

# Kapitola 3

## Edukačné aktivity farmaceutických firiem

# 3

### PROJEKT MOST PRE NEPOČUJÚCICH – interaktívna príručka na DVD Abbott Laboratories

Spoločnosť ABBOTT Laboratories zamerala svoje aktivity na nepočujúcich – skupinu pacientov, ktorá má obmedzený prístup k informáciám, čo v súvislosti s kardiovaskulárnymi ochoreniami zvyšuje zdravotné riziká a znižuje možnosti prevencie a včasnej liečby. Cieľom projektu **MOST pre nepočujúcich** je informovať populáciu s poruchami sluchu o rizikách spojených s civilizačnými chorobami prostredníctvom interaktívneho DVD, ktoré bude distribuované cez celoslovenskú sieť patientskej organizácie nepočujúcich.





Nepočujúci pacienti tak získajú základné informácie a možnosti modernej liečby najčastejších civilizačných ochorení. Podľa štatistických informácií WHO tvorí nepočujúca populácia asi 1 %, na Slovensku je to cca 55 000 nepočujúcich občanov. Nepočujúci ako handicapovaná skupina nemajú možnosť získať primerané informácie o ochoreniach, ktoré ich ohrozujú rovnakou mierou, ako väčšinu obyvateľstva. Úlohou odborníkov je priblížiť im najbežnejšie sa vyskytujúce ochorenia, napr. hypertenziu, obezitu, diabetes mellitus a hypercholesterolémiu. Spolupráca Asociácie nepočujúcich Slovenska (ANEPS) s odborníkmi a farmaceutickou spoločnosťou Abbott Laboratories prispieva k informovanosti nepočujúcich o možných zdravotných rizikách vyplývajúcich zo súčasného spôsobu života bežnej populácie. Významnou súčasťou projektu je vytvorenie tridsiatich nových posunkov, vzťahujúcich sa na oblasť kardiovaskulárnych ochorení a ich liečby, ktoré pomôžu sprístupniť nepočujúcim základné informácie o tejto problematike, výrazne uľahčia orientáciu a odbúrajú informačnú bariéru.

Slávnostné odovzdanie interaktívnej príručky sa uskutočnilo 15. 9. 2007 vo Zvolene v rámci celoslovenského stretnutia viac ako sedemsto nepočujúcich, ktoré zorganizovala Asociácia nepočujúcich Slovenska. Hostami stretnutia boli doc. MUDr. Gabriel Kamenský CSc., prezident Slovenskej nadácie srdca a MUDr. Martin Letko za spoločnosť Abbott.



Doc. MUDr. Gabriel Kamenský CSc. vo svojej prednáške nepočujúcim predstavil ciele a myšlienky projektu MOST a v bohatej diskusii odpovedal na otázky so zdravotnou problematikou. Počas stretnutia si účastníci mohli zmerať hladinu glukózy v krvi a odmerať svoj krvný tlak.

Záver tvorilo vyhodnotenie súťaže „Superlína“, ktorá hodnotila najväčší úbytok hmotnosti počas troch mesiacov u prihlásených kandidátok. Prvé tri kandidátky s najväčším úbytkom hmotnosti získali sponzorské dary od spoločnosti Abbott.

## **Cholesterol nemá súcit** **AstraZeneca**

V bratislavskom Auparku v nedeľu 16. 9. 2007 vzbudilo veľký záujem podujatie s názvom **Cholesterol nemá súcit**. AstraZeneca ho pripravila v spolupráci s Poradňou zdravia Petržalka. Slávnostne ho otvoril prednosta miestneho úradu Ing. Marián Miškanin. Nad podujatím prevzal záštitu starosta Petržalky – Milan Ftáčnik. Z Poradne zdravia Petržalka prišla aj MUDr. Zora Gérová, ktorá v pravidelných vstupoch informovala návštevníkov o cholesterole, správnom stravovaní, cvičení, ale aj o meraní rizikových faktorov. Kto chcel podrobnejšie informácie o svojom

zdraví, mohol sa s pani doktorkou poradiť priamo na podujatí. Najväčší záujem detí vyvolalo maľovanie na tváričky a lovenie rozprávkových rybiek na magnetické udice. Ich rodičia zatiaľ vyplňali anketu, v ktorej si mohli otestovať, koľko toho vedia o cholesterole. Piaty šťastlivci si vďaka vyplnenému anketovému lístku odniesli domov bohaté zdravé balíčky, ktoré pre nich pripravila AstraZeneca.

Veľký záujem, predovšetkým medzi ženami, bol o zistenie množstva podkožného tuku a BMI indexu. Napriek tomu, že museli zadať nielen svoju výšku, ale aj vek a váhu, na údaje z tukomeru sa čakalo v rade! Inšpiráciou a motiváciou boli jednoduché cviky na fitlopte, ktoré predviedla sympatická fyzioterapeutka Bibiana. Tá navyše prítomným rodičom predviedla, ako môžu na fit lopte cvičiť aj so svojimi deťmi.

## Zmerajme si tlak krvi

### Bayer Schering Pharma

Spoločnosť Bayer Schering Pharma sa počas septembra 2007 zamerala na osvetu verejnosti o tom, ako si správne merať tlak, čo robiť v prípade



vysokého krvného tlaku a aké z neho vyplývajú riziká. Súčasťou podujatí bolo aj preverovanie presnosti domácich tlakomerov.

Spoločnosť Bayer Schering Pharma organizovala tieto podujatia s podporou Slovenskej ligy proti hypertenzii v zastúpení doc. MUDr. Štefana Farského, ktorý poskytoval odborné konzultácie a rady záujemcom o otázkach spojených s kardiovaskulárnymi ochoreniami a ich prevenciou. Návštevníci stánku si mohli dať odmerať tlak krvi, hmot-



Dátum	Miesto	Počet vyšetrených
1. 9. 2007	Bratislava, Avion Shopping Park	205
8. 9. 2007	Nitra, ZOC MAX	68
9. 9. 2007	Trnava, Trojičné námestie	85
16. 9. 2007	Trenčín, Mierové námestie	81
22. 9. 2007	Košice, OC Cassovia	142
23. 9. 2007	Prešov	47
29. 9. 2007	Žilina, DC Dubeň	55
30. 9. 2007	Banská Bystrica, Námestie SNP	69

nosť, obsah tuku a BMI. Pri podujatí v Banskej Bystrici členovia tímu museli odviezť jedného z vyšetrovaných pacientov na ošetrovanie, pretože namerané hodnoty jeho krvného tlaku signalizovali nebezpečenstvo akútnej kardiovaskulárnej príhody.

Celkovo sa nám podarilo vyšetriť 752 pacientov, z ktorých 41% malo tlak nad 140/80 mm Hg. Väčšinou išlo o pacientov, ktorí doteraz vôbec neboli liečení na hypertenziu.



## **MOST proti fajčeniu** Boehringer Ingelheim a Pfizer

Aktivity firmy Boehringer Ingelheim sa sústreďovali na meranie pľúcnych funkcií. Jedným z dôvodov, prečo sa firma rozhodla zapojiť do projektu touto formou, je poukázať na fakt, že ochorenia srdca a pľúc sú často komorbiditné a majú spoločný rizikový faktor, ktorým je fajčenie. Záštitu nad aktivitami prebrala aj Slovenská pneumoftyzeologická spoločnosť.

Počas celého mesiaca prebiehali na rôznych miestach Slovenska verejné spirometrie a súčasne špecialisti – pneumológovia mali dni otvorených dverí vo svojich ambulanciách.

Verejné spirometrie sa konali v Bratislave, Banskej Bystrici, Nitre, Košiciach a Poprade. Zúčastnilo sa ich 408 pacientov a počas vyšetrení bolo zachytených 36 pacientov s poruchou pľúcnych funkcií. Títo boli ďalej odporučení na detailné vyšetrenie. V stánkoch zároveň prebiehala edukácia pacientov o primárnej prevencii kardiovaskulárnych a respiračných ochorení, meral sa BMI a obvod pásu, denzitometria.

## **Nebudte pod tlakom** **Novartis**

Spoločnosť NOVARTIS sa v rámci kampane MOST zamerala na meranie krvného tlaku a na edukáciu laickej verejnosti o dôsledkoch neliečenej alebo nedostatočne liečenej hypertenzie pod hlavičkou Nebudte pod tlakom.

V rámci screeningu realizovaného Slovenskou nadáciou srdca sme odmerali tlak krvi 1537 záujemcom v deviatich mestách Slovenska, v priestoroch nákupných centier TESCO.

Cieľom projektu Nebudte pod tlakom bola popularizácia optimálnej hodnoty tlaku krvi 120/80 mmHg a zvýšenie povedomia laickej verejnosti o tom, prečo je potrebné hypertenziu liečiť.

V priebehu deviatich dní, kedy kampaň prebiehala, sme sa stretli s mnohými, pre lekárov skutočne kurióznymi prípadmi. Za všetky aspoň



jeden príklad. V Košiciach sme zachytili skutočnú hypertenznú krízu. Staršia pani mala hodnotu tlaku krvi 260/120 mmHg, a na hypertenziu sa nikdy neliečila. Odborní lekári, ktorí sa na projekte zúčastnili, museli niekoľkokrát podať antihypertenzívum priamo na mieste a potenciálnych pacientov skutočne dôkladne poučili, prečo sa musia liečiť a čo im hrozí v prípade, že svoje zdravie budú aj naďalej zanedbávať.

Pri príležitosti kampane sme pripravili v spolupráci so Slovenskou nadáciou srdca špeciálne edukačné materiály a záznamníky tlaku krvi, ktoré lekári používali pri edukácii.

Význam celého projektu snád' najlepšie hodnotia vyjadrenia odborných lekárov, ktorí na ňom participovali.

**MUDr. Peter Paulovič, Poprad:** „Občania Popradu sa veľmi zaujímajú o svoje zdravie: Chcú poznať hodnotu svojho krvného tlaku. Tiež sa zaujímajú, ako majú postupovať v prípade zvýšeného tlaku krvi.“

**MUDr. Monika Jankajová, Košice:** „Edukačné kampane sú prínosom ako pre nás, odborníkov, tak pre laickú verejnosť. Hypertenzia je závažný rizikový faktor, ktorý zvyšuje riziko infarktu myokardu, tiež cievnej mozgovej príhody atď. Takto máme možnosť vysvetliť záujemcom o meranie tlaku krvi, prečo a ako majú týmto komplikáciám predchádzať.“

**MUDr. Adrián Bystriansky:** „Obyvatelia Slovenska stále nie sú dostatočne informovaní o dôsledkoch neliečenej hypertenzie. Podpisujú sa pod to z veľkej časti nezujem, mnohí si myslia, že ich sa to netýka. Evidentne však treba ľuďom pripomínať možné riziká.“





**MUDr. Marcel Čellár, Banská Bystrica:** „Dnešné popoludnie je úžasné. Zúčastnil som sa na akcii, ktorá má význam. Mal som príležitosť povedať veľkému množstvu ľudí, prečo treba hypertenziu liečiť. A je to skutočne potrebné, nakoľko hypertenzia 2. stupňa dnes nebola ničím výnimočným.“

**MUDr. Marián Mora, Nové Mesto nad Váhom:** „Edukačné kampane sú jedinou cestou, ako sa bežný človek môže niečo dozvedieť, nakoľko preventívna medicína zo zdravotníckeho systému v podstate vypadla.“



Dátum	Miesto	Počet vyšetrených
17. 9. 2007	Poprad	141
18. 9. 2007	Prešov	64
19. 9. 2007	Košice	165
20. 9. 2007	Lučenec	146
21. 9. 2007	Banská Bystrica	231
24. 9. 2007	Trenčín	169
25. 9. 2007	Žilina	184
26. 9. 2007	Nitra	169
27. 9. 2007	Bratislava	268

**MUDr. Jana Stuchlíková, Žilina:** „Myslím si, že význam edukačných kampaní sa ukáže v priebehu blízkej budúcnosti.“

**MUDr. Miroslav Hoppa, Nitra:** „Ľudia často nevedia, aký je optimálny krvný tlak. Dôvod je ten, že nenavštevujú lekára. Mali sme tu ľudí, ktorí neboli na preventívnej prehliadke 5 – 6 rokov. Aj z tohto dôvodu majú edukačné kampane význam. Máme možnosť viac sa im priblížiť.“

**MUDr. Jana Schichorová, Bratislava:** „Väčšina občanov, ktorým sme zmerali krvný tlak, nepozná jeho optimálne hodnoty. Podpisuje sa



pod to všeobecne nezúčujem o svoje zdravie. Pacienti netušia čo je to diéta, väčšina má nadváhu. Aktivity tohto charakteru pomôžu upozorniť na to, že krvný tlak a hmotnosť musia mať pod kontrolou. Myslím si, že pacienti, ktorých sme poučili o rizikách hypertenzie, svojho lekára navštívia.“

Spoločnosť NOVARTIS touto cestou ďakuje všetkým odborným lekárom, ktorí sa na kampani *Nebudte pod tlakom* zúčastnili, za ich ochotu a trpezlivosť pracovať aj v takomto nemedicínskom prostredí. (Mená spolupracujúcich lekárov sú uvedené v časti *Podakovanie partnerom*). Rovnaké podakovanie patrí aj zdravotným sestram, ktoré odmerali krvný tlak veľkému počtu obyvateľov Slovenska.

## Meranie CO vo vydychovanom vzduchu

Pfizer Luxembourg SARL, o. z.

Spoločnosť PFIZER si „posvietila“ na fajčiarov. Cieľom meraní CO vo vydychovanom vzduchu a vyplnením dotazníka (Fageströmov test nikotínovej závislosti) bolo zistiť mieru závislosti na nikotíne a hodnotu CO u fajčiarov a zároveň ich informovať o rizikách spojených s fajčením. Lekári poskytli záujemcom informácie, ako sa závislosti na nikotíne zbaviť.

Aktivita sa stretla s veľkým záujmom návštevníkov obchodných centier. Väčšina záujemcov o meranie chcela prestať fajčiť, ale ako dôvod neúspechu uvádzala, že nevedia čo s rukami, a preto siahnu po cigarete.



Dátum	Miesto	Počet vyšetrených
2. 9. 2007	Bratislava	246
7. 9. 2007	Trenčín	62
8. 9. 2007	Žilina	91
21. 9. 2007	Banská Bystrica	102
22. 9. 2007	Nitra	102

## Podujatia sanofi aventis

Spoločnosť sanofi aventis prispela do projektu MOST tromi aktivitami:

### 1. Edukačný balíček pre praktických lekárov

Pri príležitosti „Svetového dňa srdca 2007“ spoločnosť sanofi-aventis zrealizovala formou edukačného balíčka rozsiahlu mailingovú aktivitu určenú všetkým praktickým lekárom na Slovensku. Cieľom tejto aktivity bolo poskytnúť lekárom komplexné informácie o globálnom kardio-metabolickom riziku, ktoré predstavuje celkové riziko rozvoja diabetu 2. typu a/alebo kardiovaskulárnych ochorení a spočíva v združovaní modifikovateľných rizikových faktorov.

Súčasťou edukačného balíčka bola informačná kartička informujúca o kardio-metabolických rizikových faktoroch spolu s metrom slúžiacim na meranie obvodu pása.

### 2. Edukačný materiál v mesačníku Zdravie

Slovenskí čitatelia mali možnosť nájsť si v mesačníku ZDRAVIE č. 7 na titulnej stránke vloženú edukačnú kartičku s metrom slúžiacim na meranie obvodu pása. Septembrové číslo vyšlo v náklade 110 000 ks.

#### Aká je hlavná príčina srdcových a mozgových príhod? Odpoveď mnohých prekvapí

Hlavnou príčinou srdcových a mozgových príhod je krvná zrazenina v arteriách. Hoci vysoký krvný tlak, vysoký cholesterol a iné rizikové faktory poškodzujú cievy, je to práve krvná zrazenina, ktorá zablokuje. Srdcové a mozgové príhody vznikajú náhlym vytvorením krvnej zrazeniny v poškodených arteriách. Proces tvorby krvnej zrazeniny sa nazýva ateroskleróza a je príčinou jednej tretiny úmrtí na celom svete.

#### Čo zvyšuje riziko srdcovej a mozgové príhody?

Hlavné rizikové faktory sú nasledovné:

- vysoký cholesterol
- vysoký krvný tlak
- fajčenie
- obezita
- diabetes (cukrovka)
- fyzická nečinnosť
- nezdravá výživa
- dedičnosť alebo výskyt ochorenia v rodine

#### Ak ste už raz mali v niektorej artérii krvnú zrazeninu, bude vám už stále hrozit zvýšené riziko.

Existuje 6 jednoduchých spôsobov ako znížiť riziko srdcovej a mozgové príhody:

1. Ak fajčíte, prestaňte
2. Porozprávajte sa s Vaším ošetrovateľným lekárom o možnosti zvýšenia vašej fyzickej aktivity (napr. chôdza)
3. Jedzte zdravo a vyváženú stravu s nízkym obsahom tukov, cukrov a soli s dostatočným množstvom ovocia a zeleniny
4. Udržujte si správnu hodnotu krvného tlaku a cholesterolu – Vaš lekárom s tým môže pomôcť
5. Ak ste diabetik, uistite sa, že Vaša hodnota krvného cukru je pod kontrolou
6. Dodržiavajte liečbu predpísanú Vaším lekárom

Literatura: The Atlas of Heart Disease and Stroke, World Health Organisation, 2004

sanofi aventis

www.sanofi-aventis.sk

## Zmeraj svoje riziko, ostaj mladý srdcom

Požiadajte svojho ošetrovajúceho lekára, aby posúdil nasledujúce kardio-metabolické rizikové faktory:

### 5 bodov kontroly pre zdravé srdce

1. obvod pása
2. hodnota cukru v krvi
3. „dobrý“ a „zlý“ cholesterol
4. hodnota triglyceridov
5. krvný tlak

DK-EM-052008-Jan-2007

sanofi-aventis Pharma Slovakia s.r.o., Žitná 7-9, 811 05 Bratislava, Slovak Republic  
tel.: +421 2 57 103 777, fax: +421 2 57 103 712, www.sanofi-aventis.sk

## Ako si odmerať obvod pása



1. Vyzlečte si košeľu a povoľte opasok.
2. Páska metra obopína brúcho medzi horným okrajom brúca a spodným okrajom rebier.
3. Počas merania obvodu pása majte brúcho uvoľnené a vydychnite.
4. Zaznamenajte si nameranú hodnotu.
5. Ak je hodnota Vašho obvodu pása nad uvedenou hraničnou hodnotou, požiadajte svojho ošetrovajúceho lekára, aby zhodnotil Vaše kardio-metabolické riziko.

Hraničné hodnoty obvodu pása (cm)

	Ženy	Muži
EUROPA*	88	102

\* Group V, Cleeman Jr, Merz DL, et al. Implications of recent clinical trials for the National Cholesterol Education Program Adult Treatment Panel II guidelines. Circulation 2004; 110:227-239

Najnovšie štúdie totiž dokazujú, že muži s obvodom pása nad 102 centimetrov a ženy nad 88 centimetrov sa považujú za osoby so zvýšeným rizikom vzniku srdcového ochorenia, cievnej mozgovej príhody alebo diabetes mellitus 2. typu.

Najjednoduchším spôsobom, ako identifikovať pacientov so zvýšeným rizikom srdcovo-cievnych chorôb a cukrovky je jednoducho odmerať obvod pása. Obvod pása je totiž lepším prediktorom kardiovaskulárneho rizika spätého s obezitou než napríklad BMI (Body Mass Index).

### 3. „Svetový deň srdca 2007“ – Spoločne za zdravé srdce

Pod heslom „**Spoločne za zdravé srdce**“ členské organizácie Svetovej federácie srdca organizujú **Svetový deň srdca** vo viac ako 100 krajinách už po ôsmykrát. Chýbať nemohlo ani Slovensko, a preto spoločnosť sanofi aventis pod hlavičkou projektu „MOST“ zorganizovala **5. septembra** v bratislavskom hoteli Carlton **tlačovú konferenciu** venovanú práve tejto téme, ktorá sa uskutočnila pod záštitou Prvej dámy SR Silvie Gašparovičovej.

Excelentné prednášky v podaní **prof. Zoltána Mikeša** (Srdce srdcu – Slovenská liga za prevenciu a liečbu kardiovaskulárnych ochorení), **prof. Jána Murína** (prezident Slovenskej kardiologickej spoločnosti)



a **prof. Vasiľa Hricáka** (Národný ústav srdcových chorôb Bratislava) zaujali pozornosť novinárov a rozpútali zaujímavú diskusiu.

**Prof. Mikeš** v úvode konferencie predstavil Svetový deň srdca a jednotlivé sprievodné aktivity, **prof. Murín** sa vo svojej prezentácii venoval kardiometabolickému riziku a samotnému projektu „MOST“ a na záver **prof. Hricák** informoval médiá o aktuálnej situácii na Slovensku v súvislosti s prevenciou a liečbou akútneho infarktu myokardu.

Nás potešil mimoriadny záujem médií o túto tému, o čom svedčí **aj početná účasť 42 médií** na tlačovej konferencii, ako **aj záujem o merania** hladiny cholesterolu, krvného tlaku a obvodu pásu.

## Chráň svoje srdce

### Servier

Podujatia spoločnosti Servier, organizované v Nitre, Košiciach, Banskej Bystrici, Bratislave, Trenčíne, Martine a Poprade, zaujali návštevníkov nákupných centier zaujímavým programom, ktorý prebiehal na pódiu i mimo neho. V Stánku zdravia si mohli dať záujemcovia zmerať tlak a ďalšie rizikové parametre kardiovaskulárnych ochorení pracovníkmi regionálnych poradní zdravia.





Daniél Váczy



Nikoletta Lackóová



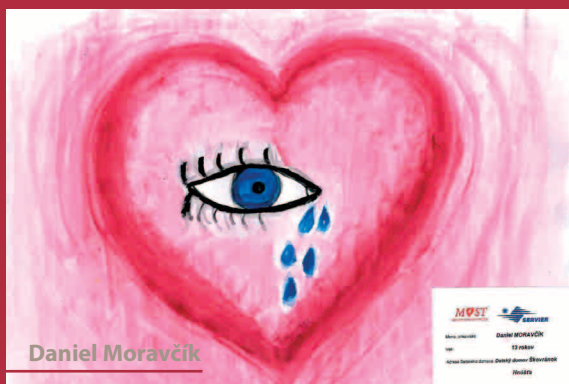
Mária Oravcová

V rámci programu poskytli v rozhovoroch cenné rady o možnostiach ochrany zdravia pred srdcovými chorobami a rizikových faktoroch podieľajúcich sa na ich vzniku erudovaní odborníci: prof. MUDr. Viliam Bada, CSc., MUDr. Gabriela Kaliská, PhD., doc. MUDr. Štefan Farský, CSc., MUDr. Jana Litvíniová a doc. MUDr. Daniel Pella, PhD. Správnym stravovaním, životosprávou, vhodným životným štýlom možno podľa ich slov vo veľkej miere ovplyvniť svoj zdravotný stav, ako aj zdravie svojich detí a celej spoločnosti.

Edita Sípeky, ktorá motivuje ženy k zmene životného štýlu, vystúpila v moderovanom programe so svojimi radami a skúsenosťami. V ďalšom programe vystúpili brušné tanečnice a break-dance tanečníci. Maľovanie na tvár, balónové zvieratká a čary kúzelníka potešili mnohé prítomné deti. Pre ne boli pripravené aj zaujímavé športové súťaže s množstvom atraktívnych cien, pre dospelých zasa vedomostný kvíz pozostávajúci z otázok týkajúcich sa základných rizikových parametrov kardiovaskulárnych ochorení. Odpovede na ne mohli účastníci, ktorí sa zapojili do kvízu, získať z rozhovorov moderátora s odborným lekárom. Doplňujúce informácie poskytovala aj videoprezentácia, ktorú mohli návštevníci sledovať na plazmovej obrazovke. Jej súčasťou boli aj výchovno-vzdelávacie spoty vytvorené pre kampaň MOST, ktoré rezonovali z verejnoprávnych médií po celý mesiac september.

Všetkých 7 akcií spájala výstava výtvarných prác detí z detských domovov. Citlivé spracovanie témy detskými umelcami podčiarklo zmysel akcie, ktorá si určila za cieľ zaujať okoloidúcich a priviesť ich k uvedo-

menu si dôležitosti prevencie zdravia prostredníctvom zdravého stravovania, športových aktivít, nepodceňovania preventívnych prehliadok a pod. Do výtvarnej súťaže sa zapojilo 10 detských domovov. Výstava pozostávala celkovo zo 60 súťažných prác. Hodnotila ich 20-členná odborná porota tvorená zástupcami výboru Slovenskej kardiologickej spoločnosti, zástupcami spoločnosti Servier a prof. MUDr. Viliamom Bantom, CSc., z III. internej kliniky FNŠP v Bratislave. Najlepšie práce boli v priebehu mesiaca október odmenené hodnotnými cenami, ktoré



venovala spoločnosť Servier. Najviac hlasov získal Detský domov Nezábudka v Dunajskej Strede, kde boli ocenení až 3 autori. Každý z nich získal MP3 prehrávač a pre svoj detský domov pomohli získať stôl so stolný tenis s raketami a sieťou a badmintonový set so sieťou.

#### **Autori najlepších prác:**

- Alexander Kürty (Detský domov v Dunajskej Strede),
- Daniel Váczy (Detský domov v Dunajskej Strede),
- Nikoletta Lackóová (Detský domov v Dunajskej Strede),
- Mária Oravcová (Detský domov v Dobsínej),



- Rudolf Cyprich (Detský domov v Necpaloch),
- Kristína Filová (Detský domov v Necpaloch),
- Daniel Moravčík (Detský domov v Hnúšti).



Dátum	Miesto	Počet vyšetrených
8. 9. 2007	Nitra	34
8. 9. 2007	Košice	29
15. 9. 2007	Banská Bystrica	50
15. 9. 2007	Bratislava	50
22. 9. 2007	Trenčín	40
29. 9. 2007	Poprad	35
29. 9. 2007	Martin	31

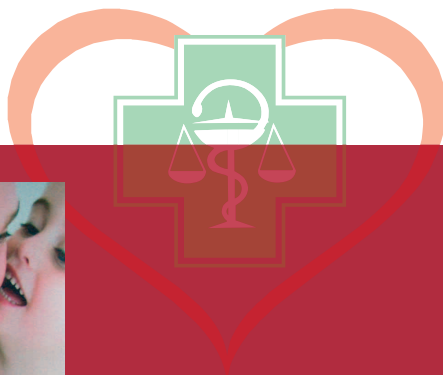
## **MOST v lekárňach**

**TEVA Pharmaceuticals Slovakia, s.r.o.**

Cieľom akcie MOST v lekárňach bola v spolupráci s vybranými lekárňami edukácia vyšetrených záujemcov a zameranie sa rizikové faktory kardio-vaskulárnych ochorení – meranie tlaku, meranie tuku a BMI. Podujatia prebiehali v 8 mestách na Slovensku od 7. do 24. septembra a v každej lekárni sa ich zúčastnili zástupcovia spoločnosti TEVA Pharmaceuticals Slovakia, s.r.o. a odborní lekári z oddelenia alebo kliniky v príslušnom meste. Návštevníci lekární prejavili vysoký záujem o vyšetrenia a mali aj mnoho otázok týkajúcich sa skvalitnenia životného štýlu, a tiež liečby, ktorú práve užívajú.



Dátum	Miesto	Počet vyšetrených
7. 9. 2007	Bratislava, Lekáreň Spektrum, Lekáreň Hedera, Lekáreň 24, Lekáreň Perzeus, Lekáreň Aupark	152
7. 9. 2007	Trnava, Lekáreň MAX, Lekáreň Pínia	102
7. 9. 2007	Trenčín, Lekáreň Južanka	
7. 9. 2007	Žilina, Lekáreň Interpharma	94
7. 9. 2007	Prešov, Pharma-Centrum, Lekáreň Amuletum	
7. 9. 2007	Košice, Lekáreň TOP Pharma, Lekáreň 36,6	
7. 9. 2007	Banská Bystrica, Lekáreň Europa, Lekáreň Kaufland, Lekáreň Hyperpharma	
7. 9. 2007	Nitra, Lekáreň Chrenová, Lekáreň Klokočina	



TEVA Pharmaceuticals Slovakia, s.r.o.

## Kód zdravého života: 0-30-5-140-90

Wörwag Pharma GmbH & Co. KG

Spoločnosť Wörwag Pharma sa v rámci projektu MOST zamerala na propagáciu Kódu zdravého života: **0-30-5-140-90**. Kód tvorí päť čísel, ktoré vyjadrujú hodnoty, aké by mal človek dodržať, pokiaľ chce zostať zdravý:

- 0** = nefajčiť,
- 30** = fyzická aktivita minimálne 30 min denne,
- 5** = hladina celkového cholesterolu menej ako 5 mmol/l,
- 140/90** = krvný tlak menej ako 140/90 mmHg.

Svoje aktivity pre verejnosť začala spoločnosť veľkým víkendovým podujatím v Bratislave, na ktorom spolupracovala aj Farmaceutická fakulta UK. Obchodný dom KIKA umožnil počas druhej septembrovej soboty svojim návštevníkom navštíviť Stánok zdravia, v ktorom po celý deň prebiehali merania krvného tlaku, celkového cholesterolu. Pre záujemcov bolo zabezpečené aj odborné poradenstvo a edukačné materiály.



Obrazovú kulisu dotvárali televízne spoty projektu MOST zamerané na prevenciu fajčenia, podporu zdravej stravy a životného štýlu. Počas podujatia sa vykonalo viac ako 300 meraní tlaku krvi a cholesterolu a množstvo odborných konzultácií, ktoré zabezpečovala MUDr. Anna Vachulová. Stánok zdravia navštívili aj deti a nakreslili viac ako 30 obrázkov na tému SRDCE.

Ďalšie aktivity spoločnosti sa zamerali na osvetu a edukáciu mladých ľudí prostredníctvom stretnutí študentov stredných škôl s odborníkmi,



počas ktorých sa diskutovalo o kardiovaskulárnych ochoreniach, ich rizikách a možnosti prevencie. Prednášky viedli lekári – odborníci v tejto oblasti: MUDr. Ľubica Budajová, doc. MUDr. Eva Čižmárová, CSc., doc. MUDr. Eva Goncalvesová, CSc., doc. MUDr. Alexander Jurko, PhD., prof. MUDr. Daniel Pella, PhD., MUDr. Jozef Pjontek a MUDr. Igor Vavrina.

Študenti i pedagógovia si mohli nechať odmerať tlak krvi, celkový cholesterol, glykémiiu, percentuálny podiel tuku v tele a pomocou prístroja SMOKERLYZER aj hodnoty CO v dychu a %COHb v krvi u fajčiarov

pracovníkmi Regionálnych úradov verejného zdravia v Bratislave, Košiciach, Dunajskej Strede, Nitre, Banskej Bystrici a Poprade. V Bratislave a Senci študentom predviedli pracovníci Záchrannej zdravotníckej služby by vozidlo záchrannej služby a ukážky práce záchranárov.

Dátum	Miesto	Počet vyšetrených
4. 9. 2007	Turčianske Teplice, Gymnázium M. Galandu	30
8. 9. 2007	Bratislava, OD KIKA	300
11. 9. 2007	Senec, Gymnázium A. Bernoláka	120
12. 9. 2007	Bratislava, Gymnázium na Tilgnerovej ul.	111
12. 9. 2007	Zlaté Moravce, Združená stredná škola	130
12. 9. 2007	Kežmarok, Gymnázium, P. O. Hviezdoslava	45
13. 9. 2007	Košice, Stredná veter. škola, Obch. akadémia	100
14. 9. 2007	Šamorín, Gymnázium M. R. Štefánika	100
18. 9. 2007	Banská Bystrica, ZŠ Golianova	260



Wörwag Pharma GmbH & Co. KG

## Všetko o srdci

### Zentiva

Spoločnosť Zentiva pripravila 22. 9. 2007 pre Bratislavčanov podujatie na Partizánskej lúke, ktoré bolo určeným pre všetkých, ktorí chcú byť zdraví, vedieť viac o chorobách srdca, chcú správne žiť, športovať a súťažiť, zistiť, či majú správny krvný tlak a zabezpečiť si kvalitný a dlhý život. Odbornú garanciu nad akciou mala doc. MUDr. Eva Čižmárová, CSc.

Počas krásneho slnečného jesenného popoludnia sa priestor amfiteátra na Partizánskej lúke stal herňou a ambulanciou súčasne. Prečo vlastne? Pani docentka Čižmárová je detský kardiológ a väčšina jej pacientov sú deti – takže preto herňa. A keďže je lekár a svojich pacientov vyšetruje – preto ambulancia.

V priebehu akcie si mohli nechať všetci prítomní, ale aj okoloidúci turisti odmerať krvný tlak a použiť lekársku konzultáciu. Tieto služby využilo takmer 100 účastníkov podujatia. Niektorí pacienti si cielene so sebou priniesli svoje tlakomery na premeranie ich správnosti.

Pre deti, ale aj pre ich rodičov boli pripravené rôzne súťaže – skákanie vo vreci, hádzanie na terč a mnoho iných. Deti si mohli svoju predstavivosť vyskúšať aj maľovaním – téma bola – ako si predstavujem srdiečko. Vzniklo veľa pekných obrázkov, ktoré boli odmenené sladkým darčekom.

Kto vyhladol a vysmädol mohol si vybrať so širokej ponuky zdravých, ale aj menej zdravých, ale chutných jedál a nápojov.

Na podujatí sa zúčastnili najmä mladí pacienti s ochoreniami srdca a spolu so svojim rodičmi strávili pekné športové popoludnie v lone prírody. Domov si odniesli nielen pekné zážitky, ale aj odborné informácie, ako sa starať o svoje zdravie.

## Kapitola 4

# Osveta o srdci v Akadémii vzdelávania



**A**kadémia vzdelávania, ako jeden z partnerov projektu, zabezpečila v spolupráci s poprednými odborníkmi z oblasti zdravotníctva, najmä kardiológie a internej medicíny, organizáciu a realizáciu populárno – náučných, osvetových a informačných aktivít vo svojich 22 pobočkách na celom Slovensku. Počas príprav nového školského roka, kedy je návštevnosť pobočiek z dôvodu zápisov do nových vzdelávacích kurzov najvyššia, sa v jednotlivých pobočkách v spolupráci s lekármi, pracovníkmi regionálnych úradov verejného zdravotníctva a študentmi stredných zdravotníckych škôl počas celého mesiaca september uskutočňovali merania rôznych hodnôt – krvného tlaku, BMI, v niektorých prípadoch, kde to umožnilo prístrojové vybavenie, aj meranie obsahu CO v pľúcach.





Celoslovenská sieť pobočiek Akadémie vzdelávania organizovala prednášky odborníkov pre záujemcov, najmä z radov mladých ľudí a seniorov. Na prednáškach odzneli informácie o prevencii srdcovo-cievnych ochorení a význame zdravého spôsobu života, najmä správnych stravovacích návykov, vyhýbania sa fajčeniu a dostatku pohybu. Podujatia ukázali, že informovanosť o kardiovaskulárnych ochoreniach je v jednotlivých regiónoch Slovenska na nízkej úrovni. O záujme o tieto témy zo strany verejnosti hovoria počty zúčastnených a tiež pozornosť miestnych médií.

V rámci rozhlasových súťaží sprevádzajúcich informačnú kampaň v Slovenskom rozhlase prispela Akadémia vzdelávania darovaním cien výhercom súťaží vo forme poukazov na účasť vo vzdelávacích kurzoch poriadaných pobočkami AV po celom Slovensku.

Zapojením sa do takýchto významných podujatí potvrdzuje Akadémia vzdelávania svoje nezastupiteľné miesto v oblasti celoživotného vzdelávania v rôznych formách.



**Prehľad pobočiek, v ktorých prebiehali merania tlaku krvi a ďalších hodnôt, spolupracujúcich lekárov a počet vyšetrených**

<b>Dátum</b>	<b>Miesto</b>	<b>Spolupracujúci odborníci</b>	<b>Počet vyšetrených</b>
10. – 12. 9. 2007, 20. – 21. 9. 2007	Liptovský Mikuláš	zamestnanci RÚVZ, študenti SZŠ	28
11. 9. 2007	Čadca	Lenka Hlavová	19
12. 9. 2007	Prievidza	MUDr. Ižová	39
14. 9. 2007	Zvolen	MUDr. Tesár, MUDr. Reinhard	24
17. 9. 2007, 24. 9. 2007	Vranov nad Topľou	RUVZ	46
18. – 19. 9. 2007	Banská Bystrica	Mgr. Anna Kováčiková	57
19. 9. 2007	Veľký Krtíš	Eva Sláviková, Darina Schedová	45
19. – 20. 9. 2007	Trenčín	PhDr. Litvinová	50
20. 9. 2007	Trebišov	MUDr. Jutka	42
24. – 26. 9. 2007	Poprad	Hončárová	191
24. – 28. 9. 2007	Prešov	PhDr. Kleinová	145
25. 9. 2007	Trnava	SZŠ	75
25. – 28. 9. 2007	Lučenec	Mgr. Mária Pápaiová	193
26. 9. 2007	Košice	Dr. Schnitzerová, RUVZ	24
26. – 27. 9. 2007	Rožňava	MUDr. Katarína Kopecká	81
27. 9. 2007	Humenné	Stredná zdravotnícka škola	27
27. 9. 2007	Senica	Dr. Nemravová	35
27. 9. 2007	Topoľčany	MUDr. Bieliková	51
29. 9. 2007	Žiar nad Hronom	PhDr. Erika Mócová	30
<b>SPOLU</b>			<b>1202</b>

### Prednášky pre mládež a seniorov

Dátum	Miesto	Spolupracujúci odborníci	Počet vyšetrených
12. 9. 2007, 26. 9. 2007	Banská Bystrica	MUDr. Gabriela Kaliská, CSc	63
12. 9. 2007, 20. 9. 2007	Dolný Kubín	MUDr. Peter Šulej	360
13. – 14. 9. 2007	Prešov	MUDr. Miroslav Šlanina	74
14. 9. 2007, 21. 9. 2007	Zvolen	MUDr. Čavojs, MUDr. Reinhard, MUDr. Tesár	59
17. – 18. 9. 2007	Košice	MUDr. Studenčan, PhD., MUDr. Jana Kaffanová	66
18. 9. 2007, 20. 9. 2007	Liptovský Mikuláš	MUDr. Norika Bolvanská	38
19. 9. 2007	Veľký Krtíš	MUDr. Ondrej Kollár	32
19. – 20. 9. 2007	Trenčín	PhDr. Litvínová	21
24. – 26. 9. 2007	Poprad	Dr. Mitlohnerová, Dr. Imrišková, Dr. Palková	112
25. – 26. 9. 2007	Levice	MUDr. Lucia Žiaková, MUDr. Martina Kotruszová	52
25. 9. 2007	Trnava	MUDr. Silvia Hojerová	30
26. 9. 2007	Žiar nad Hronom	MUDr. Anna Rosenbergová	285
27. 9. 2007	Čadca	MUDr. Lenka Smičiková	25
28. 9. 2007	Nové Zámky	MUDr. Imrich Hugiivár	16
SPOLU			1233