

6

Kapitola 6 Mediálne aktivity

Mgr. Ivona Dvoranová

Mediálna kampaň neodmysliteľne patrí ku kampani MOST, upozorňuje obyvateľov na Deň srdca a vyzýva ich k účasti na meraniach v uliciach miest. Mediálizácia kampane MOST 2011 prebiehala na niekoľkých úrovniach, tradične v televízii, rozhlase, elektronických a printových médiách. Začiatok mediálnej kampane bol naplánovaný na 13. septembra, s plánovanou vyššou frekvenciou odvysielaných spotov ku koncu kampane. Boli nasadené televízne spoty v STV1, STV2, TA3 a v 14 regionálnych televíziách, rozhlasové spoty v Slovenskom rozhlase na okruhu Slovensko 1 a Regina, v rádiu Jemné melódie, rádiu Viva a prostredníctvom Rádionet group v 7 regionálnych rádiách. Hlavnými mediálnymi partnermi kampane boli Slovenská televízia, Slovenský rozhlas, TA3 a Nový čas.

Spoty, ako aj celá mediálna kampaň, boli opäť zamerané na „Kód zdravého života“, prostredníctvom ktorého bola vyzývaná verejnosť na merania v uliciach počas Dňa srdca 29. 9. 2011. Dizajnovo trochu pozmenený vizuál srdiečka so štvorlístkom uprostred mal úspech, dokonca občania osobne telefonovali do kancelárie nadácie a informovali sa o kampani a s dotazom, kde si môžu nechať odmerať jednotlivé parametre.

V rámci mediálnych aktivít sa odborníci zastupujúci Slovenskú nadáciu srdca aktívne zúčastňovali relácií venovaných tejto problematike.

TV spoty

Celkovo bolo odvysielaných 1984 spotov. Prostredníctvom spotov odvysielaných v STV a TA3 bolo priemerne oslovených 24,3 % cieľovej skupiny kampane (obyvatelia nad 35 rokov), t.j. celkom 693.000 osôb v tejto skupine. Rozdelenie počtu oslovených obyvateľov podľa konkrétnych televízií vyzerá nasledovne: prostredníctvom STV bolo oslovených 564.000 osôb, čo predstavuje 19,8 % v skupine a prostredníctvom televízie TA3 bolo oslovených 200.000 osôb, t.j. 7 % cieľovej skupiny obyvateľov vo veku nad 35 rokov. V prepočte na počet obyvateľov a 1 spot, kampaň oslovila viac osôb ako v predchádzajúcich obdobiach. Televízne spoty boli vysielané v termíne od 17. septembra do 29. septembra v dĺžke 30 sekúnd:

- STV1 – 15 spotov,
- STV2 – 15 spotov,

- TA3 – 36 spotov (z toho 12 grátis),
- regionálne TV – 1918 spotov – TV Bratislava Nové Mesto, TV Naša Košice, Hlohovská televízia, Mestská televízia Pezinok, Prešovská televízia, TV Reduta Spišská Nová Ves, TV Patriot, TV Karpaty, TV Trnava, RTV Krea, TV Locall Rimavská Sobota, TV Lučenec, TV Zemplín Východ, TV Žilina.

Rádio spoty

V rádiách prebiehala kampaň v rovnakom termíne ako v televíziách, spolu bolo odvysielaných 283 rozhlasových 30 sekundových spotov:

- Slovenský rozhlas – 30 spotov,
- Jemné melódie – 30 spotov,
- Viva – 48 spotov (z toho 30 grátis),
- Rádionet group – 175 spotov – regionálne rozhlasové stanice: Rádio Beta, Rádio Frontinus Žilina, Hit FM, Rádio Max Nitra, Rádio Kiss Košice, Rádio Lumen, Rádio SiTy Bratislava.

Internet

Požiadavky na webovú kampaň boli jednoznačné, a to v rámci rozpočtu získať čo najviac zobrazení webových bannerov na vybraných portáloch a následne vyčíslenie kampane, čo sa týka počtu preklikov

na domovskú stránku nadácie zo zobrazených bannerov. Webová kampaň prebiehala na portáloch sme.sk, cas.sk, na sociálnej sieti Facebook a prostredníctvom služby Google AdWords boli vytipované slová a slovné spojenia, pri vyhľadávaní ktorých bola záujemcovi prednostne ponúknutá na zobrazenie práve stránka Slovenskej nadácie srdca. Číselné vyjadrenia webovej kampane sú nasledovné:



- sme.sk – počet zobrazení 1.500.000, preklikov 9.256, t.j. 0,617 % z celkového množstva zobrazení,
- cas.sk – počet zobrazení 379.000, preklikov 1.354, t.j. 0,36 % z celku,

- Facebook – počet zobrazení 2.707.263, preklikov 2.445, t.j. 0,09 % z celku,
- Google AdWords – celkový počet 10.673 zadaných vyhľadávaní sledovaných výrazov v počtoch podľa vybraných výrazov:
 - cholesterol – 3.732 zobrazení
 - infarkt – 936 zobrazení
 - zdravý životný štýl – 1.453 zobrazení
 - krvný tlak – 1.785 zobrazení

vysoký krvný tlak – 1.480 zobrazení
mozgová príhoda – 426 zobrazení
choroby srdca – 861 zobrazení.

Celkovo teda bolo v rámci kampane zobrazených 4.586.263 webových bannerov, prostredníctvom ktorých sa na stránku nadácie prekliklo 13.055 osôb, t.j. priemerne 0,29 % z celkového počtu zobrazení. Webová kampaň MOST 2011 bola oproti predchádzajúcemu ročníku efektívnejšia a účelnejšia. Zaznamenala v ukazovateli click through rate (CTR) viac ako 10-násobný nárast – celkový CTR v roku 2011 bol 0,29 % s nižším celkovým počtom impresií, oproti CTR 0,02 % v roku 2010.

Ostatné mediálne a marketingové aktivity

Po predchádzajúcich pozitívnych skúsenostiach sme aj počas kampane MOST 2011 využili aj iné mediálne nosiče. Novým prvkom bolo využitie busboardov, konkrétne zadných plôch na autobusoch MHD v Bratislave a Košiciach, ktoré sa stretli s mimoriadne pozitívnou odozvou zo strany verejnosti. Takisto výber billboardových plôch zameraných v okolí meracích miest zaznamenal ich vyššiu viditeľnosť a záujem obyvateľstva.

Prehľad ďalších marketingových aktivít je nasledovný:

- billboardy – 100 ks,
- busboardy – 30 ks,
- 3 ks LED digitálne obrazovky v Bratislave – 42 tisíc zobrazení 10 sekundového spotu,
- čítané oznamy v obecných rozhlasoch vopred jednotne pripravené a plagáty na oficiálnych obecných tabuliach vo vytipovaných obciach v blízkosti miest so zriadenými meracími miestami – 47 obcí s celkovým počtom obyvateľov 303.110,
- 30 výtlačkov inzercie v printových mediách – Nový čas vrátane PR článku,

Je čas postarať sa o svoje zdravie.
Zoznam miest, kde si môžete nechať bezplatne zmerať Kód zdravého života nájdete na www.tvojesrdce.sk

Deň Srdca
29. 9. 2011

0 cigariet
30 minút pohybu denne
≤ 5 minút cholesterolu
≤ 120/80 mmHg - 80 mmHg

ORGANIZÁCIA: MOST
MEDICÁLNI PARTNERI: Sanofi, Zentiva, Akadémia Vedecká Anna, Floro, NPP, STV, TA 3, EL, SCS



Nový čas pre ženy, Život, TV OKO, Goodwill, Új Szó – príloha Zdravie extra, balík Petit Global vrátane redakčného textu – balík MY a balík Korzár,

- press marketing reklama vo vlakoch – 2500 letákov,
- nálepky na okná vlakov – 110 ks,
- 3 ks segwayov počas Dňa srdca v centre Bratislavy.

Tabuľka : **balík Petit Global obsahuje nasledovné tituly:**

MY Nitrianske noviny + mutácie Šaľa, Dunajská Streda, Galanta
MY Nitrianske noviny – Nové Zámky, Šurany, Komárno, Štúrovo
MY Nitrianske noviny – Levice, Šahy, Želiezovce, Tlmače
MY Topoľčianske noviny
MY Hornonitrianske noviny
MY Noviny Stredného Považia
MY Trenčianske noviny
MY Trnavské noviny
MY Týždenník pre Záhorie
MY Žilinské noviny
MY Kysucké noviny
MY Turčianske noviny
MY Liptovské noviny
MY Oravské noviny
MY Banskobystrické noviny
MY Zvolensko-Podpoľianske noviny
MY Novohradské noviny
MY Noviny Žiarskej kotliny
Košický denník Korzár
Prešovský denník Korzár
Zemplínsky denník Korzár
Spišský denník Korzár
Tatranský denník Korzár
Gemerský denník Korzár

Kapitola 7

Kampaň MOST

na odborných a vedeckých fórach
na Slovensku aj v zahraničí

doc. MUDr. Gabriel Kamenský, CSc.



Tak, ako aj v predchádzajúcich rokoch, kampaň MOST bola prezentovaná na viacerých zahraničných a domácich fórach.

Trojročné výsledky kampane MOST a jej efektivita objektívne meraná nezávislou agentúrou boli prezentované na Európskom kongrese EUROPREVENT 2011 v Ženeve (14.-16. 4. 2011) v dvoch vedeckých prácach: „The successful three-year educational campaign MOST as a powerful instrument for the implementation of the European guidelines on cardiovascular prevention in Slovakia“ autorov G. Kamenský, A. Dlesk a J. Murín a posteru „Trains of healthy life for better cardiovascular prevention“ autorov A. Dlesk, G. Kamenský, J. Murín.

V októbri 2011 v rámci odborného programu na XVI. Kongrese Slovenskej kardiologickej spoločnosti v sekcii pod názvom „Preventívna kardiológia“ vy-

The successful three-year educational campaign MOST as a powerful instrument for the implementation of the European guidelines on cardiovascular prevention in Slovakia
Gabriel Kamensky, Anton Dlesk, Jan Murin
University Hospital Bratislava Ruzinov, Vth Internal Clinic, Dept. Noninvasive Cardiovascular Diagnostics, Bratislava, University Hospital Bratislava, Old City, Bratislava, Slovak Republic

BACKGROUND:
In the past 10 years Slovakia has reached a decline in CV diseases death-rates by only about 10%, which results mainly from high prevalence of risk factors (RF) in population, particularly high smoking rates, poor blood pressure (BP) and high cholesterol (TCH) control hand in hand with low awareness of those RF in population.

PURPOSE:
To use the MOST nationwide educational campaign initiated by the Slovak Heart Foundation, in September 2008, 2009 and 2010 in order to increase the awareness of the main CV RF in Slovak population.

METHODS:
The independent survey on the awareness of the most important CV risk factors and their appreciation was undertaken by an independent agency before and after the campaign in 2008, 2009 and 2010. The surveys were performed before and after the MOST campaign in September 2008, 2009 and 2010 on a total of 6171 representative respondents.

RESULTS:
During the three years, there was a gradual knowledge increase of optimal BP value by a total 12% (Figure 1) as well as the knowledge of normal TCH level by 10% (Figure 2). High BP was the single most important RF (77%), then dyslipidemia (39%), smoking (38%), obesity (33%), physical inactivity (17%) (Figure 3). The awareness of correct knowledge of optimal BP and normal TCH level has increased in group of those who noticed the MOST campaign in media by 12.9% and 16.9%, respectively and there was also a 21.3% increase of statement that they regularly undertake the preventive CV examination compared to those who did not noticed the MOST campaign.

Figure 1 Knowledge of optimal BP value

Control answer (%)	2008	2009	2010
Correct answer	12%	14%	16%
Incorrect answer	88%	86%	84%
Don't know	0%	0%	0%

Figure 2 Knowledge of normal TCH level

Control answer (%)	2008	2009	2010
Correct answer	10%	11%	13%
Incorrect answer	90%	89%	87%
Don't know	0%	0%	0%

Figure 3 The factors according to the prevalence of cardiovascular diseases in population

Risk Factor	2008	2009	2010
High BP	77%	77%	77%
Dyslipidemia	39%	39%	39%
Smoking	38%	38%	38%
Obesity	33%	33%	33%
Physical inactivity	17%	17%	17%

CONCLUSION:
The MOST intensive three-year public information campaign significantly increased the awareness of the most important CV RFs and the necessity of their lifelong prevention. It has become an integral part of the National CV Prevention Programme, which was initiated in March 2010.

hodnotili 3 roky existencie kampane MOST (Mesiac o srdcových témach) a prezentovali dosiahnuté výsledky G. Kamenský, J. Murin, A. Dlesk, E. Goncalvesová, I. Dvoranová a M. Štefánik V sekcii „Slovenská nadácia srdca a Národný program prevencie ochorení srdca a ciev v rokoch 2010 – 2011“ odprezentoval prof. Murín a spoluautori „Aktivity a nosné programy Slovenskej nadácie srdca v roku 2011“, dr. Dlesk a dr. Pernický referovali o výsledkoch „Vlakov zdravia v roku 2010 a 2011“, dr. Dostálová a dr. Mistrík referovali o „Vzdelávacom programe pacientov v prevencii cievnych ochorení: www.cievy.sk“ a doc. Kamenský referoval o „Národnom programe prevencie ochorení srdca a ciev v roku 2010 a v roku 2011“.

Kapitola 8

Výsledky prieskumu obyvateľstva na tému prevencia SCO a ich rizikové faktory – pred a po kampani MOST

8

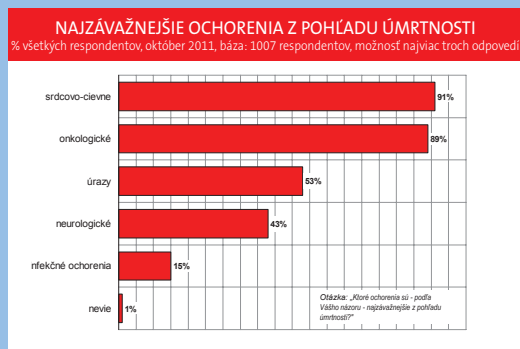
doc. MUDr. Gabriel Kamenský, CSc.

Na posúdenie efektivity edukačnej kampane zadala Slovenská nadácia srdca v mesiaci júl 2011, teda pred zahájením samotnej kampane MOST, objektívny prieskum agentúre FOCUS, ktorý pozostával z nasledovných otázok:

- C1. Ktoré ochorenia sú podľa vášho názoru najzávažnejšie z pohľadu úmrtnosti? *Možnosť najviac troch odpovedí*
- C2. Myslíte si, že máte dostatok informácií o predchádzaní srdcovo-cievnych (kardiovaskulárnym) ochoreniam?
- C3. Ktoré tri z uvedených rizikových faktorov považujete za najzávažnejšie pre vznik srdcovo-cievneho (kardiovaskulárneho) ochorenia? *Možnosť najviac troch odpovedí*
- C4. Chodievate pravidelne na preventívne prehliadky?
- C5. Aké sú hodnoty normálneho krvného tlaku zdravého dospelého človeka? *Otvorená otázka*
- C6. Aká je hodnota správnej hladiny cholesterolu? *Otvorená otázka*
- C7. Podľa akých príznakov by ste spoznali infarkt? *Otvorená otázka, možnosť viacerých odpovedí*
- C8. Zaznamenali ste v poslednom období informačnú kampaň, ktorá sa venovala predchádzaniu srdcovo-cievnych ochoreniam?

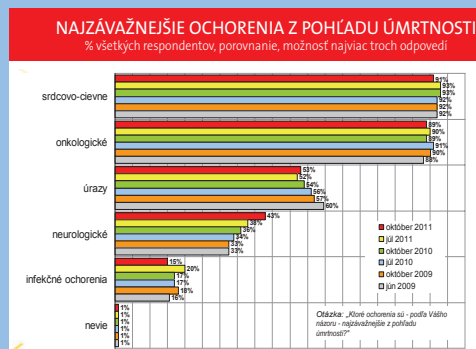
Súbor pozostával z 1026 respondentov nad 18 rokov, zber dát prebiehal v dňoch 5. 7. – 12. 7. 2011, vykonával sa tzv. kvótny výber, ktorí realizovali školení anketári. Reprezentativita bola hodnotená podľa pohlavia, veku, vzdelania, národnosti, regiónu a veľkosti miesta bydliska. Štatistické spracovanie dát sa realizovalo prostredníctvom programu SPSS, zber dát sa uskutočnil v súlade s kódexom ESOMAR. Interval spoľahlivosti pre celú vzorku sa vypočítaval ako max. \pm

Graf 1



Otázka: „Ktoré ochorenia sú – podľa Vášho názoru – najzávažnejšie z pohľadu úmrtnosti?“

Graf 2



Otázka: „Ktoré ochorenia sú – podľa Vášho názoru – najzávažnejšie z pohľadu úmrtnosti?“

3,1% na 95 % hladine významnosti pre frekvenciu javu 50 %.

Následne po skončení kampane sa vykonal druhý prieskum s rovnakými otázkami a rovnakou metodikou agentúrou FOCUS v dňoch 5. 10. až 11. 10. 2011. Súbor pozostával zo vzorky 1007 respondentov.

Z prieskumu vyplynuli nasledovné zistenia:

1. Najzávažnejšie ochorenia z pohľadu úmrtnosti

Približne 9 z 10 opýtaných respondentov si myslí, že najzávažnejšími ochoreniami z pohľadu úmrtnosti sú „srdcovo-cievne“ (91 %) a „onkologické“ (89 %) ochorenia. Ak porovnáme výsledky aktuálneho prieskumu s predchádzajúcimi, tak môžeme konštatovať, že **nedošlo k žiadnym významným zmenám**, alebo inak povedané – respondenti stále pripisujú najväčšiu zodpovednosť za úmrtnosť srdcovo-cievny a onkologickým ochoreniam (1. resp. 2. miesto) a na 3. mieste úrazom.

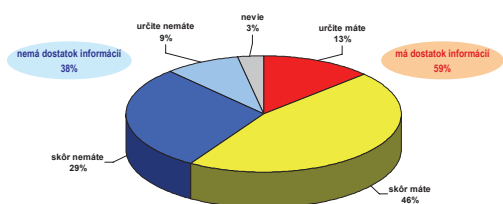
2. Informovanosť o predchádzaní srdcovo-cievny ochoreniam

Takmer tri pätiny (59 %) respondentov si myslia, že majú dostatok informácií o predchádzaní ochoreniam tohto druhu – určite má 13 % respondentov a skôr má 46 %. V porovnaní s výsledkami z predchádzajúcich prieskumov dochádza k postupnému, aj keď iba k miernemu, nárastu podielu tých respondentov, ktorí deklarovali, že určite + skôr majú dosť informácií o predchádzaní srdcovo-cievny ochoreniam. Po porovnaní odpovedí všetkých respondentov s odpoveďa-

Graf 3

INFORMOVANOSŤ O PREDCHÁDZANÍ SC OCHORENIAM

% všetkých respondentov, október 2011, báza: 1007 respondentov

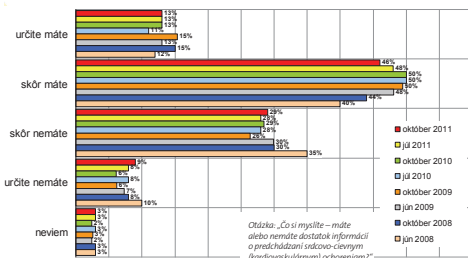


Otázka: „Čo si myslíte – máte alebo nemáte dostatok informácií o predchádzaní srdcovo-cievnych (kardiovaskulárnym) ochoreniam?“

Graf 4

INFORMOVANOSŤ O PREDCHÁDZANÍ SC OCHORENIAM

% všetkých respondentov, porovnanie



Otázka: „Čo si myslíte – máte alebo nemáte dostatok informácií o predchádzaní srdcovo-cievnych (kardiovaskulárnym) ochoreniam?“

mi tých respondentov, ktorí zaznamenali informačnú kampaň, bolo zistené, že **v skupine respondentov, ktorí zaznamenali informačnú kampaň, si títo respondenti v porovnaní s celou vzorkou vo zvýšenej miere myslia, že majú dostatok informácií o predchádzaní srdcovo-cievnych ochoreniam – spolu si to myslí až 81 %** týchto respondentov, kým v celej vzorke ich je **59 %** a naopak, respondentov, ktorí nemajú dostatok informácií o predchádzaní srdcovo-cievnych ochoreniam je v skupine respondentov, ktorí zaznamenali informačnú kampaň, o polovicu menej (19 %) ako v celej vzorke (38 %).

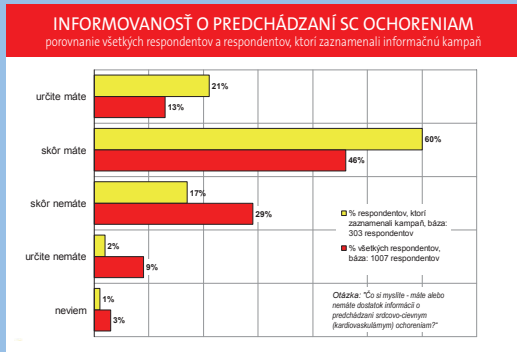
3. Rizikové faktory ovplyvňujúce vznik KVO

Tri štvrtiny respondentov (75 %) si myslia, že vznik srdcovo-cievneho ochorenia spôsobuje predovšetkým **„vysoký krvný tlak“**. Približne dve pätiny respondentov si myslia, že vznik srdcovo-cievneho ochorenia spôsobuje **„vysoká hladina cholesterolu v krvi“** (41 %) **„fajčenie“** (39 %), **„obezita“** (37 %). Podľa približne tretiny respondentov je za to zodpovedný **„stres“** (37 %). Z porovnania týchto zistení s údajmi z júla tohto roka zistíme, že vo vnímaní rizikovosti jednotlivých faktorov pre vznik srdcovo-cievneho ochorenia nedošlo k žiadnym podstatným zmenám.

4. Znalosť hodnoty optimálneho krvného tlaku zdravého dospelého človeka

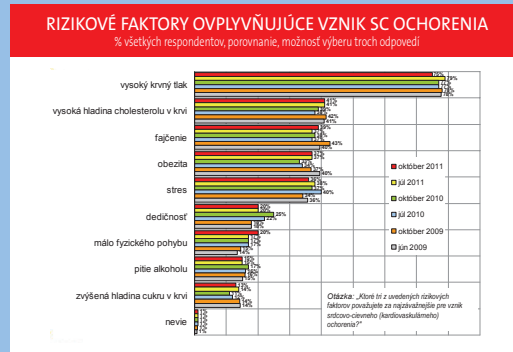
Hodnotu optimálneho krvného tlaku zdravého dospelého človeka, teda **„120/80“**, vedeli správne takmer tri pätiny respondentov (58 %). V porovnaní s výsled-

Graf 5



Otázka: „Čo si myslíte – máte alebo nemáte dostatok informácií o predchádzaní srdcovo-cievnych (kardiovaskulárnych) ochoreniam?“

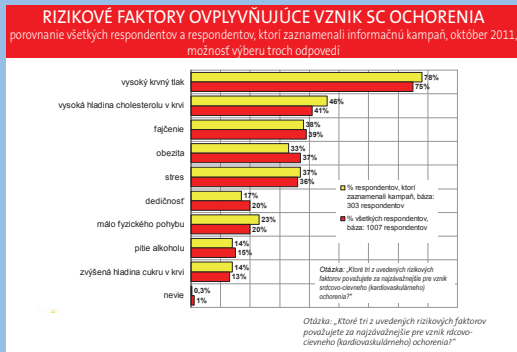
Graf 6



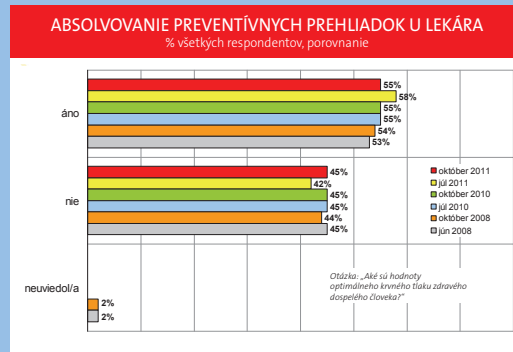
Otázka: „Ktoré tri z uvedených rizikových faktorov považujete za najzávažnejšie pre vznik srdcovo-cievneho (kardiovaskulárneho) ochorenia?“

kami z predchádzajúcich prieskumov je zjavná stúpajúca tendencia v znalosti hodnoty optimálneho krvného tlaku – v aktuálnom prieskume došlo k nárastu o 3 percentuálne body a znalosť dosiahla zatiaľ najvyššiu hodnotu. Naopak, v prípade uvedenia nesprávnej hodnoty optimálneho krvného tlaku sme v aktuálnom prieskume zaznamenali pokles o 2 percentuálne body (z 33 % na 31 %). Po porovnaní odpovedí všetkých respondentov s odpoveďami respondentov, ktorí zaznamenali informačnú kampaň, bolo zistené, že správnu hodnotu optimálneho krvného tlaku zdravého dospelého človeka, teda „120/80“ vedeli uviesť dve tretiny respondentov, ktorí zaznamenali informačnú kampaň (66 %), čo je

Graf 7



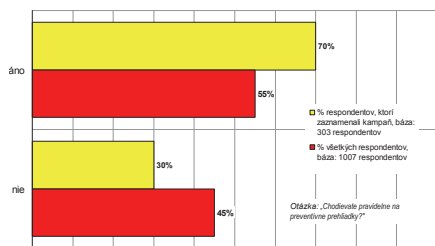
Graf 8



Graf 9

ABSOLVOVANIE PREVENTÍVNYCH PREHLIADOK U LEKÁRA

porovnanie všetkých respondentov a respondentov, ktorí zaznamenali informačnú kampaň

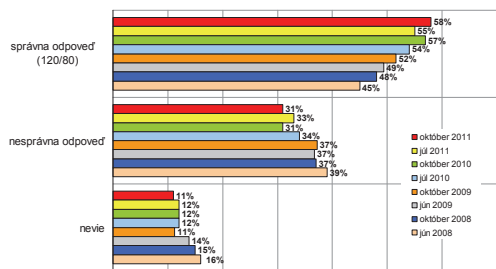


Otázka: „Chodíte pravidelne na preventívne prehliadky?“

Graf 10

ZNALOSŤ HODNOTY OPTIMÁLNEHO KT ZDRAVÉHO DOSPELÉHO ČLOVEKA

% všetkých respondentov, porovnanie



Otázka: „Aké sú hodnoty optimálneho krvného tlaku zdravého dospelého človeka?“

o 8 % viac ako v prípade celej vzorky (58 %) a inú (nesprávnu) hodnotu uviedlo rovnaké množstvo respondentov aj v skupine, ktorí zaznamenali informačnú kampaň (30 %) aj v skupine všetkých respondentov (31 %).

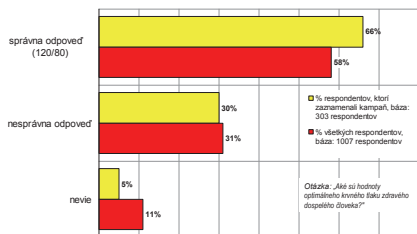
5. Znalosť hodnoty normálnej hladiny cholesterolu

Hodnotu normálnej hladiny cholesterolu – do 5 mmol/l vrátane – vedela správne uviesť tretina respondentov (34 %). Oproti poslednému prieskumu z júla 2011 došlo v aktuálnom prieskume k nárastu počtu respondentov (o 3 percentuálne body – z 31 % na 34 %), ktorí vedeli uviesť správnu hodnotu normálnej

Graf 11

ZNALOSŤ HODNOTY OPTIMÁLNEHO KT ZDRAVÉHO DOSPELÉHO ČLOVEKA

porovnanie všetkých respondentov a respondentov, ktorí zaznamenali informačnú kampaň

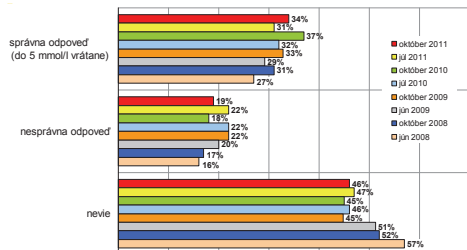


Otázka: „Aké sú hodnoty optimálneho krvného tlaku zdravého človeka?“

Graf 12

ZNALOSŤ HODNOTY NORMÁLNEJ HLADINY CHOLESTEROLU

% všetkých respondentov, porovnanie

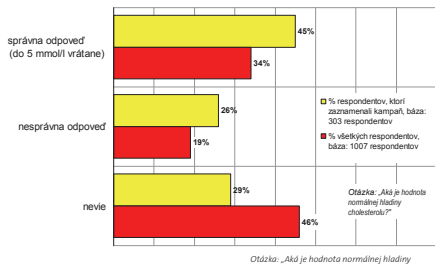


Otázka: „Aká je hodnota normálnej hladiny cholesterolu?“

Graf 13

ZNALOSŤ HODNOTY NORMÁLNEJ HLADINY CHOLESTEROLU

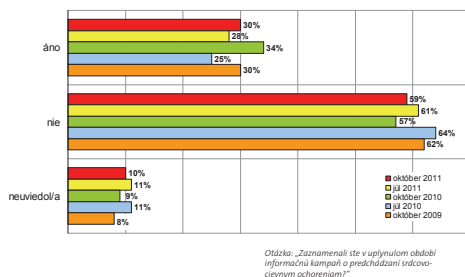
porovnanie všetkých respondentov a respondentov, ktorí zaznamenali informačnú kampaň



Graf 14

ABSOLVOVANIE PREVENTÍVNYCH PREHLIADOK U LEKÁRA

% všetkých respondentov, porovnanie



hladiny cholesterolu. Pri celkovom porovnaní výsledkov možno konštatovať, že i v prípade tohto parametra došlo od júna 2008 k nárastu podielu tých respondentov, ktorí vedia uviesť správnu hodnotu.

Po porovnaní odpovedí všetkých respondentov s odpoveďami respondentov, ktorí zaznamenali informačnú kampaň, bolo zistené, že správnu hodnotu normálnej hladiny cholesterolu vedela uviesť takmer polovica respondentov, ktorí zaznamenali informačnú kampaň (45 %), čo je o 11 % viac ako v prípade celej vzorky (34 %) a inú (nesprávnu) odpoveď uviedlo o 7 % viac respondentov v skupine, ktorí zaznamenali informačnú kampaň (26 %) ako v skupine všetkých respondentov (19 %).

6. Zaznamenanie informačnej kampane

Viac ako tretina respondentov (30 %) uviedla, že v uplynulom období zaznamenala informačnú kampaň, ktorá sa venovala predchádzaniu srdcovo-cievnych ochoreniam.

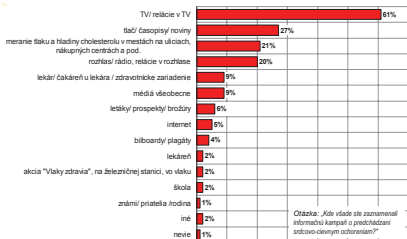
V porovnaní s prieskumom po kampani v októbri 2010 možno konštatovať, že podľa aktuálneho prieskumu došlo celkovo k nižšej miere zaznamenania informačnej kampane zameranej na predchádzanie srdcovo-cievnych ochoreniam o 4 percentuálne body – teda z 34 % v októbri 2010 na 30 % v októbri 2011.

Respondenti, ktorí zaznamenali informačnú kampaň zameranú na predchádzanie srdcovo-cievnych ochoreniam, uvádzali ako najčastejší zdroj zaznamenania tejto kampane televíziu, relácie v TV – uviedlo ich 61 % respondentov. Druhým najčastejším zdrojom zaznamenania kampane bola tlač, noviny, časopisy – uviedlo ich 27 % respondentov. Necelá desatina takýchto respondentov uviedla, že informačnú kampaň zaznamenali u lekára, v čakárni u lekára alebo v zdravotníckom zariadení (9 %) a všeobecne v médiách (9 %). Medzi ďalšími menovanými zdrojmi zaznamenania informačnej kampane boli uvedené letá-

Graf 15

ZDROJE ZAZNAMENANIA INFORMAČNEJ KAMPANE

% respondentov, ktorí uviedli, že zaznamenali informačnú kampaň zameranú na predchádzanie srdcovo-cievnyim ochoreniam, október 2011, baza 303 respondentov, možnosť viacerých odpovedí

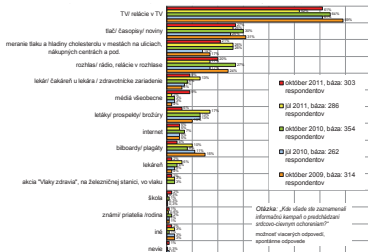


Otázka: „Kde všade ste zaznamenali informačnú kampaň o predchádzaní srdcovo-cievnyim ochoreniami?“

Graf 16

ZDROJE ZAZNAMENANIA INFORMAČNEJ KAMPANE

% respondentov, ktorí zaznamenali informačnú kampaň zameranú na predchádzanie srdcovo-cievnyim ochoreniam, porovnanie



Otázka: „Kde všade ste zaznamenali informačnú kampaň o predchádzaní srdcovo-cievnyim ochoreniami?“

ky, brožúrky a prospekty (6 %) a internet (5 %). Oproti minulým prieskumom sa vyskytol tiež nový zdroj zaznamenania kampane zameranej na predchádzanie srdcovo-cievnyim ochoreniam – akcia „Vlaky zdravia“, železničné stanice a vlaky.

Ďalšie významné zistenia a záver:

- Uvedenie si závažnosti rizikových faktorov u tých, ktorí kampaň MOST zaznamenali, bolo významne vyššie ako v celkovej populácii:
 - poznanie správnej hodnoty optimálneho TK bolo vyššie o 8 %,
 - poznanie správnej hodnoty celkového cholesterolu sa zvýšilo o 11 %,
 - pravidelná účasť na preventívnych prehliadkach bola o 15 % častejšia.
- Možno konštatovať, že hoci každým rokom zaznamenáva informačnú kampaň veľa obyvateľov Slovenska, v roku 2011 zaznamenaný mierny pokles z 34 % na 30 % bol spôsobený hlavne tým, že na prípravu kampane sme mali podstatne menej času ako po minulé roky.
- Projekt MOST sa definitívne stal integrálnou súčasťou Národného programu prevencie ochorení srdca a ciev.



Kapitola 9

Výsledky dotazníka a vyšetrení počas Svetového dňa srdca v rámci kampane MOST 2011



doc. MUDr. Gabriel Kamenský, CSc.

Počas kampane MOST a najmä počas Svetového dňa srdca 29. septembra 2011 bolo vyšetrených približne 9000 respondentov, z ktorých v 6033 prípadoch máme zdokumentované aj konkrétne výsledky vyšetrení.

Podobne ako v rokoch 2009 a 2010 sme v spolupráci so študentami stredných škôl zrealizovali stručný dotazník, ktorého výsledky tiež prezentujeme.

Jednalo sa o dobrovoľné vyšetrenia, ktoré prebiehali v rôznych zariadeniach v závislosti od toho, kde organizátori danú aktivitu pripravovali (v obchodných reťazcoch Tesco, v školách, na pôde Akadémie vzdelávania, v domovoch dôchodcov, námestiach, atď.). Výsledky vyšetrení majú samozrejme limitovanú vypovednú hodnotu – odbery krvi neboli robené nalačno, merania tlaku krvi neboli vždy za štandardných podmienok.

Výsledky vyšetrení

Priemerný vek vyšetrených v roku 2011 výrazne stúpol. Kým v roku 2010 bol 45,48 roka, v roku 2011 bol 52,44 roka. Zastúpenie žien oproti predchádzajúcim rokom ešte viac narástlo. Základnú charakteristiku výsledkov vyšetrení v celom súbore respondentov, ako aj rozdelených podľa pohlavia so štatistickým vyhodnotením ukazujú tabuľky 1, 2 a 3.

Z hľadiska počtu rizikových faktorov (RF) – ani jeden RF nemalo 19,3% respondentov, 1 RF malo 34,0%, 2 RF = 28,7%, 3 RF = 13,8% a 4 a viac RF malo 4,2% respondentov. Bez akéhokoľvek RF bolo 20,3% žien a 16,8% mužov. Artériovú hypertenziu malo v anamnéze 36,3% respondentov, fajčenie 16,8%, cukrovku 7,1%, nedostatok fyzickej aktivity udávalo 25,7% a pozitívnu rodinnú anamnézu malo 31,5%. Obezitu podľa BMI (30 a viac) malo 22,3% respondentov, viscerálnu obezitu definovanú obvodom pásu (nad 102 u mužov a nad 88 cm u žien) malo až 39,6% respondentov. Zvýšenú hladinu celkového cholesterolu nad 5 mmol/l malo **51,3%** respondentov.

Tabuľka 1 Základné parametre I. Súbor 6 033 vyšetrených osôb dňa 29. 9. 2011

Vek	52,44 rokov
Ženy	70,56 %
Systolický tlak krvi	133,15 mmHg
Diastolický tlak krvi	81,25 mmHg
Pulzová frekvencia	75,02 pulzov /min.
Hladina celkového cholesterolu	5,13 mmol/l
Glykémia nalačno	5,47 mmol/l

Tabuľka 2 Základné parametre II. Súbor 6 033 vyšetrených osôb dňa 29. 9. 2011

Fajčiari	16,82 %
Nedostatok fyzickej aktivity	25,68 %
Obezita	22,33 %
Obvod pásu nad 102 cm (muži)/88 cm (ženy)	39,57 %
TK 140/90 mmHg a viac	36,65 %
HTN v anamnéze	36,28 %
TK 120/80 mmHg a menej	24,49 %
Celkový cholesterol 5 mmol/l a viac	51,27 %
Liečba zvýšených tukov	15,45 %

Kým v roku 2009 tvorili **ženy 62 %** zo všetkých respondentov, v roku 2010 to bolo 63,9 % a v roku 2011 ženy tvorili až **70,6 %**. Pri porovnaní rizikových faktorov u žien a mužov zisťujeme, že muži sú významne rizikovejší ako ženy. Napriek tomu, že muži sú v priemere starší iba o rok (je však na úrovni štatistickej signifikancie, $p = 0,023$), majú signifikantne vyššie BMI, obvod pásu, hodnoty systolického i diastolického tlaku krvi a hladiny glykémie (tabuľka 3).

Z hľadiska vzdelania malo 10 % respondentov základné vzdelanie, 66 % stredoškolské vzdelanie a 24 % vysokoškolské vzdelanie. Porovnanie základných parametrov podľa vzdelania (tabuľka 4) ukázalo viaceré signifikantné rozdiely. Osoby so základným vzdelaním sú signifikantne staršie, majú väčšie BMI, väčší obvod pásu, vyšší systolický aj diastolický tlak krvi, hladinu triacylglycerolov.

Fajčenie

Fajčenie udávalo v roku 2011 celkove 16,8 % vyšetrených (14,9 % žien a 21,5 % mužov). Celkový počet fajčiarov oproti roku 2010 mierne poklesol, vo vekovej kategórii do 30 rokov sa nezmenil (z 24,8 % v roku 2010 na 24,2 %). Kým v skupine osôb do 30 rokov bolo 24,8 % fajčiarov, vo veku nad 30 rokov to bolo 19,6 %. Najmenší počet fajčiarov bol vo veku nad 65 rokov (7,4 %).

Z hľadiska fajčenia mužov a žien, kým u mužov došlo k miernej redukcii faj-

Tabuľka 3 Základné parametre u mužov a žien a ich štatistické porovnanie

		N	Priemer	P
Vek (roky)	Ž	4254	52,12	0,0235
	M	1779	53,19	
	Spolu	6 033	52,44	
BMI	Ž	3 590	26,03	0,0000
	M	1 439	27,62	
	Spolu	5 029	26,48	
Obvod pása (cm)	Ž	3233	86,72	0,0000
	M	1283	97,35	
	Spolu	4516	89,74	
TK systolický (mmHg)	Ž	4232	130,65	0,0000
	M	1766	139,14	
	Spolu	5 998	133,15	
TK diastolický (mmHg)	Ž	4232	80,26	0,0000
	M	1766	83,64	
	Spolu	5998	81,25	
Pulzová frekvencia (úde- rov/min)	Ž	4132	75,20	0,0733
	M	1702	74,58	
	Spolu	5834	75,02	
Celkový cholesterol (mmol/l)	Ž	2531	5,20	0,0000
	M	1044	4,96	
	Spolu	3575	5,13	
Sérová hladina cukru (mmol/l)	Ž	721	5,39	0,0228
	M	311	5,65	
	Spolu	1032	5,47	

čenia (dlhodobý trend), **u žien naopak došlo k miernemu nárastu fajčenia.**

Vývoj fajčenia za posledné 4 roky v kampani MOST ukazuje **graf 1**. Ako vidieť z uvedeného grafu, vývoj fajčenia má tendenciu k poklesu, tento je však veľmi pozvoľný.

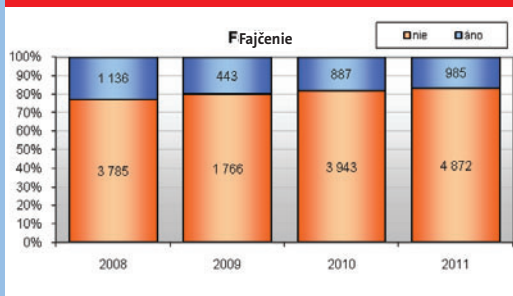
Krvný tlak

V celom súbore vyšetrených osôb sú hodnoty priemerného tlaku krvi uvedené v tabuľke 1. Muži mali signifikantne vyššie hodnoty tlaku krvi ako ženy (130,6/80,3 mmHg v. s. 139,1/83,6 mmHg, $p = 0,0001$) (tabuľka 3).

Vo vzorke všetkých vyšetrených malo **tlak krvi nižší ako 140/90 mmHg 63,4 %** a optimálny tlak krvi t. j. tlak krvi **do 120/80mmHg malo iba 24,5 %** vy-

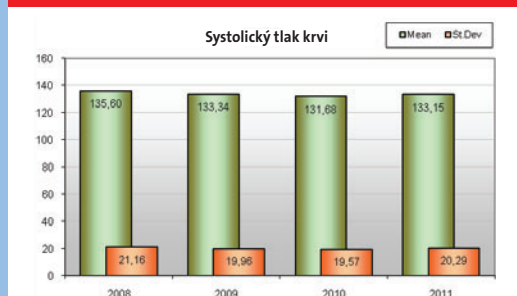
Graf 1

VÝVOJ FAJČENIA V KAMPANI MOST V ROKOCH 2008 – 2011



Graf 2

VÝVOJ PRIEMERNÝCH HODNÔT SYSTOLICKÉHO TLAKU KRVÍ V KAMPANI MOST V ROKOCH 2008 – 2011



šetrených (**tabuľka 2**). **Vyššie hodnoty TK malo 32 % žien a 47 % mužov.** Optimálne hodnoty TK dosahovalo 30 % žien a iba 13 % mužov.

U osôb do 30 rokov boli vyššie hodnoty TK prítomné v 13 %, vo vekovej skupine 31-64 rokov 35 % a vo vekovej skupine 65 a viac rokov malo zvýšený tlak krvi 52 % respondentov. Optimálne hodnoty TK dosahovalo 50 % osôb do 30 rokov a iba 21 % osôb nad 30 rokov.

Pri rozdelení respondentov podľa hodnôt TK (TK < 140/90mmHg a TK > 140mmHg) zisťujeme, že osoby s nedobro kontrolovaným tlakom krvi sú sigifikantne staršie, obéznejšie, majú vyššiu pulzovú frekvenciu a majú vyššie hladiny celkového cholesterolu (tabuľka 5).

Z tých osôb, ktoré sa **liečili na vysoký krvný tlak**, malo normálny tlak krvi t. j. nižší ako 140/90 mmHg **46 % vyšetrených (48 % žien a 41 % mužov)** a tzv. optimálny tlak krvi (nižší ako 120/80 mmHg) iba 12 % (12 % žien a 10 % mužov).

Z tých osôb, ktoré sa nikdy neliečili na vysoký TK, malo normálny tlak krvi 73 % a optimálny TK malo 32 %.

U mladých do 18 rokov, ktorí nemali nikdy zistený zvýšený tlak krvi, malo 16 % TK vyšší ako 140/90 mmHg.

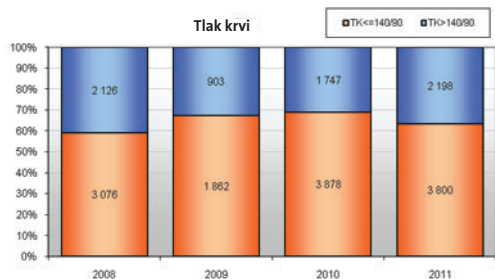
Porovnanie priemerných hodnôt systolického tlaku krvi nameraných za posledné 4 roky počas kampane MOST a kontroly tlaku ukazujú grafy 2 a 3, z ktorých vyplýva, že za posledné 4 roky nedošlo k podstatnej redukcii hodnôt TK a jeho kontrola zostáva zhruba na úrovni 36 %.

Hladina cholesterolu

V celom súbore vyšetrených osôb sú hodnoty celkového cholesterolu (TCH) uvedené v **tabuľke 1 a 2**. Medzi mužmi a ženami nebol štatisticky signifikantný rozdiel (**tabuľka 3**). Priemerná hodnota TCH v celej skupine vyšetrených bola 5,13 mmol/l.

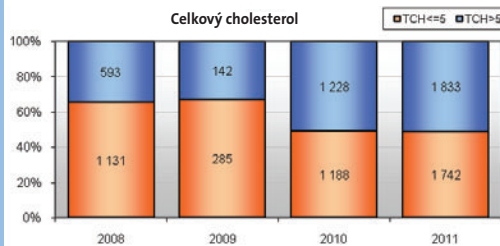
Graf 3

VÝVOJ KONTROLY TLAKU KRVÍ V KAMPANI MOST V ROKOCH 2008 – 2011



Graf 4

VÝVOJ KONTROLY HLADINY CELKOVÉHO CHOLESTEROLU V KAMPANI MOST V ROKOCH 2008 – 2011



Hladinu TCH v celom súbore vyšetrených vyššiu ako 5,0 mmol/l malo 51,3 % vyšetrených. Vývoj kontroly hladiny cholesterolu za posledné 4 roky v kampani MOST ukazuje **graf 4**. Na rozdiel od kontroly tlaku krvi, v hladinách celkového cholesterolu došlo za posledné 2 roky k významnej redukcii.

Z celkového počtu vyšetrených 17 % respondentov vedelo o tom, že má zvýšené hodnoty celkového cholesterolu, z nich užívalo farmakologickú liečbu 15,45 %, z toho 15,2 % žien a 16,1 % mužov.

Fyzická aktivita

Nedostatok fyzickej aktivity udávalo v roku 2011 až **25,7 %** dotazovaných, z toho 26,04 % žien a 24,8 % mužov. V skupine osôb do 30 rokov udávalo fyzickú inaktivitu 15,3 %, vo veku nad 30 rokov to bolo 25 %.

Vývoj hladiny fyzickej aktivity za posledné 4 roky v kampani MOST ukazuje **graf 5**. Ako vidieť z uvedeného grafu, vývoj fyzickej aktivity značne varíruje a je zrejme, že nie je dostatočný.

Obezita

Hoci priemerná hodnota BMI bola v celom súbore vyšetrených relatívne v medziach normy (25,6), **BMI 30 a viac** (t. j. obezitu) malo **22,3 %** vyšetrených. Tzv. abdominálnu obezitu (obvod pásu 102 cm a viac u mužov a 88 cm a viac u žien) však malo až **39,6 %** vyšetrených.

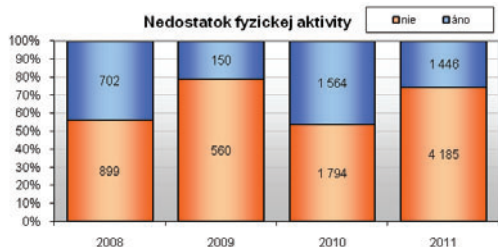
Výskyt obezity významne stúpa s vekom. Kým **mladšie vekové skupiny do 18 rokov** mali výskyt obezity, resp. abdominálnej obezity 1,7 a 2,9 %, vo veku **od 19 do 30 rokov** je toto číslo už takmer trojnásobné (4,3 a 9,1 %), vo veku **od 31 do 64 rokov** viac ako 10-násobné (23,6 a 39,5 %) a vo veku **nad 64 rokov** tieto čísla ďalej narastajú (28,8 a 54,6 %).

Tabuľka 4 Porovnanie základných parametrov podľa vzdelania (1= základné vzdelanie, 2= stredoškolské vzdelanie, 3 = vysokoškolské vzdelanie)

		Počet	Priemer	St.odchýlka.	P
VEK	1	557	60,21	19,39	0,0000
	2	3 835	52,68	16,45	
	3	1 441	48,52	15,82	
	Spolu	5 833	52,37	16,88	
Obvod pása v cm	1	460	93,23	15,72	0,0000
	2	2 899	90,45	13,85	
	3	1 128	86,48	14,11	
	Spolu	4 487	89,74	14,27	
BMI	1	528	28,07	5,72	0,0000
	2	3 616	26,71	4,95	
	3	1 384	25,46	4,62	
	Spolu	5 528	26,53	5,00	
STK v mmHg	1	553	138,23	23,08	0,0000
	2	3 803	133,75	20,21	
	3	1 433	129,48	18,87	
	Spolu	5 789	133,12	20,33	
DTK v mmHg	1	553	81,39	12,57	0,0003
	2	3 803	81,68	11,44	
	3	1 433	80,25	10,66	
	Spolu	5 789	81,30	11,38	
PULZ /min.	1	544	75,21	11,60	0,0030
	2	3 694	75,32	12,22	
	3	1 387	74,04	11,47	
	Spolu	5 625	75,00	11,99	
TCH v mmol/l	1	254	5,14	1,20	0,0784
	2	2 275	5,14	1,07	
	3	932	5,05	1,05	
	Spolu	3 461	5,12	1,07	
TGL v mmol/l	1	29	2,59	1,16	0,0294
	2	220	2,39	1,18	
	3	127	2,08	1,30	
	Spolu	376	2,30	1,23	
GLYKÉMIA v mmol/l	1	91	5,92	2,03	0,0925
	2	550	5,59	1,66	
	3	280	5,48	1,63	
	Spolu	921	5,59	1,69	

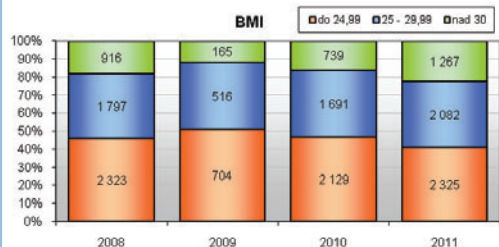
Graf 5

VÝVOJ FYZICKEJ AKTIVITY V KAMPANI MOST V ROKOCH 2008 – 2011



Graf 6

VÝVOJ OBEZITY MERANEJ BMI V KAMPANI MOST V ROKOCH 2008 – 2011



Vývoj celkovej obezity a abdominálnej (brušnej) obezity za posledné 4 roky v kampani MOST ukazujú **grafy 6 a 7**. Ako vidieť z uvedených grafov, za posledné 3 roky je evidentný nárast obezity, nadhmotnosti, ako aj brušnej obezity.

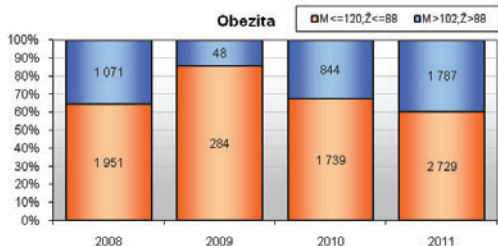
Suma sumárum

Za štyri roky kampane MOST možno konštatovať v niektorých významných rizikových faktoroch SCO priaznivý vývoj, v iných menej priaznivý. Došlo k nasledovným zmenám:

1. mierny pokles fajčiarov medzi vyšetrenými (graf 1), zastavenie nárastu fajčiarov u mladistvých,
2. počet osôb so zvýšeným tlakom krvi sa v zásade vôbec nemení (grafy 2,3),

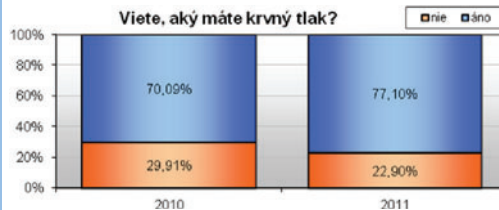
Graf 7

VÝVOJ ABDOMINÁLNEJ OBEZITY MERANEJ OBVODOM PÁSA V KAMPANI MOST V ROKOCH 2008 – 2011



Graf 8

VIETE, AKÝ MÁTE KRVNÝ TLAK?

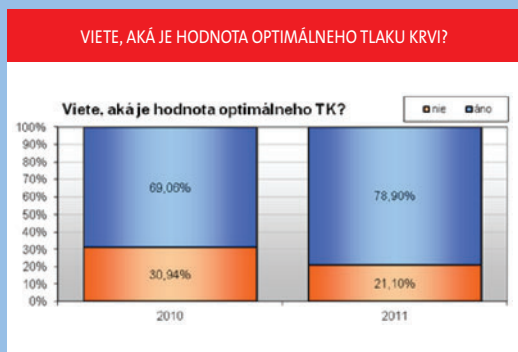


Tabuľka 5 Rozdelenie respondentov podľa hodnôt nameraného TK (TK > 140mmHg oproti TK < 140/90mmHg) a ich štatistické porovnanie (0 = TK < 140/90mmHg, 1 = TK > 140mmHg)

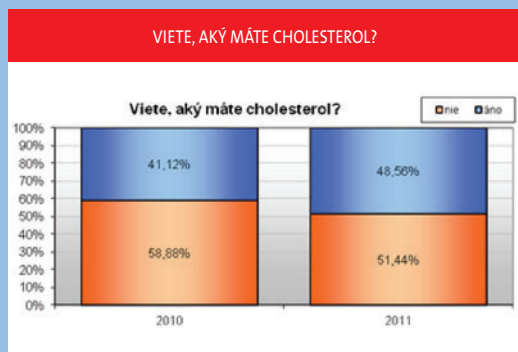
		Počet	Priemer	St.odchýlka	P
VEK	0	3 787	48,97	17,13	0,0000
	1	2 188	58,37	14,53	
	Spolu	5 975	52,41	16,84	
Obvod pása (cm)	0	2 884	86,61	14,08	0,0000
	1	1 600	95,35	12,73	
	Spolu	4 484	89,73	14,24	
BMI	0	3 563	25,57	4,96	0,0000
	1	2 060	28,16	4,59	
	Spolu	5 623	26,52	4,99	
STK (mmHg)	0	3 800	121,57	11,87	0,0000
	1	2 198	153,16	15,72	
	Spolu	5 998	133,15	20,29	
DTK (mmHg)	0	3 800	76,11	7,99	0,0000
	1	2 198	90,14	10,86	
	Spolu	5 998	81,25	11,37	
PULZ /min.	0	3 685	74,59	11,56	0,0003
	1	2 148	75,78	12,74	
	Spolu	5 833	75,02	12,02	
TCH (mmol/l)	0	2 251	5,04	1,07	0,0000
	1	1 292	5,27	1,06	
	Spolu	3 543	5,12	1,07	
TGL (mmol/l)	0	267	2,27	1,29	0,4232
	1	152	2,37	1,20	
	Spolu	419	2,31	1,26	
Glykémia (mmol/l)	0	651	5,46	1,51	0,9581
	1	365	5,46	1,94	
	Spolu	1 016	5,46	1,67	

3. potešujúci je významný pokles osôb so zvýšenou hladinou celkového cholesterolu za posledné 4 roky (graf 4),
4. počet osôb bez fyzickej aktivity je má stagnujúci charakter (graf 5),
5. trvale nám narastá počet osôb s obezitou, nadhmotnosťou (meranou podľa BMI), pričom ešte vyšší je nárast abdominálnej obezity (grafy 6,7).

Graf 9



Graf 10



Výsledky dotazníka študentov – hliadok zdravia

Počas Svetového dňa srdca študenti stredných škôl spracovali stručný dotazník na celkovej vzorke 4005 náhodných osôb. Jednalo sa o nasledovných 5 otázok:

1. Poznáte svoj tlak krvi (meraný aspoň raz za posledný rok)?
2. Poznáte optimálnu hodnotu tlaku krvi?
3. Poznáte svoj cholesterol (meraný aspoň raz za posledné 2 roky)?
4. Poznáte normálnu hodnotu cholesterolu?
5. Ako často do týždňa vykonávate fyzickú aktivitu (aspoň 30 minút)?

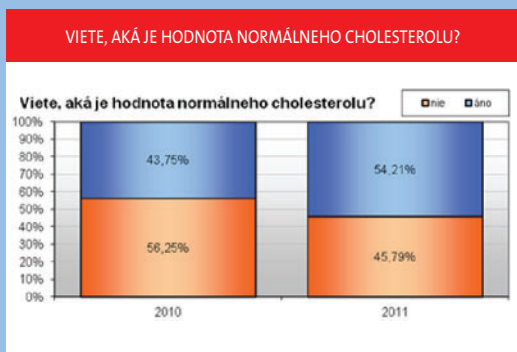
Priemerný vek dotazovaných bol 43,8 roka, 2379 žien (59,4 %) a 1 626 mužov (40,6 %). Odpovede na otázky sú uvedené v tabuľke 6.

Podobne ako v roku 2010, osoby, ktoré poznali svoj TK, poznali hodnoty normálneho i optimálneho tlaku, hodnotu svojho cholesterolu a hodnotu normálnej hladiny cholesterolu v krvi, boli štatisticky signifikantne starší ako tí, ktorí ho nepoznali ($p = 0,0001$), pričom vo všeobecnosti ženy odpovedali takmer vždy

Tabuľka 6 Výsledky dotazníka študentov – hliadok zdravia – MOST 2011, 4005 respondentov

	Celkove	Ženy	Muži
1. Poznáte svoj tlak krvi?	áno 77,1%	80,6%	72,0%
2. Poznáte optimálnu hodnotu tlaku krvi?	áno 78,9%	80,9%	76,0%
3. Poznáte svoj cholesterol?	áno 48,6%	51,3%	44,6%
4. Poznáte normálnu hodnotu cholesterolu?	áno 54,2%	58,1%	48,5%

Graf 11



lepšie ako muži.

Z hľadiska fyzickej aktivity 14,9 % dotazovaných respondentov udávalo, že nevykonáva vôbec žiadnu fyzickú aktivitu (minimálne 30 minút denne), 1-2x do týždňa vykonáva fyzickú aktivitu 15,6 % dotazovaných a 52,8 % udávalo, že fyzickú aktivitu minimálne 30 min. vykonáva každý deň.

Pri zohľadnení pohlavia 49,0 % mužov a 52,8 % žien vykonáva fyzickú aktivitu denne, 15,3 % žien a 14,3 % mužov nevykonáva vôbec žiadnu fyzickú aktivitu a iba 16,8 % mužov a 14,7 % žien vykonáva fyzickú aktivitu 1-2x do týždňa.

Suma sumárum – stručný dotazník

Výsledky dotazníka podobne ako v roku 2010 dopadli lepšie ako nezávislý prieskum vykonaný agentúrou FOCUS. Prekvapujúce je vysoké číslo poznania hodnôt optimálneho tlaku krvi (až 78,9 %, tabuľka 5) na rozdiel od zistení agentúry Focus. Podobne je tomu aj v otázke poznania správnej hodnoty normálnej hladiny celkového cholesterolu (54,2 %). Stále príliš vysoké percento respondentov nevedelo, akú má hladinu celkového cholesterolu (51,4 %). Napriek tomu, tieto údaje svedčia o významnom zlepšení oproti výsledkom z roku 2005 (vyhodnotenie dotazníkov poradní zdravia za roky 1996 – 2005, kde hladinu cholesterolu poznalo iba 20 % obyvateľstva). Potešiteľná je aj informácia o fyzickej aktivite, kde 52,8 % všetkých respondentov uviedlo, že sa jej každý deň venujú minimálne 30 minút denne.