenej“ verzii kampane. Koordinácia a koncepcia kampane MOST 2011 bola zverená Ing. Margaréte Gačkovej, ktorá už mala potrebné skúsenosti z predchádzajúceho ročníka kampane. Pod jej taktovkou boli zrealizované aj úspešné Vlaky zdravia.

Pripravovali sa potrebné podklady pre Ministerstvo zdravotníctva na podpis zmlúv schválených štátnych dotácií gremiálnou radou MZ SR na základe podaných žiadostí ešte z roku 2010.

V roku 2011 došlo k zásadnej zmene Zákona o verejnom obstarávaní jeho novelizáciou, kedy vznikla povinnosť aj pre nadácie preukazovať efektívnosť a účelnosť použitia pridelených prostriedkov, a to nielen ich koncoročným zúčtovaním, ale aj plánovaním ich hospodárneho využitia na konkrétne projekty. Oblasť verejného obstarávania a cenových prieskumov v zmysle zákona bola pre nás novou povinnosťou, preto sme na základe odporúčania partnerov oslovili JUDr. Svetlanu Gavorovú a advokátsku kanceláriu AK Gavorova-Heinrich a partneri, ktorá mala v tejto oblasti bohaté skúsenosti. JUDr. Gavorová v spolupráci s Ing. Pavlíkom (odborne spôsobilá osoba v zozname Úradu pre verejné obstarávanie) nás usmernili a pripravili nám podklady pre Výzvy na predkladanie ponúk na jednotlivé projekty v zmysle zákona, ako aj Výzvy na predloženie cenových ponúk pre čiastkové úlohy pri realizácii kampaní. Samozrejmosťou bola kontrola zmlúv a zmluvne dohodnutých podmienok realizácie zákazky. Prostredníctvom týchto výziev bolo oslovených množstvo agentúr a spoločností, ktoré predkladali svoje cenové ponuky na realizáciu konkrétnych zadaní. Komplexná dokumentácia sa nachádza v kancelárii nadácie. Môžeme skonštatovať, že pridelené prostriedky boli vynaložené efektívne, a na základe najnižších cenových ponúk sme realizovali jednotlivé projekty, či čiastkové úlohy projektov. Priestor pre odvysielanie televíznych a rozhlasových spotov zabezpečovala v zmysle zákona priamo nadácia oslovením konkrétnych médií bez sprostredkovateľských agentúr.

## 5. – 12. júl 2011

### 1. vlna nezávislého prieskumu

V tomto termíne sa uskutočnil prostredníctvom agentúry Focus nezávislý omnibusový prieskum zameraný na znalosť problematiky srdcovo-cievnych ochorení s dôrazom na vedomosti o rizikových faktoroch a na ich prevenciu. Boli použité identické otázky ako v predchádzajúcich prieskumoch v rokoch 2007-2010, realizovaných pred kampaňou. Prieskum sa uskutočnil na súbore 1026 respondentov prostredníctvom dotazníkového zberu údajov. Viac v kapitole o výsledkoch nezávislého prieskumu obyvateľstva.

## 11. júl 2011

### Podpisy zmlúv s MZ SR

Významný dátum pre 2. ročník NPPOSC, kedy došlo k podpisu zmlúv zo strany MZ SR k jednotlivým úlohám Národného programu. Na základe týchto zmlúv

boli pridelené finančné prostriedky zo štátneho rozpočtu účelovo viazané na plnenie konkrétnych úloh. Prostriedky boli uvoľnené, na samostatné k tomu zriadené účty, koncom mesiaca júl.

## Júl – september 2011

### Logisticko-organizačné zabezpečenie kampane MOST 2011

Počas týchto mesiacov prebiehali intenzívne rokovania s agentúrami a spoločnosťami, ktoré realizovali čiastkové zadania kampane MOST, počnúc vizualizáciou kampane v nadväznosti na minulý ročník, cez návrhy jednotlivých tlačovín a ich samotnú tlač, návrhy a výrobu spotov, návrhy a realizáciu inzercií, propagačných materiálov, nákup spotrebného materiálu pre meracie miesta, nákup cholesterolových prúžkov a odberových ihliel, rozvoz materiálov k partnerom a do škôl, až po samotný Deň srdca a postavenie hlavného stanu na Námestí SNP.

Intenzívne sme komunikovali pri prípravách meracích miest s participujúcimi pobočkami Akadémie vzdelávania a Regionálnych úradov verejného zdravotníctva. Dokončovali sme tabuľky meracích miest, škôl, lekární a partnerov. Na základe cenových ponúk sa doлаđoval rozpočet kampane, do kalkulácií sme tiež zahrnuli aj spracovanie záznamov meraní a dotazníkov, ktoré zozbierali študenti v uliciach miest, keďže podľa počtu prihlásených meracích miest sme odhadovali vyšší počet záznamov ako v predchádzajúcom roku a tiež niekoľko tisíc záznamov v študentských dotazníkoch.

Dohodli sme definitívne obsadenie odborných zdravotníckych posádok vo Vlakoch zdravia a vykomunikovali partnerskú spoluprácu so Železničnou spoločnosťou Slovensko, zabezpečenie polepu vozňov plagátmi s vizuálom kampane, rozvoz plagátov na vybrané železničné stanice.

Uskutočnilo sa dôležité stretnutie na pôde Farmaceutickej fakulty s dekanom fakulty prof. PharmDr. Jánom Kyselovičom, PhD., ktorý prisľúbil participáciu na kampani poskytnutím dobrovoľných študentov na meraniach, ako aj študentov na odbornej praxi v partnerských lekárnach a zároveň oslovenie lekární zapojených v projekte Excelentná lekáreň. Určil kontaktnú osobu PharmDr. Miroslavu Snopkovú, ktorá organizačne vypomáhala pri oslovení lekární, ako aj pri zabezpečení školenia dobrovoľných študentov v priestoroch fakulty.

Ako je to pri kampaniach tohto rozsahu bežné, uskutočnilo sa veľké množstvo telefonátov, vymenili sme si s partnermi stovky mailov, niekoľkokrát sme si overovali veci už potvrdené, no napriek sa tomu sa vyskytlo niekoľko nedorozumení, ktoré sme, verím, vždy vyriešili k spokojnosti všetkých strán. Samozrejme najviac komunikácie prebehlo pri zriaďovaní a vybavení meracích miest, keďže



sa na nich podieľalo množstvo osôb v regiónoch.

Jednotlivé úlohy, ktorých finalizácia prebiehala až do samotného Dňa srdca, by sme mohli zhrnúť do nasledovných bodov:

- príprava a finalizácia tabuľky partnerov,
- príprava a finalizácia tabuľky partnerských škôl s kontaktmi a počtami študentov,
- zoznam meracích miest realizovaných AV spolu s kontaktnými osobami,
- zoznam meracích miest realizovaných RÚVZ spolu s kontaktnými osobami,
- zoznam lekární,
- definitívny mediaplán,
- uzatvorenie počtu ks pre každý druh tlačoviny,
- príprava draftu organizačno-logistických pokynov pre partnerov,
- tabuľka odporúčaného vybavenia meracieho miesta pre partnerov,
- zoznam kontaktných osôb v prevádzkach Tesco podľa partnermi nahlásených meracích miest,
- podklady na webovú stránku ku kampani,
- pripraviť, skontrolovať logá partnerov na webovej stránke,
- osloviť lekárov do Vlakov zdravia, definitívne sfinalizovať posádky,
- podľa schváleného mediaplánu zadať inzerciu,
- pripraviť text letáku na rozdávanie a jeho zalomenie,
- objednať a zadať materiály do tlače (plagáty, letáky, srdiečka),
- určiť počty tričiek a šnúrok na krk pre odborný personál v Hliadkach zdravia,
- zadať do výroby potlač tričiek, šnúrok, pier,
- doobjednať spotrebný materiál na meracie miesta (lancety, dezinfekčný roztok, pur-zellin, odpadové nádoby...),
- doobjednať cholesterolové prúžky podľa predpokladanej spotreby,
- pripraviť dotazníky, záznamové hárky a vzor správy z podujatia,
- pripraviť predpokladané množstvo obalového materiálu,
- vybaviť povolenie na magistráte hlavného mesta pre výstavbu hlavného stanu na Námestí SNP v Bratislave,
- dohodnúť podporné mediálne aktivity, vstupy v rádiách, TV,
- pripraviť balíky podľa objednaného materiálu na meracie miesta,
- rozposlať balíky na meracie miesta a školy, skontrolovať doručenie.

### **Projekt EHES a Vzdelávanie zdravotníckych pracovníkov**

Zároveň prebiehali rokovania s MUDr. Gabrielom Šimkom z ÚVZ SR a doc. Máriou Avdičovou a Ing. Jánom Villimom z RÚVZ v Banskej Bystrici, ktorí odborne, koordinačne a logisticky zabezpečovali projekt EHES na národnej úrovni a projekt Vzdelávania zdravotníckych pracovníkov na prácu s marginalizovanými skupinami obyvateľstva. Dohadovali sa podmienky spolupráce a čerpania pridelených finančných prostriedkov podľa usmernení JUDr. Gavorovej v zmysle Zákona o verejnom obstarávaní. Bolo nevyhnutné určiť logistiku projektov a nákup

potrebného vybavenia, a v neposlednom rade priebeh samotnej realizácie.

## Projekt Vzdelaný pacient

Pripravovali sme tiež podklady pre Výzvu na predkladanie ponúk pre projekt „Vzdelaný pacient“ – súťažné podklady k tejto výzve, ako aj požiadavky na uchádzačov pre tento projekt. Výzva bola odoslaná na Úrad pre verejné obstarávanie 17. augusta 2011, lehota na predkladanie ponúk bola do 14. septembra, kedy aj zasadala komisia a otvárali sa doručené ponuky. K tejto zákazke bola doručená jedna ponuka, kedy uchádzač splnil všetky požadované kritériá a stal sa aj víťazným uchádzačom. Víťazom a realizátorom projektu „Vzdelaný pacient“ sa stala spoločnosť Farmi-Profi, ktorá sa profesionálne ujala zabezpečenia a realizácie zadanej zákazky. Viac v kapitole č. 11 Vzdelaný pacient.

## 12. august 2011

### Rokovanie v agentúre Comm, s.r.o.

Agentúra Comm, s.r.o. zastupuje spoločnosť Unilever, ktorá so svojou značkou Flora je už dlhoročným partnerom kampane MOST a nebolo tomu inak ani tento rok. S pani Alexandrou Švantnerovou sme dohodli podmienky spolupráce a partnerstva. Značka Flora podporila kampaň finančnou spoluúčasťou na billboardovej kampani a zároveň poskytla na meracie miesta pre občanov vynovené brožúry „Priateľ tvojho srdca“, ktoré zaznamenali veľký úspech a boli rozdané do posledného kusa.

## 5. september 2011

### Rokovanie o „rozhlasovej“ reklame

Na pracovnom stretnutí s pánom Radoslavom Šimunim, riaditeľom spoločnosti Rádio makler, s.r.o. sa spresňovali možnosti spolupráce v obecných rozhlasoch, ktorých výhradným zástupcom je práve spoločnosť Rádio makler, s.r.o. Vytypovali sa jednotlivé mestá, v okolí ktorých je možné osloviť občanov prostredníctvom obecných rozhlasov a pozvať ich na Deň srdca do najbližšieho mesta. Pán Šimuni v kontexte nášho dohovoru následne pripravil rozpis miest a obcí a cenovú ponuku. Nakoniec bolo vytypovaných 47 obcí, v ktorých bolo oslovených prostredníctvom obecného rozhlasu a obecnej tabule približne 303 tisíc obyvateľov.





## 13. september 2011

### Tlačová konferencia

Dňa 13. septembra sa v priestoroch reštaurácie Kogo uskutočnila tlačová konferencia Slovenskej nadácie srdca a Slovenskej kardiologickej spoločnosti, ktorou sa spustila kampaň MOST 2011. Kampaň začala mediálnymi aktivitami na rôznych úrovniach a vyvrcholila samotným Dňom srdca. Prítomní novinári dostali k dispozícii materiály kampane, ako aj kompletnú tlačovú mapu a tlačovú správu, tiež podklady o partneroch kampane. Všetkým prítomným pri vstupe bolo na odev nalepené malé srdiečko, ktoré je symbolom kampane a dostávali ho aj občania na meracích miestach počas Dňa srdca.

Na tlačovej konferencii vystúpili nasledovní hostia:

1/ Doc. MUDr. Ján Porubský, CSc. – štátny tajomník MZ SR

2/ Doc. MUDr. Eva Goncalvesová, CSc. – prezidentka Slovenskej kardiologickej spoločnosti

3/ Doc. MUDr. Gabriel Kamenský – správca Slovenskej nadácie srdca, hlavný odborník MZ SR pre odbor kardiológie, hlavný koordinátor NPPOSC

4/ PhDr. Róbert Ochaba, PhD. z ÚVZ poverený vedením odboru Podpory zdravia

5/ Prof. MUDr. Ján Murín, CSc – predseda správnej rady Slovenskej nadácie srdca.

Na záver tlačovej konferencie bola vyhlásená súťaž s názvom „Ukáž svoje srdce“ pre základné umelecké školy, ktorá trvala do 15. decembra. Do agentúry bolo celkovo doručených viac ako 350 umeleckých diel zo všetkých kútov Slovenska.



Účastníci tlačovej konferencie.

## 27. september 2011

### Školenie študentov farmácie

Na základe výzvy dekana fakulty sa prihlásilo 15 študentov farmácie na školenie zamerané na správne meranie tlaku krvi a biochemických parametrov z kvapky krvi. Školenia sa ujal skúsený lektor PharmDr. Peter Matejka, PhD., ktorý je zároveň spoluautorom projektu Vaše srdce a má bohaté znalosti v tejto oblasti a aj v oblasti poskytovania odborného poradenstva. Školenie prebehlo pod odborným dohľadom doc. RNDr. Ingrid Tumovej, CSc., ktorá už niekoľko rokov spolupracuje na kampani MOST. Študenti sa aktívne zapájali a rýchlo nabrali potrebné zručnosti pri izolovaní kvapky krvi a samotnom meraní. Boli neoceniteľným prínosom na meraniach počas Dňa srdca v Hlavnom stane na Námestí SNP, ako aj pri meraniach pred aulou priamo na Farmaceutickej fakulte, za čo im patrí osobitné poďakovanie.

## 14. – 26. september 2011

### Baliace a špedičné práce

Jednou z najnáročnejších úloh bolo správne zabalenie a rozposlanie všetkých edukačných, propagačných a spotrebných materiálov. Tento rok sme si prácu „uľahčili“ a vopred sme si podľa nahlásených meracích miest a ich požiadaviek pripravili formuláre na spôsob dodacích listov, podľa ktorých sme pripravovali balíky na konkrétne miesta. Poďakovanie patrí sestram Leiboldovým, Erike a Monike, ktoré pripravili, skontrolovali a zabalili všetky balíky, ktorých bolo viac ako 200 a reklamácie na dodané vybavenie sme nemali žiadne.

V nemalej miere patrí poďakovanie spoločnosti DHL a ich kuriérovi, ktorý sám s priateľkou poprenášal a naložil všetky balíky v neskorých popoludňajších hodinách z 2. poschodia budovy do auta.

Dôležité je, že všetky balíky dorazili na miesto určenia, niekedy na poslednú chvíľu, ale včas.

## 29. september 2011

### Deň srdca

Jeden z najdôležitejších dní v roku nás privítal slnečným počasím a pozitívnymi informáciami z regiónov hneď od skorého rána. Po celom Slovensku sa začali zriaďovať jednotlivé Meracie stanice zdravého života, aby v plnom nasadení všetci zdravotnícki pracovníci začali merania tlaku krvi, pulzovej frekvencie, obvodu pása, hmotnosti, hladiny cholesterolu od 10-tej hodiny. Súčasne vykonávali poradenstvo. Mnohí začali aj skôr, podľa požiadaviek regiónov a zriaďovateľov. Opätovne sa potvrdil veľký záujem o merania, čo sme na mnohých miestach predpokladali a patrične sme sa vyzbrojili – či už personálnym alebo materiálno-technickým vybavením. Približne 250 študentov stredných škôl vyšlo do ulíc a rozdávali okoloídúcim kartičky s kódom zdravého života a po vyplnení stručného dotazníka nalepili občanom na odev malé červené srdiečko s tvárou ženy uprostred.

V dopoludňajších hodinách boli vypravené Vlaky zdravia aj s odbornými posádkami. Viac o Vlakoch zdravia v kapitole 4.

Hlavný stan meraní bol zriadený na Námestí SNP v Bratislave, kde už počas príprav a stavby stanu sa začali zhlukovať záujemcovia o merania. Počas celého dňa sa na Námestí SNP konali rozhovory s novinármi a s médiami, ktoré oslovovali aj občanov z radov záujemcov. Popoludní prišiel medzi ľudí merať krvný tlak aj minister zdravotníctva MUDr. Ivan Uhliarik, ktorý prevzal záštitu nad celou kampaňou.

Počas celého Dňa srdca poskytovali odborné konzultácie prítomným občanom prof. Murín a doc. Kamenský. V priebehu celého dňa sa v okolí hlavného stanu pohybovali segveje, ktorých obsluhujúci študenti mali na sebe kostým srdca, rozdávali okoloidúcim letáky a púťali patričnú pozornosť.

Celá akcia bola plánovaná do 17.00 hod., no na mnohých miestach sa pracovalo aj dlhšie vzhľadom na už spomínaný veľký záujem občanov o merania. Žiaľ, na niektorých miestach sa napriek záujmu museli merania skončiť načas kvôli príslušným povoleniam, prípadne skôr z dôvodu vyčerpania materiálového vybavenia.

Napriek určitým „chybičkám krásy“, ktoré kampaň tohto rozsahu so sebou prináša, je možné konštatovať, že Deň srdca sa vydaril a že všetky dobre mienné rady a usmernenia odborníkov našli „tých pravých“ poslucháčov.

## 2. október 2011

### Kardiobeh a Kardiokrok 2011

V poradí už 7. ročník Kardiobehu & Kardiokroku s podtitulom „Každý účastník víťazom“ sa tento rok konal v petržalskom Sade J. Kráľa a slávnostne ho otvorili



Kardiobeh a Kardiokrok 2011.

a svojou účasťou podporili doc. MUDr. Eva Goncalvesová, CSc. a prof. MUDr. Ján Murín, CSc. Podujatie sa konalo pod organizačno-technickým zabezpečením realizovaným v plnej miere spoločnosťou TAJPAN.

Zaregistrovaných súťažiacich bolo 82 rôzneho vekového zastúpenia, ktorí súťažili na 1 400 metrov dlhej trati tradične v štyroch kategóriách: beh-muži a juniori, beh-ženy a juniorky, chôdza bez vekovej kategórie a beh-deti, ktoré mali trať skrátenú na polovicu.

Podujatie sa uskutočnilo v čase od 14.00 do 16.00 a jeho súčasťou bolo meranie krvného tlaku zdravotníkmi a prezentácia Nordic Walking Kúpeľmi Ružbachy. Každému súťažiacemu bol pri registrácii odovzdaný spomienkový darček (upomienkové predmety dodané Slovenskou nadáciou srdca + perníkové srdiečko s názvom podujatia a fľaša minerálky, zabezpečené spoločnosťou TAJPAN).

Propagácia podujatia sa uskutočnila viacerými spôsobmi:

- plagáty (NÚSCH, Detské kardiocentrum, Ružinovská nemocnica),
- umiestnením pozvánky na webové stránky ([www.cardiology.sk](http://www.cardiology.sk), [www.tvoje-srdce.sk](http://www.tvoje-srdce.sk), [www.zzz.sk](http://www.zzz.sk), [www.slovenskypacient.sk](http://www.slovenskypacient.sk), [www.darzivota.estranky.sk](http://www.darzivota.estranky.sk))
- zaslaním pozvánok elektronickou formou stálym účastníkom Kardiobehu, Kardiokroku,
- telefonickým kontaktovaním bývalých účastníkov Kardiobehu, Kardiokroku.

Slávnostné vyhodnotenie a odovzdanie cien víťazom sa uskutočnilo na záver podujatia. Poďakovanie za účasť však patrilo všetkým, lebo „každý účastník bol víťazom“.

Vyhodnotenie súťaže:

Kategória 1 – Beh-muži a juniori:

1. miesto Peter Pecsuk (4,58)
2. miesto Viktor Dřízga
3. miesto Filip Rusin

Kategória 2 – Beh-ženy a juniorky:

1. miesto Ivana Kubištová (6,57)
2. miesto Mária Čapáková
3. miesto Elena Petrušková

Kategória 3 – Beh-deti:

1. miesto Kristián Pecsuk (3,00)
2. miesto Daniel Mizera
3. miesto Katka Pecsuková

Kategória 4 – Kardiokrok:

1. miesto Anna Šimovčeková (13,45)
2. miesto Denisa Mačúchová
3. miesto Miroslav Čižmár

## 5. – 11. október 2011

### 2. vlna nezávislého prieskumu

Prebehla 2. vlna prieskumu o vedomostiach obyvateľstva v problematike KVO, ktorá bola zameraná na zhodnotenie výsledkov kampane MOST 2011 v rámci Dňa srdca na Slovensku. V 2. vlne prieskumu bolo dotazovaných 1007 respondentov.

Prieskum uskutočnila agentúra Focus používajúc rovnakú metodiku, ako pri 1.

vlné prieskumu, aby bolo možné porovnať ich výsledky a tak objektívne zhodnotiť vplyv edukačnej kampane na základné vedomosti obyvateľstva v oblasti prevencie KVO. Viac v kapitole 8 o výsledkoch nezávislého prieskumu obyvateľstva.

## 6. – 8. október 2011

### XVI. Kongres SKS

Bratislava sa stala na tri dni centrom európskej medicíny. V novej budove Slovenského národného divadla sa stretlo takmer 1500 lekárov z celého sveta na najväčšom medicínskom podujatí na Slovensku – na XVI. Kongrese Slovenskej kardiologickej spoločnosti. Slovenská nadácia srdca sa na kongrese prezentovala tradičným stánkom. Účastníkom kongresu poskytla edukačné materiály a iné propagačné drobnosti. Rozdalo sa viac ako 200 publikácií „Kardiovaskulárne ochorenia – najväčšia hrozba. Biela kniha“ a viac ako 400 publikácií MOST 2010. Účastníci kongresu sa zaujímali o činnosť nadácie a mnohí sa pozitívne vyjadrovali k ukončenej kampani MOST, ktorú podľa ich slov zaregistrovali viac ako po minulé roky. V rámci odborného programu mala nadácia sekciu pod názvom Národný program prevencie ochorení srdca a ciev v kontexte Slovenskej nadácie srdca, kde okrem iného boli vyhodnotené aktivity Dňa srdca 29. 9. 2011 a ďalších úloh v rámci NPPOSC.

## Október – december 2011

### Projekt Vzdelaný pacient

Počas týchto mesiacov prebiehali v rámci projektu Vzdelaný pacient edukačné workshopy pod názvom „Vzdelaný pacient – Cesta k prevencii kardiovaskulárnych ochorení“. Uskutočnilo sa celkom 40 workshopov po celom Slovensku, väčšinou na stredných školách, časť prebehla na vybraných vysokých školách a v niektorých podnikoch. Odborní lektori počas týchto workshopov vyškolili takmer 5000 osôb a vyplnený dotazník s aktuálne nameranými hodnotami krvného tlaku, pulzu a hmotnosti odovzdalo 4065 účastníkov. Viac o tomto projekte uvádzame v samostatnej kapitole č. x.

### Kampaň „Poznaj príznaky akútneho infarktu a mozgovej príhody“

Intenzívne sme pracovali na prípravách kampane pre verejnosť na poznanie základných príznakov akútneho srdcového infarktu a cievnej mozgovej príhody. Poprední odborníci (doc. Studenčan, doc. Kamenský, prof. Murín, prof. Turčani, doc. Benetin a ďalší) pripravili texty pre tlačové materiály určené pre verejnosť, ako aj hlavné motívy vhodné na prezentáciu kampane. Zároveň sa finišovalo s prípravami podkladov pre uskutočnenie výziev pre verejné obstarávanie, ktoré boli v zmysle zákona zverejnené prostredníctvom ÚVO vo verejnom vestníku.

Boli pripravené dve výzvy:

- prvá pre návrh optického stvárnenia kampane, vrátane komplexnej vizualizácie, spracovania podkladov pre inzerciu, grafickej prípravy tlačovín až

do úplnej finalizácie vrátane samotnej tlačne, edukačnej akcie pre verejnosť v obchodnom centre spojenej s meraniami krvného tlaku a hladiny cholesterolu,

- druhá na prenájom reklamných plôch, a to najmä billboardov po celom Slovensku, pre obe vizualizácie kampane, inzercii v najčítanejších denníkoch a týždenníkoch podľa výberu a tiež webová kampaň na známych portáloch s určitým počtom zobrazení webových bannerov.

Výzvy boli oficiálne zverejnené vo vestníku 19. 10. 2011, termín na doručovanie ponúk bol v zmysle zákonných lehôt stanovený na 8. 11. 2011, kedy aj zasadala komisia.

Okrem týchto výziev a činností s tým spojených sme komunikovali s médiami ohľadom nákupu vysielacích časov na odvysielanie pripravených televíznych a rozhlasových spotov. Zároveň sme pripravovali podklady pre Roadshow v rámci kampane, ktorej cieľom bolo upozorniť verejnosť na dôležitosť poznania hlavných príznakov týchto závažných ochorení. Viac informácií o tejto kampani, ako aj jej výsledky a sprievodné aktivity nájdete v samostatnej kapitole č. x.

### Ambulantné jednotky srdcového zlyhávania

Ďalšou dôležitou úlohou v rámci NPPOSC bolo zriadenie ambulantných jednotiek srdcového zlyhávania v troch krajských mestách. Keďže hlavnou náplňou tejto úlohy je okrem prípravy odborného usmernenia a odborného školenia pre zdravotnícky personál aj nákup patričného prístrojového vybavenia nemalej

**KEĎ PRICHÁDZA INFARKT**

**SILNÁ TLAKOVÁ ALEBO PÁLIVÁ BOLEŠŤ NA HRUDNÍKU**

- + vyžaruje do krku alebo ľavého ramena
- + trvá viac ako 5 minút
- + slabosť, ťažší dych
- + potenie
- + nevoľnosť

**VOLAJ 155!**

[www.IDEOSEKUNDY.sk](http://www.IDEOSEKUNDY.sk)

**KEĎ PRICHÁDZA MOZGOVÁ PRÍHODA**

**S**labosť – trpnutie, neobratnosť končatín  
**T**vár – ochabnutá polovica, poklesnutý ústny kútik  
**R**eč – spomalená, nezrozumiteľná  
**O**či – neostré, rozmazané videnie  
**P**omoc – okamžite volať 155  
**3** hodiny – účinnú liečbu možno podať len do 3 hodín!

**VOLAJ 155!**

[www.IDEOSEKUNDY.sk](http://www.IDEOSEKUNDY.sk)

Kampaň „Poznaj príznaky akútneho infarktu a mozgovej príhody“.

finančnej hodnoty, bolo nevyhnutné vypracovať ďalšiu výzvu pre nákup medicínskeho vybavenia s podrobnou špecifikáciou. Kompletná výzva bola spracovaná a zaslaná na zverejnenie vo vestníku. Výzva bola oficiálne zverejnená 12. 11. 2011, pričom ponuky uchádzačov mali byť doručené najneskôr v termíne do 8. 12. 2011. Oficiálne otváranie ponúk prebehlo podľa podmienok súťaže 9. 12. 2011.

## 8. november 2011

### Zasadnutie komisie

Na tento deň bolo stanovené zasadnutie komisie a otváranie obálok k výzvam týkajúcim sa kampane na poznanie príznakov srdcového infarktu a mozgovej príhody.

K výzve č. 08492-WYS pod názvom „Celonárodná kampaň – príznaky srdcového infarktu a mozgovej porážky“ bolo doručených šesť ponúk od reklamných agentúr v rôznych cenových hladinách. Nie všetci uchádzači však splnili všetky požadované kritériá. Agentúrou, ktorá splnila všetky požadované kritériá a zároveň ponúkla najnižšiu cenu na plnenie zákazky, sa stala spoločnosť AD Solutions, s.r.o. Po vzájomnom odsúhlasení zmluvných podmienok sa naplno začalo s prípravami kampane, ktorej štart bol naplánovaný na 2. decembra. Intenzívnou spoluprácou a pripomienkovaním všetkých grafických návrhov a vizuálov sme nakoniec stihli tento šibeničný termín a na úvod kampane boli pripravené všetky edukačné materiály.

Na výzvu č. 08495-WYS s názvom „Zabezpečenie reklamných plôch pre kampaň príznaky srdcového infarktu a mozgovej porážky“ oficiálnou ponukou reagovali tri mediálne agentúry. Hlavnou náplňou bolo zabezpečenie billboardových plôch, vytípanie vhodných periodík podľa zadania na zverejnenie inzercie, ako aj návrh a výber vhodných webových portálov na zobrazenie pripravených bannerov s možnosťou prekliku na určenú stránku. Spoločnosť ATelier, s.r.o. splnila všetky požadované kritériá súťaže a stala sa realizátorom tejto zákazky.

## 2. – 18. december 2011

### Roadshow

Pre potreby kampane na poznanie príznakov akútneho infarktu myokardu a cievnjej mozgovej príhody agentúra Advantage, spol. s r.o. navrhla a pripravila Roadshow vo vybraných nákupných centrách po celom Slovensku. Cieľom bolo upozorniť laickú verejnosť na dôležitosť poznania hlavných príznakov týchto závažných ochorení a pri ich rozpoznaní okamžite volať rýchlu zdravotnícku pomoc. Show bola spojená s meraniami krvného tlaku a hladiny cholesterolu v krvi s účasťou odborníkov, ktorí poskytovali kvalifikované poradenstvo. Záujemcovia boli prítomným personálom informovaní o hlavných príznakoch, dostali pripravené edukačné materiály (letáky, brožúrky a kartičky s hlavnými príznakmi a dôležitým telefónnym číslom). Zároveň okoloidúci vyplňali krátke dotazníky, ktorých výsledky uvádzame v kapitole č. 11. Na akciu boli pozývané aj regionálne médiá, ktoré propagovali

a podporovali kampaň šírením jej posolstva medzi obyvateľstvom.

## 9. december 2011

### Tlačová konferencia

V bratislavskom hoteli Crowne Plaza sa uskutočnila úvodná tlačová konferencia, na ktorej boli médiá informované o spustení celonárodnej kampane Poznaj príznaky srdcového infarktu a mozgovej príhody ako súčasti NPPOSC. Hostami stretnutia boli poprední odborníci:

- Doc. MUDr. Ján Porubský, CSc., štátny tajomník Ministerstva zdravotníctva SR
- Doc. MUDr. Eva Goncalvesová, CSc., prezidentka Slovenskej kardiologickej spoločnosti
- Doc. MUDr. Ján Benetin, CSc., predseda Slovenskej neurologickej spoločnosti
- Prof. MUDr. Ján Murín, CSc., predseda správnej rady Slovenskej nadácie srdca
- Doc. MUDr. Gabriel Kamenský, CSc., správca Slovenskej nadácie srdca, hlavný koordinátor NPPOSC.

### Otváranie obálok

V popoludňajších hodinách sa uskutočnilo zasadnutie vymenovanej komisie, na ktorom sa konalo otváranie ponúk uchádzačov k zákazke Prístrojové vybavenie ambulantných jednotiek srdcového zlyhávania. Napriek viacerým žiadateľom o súťažné podklady, v termíne na doručenie ponúk boli doručené 2 ponuky uchádzačov. Obidve ponuky splnili požadované kritériá, víťaznou ponukou sa stala ponuka s nižšou hodnotou plnenia zákazky od spoločnosti Egamed, spol. s.r.o.

## 20. december 2011 – Srdcová záležitosť

Tento deň sme venovali všetkým srdciam a všetkým tým, ktorým nie je stav kardiovaskulárneho zdravia ľahostajný. Slovenský rozhlas si počas celého dňa pripomínal potrebu edukácie v oblasti srdcovo-cievnych ochorení a predstavitelia Slovenskej nadácie srdca sa venovali verejnosti, s cieľom poďakovať sa za priazeň a podporu v uplynulých obdobiach.

### Hodnotiaca tlačová konferencia

V netradičných priestoroch Via Galéria na Michalskej ulici sa konala dňa 20. decembra 2011 a tlačová konferencia, na ktorej boli vyhodnotené úlohy NPPOSC stanovené pre rok 2011. Prítomní novinári boli informovaní o všetkých projektoch NPPOSC, ktoré zastrešovala Slovenská nadácia srdca, o ich priebehu a predbežných výsledkoch. O plnení úloh, ich realizácii a víziách do budúcich období informovali prítomní hostia:

- MUDr. Ivan Uhliarik, minister zdravotníctva SR
- MUDr. Gabriel Šimko, MPH, hlavný hygienik ÚVZ SR
- Prof. MUDr. Ján Murín, CSc., predseda správnej rady Slovenskej nadácie srdca
- Doc. MUDr. Gabriel Kamenský, CSc., správca Slovenskej nadácie srdca, hlav-





ný koordinátor NPPOSC.

Na tlačovej konferencii bola vyhlásená aj víťazka výtvarnej súťaže Ukáž svoje srdce, vyhlásenej v septembri pre základné umelecké školy, ktorej bola odovzdaná symbolická cena a spolu s rodičmi bola pozvaná na večerný benefičný koncert. Víťazkou tejto súťaže sa stala Alexandra Sokolská z Krompách.

### Benefičný koncert Mariána Vargu a Eugena Procháca

Pri príležitosti 5. výročia vzniku Slovenskej nadácie srdca agentúra Advantage, spol. s r.o. pripravila ako poďakovanie pre svojich partnerov benefičný koncert. V historických priestoroch kostola Klarisky vystúpili so svojou tvorbou virtuózi medzinárodných kvalít klavirista Marián Varga, violončelista Eugen Prochác a jeho dcéra Natália Prochácová v sóloch a spoločných duetoch. Tento umelecký zážitok umocnil predvianočný čas a prítomní sa utvrdili v tom, že srdcovou záležitosťou sú naše srdcia.

Po skončení koncertu sa konala recepcia pre pozvaných hostí. Doc. Kamenický a prof. Murín poďakovali všetkým prítomným a partnerom za ich priazeň a podporu počas celej existencie nadácie a vyzdvihli nie len pre ich finančný prínos pre aktivity nadácie, ale aj osobnú zaangażovanosť a entuziazmus pri prípravách kampaní.



Benefičný koncert a víťazka výtvarnej súťaže.

## Kapitola 3

# Deň srdca 29. 9. 2011 na Slovensku v rámci kampane MOST 2011



Mgr. Ivona Dvoranová, doc. MUDr. Gabriel Kamenský, CSc.

### Príprava a logistika Dňa srdca 29. septembra 2011

#### Logistické a organizačné pokyny pre partnerov kampane

**Oficiálny názov akcie:** Deň srdca

**Termín akcie:** akcia sa koná len 1 deň – vo štvrtok 29. septembra 2011 (výnimku tvoria lekári, ktorí sa budú z východného Slovenska vracat' spiatočným vlakom do Bratislavy ešte v piatok 30. septembra 2011).

**Súbežné akcie:** organizované prostredníctvom partnerov SHF v rozpätí max. 2 týždňov od Dňa srdca (napr. odborné semináre a merania v školách), po skončení odovzdá zodpovedná osoba na sekretariát SHF Správu z podujatia najneskôr do 17. 10. 2011.

#### Prečo je Deň srdca 29. septembra 2011?

World Heart Federation vyhlásila 29. september za Svetový deň srdca, preto aj my organizujeme Deň srdca práve v tento termín, kedy sa konajú edukačné a sprievodné aktivity po celom svete.

**Nástup na akciu:** odporúčaná doba meraní je od 10.00 hod. do 17.00 hod., samozrejme podľa individuálnych možností a konkrétneho povolenia.

**Mestá realizácie akcie:** Bánovce nad Bebravou, Banská Bystrica, Bardejov, Bratislava, Brezno, Čadca, Dolný Kubín, Dunajská Streda, Galanta, Humenné, Komárno, Košice, Levice, Liptovský Mikuláš, Lučenec, Martin, Michalovce, Nitra, Nové Zámky, Poprad, Považská Bystrica, Prešov, Prievidza, Rimavská Sobota, Rožňava, Senica, Sereď, Spišská Nová Ves, Stará Ľubovňa, Svidník, Topoľčany, Trebišov, Trenčín, Trnava, Veľký Krtíš, Vranov nad Topľou, Zvolen, Žiar nad Hronom, Žilina a ďalšie podľa zoznamu lekární.

**Miesto konania akcie:** akcia prebieha na oficiálnych meracích miestach, ktoré boli nahlásené na sekretariát Slovenskej nadácie srdca (SHF) – tabuľka na konci kapitoly.

Za každé meracie miesto zodpovedá kontaktná osoba zo strany spoluorganizátora, ktorá je nahlásená v zozname sekretariátu SHF.

## Cieľ akcie:

- Informovať verejnosť o závažnosti kardiovaskulárnych ochorení (KVO).
- Edukovať verejnosť o rizikových faktoroch KVO, o nevyhnutnosti a možnostiach prevencie.
- Realizácia dobrovoľného merania krvného tlaku, cholesterolu, obvodu pásu, výpočet BMI, prípadne iné medzi občanmi na vytipovaných meracích miestach.
- Promovanie Slovenskej nadácie srdca a Kódu zdravého života 0 – 30 – 5 – 120 – 80.
- Vyplnenie záznamového hárku na meracích miestach (údaje nahlásené občanmi – vek, bydlisko... + skutočne namerané hodnoty) s účelom zmapovať situáciu výskytu KVO ochorení medzi obyvateľmi Slovenska.



## Čo je Kód zdravého života?

Je „hlavným hrdinom“ kampane, ktorého by si občania z akcie mali zapamätať a znamenať:

0 cigariet

30 minút pohybu denne minimálne

5 mmol/l a menej hladiny cholesterolu v krvi človeka

120/80 mmHg – optimálny krvný tlak.

Tieto čísla je dôležité poznať, lebo máme množstvo medicínskych faktov, že pokiaľ budeme dbať na správny životný štýl, vieme až v 90 % zabrániť vzniku kardiovaskulárnych ochorení.

## Priebeh akcie:

V uliciach miest a na meracích miestach budú:

**A. študentské hliadky z radov dobrovoľníkov**, vždy 2 študenti z nahlásených partnerských škôl, riadne označení nálepkou v tvare veľkého srdca s Kódom zdravého života na odev.

Budú sa pohybovať v uliciach blízko meracieho miesta a upozorňovať ľudí na možnosť bezplatného merania krvného tlaku a cholesterolu.

Študenti dostanú propozície od organizátora o tom, ako sa majú správať a ako komunikovať s občanmi. Tiež dostanú informácie, kde sa nachádzajú me-

racie miesta v danom meste, aby mohli občanov informovať a navigovať.

Študenti budú rozdávať kartičky s Kódom zdravého života a letáky ku Dňu srdca.

Občanov požiadajú o vyplnenie krátkeho dotazníka, po vyplnení nalepia viditeľne každému na odev nálepku v tvare malého srdiečka.

Študenti nerealizujú žiadnu finančnú zbierku – slúžia ako navigácia pre občanov, aby rýchlejšie našli meracie miesta, poskytujú prvotné informácie o Dni srdca a vyzývajú občanov na vyplnenie dotazníka.

**B. meracie miesta** – kde sa realizuje bezplatné meranie a ďalšia edukácia, konzultácie.

Za chod meracieho miesta je vždy zodpovedná nahlásená osoba z radov spoluorganizátora, evidovaná na sekretariáte SHF. Zodpovedná osoba riadi chod celého podujatia Dňa srdca na tomto mieste. Je zodpovedná za materiálové a personálne vybavenie meracieho miesta:

- lekár a zdravotná sestra (prípadne farmaceut, sestry či medici) sú základným ľudským faktorom na meracom mieste (svoj čas venujú kampani bezplatne, ak to daný spoluorganizátor nedohodne vo vlastnej kompetencii inak),
- stôl a stoličky pre lekára + zdravotnú sestru + občana (pozn. na niektorých meracích miestach, ak to organizátor dokáže zabezpečiť, môže byť aj viacero lekárov, či sestier alebo medicí),
- riadne označenie meracieho miesta plagátom, prípadne roletkou, ktorú obdrží od SHF,
- meracie prístroje (tlakomer a iné, taktiež za zdravotnícky materiál), ako aj za biologický odpad – upozorňujeme, že odpadové nádoby sú určené na ostrý odpadový materiál (ihly, prúžky), ostatný odpad (rukavice, tampóny a pod.) patrí do zvláštneho igelitového vrečka, napr. sáčok do koša.

Zodpovedná osoba je hlavným kontaktom pre bratislavský sekretariát SHF, pre hlavného organizátora akcie, ako aj pre príslušné úrady (mestský úrad kvôli povoleniam napr. v mestách, firmy napr. prevádzky TESCO kvôli povoleniam a pod.)

**Lekár a zdravotná sestra/farmaceut a sestra resp. sestry či medici** merajú hodnoty krvného tlaku a cholesterolu (ak na meracom mieste z operatívnych príčin miestneho spoluorganizátora nie je možné zabezpečiť meranie oboch hodnôt, meranie krvného tlaku je povinné). Zapisujú výsledky občanom na kartičky zdravého života a do tzv. meracích hárkov. Poskytujú konzultácie, poradenstvo pre občanov v otázkach prevencie KVO. Rizikové prípady zistené/namerané na mieste nahlásia cez tiesňovú linku záchranu priamo najbližšej nemocnici, v prípade, že by občanovi hrozil kolaps.

Zdravotnícky personál je spoluzodpovedný (s hlavnou kontaktnou osobou meracieho miesta) za narábanie s biologickým odpadom a jeho likvidáciu a za vrátenie zapožičaných vecí v riadnom stave.

**C. Vlaky zdravého života** – 6 vybraných vlakov jazdiacich po celej SR – viac o Vlakoch zdravia v kapitole č. 4. V každom vlaku je osobitne vyčlenené kupé s počtom miest na sedenie 6, kde bude sedieť lekár a sestra/farmaceut resp. medik alebo kombinácie uvedených a môžu si k nim prisadnúť cestujúci na bezplatné zmeranie krvného tlaku a cholesterolu. Lekári poskytnú konzultácie a poradenstvo ku KVO, zaznamenajú si namerané hodnoty na záznamové hárkky. Zároveň požiadajú cestujúcich o vyplnenie krátkeho dotazníka. Odovzdajú cestujúcim, ktorí si nechali zmerať hodnoty, kartičky s Kódom zdravého života a nalepia malé srdiečko.

Na vyčlenené kupé bude cestujúcich upozorňovať hlásenie – čítaný oznam vo vlakoch, osobitné plagáty v danom vozni na oknách a letáky vo všetkých vozňoch daného vlaku. Na väčších nástupných staniách taktiež aj hlásenie daného Vlaku zdravého života v staničnom rozhlase.

## Deň srdca v skratke a číslach

- 20 partnerov,
- 219 meracích miest, z toho 153 lekární,
- 291 študentov v uliciach miest,
- 50 študentov na odbornej praxi v lekárňach,
- 31 stredných škôl a gymnázií,
- 3 vysoké školy,
- 6 Vlakov zdravia,
- 36 pobočiek RÚVZ + ÚVZ SR,
- 26 pobočiek Akadémie vzdelávania,
- cca 20 000 občanov oslovených prostredníctvom meracích miest,
- 6 054 záznamov meraní,
- cca 20 000 občanov oslovených študentmi,
- 4 005 záznamov v dodaných hárkoch študentských hliadok získaných od občanov v uliciach,
- viac ako 50 000 informačných letákov rozdávaných počas Dňa srdca,
- viac ako 3 000 pozývacích plagátov na Deň srdca,
- 1 948 televíznych spotov,
- 283 rozhlasových spotov,
- 100 ks billboardov po celom Slovensku,
- 30 ks busboardov na zadných sklách autobusov MHD Bratislava a Košice,
- webová kampaň – priemerne 4 586 263 zobrazení
- sme.sk – 1 500 000 zobrazení
- Facebook – 2 707 263 zobrazení
- cas.sk – 379 000 zobrazení
- 10 673 zadaných vyhľadávaní na Google vybraných sledovaných výrazov,
- pressmarketing reklama vo vlakoch (2 500 letákov, 110 nálepiek na oknách vlakov),

- 30 výtlačkov printovej inzercie,
- zverejnenie kampane prostredníctvom obecných rozhlasov a tabúl – 56 obcí, viac ako 300 tis. obyvateľov,
- 42 tisíc zobrazení 10 sec. spotu na LED digitálnych obrazovkách v Bratislave,
- podpora Dňa srdca prostredníctvom segwayov – 3ks v Bratislave.

## Deň srdca v jednotlivých mestách Slovenska

Tak ako aj v minulom roku, aj tento rok jednotlivé meracie miesta počas Dňa srdca zaznamenali veľký nárast záujmu občanov o merania a konzultácie. Podľa skúseností z minulých období a očakávaného záujmu obyvateľov organizátori posilnili odborné hľadky a zabezpečili potrebné množstvo materiálového vybavenia. Občania vo veľkom počte využívali bezplatné služby na meracích miestach a nenechali si ujsť ani možnosť konzultácií s prítomnými odborníkmi. Lekári, zdravotné sestry a samozrejme dobrovoľní študenti v uliciach miest pracovali na meracích miestach mnohokrát bez prestávky, dobrovoľne v čase svojho voľna alebo dovolenky bez nároku na odmenu.

V tejto časti kapitoly uvádzame meracie miesta v jednotlivých mestách Slovenska, spolu so zúčastnenými partnermi v danom meste. Na konci kapitoly je prehľadná tabuľka všetkých meracích miest, zúčastnených škôl a jednotlivých Poradní zdravia. Zamestnanci jednotlivých Regionálnych úradov verejného zdravotníctva priamo spolupracovali na konkrétnych meracích miestach s organizátormi v danom meste, prípadne poskytovali tieto služby priamo v Poradniach zdravia na svojom pracovisku.

Partnerské lekárne uvádzame v samostatnej tabuľke, vzhľadom na ich početnosť a venujeme im aj samostatnú časť v tejto kapitole. Niektoré lekárne sú uvedené ako meracie miesta aj v časti kapitoly o mestách, a to v prípade, že aktívne spolupracovali s Akadémiou vzdelávania, RÚVZ, prípadne so spoločnosťou Roche.

### Bratislava

V Bratislave bolo zriadených týchto 8 meracích miest: Námestie SNP – hlavný stan, Obchodný dom Tesco Kamenné námestie, Hypermarket Tesco Zlaté Piesky, Lekáreň Tesco Zlaté Piesky (vysunutá pracovisko priamo pred lekárnou), Farmaceutická fakulta UK, OC Eurovea, Poradňa zdravia Ružinov, Poradňa zdravia Petržalka, na ktorých participovali nasledovní partneri:

- Akadémia vzdelávania – Jaroslava Štěpánková,
- Úrad verejného zdravotníctva SR – MUDr. A. Cvopová,
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva, Poradňa zdravia Ružinov – MUDr. Alžbeta Béderová, CSc.,
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva, Poradňa zdravia Petržalka – MUDr. Zora Gérová, CSc., Helena Kováčiková,

- Farmaceutická fakulta UK – doc. RNDr. Ingrid Tumová, CSc., PharmDr. Peter Matejka, PhD., doc. RNDr. Magdaléna Fulmeková, CSc., dobrovoľní študenti FaF UK, ktorým patrí osobitné poďakovanie za ich vykonanú prácu, snahu, ochotu a nezištnosť: Júlia Urđová, Mária Rexová, Tomáš Povalač, Martina Majtaniková, Marián Michalides, Jozef Kaštely, Dominika Galliková, Michal Chovan, Michela Korčeková, Veronika Korcová, Veronika Košovská, Viktória Mašlonková,
- Projekt Vaše srdce – PharmDr. Peter Stanko, PhD.,
- partnerské spoločnosti: Novartis, Roche, Celimed, Rajo,
- Gymnázium A. Einsteina, Einsteinova ul. – RNDr. Vlasta Kolompárová,
- Gymnázium J. Papánka, Vazovova ul. – Mgr. Beáta Miklošová.

**AV Bratislava, Bc. Jaroslava Štěpánková:** *Meranie začalo načas. Zúčastnilo sa 63 osôb (z toho 14 mužov a 49 žien), ktorí mali veľký záujem o bezplatné meranie cholesterolu a krvného tlaku.*

*Prevahu mali starší občania, ale zavítali aj mladší.*

*Meracie miesto bolo umiestnené vo frekventovanom Tesco na Kamennom námestí.*

*Každé meranie trvalo asi 5 - 10 min. MUDr. Béderová spolu s Mgr. Zuzanou Klinčákovou z RÚVZ sa okrem merania s každým porozprávali a poradili mu. Pri našom stánku sa prezentovala aj spoločnosť RAJO, ktorá čakajúcim bezplatne ponúkala jogurty a jogurtové nápoje. Rozdávali sme tiež letáky a propagačné materiály SHF a partnerov. Všetci mali dobrú náladu a po meraní spokojní odchádzali domov.*



Deň srdca v Bratislave.

*Chcela by som poďakovať najmä MUDr. Béderovej a Mgr. Zuzane Klinčákovej, ktoré bez prestávky a s úsmevom poskytovali merania, manažérke TESCA p. Tóthovej, za ochotu, kolegom z AV – Mgr. Mariánovi Balačšákovi, Veronike Knocikovej, Janke Krahulcovej, Márii Hrancovej, za pomoc pri organizovaní a najmä Mgr. Dvoranovej, za ochotu odpovedať a vychádzať mi v ústrety pri neustálych otázkach.*

**Gymnázium Jána Papánka, Bratislava, Mgr. Beáta Miklošová:** Akcie sa zúčastnilo 7 dvojíc – 14 študentov. Avizovali rôzny prístup ľudí k akcii a k vyplňaniu dotazníkov – mnohí sa vyhovárali, že nemajú čas. Študentom sa potom osvedčilo, že nasadli do električky a tam im nemali kde „ujstť“ a odpovedali na otázky.

### **Bánovce nad Bebravou**

V Bánovciach bolo zriadené 1 meracie miesto na Nám. Ľ. Štúra. Partneri: Nemocnica Bánovce, AV, RÚVZ.

#### **Bánovce nad Bebravou, MUDr. Alexander Klabník, PhD.:**

*V piatok 30. septembra 2011 od 10.00 do 17.00 hod. sa na Námestí Ľ. Štúra prvýkrát aj v Bánovciach nad Bebravou konala akcia v rámci celoslovenskej kampane MOST.*

*Spoluorganizátorom bolo interné oddelenie Nemocnice Bánovce – 3. súkromná nemocnica, s.r.o. s podporou Slovenskej nadácie srdca a generálneho riaditeľa (RNDr. T. Jurík, CSc.) našej materskej skupiny UNIPHARMA a.s., ktorému je téma nefarmakologickej prevencie srdcovo-cievnych ochorení osobne veľmi blízka. Ria-*



Deň srdca v Bratislave.





diteľ našej nemocnice (Ing. I. Mokry) „povinne“ absolvoval meranie krvného tlaku aj cholesterolu v krvi. Záštitu nad podujatím prevzal aj primátor M. Chovanec, ktorý sa však pre pracovné povinnosti nemohol osobne zúčastniť. Na bezpečnosť akcie dohliadali príslušníci mestskej polície, ktorým sme zmerali aspoň TK.

V uliciach nám výrazne pomáhali 3 dvojčlenné hliadky zdravia (dobrovoľníci z radov študentov miestneho gymnázia), ktoré oslovili cca 350 okoloidúcich ľudí, záujemcov nasmerovali k meraciemu miestu a rozdali viac ako 250 edukačno-informačných materiálov, vrátane kartičiek s kódom zdravého života.

V pohodovej atmosfére vykonávali zdravotné sestry z interného oddelenia (T. Mikušová, M. Kobidová) v čase svojho voľna bez nároku na odmenu bezplatné merania krvného tlaku a koncentrácie cholesterolu z kvapky krvi pomocou prenosných prístrojov, bezbolestne a prakticky na počkanie.

Z pohľadu nedočkavcov relatívne dlhé čakanie (cca 3 minúty) na výsledok merania cholesterolu využil primár interného oddelenia (MUDr. A. Klabník, PhD.) na „vylúštenie“ kódu zdravého života a na konzultácie ohľadom hlavných rizikových faktorov a v prípade individuálneho záujmu sa používali aj graficky názorné tabuľky Score a PC program HeartScore® na odhad celkového rizika v nasledujúcich 10 rokoch a očakávaného vplyvu na jeho zníženie prostredníctvom dosiahnutia cieľových hodnôt.

Vyšetrili sme celkovo až 150 ľudí (väčšinu tvorili ženy), ktorí boli aj napriek možnosti objednávacieho systému ochotní trpezlivo čakať v dlhých radoch na vyšetrenie cholesterolu aj viac ako 30 minút, nakoľko nie je pre občanov tak dostupné ako meranie TK. Škoda, že sme nemali k dispozícii viac prístrojov na meranie cholesterolu, čím by sa všetko urýchlilo. Žiaľ, niektorých záujemcov sme museli odmietnuť pre nedostatok materiálneho vybavenia (meracie pružky, odberový materiál a pod.).

K nečakane veľkej návštevnosti prispelo priaznivé slnečné a teplé počasie, atraktívna lokalita meracieho miesta (prevažne dôchodcovia sa aj sami zastavovali) a dobrá informovanosť občanov o akcii v regionálnych médiách, napr. v týždenníku EuroProfit. Regionálna TV (BTV) odvysielala okrem reklamných spotov aj zaujímavú reportáž o celej akcii.

Odozva od širokej laickej verejnosti aj od zdravotníkov bola veľmi pozitívna. Viacerí prejavili obdiv organizátorom, že aj v čase finančnej krízy im nie je ľahostajný zdravotný stav spoločnosti a že lekári prichádzajú neštandardne „k ľuďom“. Ocenili našu „expresnú preventívnu prehliadku“ najmä z pohľadu úspory času a peňazí (vyšetrenie zdarma, bez viachodinového čakania u svojho lekára).

Sklamaním bolo, že prevažne ľudia v produktívnom veku nemali záujem o akciu (alebo čas). Hoci práve pre nich bola určená v rámci primárnej prevencie, pretože zvýšený krvný tlak alebo cholesterol nebolia. Najčastejšími výhovorkami bolo, že „sa ponáhľajú“ a že „sú zdraví“. Ak však po dlhšom prehováraní nakoniec súhlasili, boli niektorí nemilo prekvapení z nameraných výsledkov.

Nakoľko projekt MOST považujeme za prospešný „dar zdravia“ venovaný celej komunite nášho mesta, plánujeme sa opätovne zapojiť aj budúci rok s rozšírenou

ponukou meraní viacerých parametrov súvisiacich so zdravím srdca (glykémia, množstvo telesného tuku atď.). V spolupráci s viacerými lokálnymi partnermi (napr. lekárne, školy, zamestnávateľia) by sme sa chceli dôraznejšie zamerať najmä na osoby v produktívnom veku a študentov, ktorí často fajčia. Podľa možností pripravujeme 1. ročník „Bánovského dňa zdravia“, aby sme vyhovelí relatívne častejšie požiadavke verejnosti zopakovať podobné preventívne akcie viackrát počas roka (ale s dostatočne dlhým odstupom od kampane MOST).

## **Banská Bystrica**

V Banskej Bystrici boli zriadené 2 meracie miesta – na Mestskom úrade a vo VÚC BBSK. Partneri: AV, RÚVZ.

**RÚVZ Banská Bystrica, Mgr. Tatiana Zvalová:** V rámci akcie Svetového dňa srdca konaného dňa 29. 9. 2011 na VÚC-BBSK v Banskej Bystrici bolo vyšetrených 33 zamestnancov. U všetkých bol zmeraný krvný tlak, celkový cholesterol, BMI. Z toho boli 4 muži a 29 žien.

S každým klientom bolo robené individuálne poradenstvo, ako si má upraviť svoj životný štýl vzhľadom k zisteným rizikovým faktorom, napr. úprava stravovania, menej soliť, nezabúdať na pitný režim, zvýšiť pohybovú aktivitu, skončiť s fajčením, vedieť zvládať stres, atď.

Osobám, ktorým sme zistili vysoké hodnoty celkového cholesterolu alebo vysoký krvný tlak, sme doporučili návštevu svojho ošetrojúceho lekára.

Pracovníci OPZ pokračovali s vyšetreniami na námestí pred VÚC, kde vyšetrili 44 obyvateľov mesta Banská Bystrica. Celkom sa na tomto stanovišti vyšetrilo 77 osôb, z toho bolo 13 mužov a 64 žien.

Celá akcia bola dobre zorganizovaná, spolupráca RÚVZ s VÚC BBSK bola na veľmi dobrej úrovni. Jedna aj druhá strana v dostatočnom časovom predstihu zahájili propagáciu danej akcie (médiá, webové stránky, denníky, televízia, internet atď.).

**RÚVZ Banská Bystrica, MUDr. Silvia Kontrošová, MPH:** V rámci akcie Svetového dňa srdca konaného dňa 29. 9. 2011 na MÚ v Banskej Bystrici bolo celkom vyšetrených 45 osôb, z toho bolo 10 mužov a 35 žien. U všetkých bol zmeraný krvný tlak, celkový cholesterol bol vyšetrený u 43 klientov, dvaja odmietli. Na hypertenziu sa liečilo 13 osôb t.j. 29% z celkového počtu vyšetrených klientov. Informácia o užívaní liekov pri diagnostikovanej hypertenzii nám vo formulároch chýbala, tak sme ju doplnili. Odporúčame to na budúci rok doplniť do tabuľky.

Na základe výsledkov vyšetrenia a ďalších meraní sme poskytovali poradenstvo o možnosti znížiť individuálne riziko úpravou životného štýlu.

**RÚVZ Banská Bystrica, Bc. Marcela Šuchaňová:** V rámci Svetového dňa srdca 29. 9. 2011 sme vyšetrovali záujemcom celkový cholesterol, tlak krvi, obvod pásu, ráтали sme im BMI. Pracovali sme v dennom centre Prameň, Brezno. Boli sme dve

*zdravotné sestry a dve študentky, ktoré zapisovali a poskytovali edukačný materiál. Ďalšie štyri študentky sa pohybovali v meste a oslovovali, informovali náhodných ľudí o Svetovom dni srdca a usmerňovali záujemcov, kde sa môžu dať vyšetriť v rámci tohto dňa. Vyšetřili sme 50 klientov.*

## **Bardejov**

V Bardejove boli zriadené 2 meracie miesta – v Lekárni Dr. Max, OC Hypernova a v Lekárni Átrium. Partneri: AV, RÚVZ, Obchodná akadémia v Bardejove.

**RÚVZ Bardejov, MUDr. Jana Zbyňovská:** *V tento deň sme záujemcom merali niektoré rizikové faktory ako hladina cholesterolu, krvný tlak, BMI, obvod pásu. Tieto hodnoty a ďalšie určené údaje o klientovi sme zaznamenávali do dotazníkov. Taktiež sme testovali presnosť prinesených tlakomerov porovnaním nameraných hodnôt kalibrovaným tlakomerom.*

*Dve skupiny študentov (hliadky zdravia) z Obchodnej akadémie v Bardejove informovali občanov v meste, kde si môžu na meracích miestach dať vyšetriť svoje rizikové faktory. Zisťovali určené údaje o klientoch, ktoré zapisovali do formulárov.*

*Študenti oslovili 178 občanov mesta, ktorým boli rozdané kartičky a propagačné letáky. Na meracích miestach sme vyšetřovali cholesterol 135 záujemcom, z toho bolo 27 mužov a 108 žien. Zvýšené hodnoty cholesterolu boli zistené u 10 mužov a 65 žien. Krvný tlak a BMI sme zmerali 135 záujemcom. Hypertenzia bola zistená u 10 mužov a 24 žien. Otestovali sme 5 domácich tlakomerov.*



Deň srdca v Bardejove.

**Obchodná akadémia Bardejov, žiaci OA Bardejov:** Dňa 29. 09. 2011 sa štyri dievčatá z našej školy zúčastnili podujatia DEŇ SRDCA, ktorý organizačne zabezpečila organizácia MOST v spolupráci s AV Bardejov a RÚVZ Bardejov.

Jeho cieľom bolo osloviť ľudí a informovať ich o možnosti odmerania krvného tlaku a cholesterolu zadarmo. Meracie miesta sa nachádzali v lekární Átrium a lekární Dr. MAX v Hypernove. Úlohou našich žiakov bolo rozdať informačné letáky, kartičky zdravého života a požiadať ľudí o vyplnenie krátkeho dotazníka. Z tohto dotazníka bolo hneď jasné, že viac než polovica ľudí nevie, aký má a aký by mala mať krvný tlak a cholesterol.

Bola to veľmi zaujímavá skúsenosť a podujatie ľudí zaujalo a s ochotou využívali služby horeuvedených lekární na bezplatné odmeranie tlaku a cholesterolu. No nie pri jednom staršom človeku sme si museli vypočítať aj to, čo ho bolí, trápi a čo naopak teší. Ale to je život, veď aj my budeme raz starí.

Ďakujeme, že sme sa mohli zúčastniť tohto podujatia.

## Čadca

V Čadci boli zriadené 2 meracie miesta – v Poradni zdravia RÚVZ a v hypermarkete Tesco. Partneri: AV, RÚVZ.

**AV Čadca, Mgr. Jana Krkošková, riaditeľka:** Akcia sa konala v priestoroch Hypermarketu TESCO v Čadci.

Merania zabezpečovali dve zdravotné sestry a jedna zapisovateľka – pracovníčka AV.

Meraní sa zúčastnilo 75 osôb. Merala sa hladina cholesterolu v krvi, krvný tlak a BMI index. Taktiež bolo poskytované poradenstvo.

Každý účastník merania dostal okrem nálepky srdiečka aj leták a kartičku s kódom zdravého života a iné materiály (FLORA...).

V uliciach mesta Čadca sa pohybovali 2 hliadky zdravia, ktoré oslovili 64 občanov s dotazníkom a rozdali cca 100 letákov ku Dňu srdca.

Akcia bola propagovaná v regionálnych médiách:

- Tlač: Kysuce, Kysucké noviny – týždenníky.
- Web: stránka [www.kysuce.sk](http://www.kysuce.sk) a facebook Akadémie vzdelávania.
- Televízia: KTV – Kysucká televízia.

## Dolný Kubín

V Dolnom Kubíne bolo zriadené 1 meracie miesto v hypermarkete Tesco. Partneri: AV, RÚVZ.

**RÚVZ Dolný Kubín, MUDr. Darina Vasilíová, MPH:** Akciu v rámci kampane MOST 2011 sme robili v obchodnom dome TESCO v Dolnom Kubíne. Záujem o vyšetrenie zo strany klientov bol veľký, o čom svedčí aj počet vyšetrených – 90. V dopoludňajších hodinách pred vyšetrovacím miestom čakali skôr seniori, po-

bede bolo viac klientov mladších vekových skupín, čo pravdepodobne súviselo s ich pracovnými povinnosťami. Vyšetrenia sa zúčastňovali klienti z Dolného Kubína a okolia, ale taktiež zo vzdialenejších miest a obcí nášho regiónu.

Prevahu mali klienti so stredoškolským vzdelaním.

Medzi vyšetrenými klientami boli len 3 fajčiari. Preto môžeme konštatovať nízky záujem fajčiarov o vyšetrenie ďalších rizikových faktorov kardiovaskulárnych chorôb.

Diagnostikovaných hypertonikov bolo 33, ale zachytili sme podstatne viac klientov s hypertenziou.

Veľmi uspokojivé údaje dávali klienti o fyzickej aktivite trvajúcej minimálne 30 minút denne, nakoľko takmer všetci splnili túto podmienku.

Viac ako 30 % klientov malo zvýšenú hodnotu celkového cholesterolu, z nich 3 mali vysoké hodnoty.

Len 30 % malo normálnu hmotnosť, obezitu s BMI nad 30 malo viac ako 16 % klientov.

Záverom môžeme konštatovať, že vysoký záujem zo strany klientov súvisel aj s dobrou mediálnou osvetou na celorepublikovej a regionálnej úrovni.

## Dunajská Streda

V Dunajskej Strede bolo zriadené 1 meracie miesto v hypermarkete Tesco. Partneri: AV, RÚVZ.

**AV Dunajská Streda, Ing. Dana Habánová:** Merania TK, BMI index, cholesterolu a záznamy robili študenti Strednej zdravotnej školy v Dunajskej Strede.

Merania cukru robili zamestnanci RÚVZ.

Cieľom akcie MOST bolo osloviť občanov a poskytnúť im informácie o kóde zdravého života, rozdať letáky a záujemcov poslať na meracie miesta. Zamestnanci Akadémie vzdelávania a študenti do dotazníkového prieskumu zapojili 66 občanov, uskutočnili 62 meraní.

Účastníci mali množstvo otázok, živo diskutovali. Na meracích miestach bola dobrá nálada.

Študenti boli veľmi šikovní, priateľskí, slušní. K svojej práci pristupovali zodpovedne. Občania boli s ich prístupom veľmi spokojní.

Akcia bola úspešná, v budúcnosti je potrebné zabezpečiť dostatočné množstvo zdravotníckych potrieb, viac prístrojov na meranie cholesterolu, nakoľko občania o to prejavujú veľký záujem.

Na akciu upozorňuje počas celého týždňa správa v mestskej televízii DSTV a píše sa o nej aj v mestskom dvojtýždenníku DH.

## Galanta

V Galante bolo zriadené 1 meracie miesto v Lekárni Domov zdravia – Medicen. Partner: RÚVZ.

**RÚVZ Galanta, MUDr. Anna Baranovičová:** Pri príležitosti Dňa srdca – 29. 9. 2011 v spolupráci so Slovenskou nadáciou srdca pracovníci Poradenského centra realizovali preventívne vyšetrenia na dvoch meracích miestach: od 8.00-12.00 v Lekárni Domov zdravia Medicen, kde bolo vyšetrených 37 klientov a v čase od 12.30 – 15.30 hod. v HM Tesco Galanta, kde bolo vyšetrených 27 klientov. Boli u nich vyšetrené všetky parametre stanovené Slovenskou nadáciou srdca – anamnestické údaje, antropometrické vyšetrenie, BMI, meranie tlaku krvi a pulzu a vybrané biochemické parametre: celkový cholesterol a glukóza. Pracovníci OPZ realizovali individuálne poradenstvo so zameraním na rizikové faktory srdcovo-cievnych ochorení a zdravý životný štýl a vysvetlili obsah a zmysel Kódu zdravého života a doplnili vhodným propagačným a edukačným materiálom.

Organizačné zabezpečenie tejto kampane i samotné vyšetrenia realizovali pracovníci OPZ MUDr. Anna Baranovičová, Bc. Ingrid Kiliányová a zdravotná sestra Martina Kollárová. Propagáciu meracieho miesta a distribúciu propagačného materiálu zabezpečili študentky Fakulty verejného zdravotníctva Trnavskej univerzity v rámci svojej praxe na OPZ.

V rámci edukačnej kampane MOST boli počas tohto týždňa realizované mobilnou poradňou sprievodné podujatia: Deň srdca v spolupráci s vedením firmy Bekaert s.r.o., Sládkovičovo a VŠZP pobočka Galanta, kde bolo vyšetrených 43 pracovníkov. Deň srdca v spolupráci s firmou DIOS Horné Saliby – vyšetrených 15 pracovníkov, firma DHL Gáň – vyšetrených 10 pracovníkov a Deň zdravia pre občanov mesta Sereď – vyšetrených 20 klientov.

Preventívne vyšetrenia boli zamerané na anamnestické údaje, antropomet-



Deň srdca v Galante.



rické vyšetrenie, meranie tlaku krvi a pulzu, z biochemických parametrov celkový cholesterol, meranie CO vo vydychovanom vzduchu prístrojom smokerlyzer, meranie podkožného tuku. Pracovníci PCZ realizovali individuálne poradenstvo zamerané na rizikové faktory orientované na osobnosť klientov, zároveň doporučili pohybovú aktivitu ako významný faktor v prevencii nadváhy a kardiovaskulárnych ochorení.

*Spolu bolo vyšetrených 152 osôb.*

*V priestoroch RÚVZ, NSP Galanta, lekárne Domov zdravia Medicen ZŠ SNP, HM Tesco Galanta bola realizovaná propagácia Dňa srdca formou zdravotno-výchovného panelu, v ostatných objektoch boli umiestnené propagačné plagáty.*

## Humenné

V Humennom bolo zriadené 1 meracie miesto v OD Laborec. Partneri: AV, RÚVZ.

**RÚVZ Humenné, Mgr. Lenka Lesňáková:** *Pri príležitosti Dňa srdca bolo zriadené meracie miesto v obchodnom dome Laborec na námestí v Humennom. Zamestnanci RÚVZ so sídlom v Humennom merali záujemcom hladinu celkového cholesterolu v krvi, krvný tlak a pulz, obvod pása, množstvo telesného tuku, vypočítali BMI a fajčiarom stanovili množstvo oxidu uhoľnatého v dychu. V spolupráci s Akadémiou vzdelávania vypĺňali s účastníkmi akcie formuláre, ktoré nám zaslala Slovenská nadácia srdca. V tento deň sme vyšetřili 86 klientov vo vekovom rozpätí 21 – 79 rokov. Hladinu celkového cholesterolu v kapilárnej krvi sme vyšetřili 75-im klientom. V blízkosti meracieho miesta sa nachádzali 2 hliadky zostavené zo študentiek Strednej zdravotníckej školy v Humennom. Študentské hliadky oslovovali okoloidúcich, rozdali im letáky, kartičky s Kódom zdravého života a s oslovenými vypĺňali dotazník zameraný na kardiovaskulárne ochorenia. Akciu hodnotíme ako veľmi prospešnú a ohlasy na akciu boli pozitívne. Pozitívom bol aj záujem účastníkov tohto podujatia o komplexné vyšetřenie v Poradenskom centre ochrany a podpory zdravia.*

## Košice

V Košiciach boli zriadené 2 meracie miesta – v Poradni zdravia RÚVZ a v OC Optima. Partneri: AV, RÚVZ, Stredná zdravotnícka škola v Košiciach.

**RÚVZ Košice, MUDr. Mária Kožárová:** *Aktivitám venovaným Svetovému dňu srdca predchádzala príprava a medializácia akcie v regióne. Aktivity RÚVZ Košice v rámci kampane MOST boli spracované a zverejnené upútavkou na webovej stránke úradu a podrobná informácia bola poskytnutá regionálnym médiám – Slovenský rozhlas – Rádio Regina (štúdio Košice), Rádio Lumen, Rádio Košice, Rádio Hornet, lokálna TV Naša, mestská TV Moldava nad Bodvou a denník Košický Korzár. Deň otvorených dverí v Poradni zdravia RÚVZ Košice bol spropagovaný aj*

obširnejším letákom, ktorý bol zaslaný rôznym inštitúciám v meste.

I. meracie miesto: záujemcom vo veku 18 a viac rokov boli v stabilnej Poradni zdravia poskytnuté vybrané vyšetrenia – stanovenie hladiny celkového cholesterolu z kapilárnej krvi, meranie tlaku krvi, pulzu, určenie indexu telesnej hmotnosti (BMI), index centrálnej obezity (WHR), hmotnostné percento telesného tuku, u fajčiarov stanovenie koncentrácie oxidu uhoľnatého (CO) vo výdychu prístrojom Smokerlyzer a poradenstvo. Klienti, ktorí prišli nalačno, mali biochemicky vyšetrené i ďalšie parametre – HDL cholesterol, triglyceridy a glukózu. Celkove prišlo 41 osôb.

II. meracie miesto: akciu v OC Optima zabezpečila mobilná Poradňa zdravia.

Zisťovala sa hladina celkového cholesterolu, tlak krvi, index telesnej hmotnosti (BMI), index centrálnej obezity (WHR), hmotnostné percento telesného tuku.

Celkove prišlo 84 osôb.

Záverom možno konštatovať, že na každej akcii sme sa stretli s veľmi priaznivou odozvou zo strany jej účastníkov.

**Stredná zdravotnícka škola Košice, PhDr. Ivana Ivanová:** Na uvedenej akcii sa zúčastnili 4 žiačky našej školy zo študijných odborov diplomovaná všeobecná sestra a zdravotnícky asistent. Žiačky tvorili dvojčlenné hliadky zdravia, informovali občanov o rizikách kardiovaskulárnych ochorení, o zdravom životnom štýle a usmerňovali ich na miesta merania rizikových faktorov – tlaku krvi, cholesterolu a pod.

Žiačky hodnotili túto akciu veľmi pozitívne aj napriek tomu, že medzi respondentmi sa našli aj takí, ktorí nemali záujem odpovedať na otázky, údajne z dôvodu časovej zaneprázdnenosti.



Deň srdca v Košiciach.



## Levice

V Levicích bolo zriadené meracie miesto v hypermarkete Tesco. Partneri: AV, RÚVZ, Gymnázium Andreja Vrábľa.

**Gymnázium Andreja Vrábľa Levice, PhDr. Silvia Gunišová:** *Z našej školy sa Dňa srdca zúčastnili traja študenti, ktorí hodnotili priebeh akcie vcelku pozitívne. Stretávali sa však na uliciach s neochotou ľudí odpovedať, neinformovanosťou v oblasti svojho krvného tlaku a cholesterolu. Ak sa ľudia dozvedeli niečo nové, čo považovali za dôležité, boli veľmi vďační.*

## Liptovský Mikuláš

V Liptovskom Mikuláši bolo zriadené 1 meracie miesto v hypermarkete Tesco. Partner: RÚVZ.

**Stredná zdravotnícka škola Liptovský Mikuláš, PhDr. Helena Straková:** *Akciu sme začali deň vopred 28. 9. 2011 odovzďaním informácií žiakom z dodaných podkladov, kde dostali podrobné inštrukcie k plánovanej akcii, boli oboznámení so spôsobom vyplňania tlačív a poskytovaní materiálov v meste. Spoločne s PhDr. Strakovou sa rozdelili do 6. skupín po 3 žiakoch a pripravili nástenku o Dni srdca 2011 v priestoroch školy. Žiaci si ešte doplnili k plánovanej akcii informácie z internetu.*

*18 žiakov 3. ročníka SZŠ začalo akciu pred budovou SZŠ, 2 žiačky pomáhali pri príprave v TESCO MUDr. Benkovej z Poradne zdravia v L. Mikuláši a následne pri meraní a zapisovaní podľa aktuálnosti a konkrétnej situácie v mieste hliadky zdravia.*

*Žiaci sa rozdelili v meste na námestia, pred obchodné centrá: Billa, Kaufland, STOP SHOP, TESCO, na pešiu zónu a frekventované ulice mesta o 9.45 hod.*

*Počas akcie boli žiačky veľmi aktívne, slušné, s dobrou komunikačnou zručnosťou. Vyučujúce Mgr. Lengvarská, Mgr. Bestvinová, Mgr. Bačkorová a PhDr. Straková kontrolovali priebeh akcie osobne na miestach podávania informácií v meste a pri hliadke zdravia v TESCO.*

*Označené boli veľkou nálepkou – srdiečkom na hrudníku.*

*Žiaci boli k dispozícii v meste do vyplnenia minimálne troch hárkov dotazníkov a do rozdania všetkých dodaných letákov.*

*Podľa spätnej väzby s MUDr. Benkovou bola spolupráca veľmi dobrá, lekárka bola spokojná a žiačky pomohli aj pri zrušení stánku a ukončení akcie v TESCO o 15.30 hod.*

*Pre žiačky našej školy to bola opäť pozitívna skúsenosť a sú ochotné ďalej spolupracovať.*

## Lučenec

V Lučenci boli zriadené 3 meracie miesta – v Poradni zdravia RÚVZ, v hypermarkete Tesco a v Priori Lučenec. Partneri: AV, RÚVZ.

**RÚVZ Lučenec, Mgr. Gubániová:** Oddelenie podpory zdravia pri RÚVZ – Lučenec v spolupráci s Akadémiou vzdelávania zabezpečili priamo v poradni zdravia meranie jednotlivých parametrov – tlaku krvi, pulzu, BMI, obvod pásu, výška, váha, % telesného tuku, cholesterolu – spojené s odborným poradenstvom a distribúciou edukačného materiálu. V rámci Svetového dňa srdca sme vyšetřili a poskytli poradenstvo v otázkach prevencie KVO 70 klientom. Cieľom akcie bolo upozorniť širokú verejnosť na základné rizikové faktory srdcovo-cievnych ochorení ako sú: vysoký krvný tlak, fajčenie, vysoký cholesterol, nedostatok fyzickej aktivity, nesprávne stravovacie návyky, obezita, stres. Na bezplatných meraniach a konzultáciách sa podieľal vedúci oddelenia podpory zdravia MUDr. Lupták a personál oddelenia Mgr. Gubániová, Mgr. Feteríková. Ohlas z meraní boli priaznivé, klienti túto aktivitu vnímali veľmi pozitívne.

**AV Lučenec, Mgr. Ján Belko:** SZŠ Lučenec zabezpečila 4 študentky, ktoré pôsobili v 2 hliadkach zdravia pod dozorom Mgr. Pápaiovej. Celkovo oslovili 179 občanov. Hliadky pôsobili v spolupráci s lekárnou Dr. Max v okolí OD PRIOR a v spolupráci s Eurolekárňou v priestoroch TESCO Lučenec. Ďalšie merania boli realizované v DSS Lučenec v počte 70 osôb.

## Nitra

V Nitre boli zriadené 2 meracie miesta – v Poradni zdravia RÚVZ a v pobočke Všeobecnej zdravotnej poisťovne. Partneri: RÚVZ, Univerzita Konštantína Filozofa – Katedra ošetrovateľstva na Fakulte sociálnych vied a zdravotníctva, Stredná zdravotnícka škola v Nitre.



Deň srdca v Nitre.



**RÚVZ Nitra, Mgr. Ingrid Báreková:** Zriadené boli dve meracie stanice: v priestoroch Všeobecnej zdravotnej poisťovne v Nitre a v Poradni zdravia pri RÚVZ so sídlom v Nitre. V jednotlivých meracích staniaciach si mohli občania dať bezplatne zmerať hodnoty rizikových faktorov – stanovenie hladiny celkového cholesterolu z kapilárnej krvi, meranie tlaku krvi, pulzu, určenie BMI – indexu telesnej hmotnosti, WHR – indexu centrálnej obezity a poskytla sa im odborná konzultácia. Občania sa tak dozvedeli, čo môžu zlepšiť alebo zmeniť vo svojom životnom štýle a čo pozitívne môžu urobiť pre svoje zdravie. Poradenstvo bolo doplnené o distribúciu zdravotno-výchovných materiálov.

Meracia stanica Všeobecná zdravotná poisťovňa, a.s. Nitra:

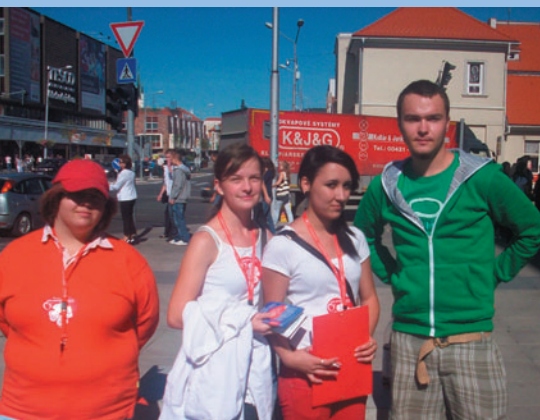
O poradenské služby prejavilo záujem celkovo 90 návštevníkov, z toho bolo 72 žien a 18 mužov, vo vekovej kategórii od 20 – 75 rokov.

Meracia stanica Poradňa zdravia pri RÚVZ v Nitre:

Meraciu stanicu navštívilo celkovo 28 návštevníkov, z toho bolo 19 žien a 9 mužov. Jednalo sa o vekovú kategóriu od 44 – 84 ročných.

Celosvetovú kampaň Svetový deň srdca sme verejnosti spropagovali prostredníctvom panelov umiestnených vo vestibule RÚVZ a v centre mesta Nitra, tlačových správ, ktoré boli uverejnené v denníku Nitrianske noviny, ECHO, Pardon, Vrábeľský denník a na webovej stránke RÚVZ so sídlom v Nitre. V rámci spolupráce s centrom voľného času DOMINO sme zorganizovali výtvarnú súťaž detí na tému: Zdravé srdce očami detí.

**Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre, Fakulta sociálnych vied a zdravotníctva, Katedra ošetrovateľstva, PhDr. Alica Slamková PhD.:** Akcie sa zúčastnili študenti 3. ročníka študijného odboru ošetrovateľstvo. Členovia hliadky zbierali infor-



Deň srdca v Nitre.



mácie prevažne od študentov, nakoľko sa pohybovali v priestoroch univerzity.

Keďže informovanosť študentov ošetrovateľstva vyplýva z ich študijného programu, poskytovali jednotlivým respondentom erudované informácie z oblasti zdravého životného štýlu.

Boli sme prekvapení nízkou informovanosťou respondentov v niektorých oblastiach, hlavne pokiaľ ide o správne hodnoty cholesterolu. Primerané vedomosti mali často tí, ktorí sa liečili na niektoré ochorenie v súvislosti s nesprávnym životným štýlom. Našli sa aj takí, ktorí nemali záujem o rozhovor.

Myslíme si, že akcia splnila svoj účel, mnohí respondenti prejavili záujem o nové informácie z oblasti podpory zdravého životného štýlu, pre mnohých bol náš rozhovor motiváciou pre pravidelné sledovanie svojho zdravia a preventívne prehliadky.

**Stredná zdravotnícka škola Nitra, Mgr. Magdaléna Roháčová:** Počas akcie MOST 2011 sme mali možnosť stretnúť sa s obyvateľmi rôznych vekových kategórií. Reakcie okoloidúcich boli rôzne – niektorí nás zďaleka obchádzali, iní sa zo záujmom pristavili a našli sa aj takí, ktorí nás hľadali cielene. Naše hliadky zdravia v uliciach zaznamenali údaje od 248 okoloidúcich a na meracom mieste vytvorenom na MsÚ v Nitre sme posúdili vybrané rizikové faktory (TK, BMI, hodnotenie tuku tukomerom a glykémie glukomerom) asi u 83 klientov.

## Poprad

V Poprade boli zriadené 2 meracie miesta – v hypermarkete Tesco a v priestoroch Strednej priemyselnej školy. Partneri : AV, RÚVZ, Stredná zdravotnícka škola v Poprade.

**AV Poprad, Ing. Beáta Greňová:** Akcia prebehla bez komplikácií, nakoľko už sme vedeli, ako má prebiehať a čo všetko potrebujeme zabezpečiť. Na akcii sa podieľalo 18 ľudí: 12 študentov Strednej zdravotníckej školy, 2 pracovníčky RÚVZ v Poprade a 4 pracovníčky AV Poprad.

Jediným nedostatkom bolo len to, že nám chýbali veľké a malé srdiečka.

## Považská Bystrica

V Považskej Bystrici bolo zriadené 1 meracie miesto v Poradni zdravia v RÚVZ. Partner: RÚVZ.

**RÚVZ Považská Bystrica, MUDr. Daniela Hlušková:** Pracovníčky oddelenia podpory zdravia a poradne zdravia (MUDr. Daniela Hlušková a Alena Hôrecká – zdravotná sestra) dňa 29. 9. 2011 uskutočnili meranie tlaku krvi, pulzu, obvodu pása a CO vo výdychu. Z kapilárnej krvi vyšetrovali celkový cholesterol a z poskytnutých údajov hmotnosti a výšky vypočítali BMI. Formou dotazníka, spoločne s kli-

entami, vyplnili osobné údaje vyšetovaných respondentov. Na základe analýzy výsledkov a údajov z osobného dotazníka poskytovali odborné poradenstvo, ktoré by mohlo pozitívne ovplyvniť hlavné rizikové faktory kardiovaskulárnych ochorení. Aktivitu využilo 64 klientov, z toho bolo 49 žien (76,56 %) a 15 mužov (23,43 %). Najmladší klient mal 20 rokov, najstarší boli 2 klienti vo veku 80 rokov. Klienti vo vekovej skupine 55 a viac tvorili 67,19 % vyšetrených záujemcov. V rámci medializácie boli uverejnené príspevky vo všetkých regionálnych týždenníkoch (Považský obzor MY, Považskobystrické novinky, Púchovské noviny) a v Ilavskom mesačníku. Zhotovené boli i informačné plááty, ktoré boli umiestnené v časovom predstihu na viacerých miestach v Považskej Bystrici a osobne distribuované v rôznych organizáciách (napr. školy, úrady, lekárne..) Pre regionálne printové médiá a televíziu bolo poskytnuté interview.

## Prešov

V Prešove bolo zriadené 1 meracie miesto v hypermarkete Tesco Vukov. Partneri: AV, RÚVZ.

**RÚVZ Prešov, PhDr. Nataša Dèvečková:** RÚVZ, oddelenie podpory zdravia a výchovy k zdraviu odboru epidemiológie, zrealizoval akciu v rámci kampane MOST 2011 Deň srdca. Akcia sa uskutočnila dňa 29. 9. 2011 v priestore Hypermarketu Tesco Vukov v čase od 9.00 hod. do 16.00 hod. za participácie Akadémie vzdelávania Prešov, ktorá zabezpečila priestory, a študentiek SZŠ v Prešove, ktoré



Deň srdca v Prešove.

merali TK a rozdávali propagačné materiály Nadácie zdravého srdca.

RÚVZ Prešov túto aktivitu zrealizoval prostredníctvom 3 odborných pracovníkov pre 60 zúčastnených občanov. Vykonávali sa tieto úkony: anamnéza, ktorá pozostávala z určenia pohlavia, veku, vzdelania, zdravotného stavu klienta a jeho rodinných príslušníkov, ako aj antropometrických a biochemických meraní (hmotnosť, výška, obvod pásu, BMI, TK, pulz, celkový cholesterol, meraní CO u fajčiarov). Získané údaje sa zaznamenávali do tabuliek a boli následne vyhodnotené.

Záver:

- akcia sa stretla u občanov s pozitívnym ohlasom,
- niektorí zúčastnení nepoznali svoje hodnoty TK, cholesterolu, BMI ...,
- väčšina klientov nepoznala hodnoty kódu zdravého života,
- na meracie miesta prichádzali prevažne ľudia nad 50 rokov. Mladšia veková kategória svoju neúčast' (aj napriek oslovovaniu nás realizátorov) zdôvodňovala nedostatkom času a rôznymi povinnosťami. Ani raz nebol uvedený dôvod ako nezáujem, resp. zbytočnosť takejto akcie,
- klientom bolo poskytnuté poradenstvo o rizikových faktoroch KVO a vysvetľovaná dôležitosť starostlivosti o svoje zdravie a zdravie najbližších,
- pri nameraní vyšších hodnôt pri niektorých úkonoch boli pozývaní do Poradne zdravia nášho RÚVZ,
- počas celej kampane sme na meracom mieste nezaznamenali negatívne reakcie, komunikácia s klientmi prebiehala veľmi dobre, bez rušivých momentov.

## Rimavská Sobota

V Rimavskej Sobote bolo zriadené 1 meracie miesto v Poradni zdravia RÚVZ. Partneri : AV, RÚVZ.

**RÚVZ Rimavská Sobota, MUDr. Timea Ostrihoňová:** Zájemcovia o meranie prichádzali do Poradne zdravia na základe informácií, ktoré získali od študentskej hliadky, pohybujúcej sa v meste.

V poradni sa u klientov nalačno (3) vykonalo kompletne vyšetrenie (rodinná a osobná anamnéza, celkový cholesterol, HDL- cholesterol, LDL- cholesterol, triacylglyceroly, glukóza, BMI, obvod pásu a bokov, krvný tlak, pulz, percento tuku). Ďalší klienti (18) už boli najedení, u nich sme vyšetrili celkový cholesterol, BMI, obvod pásu a bokov, krvný tlak, pulz, percento tuku a zistili sme anamnestické údaje. U 15 zájemcov sme realizovali spirometrické vyšetrenie pľúc a u 2 fajčiarov sme urobili vyšetrenie Smokerlyzerom. Na základe zistených výsledkov bolo klientom poskytnuté poradenstvo ohľadom optimalizácie životného štýlu resp. bola im odporučená návšteva u obvodného lekára.

**AV Rimavská Sobota, Bc. Michaela Janská:** Akadémia vzdelávania pobočka Rimavská Sobota sa v spolupráci z Obchodnou akadémiou a RÚVZ v Rimavskej Sobote

zúčastnila podujatia MOST 29. 9. 2011 od 08.00 hod. do 12.00 hod. Študentskú hliadku zabezpečilo 6 študentiek, ktoré na námestí v Rimavskej Sobote oslovovali občanov a informovali ich o podujatí a o rizikových faktoroch, ktoré ohrozujú ľudský život. Merania zabezpečovala MUDr. Ostrihoňová v Poradni zdravia v RÚVZ Rimavská Sobota.

Akciu hodnotím v porovnaní s minulým obdobím ako menej úspešnú. Oslovili sme menej občanov ako po minulé roky, aj z toho dôvodu, že v tento deň sa obvykle uskutočňoval „ Gemerský jarmok“ a v meste bolo oveľa viac ľudí. Tento rok bol jarmok realizovaný v skoršom termíne ako aktivita MOST. Študentská hliadka sa stretávala s negatívnymi reakciami klientov vo väčšej miere ako po minulé roky. Viacerí občania neboli ochotní odpovedať na ich otázky a taktiež nechceli absolvovať merania v Poradni zdravia.

Aj napriek týmto negatívnym skúsenostiam sme oslovili 44 občanov a vykonali 21 meraní.

Do budúcnosti by som odporúčala túto aktivitu realizovať v obchodnom centre Kaufland, kde sa sústreďuje väčšina obyvateľov Rimavskej Soboty a okolia. Priamo na mieste by sa mali vykonávať aj merania.

## Rožňava

V Rožňave boli zriadené 2 meracie miesta – v Poradni zdravia RÚVZ a na Mestskom úrade Rožňava. Partneri: RÚVZ, Gymnázium P. J. Šafárika.

**RÚVZ Rožňava, Mgr. Silvia Lengová:** 28. 09. 2011 činnosť odborne zabezpečovala Mgr. Silvia Lengová, asistovali jej 2 študentky zo Strednej zdravotníckej



Deň srdca v Rožňave.

školy v Rožňave. Ďalší 5 študenti z uvedenej školy v uliciach mesta upozorňovali ľudí na možnosť bezplatného vyšetrenia a zároveň distribuovali zdravotnovo-  
chovné materiály dodané zo Slovenskej nadácie srdca a leták vytvorený pracovníkmi oddelenia podpory zdravia. V tento deň bolo vyšetrených 15 klientov, u ktorých sa zisťovala rodinná a osobná anamnéza, vykonalo sa 30 meraní TK, 15 meraní pulzu, 15 antropometrických vyšetrení (telesná hmotnosť, telesná výška, výpočet BMI indexu, obvodu pása a bokov), 8 vyšetrení hladiny cukru v krvi, 13 vyšetrení hladiny triglyceridov, 15 vyšetrení hladiny celkového cholesterolu, 9 vyšetrení hladiny HDL cholesterolu a výpočet LDL cholesterolu, 15 vyšetrení množstva telesného tuku, 3 vyšetrenia fajčiarov (množstvo CO vo vydychovanom vzduchu a Fagestromov dotazník) a 15 individuálnych intervencií vrátane odovzdania ZV materiálu.

29. 09. 2011 v čase od 09.00 do 15.00 sa aktivity vykonávali vo vstupnej hale Mestského úradu v Rožňave. Činnosť opäť odborne zabezpečovala Mgr. Silvia Lengová za asistencie študentiek zo Strednej zdravotníckej školy v Rožňave. V tento deň bolo vyšetrených 46 klientov, u ktorých sa zisťovala rodinná a osobná anamnéza, vykonalo sa 92 meraní TK, 46 meraní pulzu, 46 antropometrických vyšetrení (telesná hmotnosť, telesná výška, výpočet BMI indexu, obvodu pása a bokov), 1 vyšetrenie hladiny cukru v krvi, 46 vyšetrení hladiny triglyceridov, 46 vyšetrení hladiny celkového cholesterolu, 45 vyšetrení množstva telesného tuku, 4 vyšetrenia fajčiarov (množstvo CO vo vydychovanom vzduchu a Fagestromov dotazník) a 46 individuálnych intervencií vrátane odovzdania ZV materiálu.

Podujatie bolo propagované aj na regionálnej úrovni v Gemerskom denníku Korzár a v infotexte káblovej televízie.

Oceňujeme tohtoročnú priamu spoluprácu medzi Slovenskou nadáciou srdca a RÚVZ.

**Gymnázium P. J. Šafárika Rožňava, PhDr. Alica Rihoseková:** *Kampane MOST 2011 sa z našej školy zúčastnilo 10 študentiek a 1 učiteľka. Vytvorili päť Hliadok zdravia, ktoré na frekventovaných miestach Rožňavy informovali obyvateľov o zdravom štýle života, o prevencii srdcovo-cievnych ochorení, vyplňali dotazníky a záujemcom rozdávali propagačné materiály.*

**Gymnázium P. J. Šafárika Rožňava, študentka Zuzana Körtvelyová:** *S výsledkom tejto akcie sme veľmi spokojné. Všetkým osloveným sme ochotne predstavili kód zdravého života, zaznamenali sme ich odpovede na otázky z dotazníka a vysvetlili sme im, kde sú meracie miesta. Veľmi sme sa tešili z pozitívnych reakcií ľudí.*

*Mnohí sa nám zdôverili aj s tým, kde robia v súčasnosti chyby a čo musia zmeniť vo svojom stravovacom režime a v pohybovej aktivite.*

*Myslíme si, že hlavný cieľ tohto podujatia bol splnený a už sa tešíme na spoluprácu o rok.*



## Sereď

V Sereďi bolo zriadené 1 meracie miesto. Partner: Obchodná akadémia, Sereď.

**Obchodná akadémia Sereď, PaedR. Mariana Kamenská:** *Srdce na dlani mali študenti 3.E triedy Obchodnej akadémie v Sereďi, keď v uliciach Sereďe rozdávali neoceniteľné rady, ako si udržiavať zdravý životný štýl. Na najfrekventovanejších miestach pred obchodnými centrami dvojčlenné zdravotné hliadky informovali mladých i tých skôr narodených o rizikách kardiovaskulárnych chorôb. Okoloidúci sa ochotne pristavovali a so záujmom počúvali študentov. Boli vďační a chválili stredoškóľakov, že je v dnešnom svete málo mladých, ktorí sú ochotní niečo robiť pre iných. Dievčatá a chlapci okrem rád rozdávali aj červené srdiečka, kartičky s Kódom zdravého života a letáky ku Dňu srdca.*

*Meracie mesto sa nachádzalo pred obchodným domom Jednota. Rad netrpezlivých ľudí sa tvoril už od rána. V dvoch stánkoch merali hladinu cholesterolu v krvi PaedDr. Mariana Kamenská – OA Sereď, triedna učiteľka 3.E a zdravotná sestra Elena Lovecká. Záujemcov bolo neúrekom. Niektorí Sereďčania si prišli porovnať výsledky z predchádzajúceho roka, iní zavítali medzi nás po prvýkrát. Namerali sme aj veľmi vysoké výsledky cholesterolu a odporúčali sme staršiemu pánovi čo najskôr navštíviť odborného lekára. Tlak krvi a „zafajčenosť“ pľúc testovali ochotné študentky 3.E triedy, ktoré zároveň vysvetľovali škodlivosť nikotínu pre ľudský organizmus. Hlavne mladí ľudia boli prekvapení nameranými hodnotami. Dúfame, že si vstúpia do svedomia a začnú zodpovednejšie pristupovať k svojmu zdraviu.*

*Deň srdca má nesmierny význam pre širokú verejnosť. Veľký vplyv má toto*



Deň srdca v Sereďi.



podujatie aj na študentov, pretože sa zážitkovou formou naučia mnoho, pre zdravý život dôležitých informácií, tiež sa naučia empaticky správať a trpezlivo komunikovať so staršími spoluobčanmi. Naučia sa, aké je dôležité čo najskôr sa začať starať o svoje srdce a svoj život.

O tom, že Deň srdca ja naozaj veľmi prospešným edukačným podujatím, svedčia aj úvahy dobrovoľníkov z OA Sered:

- Na tento deň sme sa tešili už od začiatku školského roka. Veď Deň srdca organizujeme v Seredi po tretíkrát. Vopred sme si študovali informácie z internetu o srdcovo-cievnych ochoreniach a ako im treba predchádzať. Bolo treba naštudovať čo najviac informácií o zdravom stravovaní, aby sme vedeli záujemcom správne odpovedať.
- Pripravovali sme si pútače, informačné nástenky, testy pre fajčiarov, stánky a dobrú náladu.
- Ľudia boli milí a mali záujem odpovedať na naše otázky, boli vďační za to, že sme ich informovali, ako predchádzať ochoreniam srdca, so záujmom si pýtali od nás letáky.
- Niektorí okoloidúci nás sami zastavovali a chceli odpovedať na anketové otázky.
- Naučili sme sa trpezlivo odpovedať na akúkoľvek otázku, naučili sme sa komunikovať s rôznymi ľuďmi.
- Niektorí ľudia si mysleli, že vyberáme peniaze a preto sa pri nás nezastavovali a na diaľku nás obchádzali.
- Veľmi veľa ľudí čakalo od ôsmej pred OD Jednota. Niektorí trpezlivo čakali, kým si všetko pripravíme a boli nám vďační, že nemusia čakať a platiť u lekára v ordinácii, veľmi nám ďakovali za túto možnosť.
- Našli sa aj takí netrpezliví občania, ktorí neboli ochotní čakať v rade a ešte aj kritizovali, že máme málo prístrojov na meranie cholesterolu. Museli sme im vysvetliť, že nie sme zdravotníci, sme študenti – dobrovoľníci z OA a sme tu pre ich, aby sme im pomohli.
- Najviac vedomostí mali muži a najmilšie boli mamičky na materskej dovolenke.
- Mnohí fajčiari boli zhrození stavom svojich pľúc a hovorili, že s tým musia urýchlene skončiť.
- Najväčší záujem bol o meranie cholesterolu v krvi. Keď sa nám minuli prúžky na meranie cholesterolu, ľudia boli sklamaní a nespokojní. Všetkým, ktorí mali záujem, sme odporučili, že každý posledný piatok v mesiaci môžu zájsť do Domu kultúry v Seredi v čase od 8.00 – 11.30, kde im poskytnú merania a odborné rady lekári v Mobilnej poradni zdravia, ktorú organizuje RÚVZ v Galante.

## **Spišská Nová Ves**

V Spišskej Novej Vsi boli zriadené 2 meracie miesta – Lekáreň Dr. Max v nákupnom centre Madaras a Lekáreň na Letnej. Partner: RÚVZ.

**RÚVZ Spišská Nová Ves, MUDr. Peter Mišenda:** Odborní pracovníci pracovali súčasne na 2 meracích miestach v čase od 10.00 – 17.00 hod.

1. *Lekáreň Dr. Max v obchodnom centre MADARAS Spišská Nová Ves – celkom vyšetrených 75 ľudí.*

*Priestory na odbery, merania a konzultácie boli veľké, vzhľadom na dispozičné riešenie samotnej lekárne. Pracovalo sa nonstop. Medzi záujemcami dominovali mladšie a stredné vekové skupiny, nakoľko je táto lekáreň situovaná v priestoroch obchodného centra mimo centra mesta. V tejto lekární sme realizovali aj minulo-ročný Deň srdca a personál bol k nám opäť veľmi ústretový a vytvoril nám dosta-točný priestor na merania a poskytol potrebný nábytok (stoly, stoličky).*

2. *Lekáreň na Letnej Spišská Nová Ves – celkom vyšetrených 75 ľudí.*

*Akcia prebiehala veľmi zdarne, priestory na odbery, merania a konzultácie boli troška menšie, ale stále sme mali v rade 4 – 5 ľudí, takže sa pracovalo nonstop v celom časovom rozsahu.*

*Poslední klienti boli pracovníci samotnej lekárne, ktorí akciu veľmi vítali a poskytlí nám aj stoly a stoličky.*

*Podmienky sme mali výborné, záujem zo strany ľudí bol veľký, nakoľko bola akcia v regionálnej tlači a mestskom informátore vopred spropagovaná.*

*Počas meraní a odberov sme poskytli mestskej televízii interview.*

*Vzhľadom na minulo-ročné 2 ročníky, kedy sme mali meracie miesta zriadené v obchodných nákupných centrách, bola tohtoročná voľba oveľa lepšia. Robilo sa pokojnejšie, nebol taký nával ľudí a klientami boli aj mladší respondenti resp. zá-ujemci v strednom veku.*

*Spolu bolo počas Dňa srdca vyšetrených 150 záujemcov, ktorým bolo poskyt-*



Deň srdca v Spišskej Novej Vsi.

nuté odbornými pracovníkmi aj poradenstvo k rizikovým faktorom životného štýlu a ich pozitívnemu a zdraviu prospešnému ovplyvneniu.

Na stanovištiach nám pri zapisovaní a meraní pomáhalo 7 študentov z Gymnázia Javorová ul. SNV a 2 študentky zo Strednej odbornej ekonomickej školy SNV.

### Stará Ľubovňa

V Starej Ľubovni bolo zriadené 1 meracie miesto na Mestskom úrade. Partner: RÚVZ.

**RÚVZ Stará Ľubovňa, RNDr. Mária Salamonová:** 3 zamestnanci RÚVZ so sídlom v Starej Ľubovni poskytovali na Stanovišti zdravia pred Mestským úradom v Starej Ľubovni pre obyvateľstvo okresu biochemické vyšetrenie hladiny celkového cholesterolu z kapilárnej krvi, meranie systolického a diastolického tlaku krvi, pulzu, meranie antropometrických ukazovateľov (výška, hmotnosť, obvod pásu, obvod bokov) so stanovením BMI a WHR indexu, meranie percenta telesného tuku tukomerom, meranie hladiny oxidu uhľnatého v pľúcach a v krvi pomocou prístroja CO monitor s následným odborným poradenstvom a distribúciou zdravotno-výchovného materiálu. V priebehu dňa absolvovalo uvedené merania 79 klientov, z toho meranie hladiny CO monitorom 9 klientov. O prejavenu akciu bol veľký záujem a z dôvodu časového obmedzenia bola klientom odporúčaná návšteva do Poradne zdravia a nadväzbovej poradne na odvykanie od fajčenia pri RÚVZ so sídlom v Starej Ľubovni.

### Telgárt

V Telgárte bolo zriadené meracie miesto v komunitnom centre. Partneri: AV, RÚVZ Banská Bystrica, Hotelová akadémia Brezno.

**RÚVZ Banská Bystrica, MUDr. Hana Vrbanová:** Pomocníčky z AV – 2 študentky Hotelovej akadémie v Brezne, propagovali akciu v celej obci Telgárt, vrátane rómskych osád – Hornej a Dolnej kolónie, rozvešali plagáty a informácie o meracom mieste, roznášali letáky MOST a reklamné ponuky partnerov, oslovovali ľudí, dávali im propagačné materiály, vysvetľovali im význam číslic „kódu zdravého života“ a povzbudzovali ľudí k návšteve meracieho miesta.

Zabezpečujúci personál: MUDr. Hana Vrbanová + 2 komunitné pracovníčky zdravotnej výchovy (Dana Maková, Jana Harvanová).

Všetky tri pracovníčky pripravili meracie miesto, meradlá a prístroje, prispôbili potrebám akcie zariadenie priestoru v komunitnom centre, kde sa podujatie konalo, zabezpečovali prácu s návštevníkmi – merania, zapisovanie anamnestických údajov a nameraných hodnôt do formulárov alebo do zošitov. Podľa zistených rizík boli klientom distribuované zdravotnovýchovné aj reklamné materiály.

Lekárka interpretovala klientom význam zistených hodnôt (aj v porovnaní s príslušnými číslami „kódu zdravého života“), poskytovala poradenstvo, vysvetľovala význam primeranej telesnej hmotnosti, fyzickej aktivity, nefajčenia a správnej výživy pre zdravie, nutnosť a spôsoby kontroly krvného tlaku, potrebu dôsledného dodržiavania režimových a diétnych opatrení u klientov so zisteným rizikom, vrátane dodržiavania predpísanej liečby u klientov podchytených v kuratíve. Komunítne asistentky počas podujatia pri práci s najmä rómskymi klientmi zrozumiteľne odkomunikovali s návštevníkmi aj ad hoc zistené problémy a pôsobili výchovne v oblasti dôvery k zdravotníkom, zodpovedného rodičovstva, hygieny, škodlivosti fajčenia a možnosti skončiť s ním.

Vykonávali sa tieto merania: meranie výšky, hmotnosti, obvodu pása (61 kl.), u niektorých klientov aj obvodu bokov (24 kl.), meranie krvného tlaku (61 kl.), a množstva oxidu uhoľnatého vo vydychovanom vzduchu u fajčiarov (25 kl.), a pasívnych fajčiarov (3 kl.).

Z technických dôvodov sa vyšetrenie cholesterolu na tomto meracom mieste neuskutočnilo.

## Topoľčany

V Topoľčanoch bolo zriadené 1 meracie miesto v Poradni zdravia RÚVZ. Partneri: AV, RÚVZ, Stredná zdravotnícka škola sv. Vincenta de Paul.

**RÚVZ Topoľčany, Mária Trenčanská:** Akcia sa konala 29. 9. 2011 od 7.00 hod. – do 15.00 hod. v Poradni zdravia. Klienti chodili priebežne, asi 2/3 klientov po-



Deň srdca v Topoľčanoch.

strehlo túto akciu v médiách, a asi 1/3 prišla na základe hliadok v meste, ktoré informovali obyvateľov o danej aktivite. Vyšetřili sme 23 klientov kompletne aj s HDL a LDL cholesterolom, 13-tim z nich sme merali aj telesný tuk – podľa záujmu. Kladne hodnotím telesnú aktivitu klientov, a tiež to, že z celej vzorky sme mali iba 2 fajčiarov a aj títo chcú prestať fajčiť, takže sme sa dohodli na ďalšom stretnutí v poradni pre odvykanie od fajčenia. Klienti si celú akciu pochvalovali a boli spokojní.

Vyšetřenia a vyhodnotenie celej akcie robila iba jedna pracovníčka, pretože vedúci lekár poradne bol náhle hospitalizovaný. Akciu pokladám za veľmi dobre zmedializovanú a vydarenú. Teším sa na ďalšiu spoluprácu.

**AV a RÚVZ Topoľčany, Ing. Jana Macková:** Hlavným cieľom akcie bolo informovať verejnosť o závažnosti kardiovaskulárnych ochorení a možnostiach ich prevencie.

Na akcii sa zúčastnili stredné školy – Gymnázium Topoľčany a SZŠ sv. Vincenta de Paul Topoľčany, ktorých študenti občanov oslovovali po meste, informovali o akcii a posielali na miesto konania meraní. O propagačný materiál bol veľký záujem, študenti všetko rozdali.

**Stredná zdravotnícka škola sv. Vincenta de Paul Topoľčany, Mgr. Marta Marková:** Dňa 29. septembra 2011 sa piati naši žiaci zapojili do akcie Svetový deň srdca. Okrem merania krvného tlaku informovali okoloidúcich o hlavných rizikových faktoroch srdcovo-cievnych ochorení a o zdravom životnom štýle. Do akcie boli zapojení žiaci maturitného ročníka, preto pri poskytovaní informácií o kóde zdravého života vo veľkej miere využili poznatky a vedomosti z odborných predmetov ako aj z predmetu Psychológia, pedagogika a profesijná komunikácia.

## Trebišov

V Trebišove boli zriadené 2 meracie miesta: na Mestskom úrade Trebišov a v hypermarkete Tesco. Partneri: AV, RÚVZ.

**AV Trebišov, PhDr. Ľudmila Sobeková:** Počas Svetového dňa srdca bolo zriadené meracie miesto v priestoroch TESCO Trebišov. Zabezpečené bolo odporúčané vybavenie meracieho miesta, komunikácia s manažmentom TESCO Trebišov. Personálne zabezpečenie meracieho miesta: 6 odborní pracovníci RÚVZ Trebišov (zodpovedná MUDr. Mária Konevičová, MPH).

V rámci meracieho miesta sa bezplatne poskytovali merania, konzultácie a edukácia: meranie hladiny cholesterolu z kapilárnej krvi prostredníctvom prístroja Reflotron aj Accutrend Plus, meranie tlaku krvi a pulzovej frekvencie dodanými digitálnymi tlakomermi OMRON M6 Comfort, antropometrické meranie, stanovenie BMI, AbO a anamnestické vyšetřenie. Vyšetřeným záujemcom bolo zároveň poskytnuté mini poradenstvo vo vzťahu k zisteným rizikovým faktorom

s poskytnutím edukačných materiálov. Počas Svetového dňa srdca 2011 bolo takto vyšetrených 136 osôb. Namerané hodnoty spolu s ďalšími zistenými údajmi boli zaznamenané a odoslané na centrálnu spracovanie.

Priebeh aktivít bol zdarný a bol spojený so záujmom a pozitívnym ohlasom u verejnosti.

V meste Trebišov pracovali študentské hliadky z radov dobrovoľníkov z nahlásených partnerských škôl – spolu 11 študentov. Študentské hliadky informovali o možnosti bezplatného vyšetrenia na meracom mieste, rozdávali kartičky s Kódom zdravého života, letáky ku Dňu srdca a zároveň s občanmi vyplňali krátke dotazníky. Spolu získali údaje od 355 dotazovaných osôb v uliciach mesta.

## Trenčín

V Trenčíne bolo zriadené 1 meracie miesto na Mestskom úrade. Partneri: RÚVZ, Stredná odborná zdravotnícka škola v Trenčíne.

**RÚVZ Trenčín, MUDr. Věra Dobiášová, PhD., MPH:** V Trenčíne bolo zriadené jedno meracie miesto v priestoroch klientského centra Mestského úradu v Trenčíne. Aktivita prebiehala dňa 29. 09. 2011, celkovo bolo vyšetrených 65 osôb a na námestí a v priestoroch mesta oslovených 110 osôb.

Partnermi organizátorov – Slovenskej nadácie srdca boli:

- RÚVZ Trenčín zastúpený 4 odbornými pracovníkmi – MUDr. Věra Dobiášová, PhD., MPH; Mgr. Veronika Bašová, Mgr. Petra Alakšová, Božena Špániková,
- Stredná odborná zdravotnícka škola v zastúpení – PhDr. Dagmar Mikušová.

Na celej akcii sa podieľali aj 4 študenti z Trnavskej univerzity, ktorí boli v tom čase na RÚVZ v Trenčíne na povinnej praxi a priamo v teréne mohli spoznať, ako sa vykonáva primárna prevencia v praxi. Vytvorené dve dvojice študentov boli pred Mestským úradom a v priestore námestia v Trenčíne. Od okoloidúcich zisťovali v dotazníkovom prieskume ich vedomosti o kóde zdravého života a nasmerovali opýtaných na vyšetrenie v meracom mieste v klientskom centre na Mestskom úrade.

Oslovených bolo 110, nie len obyvateľov regiónu, ale aj návštevníkov Trenčína. Ženy v prieskume prevažovali. Boli vykonávané nasledovné vyšetrenia – meranie obvodu pásu, výpočet BMI, meranie tlaku krvi a pulzu, vyšetrenie celkového cholesterolu, v indikovaných prípadoch vyšetrenie CO vo vdychovanom vzduchu u fajčiarov. Taktiež boli zisťované údaje z osobnej a rodinnej anamnézy.

Celkovo bolo vyšetrených 65 osôb – 53 žien, 12 mužov. Boli zastúpené aj mladšie vekové skupiny osôb, čo je potešiteľné.

Všetkým fajčiarom sme zmerali hladinu CO vo vdychovanom vzduchu a náležite ich poučili o vplyve fajčenia na organizmus človeka.

Všetci klienti následne boli edukovaní o význame poznania kódu zdravého života. Boli im odovzdané propagačné materiály a letáky Slovenskej nadácie srdca a Slovenskej kardiologickej spoločnosti.

Vyjadrenia o prebiehajúcej aktivite – Svetovom dni srdca – boli len pozitívne,

*jednak u klientov vyšetrených v priestoroch meracieho miesta, ale aj u tých, ktorí boli oslovení v priestoroch námestia. A my, pracovníci OPZ, sa už tešíme na nasledujúci rok, ako aj na aktivity Slovenskej nadácie srdca a Slovenskej kardiologickej spoločnosti pri projekte Vzdelaný pacient.*

## **Trnava**

V Trnave boli zriadené 2 meracie miesta – v Poradni zdravia RÚVZ a v Akadémii vzdelávania. Partneri: AV, RÚVZ, Stredná zdravotnícka škola v Trnave.

**AV Trnava, PaedDr. Miroslav Hloben, CSc.:** *Akcia sa uskutočnila bez väčších problémov. Záujemcovia o merania sa striedali hneď od 9.00 hod., takže zdravotnícky personál sa prakticky do ukončenia meraní nezastavil. Záujem verejnosti bol celkom slušný, prišli predovšetkým seniori vďaka spolupráci s Jednotou dôchodcov Slovenska v Trnave, ale aj študentskými hliadkami oslovení občania v uliciach, ktorí prejavili záujem o svoj zdravotný stav. Hladkosť a plynulosť meraní však trochu negatívne ovplyvnila skutočnosť, že pobočka AV obdržala 2 tlakomery bez adaptérov s vybitými batériami (problém sme riešili vlastnými silami) a časovo veľmi dlhé vyhodnocovanie merania cholesterolu.*

**SZŠ Trnava, Lenka Pastvová, študentka:** *Dňa 29. 9. 2011 som sa zúčastnila akcie MOST – Mesiac o srdcových témach. V červenom tričku so srdcom som spolu so spolužiačkou chodila po meste a oslovovala okoloidúcich. Zisťovali sme, či ľudia poznajú svoj krvný tlak a cholesterol, či vôbec vedia ich správne hodnoty. Edukačné letáky, kartičky kódu zdravého srdca a nálepky – srdiečka dostali za odmenu. Všetkých, ktorí boli ochotní zastaviť sa, sme posielali do Akadémie vzdelávania na Pekárskej ulici 40. Tu si mohli nechať zmerať tlak krvi, BMI a cholesterol. Mnohí, keď nás zbadali, ihneď si pomysleli, že ide o ďalšiu zbierku, a tak nás jednoducho obišli. No i tak bol tento deň ďalším príjemným zážitkom v rámci môjho štúdia na strednej zdravotníckej škole.*

**SZŠ Trnava, Simona Tencerová, študentka:** *Každý zo študentov SZŠ po príchode do pobočky AV dostal propagačný leták, diár a kartičku zdravého život. V Akadémii vzdelávania sa naši hostitelia nezaujímal len o návštevníkov, ale aj o nás, ktorí sme zabezpečovali merania. Postarali sa o naše pohodlie, dobrú náladu, ale aj jedlo a pitný režim. Rada by som sa na tejto akcii zúčastňovala aj po ďalšie roky.*

**SZŠ Trnava, Kristína Škápiková, študentka:** *Dňa 29. 9. 2011 sme so spolužiačkou boli na pešej zóne a rozdávali sme okoloidúcim propagačné letáky. Ľudia sa zaujímali o túto tematiku a venovali nám kúsok zo svojho času. S ľuďmi sme viedli rozhovor a informovali sme ich o danej akcii. Bol to príjemne strávený deň, nakoľko nám vyšlo aj krásne počasie. Potešili nás tričky, ktoré sme dostali za spoluprácu. Na tejto akcii som bola prvýkrát a ešte by som si to niekedy rada zopakovala.*



## Veľký Krtíš

Vo Veľkom Krtíši bolo zriadené meracie miesto na Námestí A. H. Škultétyho. Partneri: AV, RÚVZ, Stredná odborná škola vo Veľkom Krtíši.

**AV a RÚVZ Veľký Krtíš, Alena Janovičová, riaditeľka pobočky AV:** *Cieľom kampane bolo prostredníctvom študentských hliadok a rozdávaných propagačných materiálov informovať širokú verejnosť o rizikách kardiovaskulárnych ochorení a hlavne prebudiť v nich záujem o svoje zdravie.*

*Celú akciu považujeme za úspešnú. Meracie miesto sme umiestnili v centre mesta a dve študentské hliadky sa pohybovali na najfrekventovanejších uliciach a pri nákupných centrách.*

*Pomáhali nám štyri študentky zo Strednej odbornej školy Veľký Krtíš.*

*K informovanosti obyvateľov mesta prispeli aj okresné noviny Pokrok, ktoré uverejnili správu o mieste konania a význame akcie.*

*Naše postrehy:*

- *viac ako ¾ opýtaných boli ochotní študentom odpovedať na položené otázky. Tí, ktorých študentky zaujali, sa dostavili na meracie miesto a k možnosti, ktorú dostali, sa vyjadrovali s uznaním.*
- *ďalšiu, ale podstatne menšiu skupinu, tvorili ľudia, ktorí vôbec neboli ochotní komunikovať a k celej veci sa postavili odmietavo,*
- *na meracie miesto prichádzali prevažne ľudia nad 50 rokov veku,*
- *potešil nás aj záujem mladých ľudí do 20 rokov, aj keď bol ich počet dosť nízky,*
- *záujem o svoje zdravie mali viac ženy ako muži.*

*Na meracom mieste sa takmer nezastavili pracovníčky Poradne zdravia z RÚVZ vo Veľkom Krtíši – MUDr. Janka Adamová a Zlatica Foltánová. Za spoluprácu a ochotu im patrí poďakovanie.*

## Zvolen

Vo Zvolene bolo zriadených 5 meracích miest – v Poradni zdravia RÚVZ, na Mestskom úrade Zvolen, v hypermarkete Tesco Extra, na Gymnázium Ľ. Štúra a v priestoroch Technickej univerzity. Partneri: AV, RÚVZ, Technická univerzita Zvolen, Gymnázium Ľ. Štúra, Stredná zdravotnícka škola vo Zvolene, Všeobecná zdravotná poisťovňa.

**RÚVZ Zvolen, Mgr. Iveta Gondášová:** *Na Mestskom úrade vo Zvolene sme opakovane zaznamenali záujem verejnosti o vlastné zdravie. 28. 9. 2011 sme spolu vyšetrili 61 občanov, z toho bolo 43 žien a 18 mužov. Najmladší účastník mal 18 rokov a najstarší 84 rokov. Navštívili nás obyvatelia zo Zvolena, Banskej Bystrice, Lieskovca, Pliešoviec s prevažne stredoškolským vzdelaním.*

*Deň srdca 29. 9. 2011 sme zrealizovali formou Otvorených dverí v priestoroch zasadačky a poradne zdravia na RÚVZ vo Zvolene. Počas dňa nás spolu navštívilo 25 obyvateľov mesta Zvolen i z priľahlých miest a obcí – Hronsek, Ľubela okres*

Liptovský Mikuláš, Banská Bystrica, Zvolenská Slatina. Potešujúci bol i záujem 14-tich mladých študentov z Gymnázia L. Štúra vo Zvolene, ktorí si v sprievode svojho pedagóga vypočuli prednášku o význame poznania rizikových faktorov KVO. Po besede sme všetkým urobili spirometriu. Študenti vyplnili krátky dotazník, ktorý bude slúžiť k zisteniu výskytu príznakov chronickej obštrukčnej choroby pľúc a výskytu rizikových faktorov pôsobiacich na vznik tohto ochorenia. Medzi mladými bol veľký záujem i o meranie % telesného tuku v organizme.

Aj počas tohto dňa sme zaznamenali, že ženy majú väčší záujem o svoje zdravie, prišlo ich viac ako mužov.

Vyšetrovali sme celkový cholesterol, TK, pulz v niektorých prípadoch glykémiu, triglyceridy, HDL cholesterol, % telesného tuku. Všetkým sme zisťovali telesnú hmotnosť, výšku, obvod pásu, BMI. Zabezpečené bolo i odborné poradenstvo s edukačným materiálom.

Pre potreby uvedených aktivít boli zhotovené názorné panely venované problematike rizík a prevencii KVO. Akcie sme medializovali v regionálnej tlači a v Rádiu Regina Banská Bystrica.

Dňa 3. 10. 2011 zamestnanci RÚVZ Zvolen podporili akciu Dňa srdca sprievodným športovo-turistickým podujatím – Kardiopochodom do Sekierskej doliny.

**AV Zvolen, Ing. Ján Štubňa, riaditeľ pobočky:** O akciu bol veľký záujem prevyšujúci naše limitované možnosti. Vykonalí sme 165 meraní a na dotazníkové otázky hliadok v centre mesta odpovedalo 186 respondentov.



Deň srdca vo Zvolene.

Najviac záujemcov bolo v centre mesta, kde pracovalo meracie miesto v Strednej zdravotníckej škole a v areáli Technickej univerzity.

Do realizácie akcie sa aktívne zapojilo 35 ľudí a zúčastnilo sa jej 351 záujemcov o meranie, resp. odpovede na dotazníkové otázky. Ďalších asi 100 ľudí si pýtalo informácie a rady.

Rozhodne najväčší záujem bol o meranie hladiny cholesterolu a veľký bol aj záujem o poradenstvo.

Osobitne treba spomenúť účasť pána Štefana Žigu, ktorý ako človek po operácii srdca sa dobrovoľne prihlásil u nás a veľmi účinne nám pomáhal a komunikoval s ľuďmi.

Možnosti boli limitované kapacitou meracích zariadení.

Vyskytla sa požiadavka na usporiadanie meracích miest tak, aby poskytl viac súkromia s možnosťou poradiť sa s lekárom a merania doplniť o hladinu cukru.

Vzhľadom na ochotu /či neochotu ?/ a možnosti spolupráce odborných zdravotníkov sme nedokázali obsadiť meracie miesto v Tesco Extra a nahradili sme ho miestom v SZŠ a na pešej zóne.

V Tesco mali byť pôvodne dve meracie miesta, takže naša vynútená zmena nemala mať negatívne dôsledky. Žiaľ, organizátor akcie v Tesco – Lekáreň Vaše srdce, zlyhal, akciu nezabezpečil. Pomohli sme tomuto miestu zapožičaním meracieho prístroja po 14<sup>00</sup> hod. a poskytnutím zvyšných propagačných materiálov.

Doporučenia do budúcnosti: Bolo by rozhodne vhodné a veci prospešné zaradiť k organizátorom akcií kampane MOST Akadémie vzdelávania a RUVZ vo Zvolene aj Strednú zdravotnícku školu na Kozačekovej ulici. Škola má už skúsenosti s touto akciou ako partner Akadémie vzdelávania, má potrebný odborný personál a ochotných a šikovných študentov. Je schopná vytvoriť meracie miesto priamo v centre mesta, na pešej zóne Námestia SNP, v zdravotníckom stane. Možno predpokladať vysoký záujem o takto pripravenú akciu.

V budúcom roku by sme už nevyužívali pomoc Gymnázia LŠ, keďže akcia je tu so súhlasom riaditeľky len v uzavretom areáli školy.

Naopak, tradične veľký záujem je v areáli Technickej univerzity, kde by záujmu nestačili ani dve silne personálne obsadené meracie miesta.

Je žiadúce dohodnúť vopred súčinnosť s lekármi, aby každé meracie miesto bolo obsadené odborníkom schopným nielen merať hladinu cholesterolu, ale aj poskytnúť poradenský servis.

Bez odborného personálneho zabezpečenia akcia už nebude mať zmysel.

Pri spolupráci s Tesco je potrebné vyhnúť sa chybám z tohto roka, teda duplicitu meracích miest a nespoľahlivosti partnera, na meracích miestach vytvoriť vhodnejšie prostredie s vyšším stupňom súkromia, rozhodne zvýšiť kapacitu meraní, počet prístrojov i testovacích prúžkov.

Všetky materiály, najmä však propagačné a informačné, je vhodné doručiť skôr ako to bolo teraz, a to minimálne o týždeň, možno dva.

## Žarnovica

**Stredná odborná škola, Žarnovica, Ing. Gabriela Zeleňáková:** Žiaci boli deň vopred informovaní a zaškolení o priebehu akcie. Ráno v deň akcie o ôsmej hodine sa sústredili v škole, kde im boli odovzdané materiály ku kampani a tričká školy, na ktoré si nalepili červené srdiečka, šnúrky na krk a diáre. Najprv informovali žiakov, učiteľov a ostatných zamestnancov v škole a potom vyšli do ulíc, kde informovali okoloidúcich o Kóde zdravého života. Akcia sa vydarila, naši žiaci sa stretli s pozitívnou odozvou. Sme radi, že sme sa mohli do tejto akcie zapojiť.

## Žiar nad Hronom

V Žiari nad Hronom bolo zriadené 1 meracie miesto v hypermarkete Tesco. Partneri: AV, RÚVZ.

**RÚVZ Žiar nad Hronom, MUDr. Zina Košťanová:** V kontexte celoslovenskej kampane MOST 2011 – Deň srdca, ktorý bol stanovený na 29. 9. 2011 bolo na vybranom mieste pred HM Tesco Žiar nad Hronom vytvorené meracie miesto. Štyri pracovníčky Oddelenia podpory zdravia pri RÚVZ vykonali počas 7 hodín meranie cholesterolu prístrojom Accutrend, meranie TK, obvodu pása, tuku prístrojom Omron a BMI. Zároveň bol vyplnený „Formulár meraní“ dodaný Slovenskou nadáciou srdca.

Záujemcom o informácie a meranie bol poskytnutý propagačný materiál. O meranie cholesterolu malo záujem viac klientov, ako sme mali k dispozícii diagnostických prúžkov, bolo vykonané 76 občanom. Okrem uvedeného, mnoho záujemcov nechcelo čakať na meranie cholesterolu (31 klientov). Ďalej bolo vykonaných 75 meraní celkového telesného tuku, 104 meraní TK, 76 meraní BMI, 107 meraní hmotnosti, 107 meraní výšky a 76 meraní objemu pása. Počas merania cholesterolu a pri jeho vyhodnotení bolo poskytované odborné poradenstvo, pri ktorom bolo odporučených do LPS viacero klientov z dôvodu zdravotných problémov, ako napr. náhodne zistená vysoká glykémia, problémy s cievnym systémom a i. V roku 2012, pre ľahšiu prípravu akcie zo strany OPZ, prosíme o komunikáciu a zasielanie materiálu na vybavenie meracieho miesta priamo na RÚVZ – OPZ Žiar nad Hronom.

## Žilina

V Žiline boli zriadené 2 meracie miesta – v Poradni zdravia RÚVZ a v Sade SNP. Partneri: AV, RÚVZ, Stredná zdravotnícka škola Žilina.

**AV Žilina, Mária Nováková:** Akcia sa uskutočnila na oficiálnom meracom mieste altánok Sad SNP v Žiline pri starom Tescu.

Tak, ako aj po minulé roky, musíme opäť konštatovať, že sa v Žiline v dňoch 15. – 16. 09. 2011 konali „Žilinské dni zdravia“, ktoré sú zamerané na odborné poradenstvo, osvetu zdravia a zdravého životného štýlu.

Aj napriek tomu bol zo strany verejnosti veľký záujem o bezplatné meranie cholesterolu, bez zbytočného čakania u lekára a to za pár minút.

Na tomto mieste je potrebné poďakovať za spoluprácu RÚVZ v Žiline, ktoré tento rok prevzalo propagáciu akcie, meranie a materiálne zabezpečenie.

Priamo na meracom mieste meranie cholesterolu odborne vykonávala PhDr. Fialová Alena z oddelenia podpory zdravia.

Veľmi dobrú prácu odvedli študentky 4. roč. SZŠ v Žiline.

Merali tlak a zapisovali namerané ukazovatele.

V uliciach Žiliny rozdávali letáky, kartičky s kódom zdravého života, zozbierali do dotazníkov veľké množstvo informácií.

**Stredná zdravotnícka škola Žilina, PhDr. Tudíková:** Dňa 29. 9. 2011 sa konala v Žiline akcia „Deň srdca“, do organizácie ktorej bola zapojená aj Stredná zdravotnícka škola v Žiline. Akcie sa zúčastnilo 8 žiakov zo 4. D triedy s pedagogickým dozorom Mgr. Evou Kosorínovou.

Úlohou žiakov bolo zisťovať rizikové faktory kardiovaskulárnych ochorení u náhodne vybraných okoloidúcich ľudí a zaznamenávať ich. Ďalšou úlohou žiakov bolo vysvetliť týmto ľuďom vzorec zdravia, dať im kartičku so vzorcom zdravia, informačné letáky o prevencii kardiovaskulárnych ochorení a ukázať im stanovišťa merania krvného tlaku a cholesterolu. Žiaci pracovali od 10.00 do 14.00 hodiny.

Akcia prebehla v poriadku, podľa očakávaní organizátora, nevyskytli sa pri nej žiadne problémy.



Deň srdca v Žiline.

## Deň srdca 29. 9. 2011 v lekárňach

Lekárne ako poskytovatelia lekárenskej zdravotníckej starostlivosti sú už neodmysliteľnou súčasťou kampane MOST, nakoľko v rámci svojich činností okrem výdaja liekov poskytujú aj kvalitné odborné poradenstvo a v rámci možností aj merania krvného tlaku, prípadne vyšetrenia biochemických parametrov z kvapky kapilárnej krvi, ako sú napr. hladina glukózy, celkového cholesterolu a triglyceridov. Mnohé lekárne tiež disponujú prístrojom na meranie indexu tuku, či hmotnosti tela.

Deň srdca v lekárňach sa aj tento rok konal pod záštitou dekana Farmaceutickej fakulty UK (FaF UK) v Bratislave prof. PharmDr. Jána Kyseloviča, PhD., s organizačnou výpomocou doc. RNDr. Ingrid Tumovej, CSc. a PharmDr. Miroslavy Snopkovej. Lekárne zapojené do kampane MOST 2011 väčšinou spolupracovali ako partnerské lekárne projektu Excelentná lekáraň, ktorého odborným garantom je práve FaF UK a projektu Vaše srdce, pod záštitou ktorého vykonávajú partnerské lekárne spomínané vyšetrenia a konzultácie celoročne. Spoluautorom projektu Vaše srdce je PharmDr. Peter Matejka, PhD., ktorý okrem iného vyškolil študentov FaF UK, ktorí prejavili záujem, ako správne odmerať krvný tlak a biochemické parametre a osobne počas Dňa srdca vykonával merania na meracom mieste zriadenom v priestoroch FaF UK.

Fakulta sa okrem tejto podpory zapojila do Dňa srdca aj prostredníctvom študentov na povinnej odbornej praxi, ktorí v lekárňach po celom Slovensku pomáhali vykonávať merania, či zapisovať namerané hodnoty. Deň srdca v lekárňach opäť zaznamenal úspech ako zo strany verejnosti, tak aj zo strany lekárníkov, ktorí si pochvaľovali najmä možnosť prezentovať lekáraň ako zdravotnícke zariadenie s pridanými zdravotníckymi službami pre zákazníkov. Celkovo sa v roku 2011 do kampane MOST zapojilo 153 lekární z celého Slovenska, prostredníctvom ktorých sa Deň srdca priblížil aj občanom v menších mestečkách a obciach. Mnohí zákazníci mali záujem tiež o dodané propagačné materiály, mnohé lekárne ich pribalovali priamo k vydávaným liekom. Zoznam lekární nájdete v tabuľke na konci kapitoly. Zapojilo sa o niečo menej lekární ako v roku predchádzajúcom, čo bolo spôsobené najmä tým, že tento rok lekárne neboli podporované dodaním meracích prúžkov a ďalšie zakúpenie tohto spotrebného materiálu by bolo pre ne ekonomicky náročné. Počas Dňa srdca bolo pre partnerov povinné meranie krvného tlaku, napriek tomu mnohé lekárne podporili projekt aj meraním cholesterolu, prípadne iných biochemických parametrov, zaznamenávali namerané hodnoty a tieto poskytli na spracovanie do štatistických údajov.

Mnohí lekárnici prostredníctvom správy z podujatia vyjadrili svoje postrehy, z ktorých za všetky vyberáme najvýstižnejšie:

**Lekáraň Kamilka, Michalovce, Mgr. Hana Gombošová:** „Merania vykonávame celoročne a do kampane MOST sme sa zapojili už po niekoľkýkrát. Za všetkých pacientov by sme chceli uviesť prípad zákazníka, ktorý by mal slúžiť ako memento

Je čas postarať sa o svoju zdravie.  
29. 9. 2011

**Deň Zdravca**  
29. 9. 2011

**MERACIE MIESTO**  
Národné centrum KRAJZDRAVIE ZDRAVIA

**ONEROLICH**  
Floor care

**Sunarka**

**Tensioval**

**COOKIES**  
**Mix Part**

Prípravky proti hubám

Starostlivosť o vlasy a vlhkosť pokožky

**Nutricion**

**Praviny**



pre ostatných. Zákazník mal nameraný veľmi vysoký krvný tlak, o ktorom nevedel a boli prítomné aj iné rizikové faktory, a tak sme ho okamžite odoslali na odborné vyšetrenie. V priebehu týždňa dostal cievnu mozgovú príhodu. Včasným odslaním na odborné vyšetrenie môžeme predchádzať závažným ochoreniam a ich následkom.“

**Lekárň Ferula, Žilina, Mgr. Petra Okuliarová:** „Deň srdca bol v tomto roku úspešným podujatím. Niektorí ľudia prišli cielene, pretože tento deň poznajú už z minulých rokov, iní zas prišli zo zvedavosti. V našej lekárni sme merali glukózu, celkový cholesterol, tlak krvi a prístrojom AVIS 333, ktorý v našej lekárni máme, si pacienti mohli nechať urobiť celkovú analýzu tela. Všetkým pacientom sme sa venovali individuálne dlho. Popri jednotlivých meraniach sme sa im vždy snažili podať čo najodbornejšie poradenstvo, poradiť im ako zlepšiť životosprávu, čoho sa vyvarovať a čo naopak nezanedbávať. Musím každého jedného pacienta pochváliť, lebo naozaj mali trpezlivosť sem-tam si aj počkať v rade, Ochoťne nám odpovedali na všetky otázky a podávali potrebné informácie o ich zdraví, anamnéze a myslím, že každý odchádzal spokojný a s novou chuťou žiť zdravšie a robiť niečo pre svoje zdravie.“

**Lekárň Platan, Rovinka, Mgr. Gabriela Vozárová:** „Vzhľadom na prevádzkové možnosti sme merali krvný tlak a BMI. Akcia mala veľmi pozitívnu odozvu u pacientov. Zaujímavosťou bola spätná odozva u 2 žien, u ktorých na základe našich meraní a následnej konzultácie s lekárom došlo k zmene liečby vysokého krvného tlaku. Prekvapením pre nás boli aj 3 mladí muži vo veku do 35 rokov so zvýšeným krvným tlakom, doteraz u nich nezaznamenaným a neliečeným. S potešením sa podobnej kampane zúčastníme aj o rok.“

**Lekárň Chirimpex, Piešťany, PharmDr. Oravcová:** „V rámci kampane MOST a Dňa srdca sme uskutočnili v našej lekárni merania parametrov Kódu zdravého života, ktoré sa stretli s veľkým ohlasom. Záujemcovia prichádzali počas celého dňa. Kladnú odozvu mali nielen merania, ale aj poradenstvo v oblasti zlepšenia zdravia a prevencie kardiovaskulárnych ochorení. Sme veľmi radi, že sa koná takáto kampaň, lebo si myslíme, že má efekt a prispieva k uvedomeniu si závažnosti uvedených ochorení.“

**Lekárň Sovanis, Šaľa, Mgr. Helena Margušová:** „Našich zákazníkov táto akcia potešila a aj nám sa páčilo, že sa lekárň viac podobala na zdravotnícke zariadenie – aj v očiach pacientov sme opäť boli zdravotníci. Ďakujeme!“

**Lekárň Liberi, Bratislava, PharmDr. Anna Janseková:** „Celú akciu sme si vo pred naplánovali, rozvrhli a rozdelili kompetencie aj pre praktikantov z 5. ročníka FaF UK. Priebeh akcie sme mali veľmi rôznorodý, tak ako skladbu pacientov, ktorí



sa meraniam podrobili. V skupine boli aj klienti, ktorí netušili, že vlastne je potrebné ísť okamžite k svojmu lekárovi a požiadať o vyšetrenie hladiny cukru v krvi, mali sme aj alkoholika, ktorý prekročil hodnotu 24 mmol/l, ale nie je nikde sledovaný. Pacientov sme poučili a zodpovedali sme im všetky otázky týkajúce sa zdravého životného štýlu a stravovania. Celé podujatie je pre nás vždy dôležité a rozhodli sme sa z vlastnej iniciatívy, že 1x mesačne budeme v lekární robiť takúto akciu pre našich klientov. Priebežne meriame tlak krvi v lekární každý deň.“

**Lekárň Kryštál, Bratislava, Viktória Kozáková, Zuzana Pastorková, študentky 5. ročníka FaFUK:** 29. septembra sa v našej lekární na meraní tlaku zúčastnilo 58 pacientov.

Pri príležitosti Dňa srdca sa lekárň s radosťou zapojila do tohto projektu a informovala pacientov o dôležitosti zdravého životného štýlu a preventívneho merania krvného tlaku.

Naše služby sme rozšírili spoluprácou s firmou KOMPAVA. Mali sme k dispozícii prístroj, ktorý pacientom vypočítal biologický vek podľa úrovne funkcie metabolizmu, množstvo vody v tele, viscerálneho tuku, hmotnosť, bazálny metabolizmus, v % množstvo svalovej hmoty a hmotnosť kostí.

Po meraní sme mali konzultácie s pacientmi o ich problémoch. Riešili sme, čo by chceli a čo by potrebovali zmeniť a vylepšiť.

Na túto akciu sme mali pozitívne ohlasy nie len z radov pacientov, ale aj ostatných kolegov.

Podobným projektom bude naša lekárň vždy otvorená.



Deň srdca v lekárnach.

**Lekáreň Remedia, Bratislava, Andrea Grófová:** Merania v našej lekárni prebiehali celý deň, uskutočnili sa u 29 záujemcov.

Merali sme prístrojom Accutrend Plus od firmy Roche. Menší problém bol s prúžkami, ktoré nám prišli v deň merania okolo 9.30, kedy už prebiehali merania. Z tohto dôvodu sme nemohli zmerať hodnoty triglyceridov u prvých 8 pacientov.

Podnety od pacientov: sťažovali sa na malý počet meracích miest, resp. nie všade merali okrem tlaku krvi aj glykémiu a cholesterol. Veľa ľudí prišlo po 17-tej hodine, kedy sa už na iných miestach nemeralo. V našej lekárni sme pre veľký záujem merali aj po záverečnej, teda po 18-tej hodine.

Podľa možnosti by lekárne zapojené do kampane uvítali príspevok aspoň časti prúžkov, naša spotreba bola viac ako 3 balenia za tento jeden deň.

**Lekáreň Plus, s.r.o, Pezinok, PharmDr. Katarína Bruchatá, PhD.:** Deň srdca sme v lekárni realizovali prvýkrát, pretože sme novootvorená lekáreň.

Merali sme TK tlakomerom OMRON M3, obvod pásu a počítali BMI.

Celkovo si prišlo dať zmerať tlak a BMI 13 osôb, z toho 12 žien a jeden muž, priemerný vek 40 rokov.

Túto akciu v lekárni vnímali ľudia veľmi pozitívne, obzvlášť, keď sa im v rámci meraní poskytlo aj odborné poradenstvo alebo usmernenie v oblasti zdravej výživy alebo výživových doplnkov (magnézium, koenzým Q10, meranie tlaku v domácom prostredí).

Z osobného pohľadu lekárniky vnímam akciu veľmi pozitívne. Má veľký prí-



Deň srdca v lekárňach.

*nos dostať do povedomia ľudí ochranu svojho zdravia, aj prostredníctvom lekárni, a tak pomáhať včas diagnostikovať začínajúcu hypertenziu či iné súvisiace diagnózy.*

**Lekárň MONTANA, Banská Bystrica, PharmDr. Darina Zavacká:** *Tento rok sme sa stretli s rapídne vyšším záujmom verejnosti o merania uskutočňované počas Dňa srdca. Hlavným dôvodom bolo, že v rámci B. Bystrice sme boli jedinou lekárňou, ktorá sa do akcie zapojila v plnej šírke. Počas celého dňa sme uskutočnili merania u 22 záujemcov. Takmer všetci zúčastnení boli o kampani aj meracom mieste v našom meste informovaní z médií.*

*Podľa prianí pacientov sme poskytli merania TK, BMI, cholesterolu, TG a glykémie. Následne sa rozhovor s pacientmi uberal v smere poradenstva o užívaní liekov, zdravom životnom štýle a spôsobe udržiavania rizikových faktorov na čo najnižších úrovniach.*



Deň srdca v lekárňach.

## Deň srdca 29. 9. 2011 – kampaň MOST 2011

č.	Mesto	Umiestnenie	Merania	Partner
1	Bánovce nad Bebravou	Námestie Ľ. Štúra – 30.9.2011	TK, CHOL, BMI, obvod pása	Nemocnica Bánovce
2	Banská Bystrica	Mestský úrad	TK, CHOL, BMI, CO, obvod pása	AV, RÚVZ
3	Banská Bystrica	VÚC-BBSK	TK, CHOL, BMI, obvod pása	AV, RÚVZ
4	Bardejov	Lekáreň Dr. Max, OC Hypernova	TK, CHOL, BMI, CO, obvod pása	AV, RÚVZ
5	Bardejov	Lekáreň Atrium	TK, CHOL, BMI, obvod pása	AV, RÚVZ
6	Bratislava	Eurovea 1. poschodie	TK, CHOL, BMI, obvod pása	Celimed
7	Bratislava	Hypermarket Tesco Extra	TK, CHOL, BMI, obvod pása	Novartis
8	Bratislava	Nám. SNP, hlavný stan	TK, CHOL, BMI, obvod pása	FaF UK
9	Bratislava	Obchodný dom Tesco	TK, CHOL, BMI, obvod pása	AV
10	Bratislava	Poradňa zdravia RÚVZ	TK, CHOL	RÚVZ
11	Bratislava	Poradňa zdravia, Petržalka	TK, CHOL, BMI, obvod pása	RÚVZ
12	Brezno	Klub dôchodcov Prameň, denné centrum	TK, CHOL, BMI, obvod pása	AV, RÚVZ
13	Čadca	Poradňa zdravia RÚVZ	TK, CHOL, BMI, CO, obvod pása	RÚVZ
14	Čadca	Hypermarket Tesco	TK, CHOL	AV
15	Dolný Kubín	Hypermarket Tesco	TK, CHOL, BMI, CO, obvod pása	AV, RÚVZ
16	Dunajská Streda	Hypermarket Tesco	TK, CHOL, BMI, obvod pása	AV, RÚVZ
17	Galanta	Lekáreň Domov zdravia – Medicen	TK, CHOL, BMI, CO, obvod pása	RÚVZ
18	Humenné	OD Laborec	TK, CHOL, BMI, CO, obvod pása	AV, RÚVZ
19	Komárno	COOP jednota Supermarket	TK, CHOL, BMI, obvod pása	RÚVZ
20	Košice	OC Optima	TK, CHOL, BMI, obvod pása	AV
21	Košice	Poradňa zdravia RÚVZ	TK, CHOL, GLU, BMI, CO	RÚVZ
22	Levice	Hypermarket Tesco	TK, CHOL, CO	AV, RÚVZ
23	Liptovský Mikuláš	Hypermarket Tesco	TK, CHOL, BMI, CO, obvod pása	RÚVZ
24	Lučenec	Poradňa zdravia RÚVZ	TK, CHOL, BMI, CO, obvod pása	AV, RÚVZ
25	Lučenec	Prior Lučenec	TK, CHOL, BMI, obvod pása	AV, RÚVZ
26	Lučenec	Hypermarket Tesco	TK, CHOL, BMI, obvod pása	AV, RÚVZ
27	Martin	Obchodné centrum Tulip	TK, CHOL, BMI, obvod pása	RÚVZ
28	Michalovce	Mestský úrad	TK, CHOL, BMI, CO, obvod pása	RÚVZ
29	Michalovce	Poradenské centrum RÚVZ	TK, CHOL, BMI, CO, obvod pása	RÚVZ
30	Michalovce	Obchodný dom Dodo	TK, CHOL, BMI, obvod pása	AV
31	Nitra	Poradňa zdravia RÚVZ	TK, CHOL, BMI, CO, obvod pása	RÚVZ

## Deň srdca 29. 9. 2011 – kampaň MOST 2011 – pokračovanie 1

č.	Mesto	Umiestnenie	Merania	Partner
32	Nitra	Všeobecná zdravotná poisťovňa	TK, CHOL, BMI, CO, obvod pása	RÚVZ
33	Nové Zámky		TK, CHOL, BMI, obvod pása	AV
34	Poprad	Stredná priemyselná škola	TK, CHOL, BMI, obvod pása	AV
35	Poprad	Hypermarket Tesco Poprad	TK, CHOL, BMI, obvod pása	AV, RÚVZ
36	Považská Bystrica	Poradňa zdravia RÚVZ	TK, CHOL, BMI, CO, obvod pása	RÚVZ
37	Prešov	Hypermarket Tesco Vukov	TK, CHOL, BMI, CO, obvod pása	AV, RÚVZ
38	Prievidza	Akadémia vzdelávania	TK, CHOL, BMI, obvod pása	AV, RÚVZ
39	Rimavská Sobota	Poradňa zdravia	TK, CHOL, BMI, CO, obvod pása	AV, RÚVZ
40	Rožňava	Poradňa zdravia – 28.9.2011	TK, CHOL, BMI, CO, obvod pása	RÚVZ
41	Rožňava	Mestský úrad Rožňava	TK, CHOL, BMI, CO, obvod pása	RÚVZ
42	Senica	Kaufland	TK, CHOL, BMI, obvod pása	AV, RÚVZ
43	Sereď	pred OD Jednota	TK, CHOL, BMI, CO, obvod pása	OA Sereď
44	Spišská Nová Ves	Lekáreň Dr. MAX, Nákupné centrum Madaras	TK, CHOL, BMI, obvod pása	RÚVZ
45	Spišská Nová Ves	Lekáreň Na Letnej	TK, CHOL, BMI, obvod pása	RÚVZ
46	Stará Ľubovňa	Mestský úrad	TK, CHOL, BMI, CO, obvod pása	RÚVZ
47	Svidník	Nákupné centrum MADOS	TK, CHOL, BMI, obvod pása	RÚVZ
48	Telgárt	Telgárt	TK, CHOL, BMI, obvod pása	AV, RÚVZ
49	Topoľčany	Poradňa zdravia	TK, CHOL, BMI, CO, obvod pása	AV, RÚVZ
50	Trebišov	Mestský úrad	TK, CHOL, BMI, obvod pása	AV, RÚVZ
51	Trebišov	Hypermarket Tesco	TK, CHOL, BMI, obvod pása	AV, RÚVZ
52	Trenčín	Mestský úrad	TK, CHOL, BMI, CO, obvod pása	RÚVZ
53	Trnava	Poradňa zdravia	TK, CHOL, BMI, obvod pása	AV, RÚVZ
54	Trnava	Akadémia vzdelávania	TK, CHOL, BMI, obvod pása	AV, RÚVZ
55	Veľký Krtíš	Námestie A.H. Škultétyho	TK, CHOL, BMI, obvod pása	AV
56	Vranov nad Topľou	Poradňa zdravia	TK, CHOL, BMI, obvod pása	RÚVZ
57	Zvolen	Gymnázium Ľ. Štúra	TK, CHOL, BMI, obvod pása	AV
58	Zvolen	Mestský úrad – 28.9.2011	TK, CHOL, BMI, obvod pása	RÚVZ
59	Zvolen	Poradňa zdravia	TK, CHOL, BMI, CO, obvod pása	RÚVZ
60	Zvolen	Technická univerzita	TK, CHOL, BMI, obvod pása	AV
61	Zvolen	Hypermarket Tesco Extra	TK, CHOL, BMI, obvod pása	AV
62	Žiar nad Hronom	Hypermarket Tesco	TK, CHOL, BMI, obvod pása	AV, RÚVZ
63	Žilina	Sad SNP	TK, CHOL, BMI, CO, obvod pása	AV, RÚVZ
64	Žilina	Poradňa zdravia	TK, CHOL, BMI, CO, obvod pása	RÚVZ

## Zoznam zúčastnených škôl

Mesto	Škola	Kontaktná osoba	Počet študentov
Banská Bystrica	Fakulta zdravotníctva SZU so sídlom v Banskej Bystrici	PhDr. Anna Butorová	4
Bardejov	Obchodná akadémia	Ing. Gabriela Vizváriová	4
Bratislava	Farmaceutická fakulta UK	prof. PharmDr. Ján Kyselovič, PhD.	15
Bratislava	Gymnázium A. Einsteina	RNDr. Vlasta Kolompárová	10
Bratislava	Gymnázium J.Papánka	Mgr. Beáta Miklošová	10
Čadca	Obchodná akadémia	PaedDR. Gabriela Vrbinárová	4
Dunajská Streda	Stredná zdravotnícka škola	Mgr. Helena Reháková	4
Humenné	Stredná zdravotnícka škola	PhDr. Marcela Griščiková	4
Košice	Stredná zdravotnícka škola	PhDr.Ivana Ivanová	4
Levice	Gymnázium Andreja Vrábla	PhDr. Silvia Gunišová	6
Liptovský Mikuláš	Stredná zdravotnícka škola	PhDr.Helena Straková	15
Lučenec	Stredná zdravotnícka škola	Mgr.Pápaiová	4
Michalovce	Obchodná akadémia	Mgr. Vlasta Semanová	15
Nitra	Stredná zdravotnícka škola	PhDr. Eva Grófová	8
Nitra	UKF, Fakulta sociálnych vied a zdravotníctva, Katedra ošetrovateľstva	PhDr. Alica Slamková PhD.	8
Nové Zámky	SZŠ – EK Nové Zámky	PhDr. Monika Jankechová, PhD.	4
Poprad	Stredná zdravotnícka škola	Mgr. Miroslav Bednár	6
Poprad	Stredná priemyselná škola	Mgr. Miroslava Damerová	6
Prešov	Stredná zdravotnícka škola	Mgr. Erika Provázková	24
Rimavská Sobotka	Obchodná akadémia – Kereskedelmi Akadémia	Ing.Ingrid Raiszová	6
Rožňava	Gymnázium P.J.Šafárika	PhDr.Alica Rihošeková	10
Rožňava	Stredná zdravotnícka škola	MUDr. Katarína Kopecká, PhD.	2
Senica	Stredná zdravotnícka škola	p. Kučerová	6
Sereď	Obchodná akadémia Sereď	PaedDr. Mariana Kamenská	35
Topoľčany	Gymnázium, Ul.17. novembra 1180, Topoľčany	Eva Kúdelová	10
Topoľčany	SZŠ sv. Vincenta de Paul Topoľčany	Mgr. Marta Marková	6
Trebišov	Obchodná akadémia	Ing. Marcela Rabatinová	6
Trebišov	Cirkevná stredná odborná škola sv. Jozefáta	PaedDr. Tibor Volčko	5
Trenčín	SZŠ Trenčín	PhDr. Dagmar Mikušová, MPH	10
Trnava	SZŠ Trnava	PhDr. Katarína Hrašnová, PhD.	6
Veľký Krtíš	Gymnázium A.H. Škultétyho	Mgr. Miroslava Čopová	6
Zvolen	Stredná zdravotnícka škola	Mgr. Jozef Vallašek	6
Žarnovica	Stredná odborná škola	Ing. Gabriela Zeleňáková	7
Žilina	Stredná zdravotnícka škola	PhDr. Tudíková	15

## Zapojenie sa do celoslovenskej kampane MOST 2011

RÚVZ v SR	Počet meraní				Zúčastnení odborníci (za RÚVZ)
	TK	Pulz	BMI	Cholesterol	
Banská Bystrica	320	320	315	180	MUDr. S. Kontrošová, MPH, MUDr. H. Vrbánová, Mgr. T. Zvalová, D. Konečná, A. Puškárová, Bc. M. Šucháňová, M. Parobeková
Bardejov	135	135	135	135	J. Müllerová, R. Mihaľová, M. Majerničková, N. Driganová
Bratislava	114	114	86	102	MUDr. Béderová, Mgr. Z. Klinčáková, H. Kováčiková
Čadca	19	19	19	19	Bc. M. Cudráková
Dolný Kubín	90	90	90	90	MUDr. D. Vasiľová, MPH, J. Kratochvílová
Dunajská Streda	57	57	57	44	J. Šoková, V. Egriová
Galanta	152	152	152	152	MUDr. A. Baranovičová, Bc. I. Kiliányová, M. Kollárová
Humenné	86	86	86	75	MVDr. M. Gulyasová, Mgr. T. Kuruczová, Mgr. L. Lesňáková, M. Lobová
Komárno	68	68	68	67	MUDr. F. Molnár, Mgr. Z. Izsáková, M. Beseová,
Košice	125	125	125	124	MUDr. J. Kollárová, RNDr. E. Schnitzlerová, MUDr. M. Kožárová, AHS A. Zajacová, Mgr. M. Holovková, Mgr. S. Gregová, Bc. M. Fabianová
Levice	90	90	90	90	A. Moravská, Ľ. Daubnerová
Liptovský Mikuláš	66	66	66	66	MUDr. L. Benková, Mgr. M. Švandová
Lučenec	70	70	70	70	MUDr. J. Lupták, Mgr. Gubániová, Mgr. Feteriková
Martin	52	52	50	52	Mgr. M. Bobrovská, Ľ. Lojková
Michalovce	60	60	60	60	MUDr. Hamadejová
Nitra	118	118	118	118	Mgr. I. Bäreková, J. Dúbravická, M. Valenčíková, Ľ. Smreková
Nové Zámky	45	45	45	45	Mgr. K. Stehlová, I. Kianeková
Poprad	178	178	178	178	A. Jochmanová, M. Václavová
Považská Bystrica	64	64	64	60	MUDr. D. Hlušková, A. Hôrecká
Prešov	60	60	60	60	PhDr. N. Devečková, Mgr. A. Hal'ková, M. Juhaščíková
Prievidza (sídlo Bojnice)	48	48	48	48	MUDr. M. Štovčíková, A. Gáľisová
Rimavská Sobota	21	21	21	21	MUDr. T. Ostrihoňová, K. Betaová
Rožňava	61	61	61	61	Mgr. S. Lengová
Senica	50	50	50	50	Mgr. A. Dvouletá, E. Černá
Spišská Nová Ves	300	300	150	150	MUDr. P. Mišenda, Ing. J. Rešovský, DAHE T. Mederiová, AHS M. Vlčáková

RÚVZ v SR	Počet meraní				Zúčastnení odborníci (za RÚVZ)
	TK	Pulz	BMI	Cholesterol	
Stará Ľubovňa	79	79	79	79	Mgr. V. Zahorjanová, Mgr. J. Pekárová, E. Pastirčíková
Svidník	50	50	50	50	Mgr. E. Podaná, J. Ufnárová
Trebišov	136	136	118	88	MUDr. T. Konevičová, MPH, RNDr. L. Demešová, Mgr. V. Mahutová, Bc. E. Šutiaková, A. Jenčová, M. Dudová
Trenčín	65	65	65	65	MUDr. V. Dobiášová, PhD., MPH, Mgr. V. Bašová, Mgr. P. Alakšová, Božena Španíková
Topoľčany	23	23	23	23	DAHE M. Trenčanská
Trnava	86	86	86	86	Mgr. A. Šimorová, I. Martinková, V. Horvathová, J. Jakubeková
Veľký Krtíš	68	68	68	52	MUDr. J. Adamová, Z. Foltánová
Vranov nad Topľou	115	115	71	71	MUDr. K. Pižemová, V. Dzurjaninová
Zvolen	61	61	61	61	MUDr. M. Launerová, MUDr. P. Reinhardt, MUDr. J. Tesár, Mgr. I. Gondášová, Mgr. E. Revajová, Bc. V. Dvorská, DAHE A. Klimová, DAHE K. Sekerášová, DAHE J. Vávrová, DAHE M. Sedláková
Žiar nad Hronom	104	104	76	76	MUDr. Košťanová, E. Buryová, M. Malatinová, A. Kubíková
Žilina	164	164	164	164	MUDr. M. Palenicová, PhDr. A. Fialová



## Zoznam lekární, ktoré sa zúčastnili na dni D

č.	Mesto	Umiestnenie	Merania	Partner
1	Bánovce nad Bebravou	Lekáreň LIPA	TK, CHOL, TG, GLU, BMI, index tuku, obvod pása	Vaše srdce
2	Bánovce nad Bebravou	Lekáreň Schneider	TK, BMI, obvod pása	SHF
3	Bánovce nad Bebravou	Lekáreň sv.Kataríny	TK, BMI, obvod pása	FaF UK, Vaše srdce
4	Banská Bystrica	Lekáreň Montana	TK, CHOL, TG, GLU, BMI, index tuku, obvod pása	SHF
5	Banská Bystrica	Lekáreň U anjela	TK	Vaše srdce
6	Bardejov	Lekáreň Pharmacia	TK, BMI, obvod pása	FaF UK, Vaše srdce
7	Bojnice	Lekáreň Notre Dame	TK afb	Interpharm
8	Bratislava	Fakultná lekáreň, pred aulou FaF UK	TK, CHOL, BMI, obvod pása	FaF UK, Vaše srdce
9	Bratislava	Lekáreň „poliklinika Mýtna“	TK, CHOL, BMI, index tuku, obvod pása	SHF
10	Bratislava	Lekáreň 24	TK, CHOL, TG, GLU	FaF UK
11	Bratislava	Lekáreň Aeskulap	TK, CHOL, BMI, index tuku, obvod pása	Vaše srdce
12	Bratislava	Lekáreň Aloe	TK, BMI, obvod pása	SHF
13	Bratislava	Lekáreň Aupark	TK, obvod pása	SHF
14	Bratislava	Lekáreň Avion	TK, BMI, index tuku, obvod pása	FaF UK
15	Bratislava	Lekáreň Bacillus	TK, CHOL, GLU	FaF UK
16	Bratislava	Lekáreň BILLA Dlhé Diely	TK, BMI, obvod pása	SHF
17	Bratislava	Lekáreň Farminova	TK, BMI	Vaše srdce
18	Bratislava	Lekáreň Harmonia	TK, BMI, index tuku, obvod pása, množstvo vody	Vaše srdce
19	Bratislava	Lekáreň Humavet	TK,	SHF
20	Bratislava	Lekáreň Kramáre	TK, BMI, obvod pása	FaF UK, Vaše srdce
21	Bratislava	Lekáreň Kryštál	TK BMI, obvod pása	FaF UK
22	Bratislava	Lekáreň Kubačova	TK, obvod pása	Vaše srdce
23	Bratislava	Lekáreň Liberi	TK, BMI, obvod pása	FaF UK, Vaše srdce
24	Bratislava	Lekáreň Libra	TK, CHOL, TG, GLU, BMI, index tuku	FaF UK, Vaše srdce
25	Bratislava	Lekáreň Magma	TK afb	Interpharm
26	Bratislava	Lekáreň Mandragora	TK, váha, výška, BMI, index tuku	FaF UK
27	Bratislava	Lekáreň Medissimo	TK, CHOL, TG	SHF
28	Bratislava	Lekáreň Nada	TK afb	Interpharm
29	Bratislava	Lekáreň Nutricentrum	TK, GLU, BMI, obvod pása	FaF UK
30	Bratislava	Lekáreň OC Eurovea	TK afb	Interpharm
31	Bratislava	Lekáreň Palace	TK afb	Interpharm
32	Bratislava	Lekáreň Panacea	TK,	SHF
33	Bratislava	Lekáreň Pharmacentrum	TK, BMI, index tuku	FaF UK

## Zoznam lekární, ktoré sa zúčastnili na dni D – pokračovanie 1

č.	Mesto	Umiestnenie	Merania	Partner
34	Bratislava	Lekáreň Pharmacum	TK, obvod pásu	SHF
35	Bratislava	Lekáreň Pharmatop	TK, GLU, BMI, index tuku, obvod pásu	FaF UK
36	Bratislava	Lekáreň Pharmatop	TK, BMI, Index tuku, obvod pásu	FaF UK
37	Bratislava	Lekáreň pri divadle	TK, BMI	SHF
38	Bratislava	Lekáreň pri radnici	TK, CHOL, TG, GLU, BMI, index tuku, obvod pásu	FaF UK, Vaše srdce
39	Bratislava	Lekáreň Remedia	TK, CHOL, TG, GLU, BMI, obvod pásu	FaF UK, Vaše srdce
40	Bratislava	Lekáreň Signum	TK, CHOL	FaF UK, Vaše srdce
41	Bratislava	Lekáreň Srdce	TK, BMI, obvod pásu	FaF UK, Vaše srdce
42	Bratislava	Lekáreň sv. Alžbety	TK, CHOL, BMI, index tuku, obvod pásu	FaF UK, Vaše srdce
43	Bratislava	Lekáreň sv. Anny	TK, CHOL, TG, GLU, BMI, obvod pásu	Vaše srdce
44	Bratislava	Lekáreň sv. Michala	TK, BMI, obvod pásu	FaF UK
45	Bratislava	Lekáreň Sympatia	TK, CHOL, TG, GLU, BMI, index tuku, obvod pásu	SHF
46	Bratislava	Lekáreň Šustekova	TK, BMI, index tuku, obvod pásu	FaF UK
47	Bratislava	Lekáreň Tehelná	TK, BMI, obvod pásu	FaF UK
48	Bratislava	Lekáreň Thorre	TK, BMI, index tuku	SHF
49	Bratislava	Lekáreň Trnavské mýto	TK, BMI, index tuku, obvod pásu	SHF
50	Bratislava	Lekáreň U Panny Marie	TK	SHF
51	Bratislava	Lekáreň U sv. Krištofa	TK, BMI, obvod pásu	FaF UK
52	Bratislava	Lekáreň Vitamin	TK, CHOL, TG, GLU, BMI, obvod pásu	FaF UK, Vaše srdce
53	Bratislava	Lekáreň Zelená farmácia	TK, CHOL, TG, GLU, BMI, obvod pásu	FaF UK, Vaše srdce
54	Bratislava	Univerzitná lekáreň	TK, CHOL, BMI, obvod pásu	FaF UK, Vaše srdce
55	Bratislava	Výdajňa zdr.potrieb Dukla	TK a fíb	Interpharm
56	Bratislava-Vajnory	Lekáreň Vajnory	TK, BMI, index tuku, obvod pásu	Vaše srdce
57	Budmerice	Lekáreň u sv. Mariana	TK	SHF
58	Cerová	Lekáreň Sophia	TK, CHOL, TG, GLU, BMI, obvod pásu	SHF
59	Čadca	Lekáreň Fontána	TK, BMI	Vaše srdce
60	Čadca	Lekáreň Frontier	TK, BMI, obvod pásu	FaF UK
61	Čadca	Lekáreň Terno	TK, BMI,	SHF
62	Čachtice	Lekáreň Čachtická	TK, BMI, index tuku	SHF
63	Častá	Lekáreň Trinitas	TK	Vaše srdce
64	Dunajská Streda	Lekáreň Cobra	TK	SHF

## Zoznam lekární, ktoré sa zúčastnili na dni D – pokračovanie 2

č.	Mesto	Umiestnenie	Merania	Partner
65	Fíľakovo	Lekáreň Pod hradom	TK, CHOL, GLU, BMI, index tuku, obvod pása	SHF
66	Gabčíkovo	Lekáreň Ambrosia	TK, BMI, index tuku, obvod pása	Vaše srdce
67	Gabčíkovo	Lekáreň Humanitas	TK a fíb	Interpharm
68	Gbely	Lekáreň Léčivka	TK, CHOL, TG, GLU	SHF
69	Gbely	Lekáreň Veronika	TK, BMI, index tuku, obvod pása	Vaše srdce
70	Humenné	Lekáreň Pri kaštieli	TK a fíb	Interpharm
71	Hurbanovo	Lekáreň Salvator	TK, BMI, obvod pása	SHF
72	Chorvátsky Grob	Lekáreň Fawor	TK, BMI, obvod pása	Vaše srdce
73	Kežmarok	Výdajňa zdr.potrieb Barnášová	TK a fíb	Interpharm
74	Kolárovo	Lekáreň Pri kostole	TK, CHOL, GLU, BMI	Vaše srdce
75	Komárno	Lekáreň AZ	TK a fíb	Interpharm
76	Komárno	Lekáreň pri Váhu	TK, CHOL, TG, GLU, BMI, index tuku, obvod pása	Vaše srdce
77	Košice – Šaca	Lekáreň V nemocnici	TK, obvod pása	SHF
78	Krupina	Lekáreň Camilca	TK, BMI	Vaše srdce
79	Kysucké Nové Mesto	Mestská lekáreň Laurin Medica	TK, BMI, index tuku	SHF
80	Levice	Lekáreň Melissa	TK, BMI, Index tuku, obvod pása	FaF UK
81	Likavka	Lekáreň Tília 3	TK, CHOL, TG, GLU, BMI, index tuku, obvod pása	Vaše srdce
82	Liptovský Mikuláš	Lakáreň Apia	TK a fíb	Interpharm
83	Liptovský Mikuláš	Lekáreň Podbreziny	TK, CHOL, TG, GLU, BMI, index tuku, obvod pása	Vaše srdce
84	Lučenec	Lekáreň Dr. Max	TK, BMI, obvod pása	SHF
85	Lučenec	Lekáreň Na námestí	TK a fíb	Interpharm
86	Malacky	Lekáreň Harmonia	TK a fíb	Interpharm
87	Malacky	Lekáreň u Sv. Severína	TK, BMI, index tuku, obvod pása	Vaše srdce
88	Malacky	Lekáreň Zdravie	TK, BMI, obvod pása	SHF
89	Martin	Lekáreň Bella Donna	TK	FaF UK
90	Martin	Lekáreň Caritas	TK, BMI, index tuku	FaF UK
91	Martin	Lekáreň Castanea	TK, BMI, index tuku, obvod pása	SHF
92	Martin	Lekáreň Ida	TK, BMI, obvod pása	FaF UK
93	Martin	Lekáreň Tulip	TK, BMI, obvod pása	SHF
94	Michalovce	Lekáreň Farmácia	TK	SHF
95	Michalovce	Lekáreň Kamilka – 28.9.2011	TK, BMI, obvod pása	
96	Michalovce	Lekáreň Sanamus	TK, BMI, index tuku	FaF UK

## Zoznam lekární, ktoré sa zúčastnili na dni D – pokračovanie 3

č.	Mesto	Umiestnenie	Merania	Partner
97	Michalovce	Lekáreň u Apolona	TK, BMI	SHF
98	Michalovce	Výdajňa zdr.potrieb Sanita	TK a fib	Interpharm
99	Modra	Lekáreň Salvator	TK, CHOL, TG, GLU, BMI, obvod pásu	Vaše srdce
100	Myjava	Lekáreň Pegas	TK, BMI, obvod pásu	FaF UK
101	Námestovo	Lekáreň Orava	TK a fib	Interpharm
102	Nitra	Lekáreň Hypericum	TK a fib	Interpharm
103	Nové Zámky	Lekáreň Starbec	TK, BMI, obvod pásu	SHF
104	Nové Zámky	Výdajňa zdr.potrieb Remedia	TK a fib	Interpharm
105	Partizánske	Lekáreň Orchidea	TK, CHOL, TG, GLU, BMI, index tuku, obvod pásu	FaF UK
106	Pezinok	Lekáreň Pezinka	TK, BMI, index tuku, obvod pásu	Vaše srdce
107	Pezinok	Lekáreň Plus	TK, BMI, obvod pásu	SHF
108	Piešťany	Lekáreň Dr. Max	TK, BMI, index tuku, obvod pásu	SHF
109	Piešťany	Lekáreň Chirimpex	TK, CHOL, GLU, BMI, index tuku, obvod pásu	Vaše srdce
110	Piešťany	Lekáreň Na juhu	TK, CHOL, BMI, obvod pásu	SHF
111	Piešťany	Lekáreň Pri Váhu	TK, CHOL, GLU, BMI, index tuku, obvod pásu	Vaše srdce
112	Piešťany	Lekáreň Prior	TK a fib	Interpharm
113	Považská Bystrica	Lekáreň Nový Život	TK, BMI, obvod pásu	FaF UK, Vaše srdce
114	Považská Bystrica	Výdajňa zdr.potrieb Máryna	TK a fib	Interpharm
115	Prešov	Lekáreň Amuletum	TK a fib	Interpharm
116	Prešov	Výdajňa zdr.potrieb Medista	TK a fib	Interpharm
117	Prievidza	Lekáreň Na Korze	TK BMI, obvod pásu	SHF
118	Rajecké Teplice	Lekáreň Maria	TK, CHOL, váha, GLU, BMI, index tuku, obvod pásu	FaF UK
119	Rimavská Sobota	Lekáreň Jazmín	TK, CHOL, TG, GLU, BMI, index tuku, obvod pásu	Vaše srdce
120	Rimavská Sobota	Lekáreň Media	TK a fib	Interpharm
121	Rimavská Sobota	Lekáreň Salvator	TK, CHOL, TG, GLU, BMI, index tuku, obvod pásu	FaF UK, Vaše srdce
122	Rovinka	Lekáreň Platan	TK, obvod pásu	SHF
123	Rožňava	Lekáreň sv.Barbory	TK, BMI, obvod pásu	FaF UK
124	Ružomberok	Lekáreň Centrum	TK, BMI, obvod pásu	SHF
125	Senec	Lekáreň Olmed	TK	SHF
126	Senec	Lekáreň Salvator	TK, CHOL, TG, GLU, obvod pásu	Vaše srdce
127	Senec	Lekáreň T-med	TK, CHOL, GLU	Vaše srdce

## Zoznam lekární, ktoré sa zúčastnili na dni D – pokračovanie 4

Č.	Mesto	Umiestnenie	Merania	Partner
128	Senica	Lekáreň Sunpharma	TK, BMI, index tuku	FaF UK
129	Senica	Lekáreň Verbascum	TK, BMI, obvod pása	SHF
130	Skalica	Lekáreň Kráľovská	TK, GLU, BMI, index tuku, obvod pása	FaF UK
131	Skalica	Lekáreň Sv. Michala	TK, CHOL, TG, GLU, BMI, obvod pása	Vaše srdce
132	Skalica	Lekáreň V nemocnici	TK, CHOL, GLU, obvod pása	Vaše srdce
133	Sološnica	Lekáreň Prameň	TK, BMI, obvod pása	SHF
134	Spišská Nová Ves	Lekáreň Signum	TK, CHOL, GLU, BMI, index tuku, obvod pása	Vaše srdce
135	Spišská Nová Ves	Lekáreň Na Letnej	TK, CHOL, BMI, index tuku	FaF UK
136	Spišská Nová Ves	Lekáreň Na sídl. Mier	TK	SHF
137	Spišská Nová Ves	Výdajňa zdr.potrieb Sanimed	TK afb	Interpharm
138	Svidník	Výdajňa zdr.potrieb M.J.	TK afb	Interpharm
139	Svrčinovec	Lekáreň Svrčinovec	TK, CHOL, TG, GLU, BMI	SHF
140	Šaľa	Lekáreň Salix	TK, BMI, obvod pása	FaF UK, Vaše srdce
141	Šaľa	Lekáreň Sovanis	TK, obvod pása	FaF UK
142	Topoľčany	Lekáreň Kamilka	TK afb	Interpharm
143	Tornaľa	Lekáreň Azaela	TK, BMI, index tuku, obvod pása	Vaše srdce
144	Trebišov	Lekáreň Avicenna	TK, BMI	SHF
145	Trnava	Lekáreň Pinia	TK, BMI, obvod pása	SHF
146	Trstená	Lekáreň Karmel	TK afb	Interpharm
147	Turzovka	Lekáreň Paracelsus	TK, CHOL, TG, GLU, BMI, index tuku, obvod pása	FaF UK, Vaše srdce
148	Zlaté Moravce	Lekáreň U škorpióna	TK, CHOL, GLU, BMI, index tuku, obvod pása	SHF
149	Zlaté Moravce	Lekáreň U zlatého hada	TK afb	Interpharm
150	Žilina	Lekáreň Ferula	TK, CHOL, TG, GLU, BMI, index tuku, obvod pása	SHF
151	Žilina	Lekáreň Mandragora	TK, CHOL, TG, GLU, index tuku	Vaše srdce
152	Žilina	Lekáreň Paracelsus	TK afb	Interpharm
153	Žilina	Lekáreň sv. Joachima a sv. Anny	TK, BMI, obvod pása	FaF UK

FaF UK – Farmaceutická fakulta UK Bratislava

Vaše srdce – celoročný projekt meraní vo vybraných lekárnach

SHF – Slovenská nadácia srdca