

Kapitola 3

Deň srdca 24. 9. 2010 na Slovensku v rámci kampane MOST 2010

3

Príprava a logistika Dňa srdca 24. septembra 2010 **Logistické a organizačné pokyny pre partnerov kampane**

Oficiálny názov akcie: Deň srdca.

Termín akcie: akcia trvá 1 deň – piatok 24. septembra 2010 (výnimku tvoria lekári, ktorí sa budú z východného Slovenska vracat' spiatočným vlakom do Bratislavy ešte v sobotu 25. septembra 2010).

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 8. 10. 2010.

Prečo je Deň srdca 24. septembra 2010?

Je to najbližší piatok k oficiálnemu Svetovému dňu srdca, ktorý pripadá na poslednú septembrovú nedeľu 26. 9. 2010.

Nástup na akciu: od 10.00 hod. do 17.00 hod. je nutné byť na meracom mieste, uvítame ale podľa možností organizátorov na jednotlivých meracích miestach, aby akciu začali i skôr a ostali v prípade záujmu občanov merať aj v neskorších hodinách.

Mestá realizácie akcie: Banská Bystrica, Bardejov, Bratislava, Brezno, Čadca, Detva, Dolný Kubín, Dubnica nad Váhom, Dunajská Streda, Galanta, Humenné, Kežmarok, Komárno, Košice, Levice, Liptovský Mikuláš, Lučenec, Martin, Michalovce, Nitra, Nové Zámky, Piešťany, Poprad, Považská Bystrica, Prešov, Prievidza, Púchov, Rimavská Sobota, Rožňava, Senica, Sereď, Spišská Nová Ves, 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 (zoznam všetkých na str. 84) a v 8 vlakoch jazdiacich po celom Slovensku.

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 pása, 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.



Priebeh akcie:

V uliciach miest a na meracích miestach (TESCO, partneri a iné) 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, náramkom s Kódom zdravého života na ruke. 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. Študenti budú rozdávať kartičky s Kódom zdravého života a letáky ku Dňu srdca. Občanov požiadajú o vyplnenie krátkého 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 medicí) 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).

Ďalej je zodpovedná za riadne označenie meracieho miesta plagátom, prípadne roletkou, ktorú obdrží od SHF, je zodpovedná za 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.

Zodpovedná osoba je hlavným kontaktom pre 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 medicí 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 – 8 vybraných vlakov jazdiacich po celej SR. V každom vlaku je osobitne vyčlenené kupé s počtom miest na sedenie 6, kde bude lekár a sestra/farmaceut resp. medik alebo kombinácie uvedených a môžu si k nim prisadnúť cestujúci na bezplatné zmeranie krv-

ného tlaku a cholesterolu. Lekári poskytnú konzultácie a poradenstvo ku KVO, zaznamenajú si namerané hodnoty na záznamové hárky. 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 tak tiež aj hlásenie daného vlaku zdravého života v staničnom rozhlase.

Tri vlaky sa budú vracaať z Košíc do Bratislavy v sobotu a teda sa v týchto troch vybraných vlakoch predĺži Deň srdca aj na 25. septembra 2010.

Deň srdca v skratke a číslach

- 42 partnerov, z toho 7 farmaceutických firiem, 24 mediálnych partnerov (21 regionálnych),
- 250 meracích miest: 40 x hypermarkety Tesco, 210 x námestia, parky, organizácie, lekárne,
- 500 študentov,
- 58 stredných škôl a gymnázií,
- 8 Vlakov zdravia,
- 31 RÚVZ + ÚVZ SR,
- cca 20 000 občanov vyšetrených a odkonzultovaných na meracích miestach (6 145 záznamov meraní z meracích miest + cca 4 000 záznamov z lekární),
- cca 30 000 občanov oslovených študentmi (10 403 záznamov v dotazníkoch),
- viac ako 55 000 rozdanych letákov,
- 1361 televíznych spotov,
- 220 rozhlasových spotov,
- web bannery (nemocnice – obrazovky v čakárňach, stránky partnerov),
- 100 billboardov,
- 96 citylightov,
- 1350 zobrazení na LCD ploche Pasienky,
- 1000 plagátov MHD BA, KE,
- 2662 pressmarketing reklama vo vlakoch, trainmailing, nálepky na okná vlakov,
- Inzerca v printoch,
- monitoring kampane MOST v médiách: 87 výstupov.

Deň srdca v jednotlivých mestách Slovenska

V tomto roku jednotlivé meracie miesta počas Dňa srdca zaznamenali veľký nárast záujmu občanov o merania a konzultácie, pričom žiaľ na mnohých miestach sa kapacitne, časovo a materiálno nedalo vyhovieť všetkým záujemcom. Tento záujem je potešujúci a do budúcnosti z neho vyplýva potreba zabezpečiť ešte viac odborného personálu na meracie miesta s dostatočným materiálovým vybavením. Mnohí lekári a zdravotné sestry pracovali na meracích miestach 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, nakoľko sa ich tento rok prihlásilo viac ako dvojnásobok oproti roku minulému 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 10 meracích miest – Námestie SNP – hlavný stan, Obchodný dom Tesco Kamenné námestie, Hypermarket Tesco Lamač, Petržalka, Zlaté Piesky; Farmaceutická fakulta UK, Technopol, OC Aupark, OC Eurovea, pobočka Akadémie vzdelávania Gorkého 10, na ktorých participovali nasledovní partneri:

- Akadémia vzdelávania – Mgr. Eva Ryder – riaditeľka Centra jazykov, PhDr. Tamara Vaňková – programový manažér a ďalších 11 zamestnancov AV: Bc. Monika Drieniková, Alexandra Liozinová, Mgr. Martin Kuruc, PhD., Bc. Daniela Skácelová, Mgr. Martina Kolesárová, Bc. Katka Dvořáková, Ľubica Šmidová, Mgr. Anna Baďura, Karolína Ľuptáková, Mgr. Jana Bajzová, Ing. Marián Balaščák,
- Úrad verejného zdravotníctva SR – MUDr. A. Cvopová, J. Minichová,
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva, Poradňa zdravia Ružinov – MUDr. Alžbeta Béderová, CSc., Mgr. Z. Macáková, M. Babinčáková,
- 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.,
- Slovenská lekárnická komora – PharmDr. Peter Stanko, PhD.,
- partnerské spoločnosti: Bayer, Novartis, Servier, Roche, Celimed, Rajo,
- Stredná zdravotnícka škola, Záhradnícka ul. – Viera Dudová,
- Gymnázium, Haanova ul. – Mgr. Jaroslava Zubáková,
- Gymnázium A. Einsteina, Einsteinova ul. – RNDr. Vlasta Kolompárová,
- Gymnázium J. Papánka, Vazovova ul – Beáta Miklošová,
- SPŠ dopravná, Kvačalova ul – PaedDr. Viera Horváthová,
- SPŠ elektrotechnická, ul. K. Adlera – RNDr. Zuzana Bakošová,
- Súkromná obchodná akadémia Liberta – Mgr. Helena Donovalová.

AV Bratislava, ústredie, PhDr. Tamara Vaňková: „23.9. sa v Akadémii vzdelávania na Gorkého ul. 10 uskutočnili merania rizikových faktorov KVO pre pracovníkov ústredia AV. Merania uskutočnila MUDr. Béderová, RÚVZ a 1 farmaceutka pre 28 pracovníkov v čase od 7.30 do 13.00hod.

24. 9. pracovníci Akadémie vzdelávania pri príležitosti Dňa srdca organizačne zabezpečovali merania na meracom mieste Tesco Kamenné námestie, v čase od 10.00 do 16.00 hod. Merania vykonávala MUDr. Béderová a 1 farmaceutka, vyšetrených bolo 50 klientov.



Svetový deň srdca v Bratislave.

Druhým meracím miestom bolo nám SNP, kde AV zabezpečovala objednávku a postavenie stanu včítane povolenia Magistrátu BA. Po organizačnej stránke a stránke obsadenia meracieho miesta zdravotníckym personálom a vybavením mala toto miesto na starosti Nadácia srdca. AV poskytla 6 pracovníkov, 3 doobeda a 3 poobede, ktorí pomáhali vykonávať merania /tlak krvi, váha, výpočet BMI/, okrem toho sa na organizácii a meraniach zúčastnili ďalší pracovníci AV.“

Gymnázium Haanova 28, Bratislava, Mgr. Jaroslava Zubáková: „Akcie sa zúčastnili 4 študentky 4. ročníka, pohybovali sa v blízkom okolí Technopolu, oslovovali okoloidúcich, mnoho starších ľudí bolo informovaných o akcii a cielene si išli dať urobiť testy. Ohotne odpovedali na otázky dotazníka. Akcia mala úspech aj vďaka peknému počasiu a informovanosti ľudí (médiá, lekári...)“

Banská Bystrica

V Banskej Bystrici boli zriadené 2 meracie miesta – v hypermarkete Tesco a v OC Európa, na ktorých participovali nasledovní partneri:

- Akadémia vzdelávania, pobočka Banská Bystrica – Mgr. Margaréta Krkošová,



Svetový deň srdca v Bratislave.

- partnerské spoločnosti: Bayer, Rajo,
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva – MUDr. Silvia Kontrošová, MPH, MUDr. Hana Vrbanová, Mgr. T. Zvalová,
- Slovenská zdravotnícka univerzita, fakulta zdravotníctva – Mgr. Anna Butorová.

AV Banská Bystrica, Mgr. Margaréta Krkošová: *„V obchodnom dome EURÓPA sme v rámci Dňa srdca informovali občanov o rizikách srdcovo-cievnych ochorení. Na meracom mieste boli dve pracovníčky z Poradne zdravia. Jedna merala výšku hladiny cholesterolu a druhá sa komplexne vyjadrovala k nameraným výsledkom. Občania si ochotne vystáli obidve rady, pričom to niekedy trvalo aj 20-30 minút. Atmosféra bola príjemná a občania sa sami zastavovali na meracom mieste. Dňa srdca sa zúčastnilo 89 občanov, z toho 23 mužov a 66 žien. Študenti SZU – fakulty zdravotníctva pomáhali pri meraní tlaku krvi. Boli veľmi ochotní a ústretoví. Meracie miesto v obchodnom dome EURÓPA bolo vo veľmi dobrej lokalite, takže sa ľudia hneď pri nás zastavovali. Bolo dobré, že študenti pomáhali pracovníckam z Poradne zdravia.“*

Bardejov

V Bardejove boli zriadené 3 meracie miesta – vo vestibule poisťovne Allianz, v Lekárni Atrium a v Lekárni Dr. Max v OC Hypernova, na ktorých participovali nasledovní partneri:

- Akadémia vzdelávania, pobočka Bardejov – Ing. Jana Dutková,
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva – MUDr. J. Zbyňovská, J. Mullerová, K. Žigrajová, A. Ribovičová, L. Balaščáková, M. Bilišňanská,
- Obchodná akadémia – Ing. Irena Halecká.

AV Bardejov, Ing. Jana Dutková: *„Celoslovenského projektu Slovenskej nadácie srdca – MOST, Deň srdca 24. 9. 2010 sme sa zúčastnili spolu s RÚ-VZ Bardejov a študentmi Obchodnej akadémie, Bardejov. Vytvorené boli 3 meracie miesta: Lekáreň v OC Hypernova – meranie tlaku, pulzu, cholesterolu, výpočet BMI – počet vyšetrených 75; Lekáreň Atrium – meranie tlaku, pulzu, výpočet BMI – počet vyšetrených 54; vestibul Allianz – meranie tlaku, pulzu a výpočet BMI – počet vyšetrených 50. Veková štruktúra vyšetrených: mladí 6 %, pracujúci (vrátane kategórie nezamestnaní) 74 %, dôchodcovia 20 %. Počet účastníkov, ktorí odpovedali na otázky z dotazníka študentov: 116.“*

Brezno

V Brezne boli zriadené 2 meracie miesta – pred Miestnym úradom Brezno a v hypermarkete Tesco (Lekáreň Dr. Max), na ktorých participovali nasledovní partneri:

- Akadémia vzdelávania, pobočka Banská Bystrica – Mgr. Margaréta Krkošová,
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva, Banská Bystrica,
- Gymnázium Jána Chalupku – PhDr. Miroslav Glembek.

RÚVZ Banská Bystrica, Mária Parobeková: *„Cieľom akcie bolo pripomenúť verejnosti riziká srdcovo-cievnych ochorení, ktoré sú na prvom mieste úmrtnosti u nás, oboznámiť s kódom zdravého života. Záujem o merania krvného tlaku, telesného tuku a antropometrické merania bol veľký, pracovali sme bez prestávky. Zmerali sme 5 študentov, 48 ľudí v produktívnom veku a 53 dôchodcov. Akcia prebehla bez komplikácií, oslovení dobre spolupracovali. Študenti oslovili v uliciach cca 100 ľudí. V porovnaní s minulým rokom respondenti ochotnejšie a lepšie spolupracovali.“*



Svetový deň srdca v Bardejove.

Čadca

V Čadci boli zriadené 2 meracie miesta – v priestoroch Mestského úradu Čadca a v hypermarkete Tesco (Lekáreň Dr. Max), na ktorých participovali nasledovní partneri:

- Akadémia vzdelávania, pobočka Čadca – Mgr. Jana Krkošková,
- Obchodná akadémia D. M. Janotu – PaedDr. Gabriela Vrbinárová.

AV Čadca, Mgr. Jana Krkošková, riaditeľka pobočky: „*Akcia Deň srdca sa konala v priestoroch spoločnej úradovne Mestského úradu v Čadci. Merania zabezpečovali dve zdravotné sestry a jedna zapisovateľka – pracovníčka AV. Meraní sa zúčastnilo 60 osôb. Merania sa hladina cholesterolu v krvi a krvný tlak. Taktiež bolo poskytované poradenstvo. Každý účastník merania dostal okrem nálepky srdiečka aj leták a kartičku s Kódom zdravého života. Akcia bola propagovaná v regionálnych médiách:*

- tlač: Kysuce, Kysucké noviny – týždenníky,
- web: webstránka mesta www.mestocadca.sk, www.kysuce.sk a facebook mesta aj AV,
- televízia: KTV a Vaša TV.“

Obchodná akadémia D. M. Janotu v Čadci, PaedDr. Gabriela Vrbinárová: „*Za našu školu sa zúčastnilo 6 študentiek, ktoré vytvorili tri hliadky zdravia. Hliadky boli rozmiestnené v centre mesta – na Palárikovej ulici, pri*



Svetový deň srdca v Čadci.

OD Družba a pri supermarkete Terno. V uliciach mesta Čadca oslovili 116 občanov, ktorí boli ochotní vyplniť dotazník. Študentky rozdali viac ako 250 informačných letákov a kartičiek s Kódom zdravého života. Táto akcia mala veľmi pozitívny ohlas a väčšina opýtaných bola ochotná spolupracovať pri vyplňovaní dotazníka.“

Detva

V Detve bolo zriadené 1 meracie miesto na Mestskom úrade Detva s nezištnou pomocou vedúceho oddelenia Mgr. Bohuslava Ilavského a participácie týchto partnerov:

- Akadémie vzdelávania, pobočka Zvolen – Ing. Ján Štubňa,
- Gymnázium – Mgr. Barbora Turbeková, riaditeľka.

Dolný Kubín

V Dolnom Kubíne bolo zriadené 1 meracie miesto v hypermarkete Tesco za spoluúčasti nasledovných partnerov:

- Akadémie vzdelávania, pobočka Dolný Kubín – Mgr. Zuzana Babicová,
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva, oddelenie Podpory zdravia – MUDr. Darina Vasiľová, MPH, DAHE, Erika Šutá, Jana Kratochvílová,
- partnerské spoločnosti: Rajo,
- Stredná zdravotnícka škola – Mgr. Miloslava Turčinová.

AV Dolný Kubín, Mgr. Zuzana Babicová: *„Dňa 24. 9. 2010 organizovali pracovníci pobočky Akadémie vzdelávania Dolný Kubín v spolupráci s pracovníkmi Oddelenia podpory zdravia RÚVZ so sídlom v Dolnom Kubíne aktivitu zameranú na prevenciu kardiovaskulárnych chorôb. Ďalším partnerom v projekte bola Stredná zdravotnícka škola v Dolnom Kubíne, ktorej študenti šírili informácie o tejto akcii v priestoroch hypermarketu a v centre mesta Dolný Kubín. Pracovníci RÚVZ za pomoci študentov SZŠ a pracovníkov AV vykonávali merania tlaku, cholesterolu, merania obvodu pása a na základe zistených výsledkov individuálne konzultovali zdravotný stav s účastníkmi merania. Meracie miesto bolo pripravené v priestoroch hypermarketu Tesco v Dolnom Kubíne. Môžeme konštatovať veľký záujem o túto akciu zo strany obyvateľstva, ako aj spokojnosť organizátorov s jej priebehom.“*

Stredná zdravotnícka škola Dolný Kubín, Mgr. Miloslava Turčinová: *„Na akcii sa zúčastnilo 13 študentiek. Boli vytvorené 4 stanovišťa po mes- te. Miestni obyvatelia túto akciu prijali pozitívne a ochotne odpovedali na otázky v dotazníku. Akciu hodnotím pozitívne a bola prínosom v edukácii našich obyvateľov.“*

Dunajská Streda

V Dunajskej Strede boli zriadené 2 meracie miesta – v hypermarkete Tesco a v Mestskom dome kultúry, za participácie nasledovných partnerov:

- Akadémia vzdelávania, pobočka Dunajská Streda – Ing. Dana Habánová,
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva – J. Šoková, V. Egriová, A. Chromeková,
- partnerské spoločnosti: Rajo,
- Stredná zdravotnícka škola – Mgr. Reháková.

AV Dunajská Streda, Ing. Dana Habánová:

„Tesco: Merania : TK, BMI index, cholesterol, cukor – merania robili zamestnanci RÚVZ a študenti Strednej zdrav. školy v Dunajskej Strede.

Mestský dom kultúry : TK, BMI, cholesterol – merania vykonávali študenti SZŠ pod vedením učiteľky praktického výcviku p. Mgr. Rehákovej.

Cielom akcie MOST bolo osloviť občanov a poskytnúť im informácie o Kóde zdravého života, rozdať letáky a záujemcov poslať na meracie miesta. Študenti do dotazníkového prieskumu zapojili cez 160 občanov. V našom meste mala akcia veľký úspech. Občania o nej vedeli aj z regionálnej tlače, kde sa v utorok objavil článok o meracích miestach. Taktiež bola relácia v rozhlase Patria – priamy prenos medzi 7,35 – 7,45 hod.



Svetový deň srdca v Dunajskej Strede.

V našom meste bol jarmok, študenti tam informovali občanov o projekte, o kóde srdca. Rozdali všetky letáky. Občania prejavili veľký záujem o merania. 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.

V TESCO sa na meraniach zúčastnilo 49 osôb, v MskS sa zúčastnilo meraní 79 osôb, pre veľký záujem bolo potrebné zakúpiť prúžky na meranie cholesterolu. Aj napriek tomu sme museli niektorých záujemcov odmietnuť.

Akcia bola úspešná, v budúcnosti je potrebné zabezpečiť dostatočné množstvo zdravotníckych potrieb, nakoľko akcia má veľký ohlas aj v médiách a je neprijemné záujemcov odmietnuť pre nedostatok pomôcok.“

Stredná zdravotnícka škola Dunajská Streda, Mgr. Reháková: „*Cieľom akcie bolo: – zistiť mieru informovanosti ľudí ohľadom KVS ochorení, rizikových faktorov, – zistiť vedomosti o normálnych hodnotách krvného tlaku, cholesterolu, BMI, – zlepšiť informovanosť opýtaných ľudí o možnostiach prevencie KVS ochorení.*

Akcia prebehla bez problémov, verejnosť prejavila záujem o danú problematiku. V budúcnosti sa s radosťou zúčastníme na podobných akciách.“

Galanta

V Galante boli zriadené 2 meracie miesta v priestoroch Mestského úradu a v hypermarkete Tesco, za spoluúčasti nasledovných partnerov:

- Akadémia vzdelávania, pobočka Galanta – Mgr. Roman Rusnák,
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva,
- partnerské spoločnosti: Rajo,
- maďarské Gymnázium.

AV Galanta, Mgr. Roman Rusnák: „*V spolupráci s RÚVZ Galanta sme merali tlak krvi, cholesterol a poskytovali poradenstvo prevencie kardiovaskulárnych ochorení. Akcia prebiehala v hale Mestského úradu v Galante, kde sme robili meranie hlavne prítomným zamestnancom. Proti tomu bol pán primátor, ktorý akciu povolil len pre návštevníkov mestského úradu. Inak akcia prebiehala v normálnej pracovnej atmosfére. Mali sme oveľa väčší počet záujemcov, ako dokázal vyhodnotiť prístroj na meranie cholesterolu. Počas merania sa nevyskytli žiadne ďalšie problémy. Od 12,30 sme robili merania v priestoroch Tesco Galanta, kde nám maximálne vyšli v ústrety. Tu už bol počet záujemcov nižší ako na mestskom úrade, avšak dostatočný na možnosť vyhodnocovania výsledkov merania cholesterolu.“*

Humenné

V Humennom bolo zriadené 1 meracie miesto v hypermarkete Tesco za prítomnosti nasledovných partnerov:

- Akadémia vzdelávania, pobočka Humenné – PaedDr. Alena Dzobová,
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva – MVDr. Lýdia Sopková, Mgr. L. Lesňáková, J. Belcáková,
- partnerské spoločnosti: Rajo,
- Stredná zdravotnícka škola – PhDr. Marcela Griščiková.

AV Humenné, PaedDr. Alena Dzobová: *„Deň srdca – 24. september prebehol podľa pokynov a nerušene. Meracie miesto sme umiestnili v obchodnom dome Tesco, kde nám poskytli veľmi dobrý priestor a pomohli nám s jeho zariadením (stoly, stoličky, atď...). V čase od 10,00 do 17,00 hod. sme merali krvný tlak, pulzovú frekvenciu, cholesterol, obvod pása a poskytli odborné poradenstvo 73 osobám vo veku od 17 do 84 rokov. Merania boli robené zamestnancami Regionálneho úradu verejného zdravotníctva v Humennom a zamestnancami Akadémie vzdelávania v Humennom. Pani riaditeľka RÚVZ MVDr. Lýdia Sopková, spolu so svojím tímom, aj tohto roku veľmi ochotne spolupracovala pri príprave celej akcie. V blízkosti hypermarketu, na železničnej stanici a autobusovej*



Svetový deň srdca v Humennom.

stanici sa nachádzali 3 hliadky zostavené zo študentiek Strednej zdravotníckej školy v Humennom. S touto školou vďaka ústretovosti pani riaditeľky, PhDr. Marcely Griščikovej, spolupracujeme už štvrtý rok. Študentské hliadky oslovili vyše 1000 okoloidúcich, rozdali im letáky, kartičky, lúštili s nimi kód zdravia a 290 občanov vo veku 18 až 75 rokov ochotne odpovedalo na otázky v dotazníku. Humenská televízia, ktorú sme pozvali na túto akciu, spracovala krátku reportáž, ktorá bola odvysielaná v Hlavných správach. V Podvihorlatských novinách (4. 10. 2010) vyšiel krátky článok s fotom študentskej hliadky a osloveného občana. Celá akcia, cieľom ktorej bolo edukovať občanov v oblasti srdcovo-cievnych ochorení, poskytnúť im možnosť merania RF zdarma, bola dobre zorganizovaná a ohlasy na ňu sú veľmi pozitívne.“

Komárno

V Komárne bolo zriadené 1 meracie miesto v Shopping Center na Tržníčnom námestí za prítomnosti nasledovných partnerov:

- Akadémia vzdelávania, pobočka Komárno – Ing. Tomáš Ficza,
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva – MUDr. František Molnár, Mgr. Zuzana Izsáková.

AV Komárno, Ing. Tomáš Ficza: „V spolupráci s pracovníkmi Oddelenia podpory zdravia a Poradne zdravia RÚVZ (PCOaPZ) dňa 24. 9. 2010 sme realizovali výjazd do Komárno Shopping Center v Komárne, kde sme vyšetrovali hladinu cholesterolu v krvi a tlak krvi u 38 záujemcov. Klienti absolvovali aj krátke poradenstvo s lekárom PCOaPZ o vybraných rizikových faktoroch srdcovo-cievnych ochorení. V rámci výjazdu sme distribuovali kartičky zdravého života, skladačky (dodané Slovenskou nadáciou srdca) a distribuovali sme aj letáky propagujúce aktivity AV, ako aj letáky propagujúce pravidelné prednášky o zdravom životnom štýle na RÚVZ v Komárne. Vyšetrení klienti náš pracovný tím hodnotili kladne. Záujem prejavil aj denník s celoslovenskou pôsobnosťou Új Szó, ktorého redaktorka uskutočnila rozhovor s niekoľkými vyšetrenými, ako aj s pracovníkmi PCOaPZ. Túto našu spoločnú aktivitu s RÚVZ v Komárne hodnotím veľmi pozitívne. Realizáciu tejto akcie sme sa predstavili v dobrom svetle u tých občanov, ktorí nás ešte nepoznali, získali sme nové kontakty do budúcnosti, aj nových záujemcov o naše kurzy. Pre RÚVZ v Komárne je pozitívom, že získalo vyššie uvedené údaje od obyvateľov SR (klienti boli aj z iných okresov), ktoré bude možné v budúcnosti vyhodnotiť. Ďalšie pozitívum je, že už evidujú klientov, ktorí mali v rámci výjazdu vyšetrené vybrané parametre a už sa prihlásili do PCOaPZ na riadne vyšetrenie.“

Košice

V Košiciach boli zriadené 3 meracie miesta v hypermarkete Tesco, obchodnom dome Tesco a v OC Optima, za participácie nasledovných partnerov:

- Akadémia vzdelávania, pobočka Košice – Mgr. Michaela Brenwasserová,
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva – MUDr. M. Kožárová, Mgr. M. Holovková, H. Semanová, DAHE, A. Zajacová, Bc., I. Šmídeková, M. Fabianová, DAHE, Mgr. S. Gregová,
- partnerské spoločnosti: Bayer, Servier, Rajo,
- Stredná zdravotnícka škola, Moyzesova ul. – Mgr. Viera Honishová, PaedDr. Viera Rusinková, riaditeľka,
- Stredná zdravotnícka škola, Kukučínova ul. – Dr. Dluhošová,
- Športové gymnázium – Mgr. Erika Žillová.

AV Košice, Mgr. Michaela Brenwasserová: „Aktivitu hodnotíme ako veľmi prospešnú, návštevnosť bola vysoká, spätná väzba výborná. Naším hosťom bol bývalý minister zdravotníctva MUDr. Richard Raši, ktorý sa zúčastnil celej akcie a aktívne meral tlak, čo zúčastnení hodnotili pozitívne. Meral sa krvný tlak, cholesterol, BMI, váha, obvod pása, zisťovanie závislosti od fajčenia. Počet zúčastnených: 46 mužov a 63 žien, spolu 109 účastníkov.



Svetový deň srdca v Košiciach.

Prítomné médiá: STV – regionálne spravodajstvo, TV NAŠA – regionálna televízia, Rádio KISS, TV Technickej univerzity v KE. Partnermi podujatia boli: RÚVZ (poskytli 1 lekárku a 3 sestry), Stredná zdravotnícka škola Moyzesova poskytla 11 študentov, ktorí informovali obyvateľov Košíc o danej aktivite v uliciach mesta a Stredná zdravotnícka škola Kukučínova poskytla 4 študentky, ktoré informovali o danej aktivite priamo v obchodnom centre Optima. Študentské hliadky zdravia oslovili v meste Košice 380 okoloidúcich. Edukačné aktivity pre študentov stredných škôl, zamerané na prevenciu proti fajčeniu a zdravý životný štýl sme realizovali v spolupráci s RÚVZ na stredných školách: Osemročné športové gymnázium, Tr. SNP v Košiciach a Osemročné maďarské gymnázium, Kuzmányho 6 v Košiciach.“

Levice

V Leviciach bolo zriadené 1 meracie miesto v hypermarkete Tesco, za spoluúčasti nasledovných partnerov:

- Akadémia vzdelávania, pobočka Levice – Yvona Kmeťová,
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva – MUDr. Dana Čechová, Ľubica Daubnerová, Andrea Havettová, Alžbeta Moravská,
- Gymnázium Andreja Vrábla – PhDr. Silvia Gunišová,
- Stredná odborná škola L. Bielika – Mgr. Vojtech Lohyňa.



Svetový deň srdca v Leviciach.

AV Levice, Yvona Kmeťová: „Cieľom akcie bolo oboznámiť ľudí s celosvetovým dňom srdca, s kardiovaskulárnymi ochoreniami, merať TK, cholesterol. Akcia z nášho hľadiska prebehla veľmi dobre, záujem o meranie bol veľký. Hliadky zdravia v uliciach rozdali všetky propagačné materiály, taktiež do dotazníkov zapísali potrebné údaje od občanov, ktorí boli ochotní spolupracovať. Hliadky zdravia zhodnotili svoje pôsobenie v uliciach kladne, našli sa však aj občania, ktorí boli odmietaví a nemali záujem o informácie.“

Gymnázium Andreja Vrábľa, Levice, PhDr. Silvia Gunišová: „Z našej školy sa zúčastnilo 6 študentov, pracovali a postupovali podľa logistiky, ktorú im predstavila Akadémia vzdelávania v Leviciach. Na základe rozhovorov so študentmi možno skonštatovať, že počas vyplňania dotazníkov v uliciach mali dobré skúsenosti s verejnosťou, v prvom rade sprostredovali akciu aj medzi svojimi príbuznými. Sami sa dozvedeli niektoré zaujímavé informácie, ktoré v budúcnosti určite využijú.“

Liptovský Mikuláš

V Liptovskom Mikuláši bolo zriadené 1 meracie miesto v hypermarkete Tesco za participácie týchto partnerov:

- Akadémia vzdelávania, Liptovský Mikuláš – Mgr. Zuzana Babicová,



Svetový deň srdca v Liptovskom Mikuláši.

- Regionálny úrad verejného zdravotníctva – MUDr. Ľubica Benková, Mgr. Monika Švandová,
- partnerské spoločnosti: Rajo,
- Stredná zdravotnícka škola – PhDr. Helena Straková.

AV Liptovský Mikuláš, Mgr. Zuzana Babicová: „Dňa 24. 9. 2010 organizovali pracovníci pobočky Akadémie vzdelávania Liptovský Mikuláš v spolupráci s pracovníkmi Oddelenia podpory zdravia RÚVZ so sídlom v Liptovskom Mikuláši aktivitu zameranú na prevenciu kardiovaskulárnych chorôb. Ďalším partnerom v projekte bola Stredná zdravotnícka škola v Liptovskom Mikuláši, ktorej študenti širili informácie o tejto akcii v priestoroch hypermarketu a v centre mesta Liptovský Mikuláš. Pracovníci RÚVZ za pomoci študentov SZŠ a pracovníkov AV vykonávali merania tlaku, cholesterolu, merania obvodu pásu a na základe zistených výsledkov individuálne konzultovali zdravotný stav s účastníkmi merania. Môžeme konštatovať veľký záujem o túto akciu zo strany obyvateľstva, ako aj spokojnosť organizátorov s jej priebehom.“

Stredná zdravotnícka škola Liptovský Mikuláš, PhDr. Helena Straková: „10 žiakov SZŠ dostalo inštrukcie od Dr. Strakovej o akcii spolu s materiálmi pár dní vopred a žiaci si doplnili informácie tiež z internetu. Akcia začala pred Akadémiou vzdelávania úvodnými pokynmi a rozdelením žiakov do stanovišť o 9,30 hod. 6 žiakov podávalo informácie v meste, 2 žiačky boli pri Tescu a 2 pomáhali pri meraní hodnôt v Tescu. Pri akcii boli žiačky veľmi aktívne, slušné, s dobrou komunikačnou zručnosťou. Označené boli nálepkou na bielom tričku, rozdali všetok dodaný materiál. Spolupráca s lekárkou v Tescu bola výborná a žiaduca, keďže bolo veľa ľudí na meranie. Škola zabezpečila tlakomery a fonendoskopy. Žiaci boli k dispozícii do konca akcie. Pre žiačky našej školy to bola nová pozitívna skúsenosť a sú ochotné ďalej spolupracovať.“

Lučenec

V Lučenci boli zriadené 3 meracie miesta v Hypermarkete Tesco, v obchodnom dome Prior a v priestoroch RÚVZ, za participácie nasledovných partnerov:

- Akadémia vzdelávania, pobočka Lučenec – Mgr. Ján Belko,
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva – MUDr. Ján Lupták, Mgr. Andrea Feteríková, Bc. Alica Gubániová,
- partnerské spoločnosti: Rajo,
- Stredná zdravotnícka škola – Mgr. Mária Pápaiová.

AV Lučenec, Mgr. Ján Belko: „Akcia prebehla v súlade so schváleným zámerom. SZŠ Lučenec zabezpečila 4 študentky, ktoré pôsobili v 2 hliadkach zdravia pod dozorom Mgr. Pápaiovej. Celkovo oslovili 211 občanov. Hliadky pôsobili v spolupráci s lekárnou Dr. Max v okolí OD PRIOR a v spolupráci s Ekolekárnou v priestoroch TESCO Lučenec. V RÚVZ Lučenec – oddelenie zdravotnej výchovy sa uskutočnilo meranie tlaku a cholesterolu, taktiež sa tam vykonávala edukačná činnosť.“

RÚVZ Lučenec, MUDr. Ján Lupták, vedúci oddelenia zdravotnej výchovy: „V rámci kampane MOST 2010 RÚVZ so sídlom v Lučenci priebeg Svetového dňa srdca zabezpečil nasledovne: Oddelenie zdravotnej výchovy v spolupráci s Akadémiou vzdelávania v Lučenci zabezpečili priamo v poradni zdravia meranie jednotlivých parametrov: tlaku krvi, % telesného tuku, BMI, cholesterolu, spojené s odborným poradenstvom a distribúciou edukačného materiálu (Môj diár, Deň srdca a kartičky zdravého života). V rámci dňa D sme vyšetřili 37 klientov a v znamení Svetového dňa srdca sa realizujú aj ďalšie aktivity v priebehu nasledujúceho týždňa. Cieľom akcie bolo upozorniť širokú verejnosť na základné rizikové faktory srdcovo-cievnych ochorení: vysoký krvný tlak, fajčenie, vysoký cholesterol, nedostatok fyzickej aktivity, nesprávne stravovacie návyky, obezita, stres. Ohlasy z meraní boli priaznivé, klienti túto aktivitu vnímali veľmi pozitívne.“

Stredná zdravotnícka škola Lučenec, Mgr. Mária Pápaiová: „Kampane MOST sa zúčastnili dve hliadky pozostávajúce z dvoch študentov. Hliadky boli označené symbolmi Kódu zdravého života. Oslovovali okoloidúcich a poskytovali im informácie o kóde zdravého života, po vysvetlení získavali údaje do dotazníka. Súčasťou akcie bolo aj meranie TK a rozdávanie informačného materiálu – srdiečok, kartičiek a letákov. Občanom odporúčali navštíviť miesta merania hladiny cholesterolu. Študenti sa stretávali so záujmom občanov, vládla pohoda a akcii prialo aj pekné počasie. Spolupráca s Akadémiou vzdelávania bola na výbornej úrovni – príprava akcie, návšteva hliadok, fotografovanie. AV zabezpečila odvoz študentov na vybrané stanovišťa. Sme radi, že sme ako budúci zdravotníci mohli prispieť k zvyšovaniu zdravotného uvedomenia širokej verejnosti, tým že sme informovali obyvateľov o Kóde zdravého života a rizikách kardiovaskulárnych ochorení.“

Martin

V Martine boli zriadené 3 meracie miesta v hypermarkete Tesco, v priestoroch Akadémie vzdelávania, na pešej zóne za participácie nasledovných partnerov:

- Akadémia vzdelávania, pobočka Martin – Helena Bačiaková,
- partnerské spoločnosti: Rajo,
- Gymnázium V. P. Tótha – Ing. Marián Štefko.

AV Martin, Helena Bačiaková: „Študentské hliadky uskutočňovali prieskum na základe jednoduchých otázok, odpovede zaznamenávali do kontrolných hárkov a zároveň informovali, čo je Kód zdravého života a samotný projekt MOST; odovzdávali propagačné materiály. Na otázky študentských hliadok odpovedalo 239 občanov, meraní sa zúčastnilo 106 ľudí. Na základe zbežnej štatistiky sme zistili, že ľudia sú v podstate veľmi dobre informovaní o našej akcii a poznajú svoj zdravotný stav, zároveň sa zaujímali aj o kontrolné merania.“

Michalovce

V Michalovciach boli zriadené 2 meracie miesta na pešej zóne pred obchodným domom DODO a v hypermarkete Tesco (Lekáreň Dr. Max) za participácie nasledovných partnerov:

- Akadémia vzdelávania, pobočka Michalovce – Mgr. Jarmila Kurdilová,
- Obchodná akadémia – Mgr. Vlasta Semanová.



Svetový deň srdca v Martine.



MOST

MESIAC O SRDCOVÝCH TĚMACH



Svetový deň srdca v Michalovciach.

AV Michalovce, Mgr. Jarmila Kurdilová: „Celkový priebeh akcie môžeme zhodnotiť ako pokojný a úspešný. Hlavné stanovište bolo na pešej zóne (kde sa koncentruje najviac ľudí) pred obchodným domom DODO v Michalovciach. Na tomto mieste bol zabezpečený odborný zdravotnícky personál – zdravotná sestra, ktorá vykonávala meranie krvného tlaku a meranie obsahu cholesterolu v krvi záujemcov. Počas dňa bolo v meste prítomných 5 hliadok zdravia, ktoré tvorili študenti Obchodnej akadémie v Michalovciach. Jedna hliadka pozostávala z dvoch študentov, pričom úlohou každej hliadky bolo vyplnenie dotazníka s okoloidúcimi občanmi, oboznámiť ich s Kódom zdravého života a následne ich nasmerovať na hlavné stanovište k odmeraniu krvného tlaku a cholesterolu v krvi. Študenti občanom počas akcie lepili na viditeľné miesto odevu symbol „Dňa srdca“ - malé červené srdiečko a venovali im aj kartičku s Kódom zdravého života. Mali sme dostatok záujemcov o meranie hore uvedených parametrov. Záujem zo strany občanov bol aktívny a priebežný počas trvania celej akcie MOST 2010. Podstatnú časť vyšetrených tvorili dôchodcovia, ktorí k nej pristupovali s veľkým záujmom a ochotou. Druhú skupinu tvorili matky na materskej dovolenke a študenti. Počas akcie MOST bola zabezpečená aj propagácia Akadémie vzdelávania pobočka Michalovce. Zúčastneným boli rozdávané propagačné materiály so širokou paletou ponúkaných vzdelávacích aktivít Akadémie vzdelávania, ako



Svetový deň srdca v Nitre.

aj kupóny so zľavou na jazykové kurzy, ktoré Akadémia vzdelávania realizuje. Celkovo sa meraní na hlavnom stanovišti aktívne zúčastnilo 113 záujemcov. Celú akciu „Dňa srdca“ – MOST 2010 môžeme zhodnotiť ako veľmi úspešnú po organizačnej stránke, ako aj po stránke záujmu širokej verejnosti.“

Nitra

V Nitre bolo zriadených 5 meracích miest v hypermarkete Tesco, v obchodnom dome Tesco, v priestoroch Mestského úradu a SPU Nitra, za aktívnej spoluúčasti nasledovných partnerov:

- Akadémia vzdelávania, pobočka Nitra – Mgr. Miroslav Halmo, riaditeľ pobočky,
- partnerské spoločnosti: Bayer, Servier, Rajo,
- Mestský úrad, referát Zdravé mesto – Daniela Barbaričová,
- Katedra ošetrovateľstva na Fakulte sociálnych vied a zdravotníctva UKF v Nitre – PhDr. Alica Slamková,
- Stredná zdravotnícka škola – PhDr. Regina Sládečková, Mgr. Magdaléna Roháčová.

AV Nitra, Mgr. Miroslav Halmo: „V spolupráci s PhDr. Alicou Slamkovou a študentov z Katedry ošetrovateľstva na Fakulte sociálnych vied a zdravot-

níctva UKF v Nitre a PhDr. Reginou Sládečkovou, Mgr. Magdalénou Roháčovou a študentmi zo Strednej zdravotníckej školy v Nitre, sme dňa 24. 9. 2010 usporiadali kampaň MOST 2010 s cieľom informovať verejnosť o jej zdravotnom stave a o rizikách a prevencii srdcovo-cievnych chorôb. Celkove sme v uliciach Nitre bezplatne zmerali tlak, cholesterol, hodnotu CO v dychu, či dali cenné rady ohľadom zdravotného stavu a zdravého životného štýlu približne 160 občanom na troch meracích miestach. Z Mestského úradu nám pri zabezpečovaní meracích miest veľmi pomohla Daniela Barbaričová z referátu Zdravé mesto a PhDr. Alica Slamková. V našom meste, ako v jednom z mála slovenských miest, si vďaka MUDr. Danielovi Paulovičovi mohli dať občania tiež bezplatne zmerať hodnotu CO v dychu. Kampaň podľa môjho názoru splnila svoj hlavný cieľ a bola úspešná aj z pohľadu počtu oslovených občanov, či zrealizovaných meraní. Rád by som preto tiež vyzdvihol nemalé úsilie a čas, ktoré zabezpečovaniu celého projektu v našom meste venovali moje kolegyně z Akadémie vzdelávania Mgr. Agáta Štoselová, Lýdia Zaujecová a naša lektorka PhDr. Emília Gregušová.“

Nové Zámky

V Nových Zámkoch bolo zriadené 1 meracie miesto v priestoroch Akadémie vzdelávania v centre mesta za spoluúčasti týchto partnerov:

MOST

MESIAC O SRDCOVÝCH TĚMACH



Svetový deň srdca v Nových Zámkoch.

- Akadémia vzdelávania, pobočka Nové Zámky – Ing. Július Micháč – riaditeľ pobočky, Oľga Godányová,
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva – Ingrid Kianeková, Alena Fógelová,
- Stredná zdravotnícka škola – PhDr. Monika Jankechová, RNDr. Darina Kárvayová – riaditeľka.

AV Nové Zámky, Ing. Július Micháč: *„Cieľom bolo zapojiť do našej akcie čo najviac občanov. Trojčlenná hliadka pozostávajúca zo študentov Strednej zdravotníckej školy v Nových Zámkoch kontaktovala občanov na ulici v centre mesta pred budovou AV. Vykonal sa 67 meraní, dotazník študentov obsahuje 79 záznamov. V učebni AV 2 pracovníčky Regionálneho úradu verejného zdravotníctva merali cholesterol, urobilo sa 45 meraní. Celkový priebeh celej akcie je možné hodnotiť veľmi pozitívne.“*

Poprad

V Poprade boli zriadené 2 meracie miesta v hypermarkete Tesco a v priestoroch Strednej priemyselnej školy za participácie nasledovných partnerov:

- Akadémia vzdelávania, pobočka Poprad – Ing. Beáta Greňová,
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva – Anna Jochmanová, Mária Václavová,
- partnerské spoločnosti: Rajo,
- Stredná priemyselná škola – Mgr. Miroslava Demrová,
- Stredná zdravotnícka škola – PhDr. T. Paulíková,
- Obchodná akadémia – Mgr. Yveta Lajčaková.

AV Poprad, Ing. Beáta Greňová: *„Cieľom kampane MOST 2010 bolo informovanie občanov o rizikových faktoroch kardiovaskulárnych ochorení. Mali možnosť v tento deň dať si zmerať krvný tlak a hladinu cholesterolu v krvi. Do kampane boli zapojené tri stredné školy, ktoré nám poskytli študentov na hliadky a na merania. V meste Poprad sme mali 6 hliadok, ktoré tvorili dobrovoľní študenti z SPŠ a OA v Poprade a 2 meracie miesta, na ktorých boli študenti zo SZŠ a pracovníčky RÚVZ Poprad. Kampaň a merania prebiehali bez problémov, jediným nedostatkom bolo malé množstvo pridelených cholesterolových prúžkov a práve o zmeranie cholesterolu bol veľký záujem. Navštívila nás aj televízia Poprad, príspevok uverejnili 24. 9. 2010 už vo večernom vysielaní.“*

V rámci rozšírenia tejto kampane sme sa dňa 25. 9. 2010 zúčastnili akcie – Beliansky turistický pochod, ktorú organizovalo mesto Spišská Belá

a Sanatórium Tatranská kotlina. Cieľom bolo informovať účastníkov pochodu o rizikových faktoroch KVO + meranie krvného tlaku. Zaujímavosťou bolo, že účastníci pochodu si merali tlak pred turistickým výstupom do Belianskych Tatier a skontrolovali si ho po výstupe.”

Počet zúčastnených pracovníkov a študentov:

- hliadky 16 osôb
- merania SZŠ 6 osôb
- merania RÚVZ 2 osoby
- organizácia AV 5 osôb
- Beliansky turistický pochod 6 osôb.

SPŠ Poprad, Karolína Cardosoová, študentka: „Väčšina ľudí prejavila záujem s úsmevom na tvári, ale našli sa aj takí, ktorí keď nás videli, radšej rýchlo utiekli. Stretli sme aj anglicky hovoriaceho športovca, ktorý nám s radosťou odpovedal.“

SPŠ Poprad, Jaroslav Brejčák, študent: „Počet zúčastnených bol veľký, väčšinou dôchodcovia. Veľa mladých ľudí nevedelo o svojom tlaku a o cholesterole nič.“

Považská Bystrica, Púchov

V Považskej Bystrici a v Púchove boli spolu zriadené 3 meracie miesta pred ÚPSVaR v Považskej Bystrici a v hypermarkete Tesco Považská Bystrica a Púchov, na ktorých participovali nasledovní partneri:

- Akadémia vzdelávania, pobočka Považská Bystrica – Mgr. Martina Jakubičková,
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva, Považská Bystrica – MUDr. D. Hlušková – vedúca OPZ, Bc. S. Balušíková, A. Hôrecká,
- partnerské spoločnosti: Rajo,
- Stredná zdravotnícka škola, Považská Bystrica – PhDr. Mária Jandová.

RÚVZ Považská Bystrica, MUDr. D. Hlušková: „Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Považskej Bystrici, oddelenie Podpory zdravia, v spolupráci s Akadémiou vzdelávania, pobočka Považská Bystrica, Strednou zdravotníckou školou v Považskej Bystrici zrealizoval pri príležitosti Svetového dňa srdca nasledujúce aktivity dňa 24. 9. 2010

• v Považskej Bystrici pred Úradom práce, sociálnych vecí a rodiny uskutočnil meranie tlaku krvi a poskytoval odborné poradenstvo. Aktivitu využilo 105 záujemcov. Namerané hodnoty malo v norme 72,38% respondentov, zvýšené hodnoty v kategórii hypertenzia I.-III. stupňa boli namerané

u 27,62% respondentov. Pri analýze dotazníkov, ktoré zrealizovali hliadky zložené zo študentov SZŠ v Považskej Bystrici sme zistili, že 71,43% opýtaných, vo vekovom rozpätí 17-70 rokov, (z toho 95,24% opýtaných bolo vo vekovom rozpätí od 17-55 rokov) nepoznalo hodnoty svojho krvného tlaku, 73,81% nepoznalo hodnotu optimálneho tlaku, 100,00% nepoznalo hodnotu svojho cholesterolu, 100,00% nepoznalo hodnotu normálneho cholesterolu a 85,71% vykonáva nedostatočnú alebo žiadnu pohybovú aktivitu. Zo 42 odpovedajúcich respondentov bolo 28,57% študentov, 64,7% zamestnaných, 4,76% nezamestnaných a 2,38% dôchodcov. Na ankete sa zúčastnilo 21 mužov (50%) a 21 žien (50%).

- v Považskej Bystrici v priestoroch hypermarketu Tesco uskutočnil meranie tlaku krvi a poskytol odborné poradenstvo. Aktivitu využilo 62 záujemcov. namerané hodnoty malo v norme 53,23% respondentov, zvýšené hodnoty v kategórii hypertenzia I.-III. stupňa boli namerané u 46,77% respondentov.

- v Púchove v priestoroch hypermarketu Tesco uskutočnil meranie tlaku krvi a poskytoval odborné poradenstvo. Aktivitu využilo 51 záujemcov. Namerané hodnoty malo v norme 27,45% respondentov, zvýšené hodnoty v kategórii hypertenzia I.-III. stupňa boli namerané u 72,55% respondentov.

- celkovo v územnom obvode RÚVZ so sídlom v Považskej Bystrici (okres Považská Bystrica, Púchov a Ilava) bolo vyšetrených 218 osôb.

- pre potreby uvedených aktivít bol zhotovený názorný panel venovaný problematike rizík a prevencii srdcovo-cievnych ochorení, cholesterolu a jeho vplyvu na organizmus, projektu MOST a Kódu zdravého života. Panel vzbudil vo verejnosti veľký záujem. Potešiteľná bola aj skutočnosť, že sa pri ňom zastavilo veľa ľudí v produktívnom veku.

- v rámci medializácie bol poskytnutý rozhovor pre regionálnu televíziu – iTV Považská Bystrica, odvysielaný pod názvom „Deň srdca“. Rozhovor poskytli pracovníčka RÚVZ so sídlom v Považskej Bystrici, pracovníčka AV, pobočka Považská Bystrica a študentky SZŠ v Považskej Bystrici.“

Prešov

V Prešove boli zriadené 4 meracie miesta v priestoroch AV Prešov, v hypermarkete Tesco, Tesco-Vukov a v obchodnom dome Tesco za participácie nasledovných partnerov:

- Akadémia vzdelávania, pobočka Prešov – Ing. Mária Gergelčíková,
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva – Mgr. Libová, Juhaščíková, PhDr. Devečková,
- partnerské spoločnosti: Servier, Novartis, Rajo,
- Stredná zdravotnícka škola – Mgr. Erika Provázková, Mgr. Böszörményiová,

- Gymnázium, Konštantínova 2 – Mgr. Katarína Kukoľová,
- SOŠ obchodu a služieb – Mgr. Jarmila Samoľová.

AV Prešov, Ing. Mária Gergelčíková: „Cieľom akcie bola edukácia občanov, ako mladých tak aj starších, o najdôležitejších rizikových faktoroch kardiovaskulárnych ochorení. Akadémia vzdelávania pobočka Prešov počas kampane MOST 2010 spolupracovala s RÚVZ Prešov a 3 strednými školami: Stredná zdravotnícka škola, SOŠ obchodu a služieb a Gymnázium Konštantínova 2. Kampaň sa robila na 2 meracích miestach a to: Akadémia vzdelávania, Nám. Legionárov 5, Prešov, Tesco Vukov, Volgogradská 7, Prešov.

Na stanovišti AV bol meraný aj cholesterol pracovníčkami RÚVZ, tlak a ostatné údaje boli zisťované študentkami SZŠ a dotazníky vyplňali študenti gymnázia. O meranie cholesterolu bol veľmi veľký záujem, zároveň aj s vypísaním základných údajov od občanov nebol žiaden problém. Tesco Vukov – na tomto stanovišti pracovníčka RÚVZ podrobne informovala o KVO a študentky SZŠ vykonávali merania. Dotazníky vyplňali študenti SOŠ obchodu a služieb.

Kampaň mala pokojný priebeh a bola prínosom pre všetkých zúčastnených.“

Stredná zdravotnícka škola Prešov, Mgr. Erika Provázková: „Akcie MOST sa zúčastnilo 16 študentov a dve učiteľky SZŠ v Prešove. Žiaci sa na pridelených stanovištiach striedali v pravidelných časových odstupoch podľa vopred vypracovaného harmonogramu. Počas trvania kampane na oboch stanovištiach sa nevyskytli žiadne problémy či nedostatky, ohlasy od zúčastnených ľudí boli veľmi pozitívne. Jedinou pripomienkou od klientov na stanovišti Tesco Vukov bolo chýbajúce meranie hladiny cholesterolu v krvi.

Ďakujeme, že sme sa mohli zúčastniť takejto krásnej a ušľachtilej akcie a tešíme sa na ďalšiu spoluprácu.“

Stredná zdravotnícka škola Prešov, Mgr. Böszörményiová: „Na podujatí sa zúčastnili žiaci 3.C triedy, boli podelení podľa časového harmonogramu (každá dvojica po 1,5 hodine). Spolu sa zapojilo 6 žiakov. Merali TK a pulz a zároveň kládli otázky, potrebné pre vypísanie základných údajov od ľudí, zúčastnených na tejto akcii. Celé podujatie sa nieslo vo veľmi dobrej atmosfére. Ľudia sa zastavovali, pýtali sa o akú akciu ide, načo sú potrebné údaje. Každý z opýtaných spolupracoval bez akýchkoľvek problémov. Takéto podujatie je prínosom pre žiakov nielen zdravotníckych škôl, ale aj pre žiakov, kde je potrebná komunikácia a prístup k ľuďom. Tešíme sa

aj na ďalšie takéto akcie, dúfajme, že počasie bude prijateľné, ako to bolo v piatok, lebo aj to je polovica úspechu.“

SOŠ obchodu a služieb Prešov, Mgr. Jarmila Samoľová: „Z našej školy sa akcie zúčastnilo 8 študentov, ktorí boli vopred oboznámení s podmienkami spolupráce, prešli sme spôsoby komunikácie, vystupovania a prezentácie vlastného ja na verejnosti. Podľa vyjadrení študentov bola táto akcia veľmi úspešná, podnetná a zaujímavá pre bežného občana, pretože sa týkala zdravia človeka. Študenti pracovali v skupinkách podľa pokynov organizátorov. Počas akcie sa nevyskytli žiadne problémy ani rušivé momenty, práve naopak, od občanov boli zaznamenané len pozitívne reakcie. Tešíme sa na ďalšiu spoluprácu a pomoc pri takýchto akciách.“

Prievidza

V Prievidzi bolo zriadené 1 meracie miesto za aktívnej participácie nasledovných partnerov:

- Akadémia vzdelávania, pobočka Prievidza – Mgr. Jana Šimová,
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva, Bojnice – MUDr. Miroslava Štovčíková, Adriana Gálisová,
- partnerské spoločnosti: Rajo,
- Gymnázium V. B. Nedožerského, Prievidza – PhDr. Eva Homolová.



Svetový deň srdca v Prievidzi.

AV Prievidza, Mgr. Jana Šimová: „Počas Dňa srdca boli zrealizované merania tlaku krvi a cholesterolu a poskytované odborné poradenstvo všetkým záujemcom, ktorí sa dostavili do nákupného centra Tesco. Na meranie prichádzali študentami – hliadkami oslovení obyvatelia nielen okresu Prievidza, ktorých študentky oslovili na vybraných stanovištiach. Vybranými lokalitami boli priestory UNIKLINIKY, okolie nákupného centra Tesco, Kaufland, novootváraného obchodného centra KORZO ako aj Námestie slobody v centre mesta. Meranie cholesterolu realizovala sestrička Adriana Gálisová, následne MUDr. Miroslava Štovčíková odobrala osobnú a rodinnú anamnézu, zmerala krvný tlak a stanovila somatometrické parametre. Podľa dosiahnutých výsledkov poskytla individuálne poradenstvo zamerané na objasnenie zdravotných rizík a na prípadnú zmenu životného štýlu.

Priestory zabezpečené vedením obchodného centra Tesco Prievidza nezodpovedali celkom požiadavkám tejto akcie – meracie miesto malo byť umiestnené v strede prechodnej zóny, čo by narúšalo intimitu počas rozhovoru s klientom a jeho vyšetrenia. Našli sme však podporu zo strany pracovníkov Lekárne HARMÓNIA, sídliacej v obchodnej zóne nákupného centra. Tým sa podarilo aspoň sčasti vytvoriť podmienky vhodné na diskusiu o individuálnych zdravotných problémoch vyšetřovaných. Za túto nezištnú pomoc im patrí naše veľké poďakovanie.

Partneri:

- lekárka MUDr. Miroslava Štovčíková (RÚVZ Bojnice)
- sestrička Adriana Gálisová (RÚVZ Bojnice)
- študenti Gymnázia V. B. Nedožerského Prievidza
- zamestnanci Lekárne HARMÓNIA Prievidza
- nákupné centrum TESCO Prievidza“.

Rimavská Sobota

V Rimavskej Sobote bolo zriadené 1 meracie miesto v Lekárni Salvator za participácie nasledovných partnerov:

- Akadémia vzdelávania, pobočka Rimavská Sobota – PhDr. Ľubica Poláková, Bc. Michaela Janská,
- partnerské spoločnosti: SLeK, FaF UK,
- Obchodná akadémia – Mgr. Katarína Mattyašovská.

AV Rimavská Sobota, Bc. Michaela Janská: „Naša pobočka v spolupráci so zamestnancami lekárne Salvator Rimavská Sobota zabezpečovala realizáciu dobrovoľného merania krvného tlaku, cholesterolu, obvodu pásu a iné merania vytipované občanmi. Účelom tejto akcie bolo zmapovanie situácie výskytu KVO ochorení v našom meste. Naša pobočka taktiež

spolupracovala s Obchodnou akadémiou v Rimavskej Sobote, ktorá zabezpečila štyri študentky do hliadok. Hliadky sa pohybovali v rôznych vzdialenostiach od meracieho miesta a poskytovali informácie o Kóde zdravého života. Usmerňovali občanov, ktorí prejavili záujem o dobrovoľné merania rizikových parametrov k meracím miestam. Celkovo sa akcie zúčastnilo 149 občanov nášho mesta a blízkeho okolia.“

Rožňava

V Rožňave bolo zriadené 1 meracie miesto v hypermarkete Tesco za participácie nasledovných partnerov:

- Akadémia vzdelávania, pobočka Rimavská Sobota – PhDr. Ľubica Poláková, Bc. Michaela Janská,
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva, Rožňava,
- Gymnázium P. J. Šafárika – PhDr. Alica Rihošková,
- Stredná zdravotnícka škola – MUDr. Katarína Kopecká.

Gymnázium P. J. Šafárika Rožňava, Zuzana Hroncová, študentka: „Som rada, že za všetkých študentov, ktorí sa tohto podujatia zúčastnili, môžem povedať, že táto akcia sa vydarila. Boli sme príjemne prekvapené, ako ľudia pozitívne reagovali a radi si nás vypočuli. So žiadnou neprijemnosťou sme sa nestretli. Samozrejme, že nás nezaskočilo, keď si na nás niekto nenašiel



Svetový deň srdca v Rimavskej Sobote a Rožňave.

chvílku a ďalej sme s úsmevom na tvári rozďávali užitočné rady o zdravom srdci. V mene všetkých hliadok ďakujeme za pekný a zdravý deň.“

Senica

V Senici bolo zriadené 1 meracie miesto v nákupnom centre Kaufland za participácie nasledovných partnerov:

- Akadémia vzdelávania, pobočka Senica – riaditeľka pobočky Ing. Elena Gažová, Alena Hulková,
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva,
- Stredná zdravotnícka škola Skalica,
- Gymnázium L. Novomeského, Senica – Miroslava Gergelová.

AV Senica, Alena Hulková: *„Akcja sa začala o 9,00 h sústredením študentov na sekretariáte AV. Boli vybavení materiálmi potrebnými na zber údajov v uliciach (kartičky, letáky, srdiečka). Spolu s lekárkou, zdravotnou sestrou a farmaceutkou z RÚVZ sme sa presunuli na meracie miesto vopred pripravené, označené propagačnými materiálmi. Merania sa zúčastnilo 55 občanov. Veľký záujem o svoj zdravotný stav bol najmä zo strany seniorov. V uliciach oslovlili študenti 242 občanov, ktorým boli odovzdané kartičky, srdiečka a letáky. Akcia mala vydarený priebeh.“*

Sereď

V Sereďi bolo zriadené 1 meracie miesto pred obchodným domom Jednota za participácie nasledovných partnerov:

- Obchodná akadémia Sereď – PaedDr. Mariana Kamenská, trieda 2. E.

„Počúvajte svoje srdce, počúvajte svojím srdcom...“

„Motto, ktorým sa riadili 24. 9. 2010 študenti Obchodnej akadémie v Sereďi, keď sa prihovárali v posledný septembrový piatok okoloidúcim v meste. Sympatické dvojčlenné zdravotné hliadky vysvetľovali počas Dňa srdca ochotným počúvajúcim kód zdravého života (0-30-5-120-80) – toto číslo mali študenti na červených tričkách.“

Študenti sa stretli s rôznymi reakciami. Niektorí oslovení mali menej času a chuti porozprávať sa o zdravom živote, ale 935 ochotných ľudí prištaviť sa svedčí o veľkom záujme zo strany spoluobčanov. Všetci dostali za ochotu červené srdiečka a kartičku s ďalšími potrebnými informáciami. Mladí ľudia oslovených zároveň posielali pred OD Jednota, kde si mohli záujemcovia dať zmerať cholesterol, tlak krvi a fúknutím do respirátora sa presvedčiť o „prefajčenosti“ svojich pľúc.“

V stánku pred OD Jednota sa tvoril rad už od rána. Najväčší záujem bol o meranie cholesterolu. Ľudia boli trpezliví a ochotní čakať na zmeranie cholesterolu dlhší čas. Žiaľ, vyhodnotenie výsledkov prístrojom z kvapky krvi trvá 5 min. a po určitom čase si musí prístroj „oddýchnuť“, takže od 10.00 – 17.00 (tolko trvalo podujatie) sa podarilo vyhovieť 100 spoluobčanom. Niektorí sa utvrdili o svojich dobrých stravovacích návykoch, iní boli nemilo prekvapení nameranými hodnotami svojho cholesterolu a zafajčených pľúc.

Zmena životného štýlu prinesie každému, pokiaľ tak urobí, výrazné benefity, ktoré sa prejavia menším počtom infarktov, mozgových porážok a bypasov, ale aj výrazne lepšou kvalitou života.

Milým návštevníkom, ktorý sa prišiel dobrovoľníkom – študentom z Obchodnej akadémie poďakovať za ochotu a svoj voľný čas venovaný občanom Serede, bol pán viceprimátor Peter Rampášek. I keď bol pracovne zaneprázdnený, po dlhšom prehováraní si nechal otestovať pľúca, zmerať tlak krvi a cholesterol.

Poďakovanie patrí predovšetkým PaedDr. Mariane Kamenskej, učiteľke z OA Sereď, zdravotnej sestre Elene Loveckej a celej 2. E triede za nezištnú pomoc a ochotu zúčastniť sa na projekte. Ako sme už spomenuli, oficiálne merania trvali pred OD Jednota od 10.00 – 17. 00, ale príprava stánkov, pracovného materiálu bola v ten deň už od 7.30 a večer bolo samozrejme potrebné všetko poupratovať a poodvážať. Za pomoc s odvozom ďakujeme pánovi Vladimírovi Domarackému. Takže sme sa večer síce unavení, ale spokojní mohli rozísť o 19. 00 hod. A práve dobrý pocit dobrovoľníkov bol motívom zapojenia sa do takého projektu, ktorého snahou je zlepšiť povedomie občanov o potrebe starať sa o svoje zdravie.

Názory študentov a účastníkov podujatia sú zaujímavé:

- Niekedy prejdú dlhé týždne a my si ani neuvedomujeme, že nám v hrudi bije srdiečko. Pracuje dlhé a dlhé roky bez bateriek. Hotové perpetuum mobile, že? To, že ho máme a aké je pre nás dôležité, si uvedomíme, až keď začneme mať s ním nejaké problémy...
- Ďakujeme študentom z OA, mladí ľudia a sú ochotní pomáhať, neváhajú stráviť celý deň šírením dobrých informácií...
- Takéto akcie by mali byť častejšie...
- Škoda, že nemôžete mať viac prístrojov na meranie cholesterolu, zišlo by sa merať aj cukor a tuky.
- len keby bolo v Seredi viac takýchto ochotných ľudí...
- Minulý rok ste mi pri meraní zistili vysoký cholesterol. Nevedela som o tom, vďaka vám som išla k lekáre a začala som užívať lieky. Možno ste mi predĺžili život...

- *Sme vďační, že sme sa mohli aj tento rok zúčastniť na tomto dni...*
- *Je to zaujímavé, ľudia boli k nám tento rok milší. Nestretli sme sa s takým niečím, ako to bolo minulý rok, že by nás ľudia odmietali so slovami: „Dajte pokoj, zas pýtate peniaze...“Ba práve naopak, niektorí nás sami pristavovali a chceli vyplniť dotazníky. Len jedna žena nás odmietla so slovami, že nemá čas...Ostatní boli milí...*
- *Pri rozdávaní poradových čísel na meranie cholesterolu, pretože o toto meranie bol najväčší záujem, sme posielali starších ľudí, aby si išli sadnúť na lavičky. Oni však odvetili, že im to nevedí, že si vďačne počkajú...*
- *Veru som sa zľakol, keď mi prístroj, do ktorého som fúkal, začal pípať. Dievčatá mi vysvetlili, že mi hrozí otrava... Mal by som s tou závislosťou niečo urobiť. Je to ťažké...*
- *Ďakujeme Slovenskej nadácii srdca a dobrovoľníkom za možnosť bezplatne si zmerať krvný tlak, cholesterol, ale hlavne otestovať pľúca, veľa mladých ľudí zistilo, že by naozaj mali prestať s fajčením...*
- *A vy? Aký je Váš životný štýl?“*

Spišská Nová Ves

V Spišskej Novej Vsi bolo zriadené 1 meracie miesto v priestoroch Akadémie vzdelávania za aktívnej účasti nasledovných partnerov:

- Akadémia vzdelávania, pobočka Spišská Nová Ves – Ing. Marta Sásiková, Ing. Janka Brziaková,
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva – MUDr. P. Mišenda, T. Merderiová, DAHE, M. Vlačáková, AHS,
- Stredná odborná škola – Ing. Vasil Kolesár.

AV Spišská Nová Ves, Ing. Marta Sásiková: *Kontaktné miesto bolo priamo v priestoroch Akadémie vzdelávania, pobočka Spišská Nová Ves, na Zimnej ulici č. 48 (je to miesto priamo na námestí, čím bola zabezpečená jednoduchá dostupnosť všetkých občanov, hlavne starších vekových skupín). Kontaktné miesto bolo označené plagátmi.*

Akciu po stránke odbornomo-medicínskej zabezpečoval RÚVZ v Spišskej Novej Vsi – lekár a dve zdravotné sestry + 36 študentky ako asistencie. 9 študentov zabezpečovalo propagáciu priamo na námestí medzi občanmi. Materiálno-technické zabezpečenie a občertvenie všetkých zúčastnených zabezpečovali 4 zamestnanci AV, pobočka Spišská Nová Ves.

Ponúkané služby pri akcii MOST využili občania starších vekových skupín, ocenili možnosť dať si zhodnotiť svoj zdravotný stav bezplatne. Na meracom mieste boli zrealizované merania pre viac ako 50 občanov. Vzhľadom na to, že najväčší záujem bol o meranie cholesterolu a mali

sme k dispozícii len 50 cholesterolových prúžkov, nebolo možné uspokojiť všetkých.

Propagáciu v teréne – priamo na námestí zabezpečovali študenti, oslovovali občanov a podávali im základné informácie o Dni srdca a o Kóde zdravého života. Každý oslovený občan dostal kartičku zdravého života a bol nasmerovaný na kontaktné miesto.

Akcia mala u občanov priaznivý ohlas, vnímajú ju veľmi pozitívne, bolo by však potrebné, aby sa tejto akcie zúčastnili aj tí, ktorí sú zamestnaní a tiež patria do rizikovej skupiny – v budúcnosti by sa mohlo zriadiť odberné miesto priamo u zamestnávateľa.“

SOŠ Spišská Nová Ves, Ing. Vasil Kolesár: „Akadémia vzdelávania, pobočka Spišská Nová Ves oslovila do spolupráce pri kampani MOST 2010 Strednú odbornú školu, Markušovská cesta 4, Spišská Nová Ves. Do kampane bolo zapojených 9 študentov, ktorých úlohou bolo v uliciach a na námestí v Spišskej Novej Vsi propagovať Svetový deň srdca. Študenti oslovovali občanov a podávali im základné informácie o Dni srdca a o Kóde zdravého života. Každý oslovený občan dostal kartičku zdravého života a bol nasmerovaný na kontaktné miesto. Uvedená aktivita mala pre študentov veľký význam, pretože mladí ľudia sa dozvedeli o zdravotných problémoch,



Svetový deň srdca v Spišskej Novej Vsi.

MOST

MESIAČ O SRDCOVÝCH TĚMACH

ktoré trápia dnešnú civilizáciu a majú tak možnosť sa už v mladom veku chrániť pred nevhodným životným štýlom. Akcia mala u občanov priaznivý ohlas, vnímajú túto akciu veľmi pozitívne.“

Topoľčany

V Topoľčanoch bolo zriadené 1 meracie miesto v Dome kultúry za participácie nasledovných partnerov:

- Akadémia vzdelávania, pobočka Topoľčany – Ing. Emília Zvalová – výkonná riaditeľka,
- Stredná zdravotnícka škola sv. Vincenta de Paul – Mgr. Marta Marková,
- Gymnázium Topoľčany – Eva Kúdelová,
- MUDr. Milada Harineková, sestra Mária Trenčanská.

AV Topoľčany, Ing. Emília Zvalová: *„Hlavným cieľom akcie bolo informovať verejnosť o závažnosti kardiovaskulárnych ochorení a možnostiach ich prevencie. Zrealizovali sa:*

1. *Prednáška na tému „Úlohy výživy v prevencii kardiovaskulárnych ochorení“.*
2. *Merania.*
3. *Anketa k uvedenej problematike.*

Na akcii sa podieľalo aj mesto Topoľčany a veľa iných firiem a organizácií. O propagačný materiál prejavili veľký záujem najmä deti zo škôl, kartičky s kódom zdravého života ocenili aj dospelí.“

Trebišov

V Trebišove bolo zriadené 1 meracie miesto v hypermarkete Tesco, na ktorom participovali nasledovní partneri:

- Akadémia vzdelávania, pobočka Trebišov – PhDr. Ľudmila Sobeková,
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva – MUDr. T. Konevičová,
- Obchodná akadémia – Ing. Marcela Rabatinová,
- CSOŠ.

AV Trebišov, PhDr. Ľudmila Sobeková: *„Deň srdca 24. 9. 2010 bol organizovaný podľa pokynov a v spolupráci s RÚVZ v Trebišove. Meracie miesto bolo umiestnené v pasáži hypermarketu Tesco. Od 10,00 do 17,00 sa meral krvný tlak, cholesterol, obvod pásu a pracovníci RÚVZ poskytli odborné poradenstvo. Merania boli realizované zamestnancami RÚVZ v Trebišove. Vedúca oddelenia MUDr. T. Konevičová z RÚVZ spolu so svojim tímom s nami veľmi dobre spolupracovala pri príprave a priebehu celej akcie. Študentské hliadky oslovili okoloidúcich a rozdali im kartičky a letáky a 242 občanov*

im odpovedalo na otázky v dotazníku. Celá akcia, cieľom ktorej bolo edukovať občanov v oblasti prevencie srdcovo-cievnych ochorení a poskytnúť im možnosť merania zdarma, bola dobre zorganizovaná. Ohlasy na túto akciu boli z radov občanov pozitívne.“

Trenčín

V Trenčíne boli zriadené 4 meracie miesta v priestoroch Trenčianskej univerzity, hypermarkete Tesco, v priestoroch Klientskeho centra Mestského úradu a v priestoroch pobočky Akadémie vzdelávania, na ktorých participovali nasledovní partneri:

- Akadémia vzdelávania, pobočka Trenčín – Mgr. Ján Pristaš, Zuzana Koníčková,
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva – MUDr. Dobiášová, Mgr. Bašová, Špániková,
- partnerské spoločnosti: Rajo,
- Trenčianska univerzita A. Dubčeka,
- Stredná zdravotnícka škola – PhDr. Dagmar Mikušová.

AV Trenčín, Zuzana Koníčková: *„Akadémia vzdelávania, pobočka Trenčín vo svojich priestoroch na Komenského ulici č. 5 v Trenčíne zorganizovala už 4. ročník kampane MOST. Túto kampaň nám po všetky ročníky pomáha personálne zabezpečiť Stredná zdravotnícka škola Trenčín. Už druhýkrát sa k nám pridal aj Regionálny úrad verejného zdravotníctva v Trenčíne. Akcia bola zameraná na meranie krvného tlaku, pulzu, výpočtu BMI a poradenstvo v prevencii kardiovaskulárnych chorôb. Všetkým odmeraným boli odovzdané kartičky s Kódom zdravého života a propagačné materiály kampane. Študenti oslovovali okoloidúch a obyvateľov okolitých domov s otázkami dotazníka a následne ich posielali na meracie miesto. Každému oslovenému nalepili srdiečko s logom kampane.“*

Trnava

V Trnave boli zriadené 2 meracie miesta v priestoroch Akadémie vzdelávania a v hypermarkete Tesco za participácie nasledovných partnerov:

- Akadémia vzdelávania, pobočka Trnava – PaedDr. M. Hloben, CSC – riaditeľ pobočky,
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva – MUDr. V. Damin, Mgr. A. Šimorová, V. Horváthová, I. Martinková,
- partnerské spoločnosti: Bayer, Rajo,
- Stredná zdravotnícka škola – Mgr. Zuzana Prelovská,
- Gymnázium J. Hollého – Mgr. Sylvia Slobodová.

AV Trnava, PaedDr. M. Hloben, CSc.: „24. 9. 2010 v čase od 9,30 do 16,00 hod. sa uskutočnil v priestoroch pobočky AV Trnava Deň srdca v rámci kampane MOST 2010. Za spolupráce s 3 pracovníkmi RÚVZ Trnava a 2 študentkami SZŠ Trnava sme realizovali bezplatné merania tlaku krvi, cholesterolu, indexu tuku a BMI pre návštevníkov. Každému účastníkovi bolo zároveň na základe odmeraných hodnôt lekárom poskytnuté poradenstvo k zdravému spôsobu výživy a prevencii pred kardiovaskulárnymi ochoreniami. Na túto tému sme usporiadali aj prednášku pre cieľovú skupinu trnavských seniorov (25 účastníkov), ktorá sa stretla s veľmi pozitívnym ohlasom. Účasť zabezpečila pobočka Jednoty dôchodcov Slovenska v Trnave. Počas dňa sme celkovo vyšetrili 76 občanov. Bohužiaľ, už okolo 13,30 sa minuli cholesterolové príružky, čo nám spôsobilo určité nepríjemnosti, pretože viacerí občania prišli na túto akciu práve kvôli odmeraniu hodnôt cholesterolu a fakt, že sa príružky už minuli, sa nestretol vždy s pochopením. Situáciu sme riešili tak, že týchto záujemcov sme posielali do RÚVZ, kde prebiehali paralelné merania. Ukazuje sa, že do budúcnosti bude potrebné zabezpečiť viac balení cholesterolových príružkov, keďže ľudia prejavovali najväčší záujem práve o túto hodnotu.“

Veľkou pomocou boli 4 študentské hliadky v uliciach (SZŠ Trnava a Gymnázium J. Hollého Trnava), ktorí oslovili cca 320 občanov, vyplňali dotazníky, odovzdávali letáky a kartičky zdravého života a navigovali ich na meracie miesto v pobočke AV. Pri oslovovaní občanov sa však stretávali aj s ich nepochopením, vyhybaním sa a s neochotou spolupracovať, čo študentov dosť znechucovalo.“

SZŠ Trnava, Dominika Ondrišová, študentka 3.B: „24. 9. 2010 som sa zúčastnila na akcii Deň srdca. Táto akcia bola zameraná na prevenciu kardiovaskulárných ochorení. V Akadémii vzdelávania sme dostali dotazníky a prospekty MOST-a. Potom sme sa vybrali do mesta oslovovať občanov a položiť im anketové otázky, ktoré sa týkali ich zdravia. Povedali sme im, kde si môžu nechať zmerať hodnoty tlaku, cholesterolu a BMI. Bolo dobré, že táto akcia bola spomínaná v médiách a ľudia o nej dopredu vedeli. Niektorí ľudia nás v meste sami vyhľadali a pýtali sa, kde sú meracie miesta. Niektorí sa o svoje zdravie zaujímali menej, keď sme im povedali, že si môžu dať zmerať tlak a cholesterol, povedali že na to nemajú čas a odmietli odpovedať na anketové otázky. Veľa oslovených ľudí nepoznalo hodnoty svojho tlaku a cholesterolu, ani ich optimálne hodnoty. Niektorých to ani nezaujímalo a na naše otázky odpovedali neochotne. Ľudia si mysleli, že ide o zbierku a ignorovali nás. Našli sa aj takí, čo boli na nás nepríjemní. Tento deň sa vydaril celkom dobre. Som rada, že sú u nás takéto akcie, pretože pomáhajú informovať ľudí a prinútiť ich začať sa zaujímať o svoje zdravie.“

Gymnázium J. Hollého, Dominika Štrbiková, Veronika Gubiová, študentky: „Postrehy z akcie MOST 2010:

- *myslíme, že akcia splnila svoj účel, aby informovala ľudí, pretože podľa ankety sú málo informovaní a týka sa to každej vekovej skupiny, ale hlavne mladých,*
- *občania boli akciou nadšení, celkom ochotne nám odpovedali na anketové otázky a najväčší záujem bol o meranie tlaku a cholesterolu,*
- *akcia mala perfektnú reklamu, ľudia o nej vedeli hlavne z rádia, TV a novín,*
- *obidve sme boli akciou potešené, aj záujmom ľudí. Tým, že v budúcnosti sa chceme venovať medicíne, bola toto pre nás príjemná a užitočná skúsenosť.“*

Veľký Krtíš

Vo Veľkom Krtíši bolo zriadené 1 meracie miesto na Námestí Škultétyho za participácie nasledovných partnerov:

- Akadémia vzdelávania, pobočka Veľký Krtíš – Alena Janovičová – riaditeľka pobočky,
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva – MUDr. Slávka Ďurišová – riaditeľka, MUDr. Janka Adamová, Bc. Zdenka Kováčová, Zlatica Folťánová,



Svetový deň srdca vo Veľkom Krtíši.

- Gymnázium A. H. Škultétyho – Mgr. Miroslava Čopová,
- Stredná odborná škola – Mgr. Jozef Cuper.

AV Veľký Krtíš, Alena Janovičová: „Cieľom kampane bolo prostredníctvom študentských hliadok a rozdaných propagačných materiálov oboznámiť širokú verejnosť o rizikách kardiovaskulárnych ochorení a hlavne prebudiť v nich záujem o svoje zdravie.“

Celý priebeh akcie považujeme za vydarený. Meracie miesto sme umiestnili v centre mesta a tri študentské hliadky sa pohybovali na najfrekventovanejších uliciach a pri nákupných centrách. Pomáhali nám študenti z Gymnázia A. H. Škultétyho Veľký Krtíš a zo Strednej odbornej školy Veľký Krtíš. K informovanosti obyvateľov mesta prispela aj odvysielaná správa o prebiehajúcej kampani v mestskom rozhlasе.

Naše postrehy:

- viac ako ¾ opýtaných boli ochotní študentom odpovedať na položené otázky,
- väčšina z nich nepoznala hodnoty svojho tlaku krvi a cholesterolu,
- na meracie miesto prichádzali prevažne ľudia nad 50 rokov veku, mladých bolo málo,
- záujem o svoje zdravie mali viac ženy ako muži.

Na meracom mieste sa takmer nezastavili pracovníčky Poradne zdravia z Regionálneho úradu verejného zdravotníctva vo Veľkom Krtíši – MUDr. Janka Adamová, Zlatica Foltánová a Bc. Zdenka Kováčová. Za spoluprácu a ochotu im patrí poďakovanie.“

Vranov nad Topľou

Vo Vranove nad Topľou boli zriadené 2 meracie miesta v hypermarkete Tesco a v budove pošty za participácie nasledovných partnerov:

- Akadémia vzdelávania, pobočka Vranov nad Topľou – PhDr. Gabriela Lacušová – riaditeľka pobočky,
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva – MUDr. K. Pižemová, V. Dzurjaninová, A. Kianková,
- Gymnázium Vranov nad Topľou – RNDr. Želmíra Bertová.

AV Vranov nad Topľou, PhDr. Gabriela Lacušová: „V rámci celoslovenskej kampane MOST 2010 – tradične v spolupráci s RÚVZ Vranov nad Topľou a prvýkrát s Gymnázium vo Vranove sme zrealizovali tri aktivity

1. meranie tlaku (23. 9. – budova pošty, 24. 9. – Tesco Vranov),
2. osvetovú kampaň v meste – študenti gymnázia rozdávali propagačné materiály k uvedenej akcii,

3. 2 x dotazníky – študenti náhodným okoloidúcim v meste a asistentky pri meracích miestach.

Samotná kampaň prebiehala bez rušivých momentov, početne sme prekonalí minulý rok.“

Zvolen

Vo Zvolene boli zriadené 4 meracie miesta v priestoroch Technickej univerzity Zvolen, na Gymnázium Ľ. Štúra Zvolen, v lekární Eukalyptus a „lieťajúca skupina“ Zvolen vykonávala merania na pobočke AV, ŽSR, SFK. Na kampani participovali nasledovní partneri:

- Akadémia vzdelávania, pobočka Zvolen – Ing. Ján Štubňa – riaditeľ pobočky,
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva – MUDr. Margaréta Launrová, MUDr. Juraj Tesár, Mgr. Iveta Gondášová, Mgr. Emília Revajová, Magdaléna Sedláková, Alena Klimová, Katarína Sekerášová,
- Gymnázium Ľudovíta Štúra – Mgr. Viera Bónová,
- Stredná odborná škola zdravotnícka – Mgr. Jozef Vallašek – riaditeľ, Mgr. Danica Gondová, PhDr. Anna Kamenická.

AV Zvolen, Ing. Ján Štubňa: „Deň srdca rámci kampane MOST organizovala pobočka Akadémie vzdelávania vo Zvolene. Spolupracovali:



Svetový deň srdca vo Zvolene.



Svetový deň srdca vo Zvolene.

1. Stredná odborná škola vo Zvolene, J. Kozačeka 4, 960 01 Zvolen, 25 študentov, Mgr. Jozef Vallašek , riaditeľ školy,
2. Gymnázium Ľudovíta Štúra vo Zvolene, Hronská 1467/3, 960 01 Zvolen, 5 študentov, Mgr. Viera Bónová, profesorka,
3. Gymnázium Detva, Štúrova 849, 962 12 Detva, 2 študenti, Mgr. Barбора Turbeková, riaditeľka,
4. Mestský úrad Detva, J. G. Tajovského 7, 962 12 Detva, Mgr. Bohuslav Ilavský, vedúci oddelenia,
5. Zdravotné sestry: Mgr. Emília Ostrihoňová, Mgr. Silvia Kóňová,
6. Lekárneň Dr. Max, Hronská ul. Zvolen,
7. Lekárneň Eukalyptus, Námestie SNP, Zvolen,
8. Technická univerzita vo Zvolene,
9. Železnice SR, regionálne riaditeľstvo vo Zvolene,
10. Správa finančnej kontroly vo Zvolene.

Celkom sa akcie zúčastnili 2 zdravotné sestry, 2 zamestnanci Akadémie vzdelávania, 32 študentov. Bolo vykonaných 500 meraní krvného tlaku a dotazníkom bolo zachytených 641 respondentov. Veľký záujem bol o zistenie hladiny cholesterolu, čo sme nemohli vykonávať, keďže sme nemali prístrojové vybavenie.“

Žiar nad Hronom

V Žiari nad Hronom boli zriadené 2 meracie miesta v hypermarkete Tesco a na Gymnázium Milana Rúfusa a v Žarnovici bolo 1 meracie miesto v priestoroch SOŠ, na ktorých participovali nasledovní partneri:

- Akadémia vzdelávania, Žiar nad Hronom – PhDr. Dušan Gréger,
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva – MUDr. Košťánová, M. Malatincová, A. Kubíková, E. Búryová, M. Kollárová,
- partnerské spoločnosti: Rajo,
- Gymnázium Milana Rúfusa, Žiar nad Hronom – Mgr. Monika Findriková,
- Stredná odborná škola Žarnovica – Ing. Gabriela Zeleňáková.

AV Žiar nad Hronom, PhDr. Dušan Gréger: „V uvedený deň sme zabezpečovali priebeh kampane MOST za súčinnosti pracovníkov RÚVZ v Žiari nad Hronom pred Tescom. Meral sa tu tlak, cholesterol a tuk. Bolo vykonaných cca 45 meraní cholesterolu, cca 70 meraní tlaku a cca 65 meraní tuku. Na školách sa aktivity realizovali pod dozorom pedagogických zamestnancov. Meral sa najmä krvný tlak.“

SOŠ, Bystrická 4, Žarnovica, Ing. Gabriela Zeleňáková: „Akcie sa zúčastnilo 10 študentov a 3 pedagogickí pracovníci. Dve skupiny boli priamo v meste a jedna skupina v škole. Akcia mala pozitívne odozvy. Krvný tlak sme merali len v budove školy.

Časový priebeh:

- 8,00 h. – stretnutie študentov v škole, oboznámenie o priebehu akcie, odovzdanie materiálov
- 9,00 h. – začiatok kampane priamo na SOŠ v Žarnovici medzi žiakmi a pracovníkmi školy
- 15,00 h. – ukončenie kampane, odovzdanie dotazníkov kontaktnej osobe.“

Žilina

V Žiline boli zriadené 2 meracie miesta v hypermarkete Tesco a v Altánku Sad SNP za aktívnej participácie nasledovných partnerov:

- Akadémia vzdelávania, pobočka Žilina – PaedDr. Danica Lauková, Mária Nováková
- Regionálny úrad verejného zdravotníctva – MUDr. M. Pálenicová, MUDr. E. Gašparová, PhDr. Alena Fialová,
- partnerské spoločnosti: Servier, Rajo,
- Stredná zdravotnícka škola – PhDr. Ľubomíra Tudíková, PhDr. Gabriela Horváthová, Mgr. Mariana Mičiaková.

AV Žilina, Mária Nováková: „Akcia prebiehala na oficiálnom meracom mieste v Žiline Altánok Sad SNP pri starom Tescu. Musíme konštatovať, že sa v dňoch 16. – 17. 9. 2010 v Žiline konali „Žilinské dni zdravia“, ktoré boli zamerané na meranie krvného tlaku, tuku, cholesterolu, odborné poradenstvo v oblasti zdravia a zdravého životného štýlu, preto sa 24. 9. 2010 zúčastnilo len malé množstvo ľudí – t.j. 61. Ako aj v minulých rokoch, veľký záujem bol o meranie cholesterolu a ľudia ocenili bezplatné vyšetrenie, bez zbytočného čakania u lekára. Veľmi dobrú prácu odvedli študentky SZŠ v Žiline v uliciach mesta, kde sa im podarilo zozbierať pomerne veľké množstvo informácií do dotazníkov, rozdávali letáky, malé srdiečka a kartičky s Kódom zdravého života. Na akcii sa zúčastnila aj pracovníčka RÚVZ Žilina PhDr. Alena Fialová z oddelenia podpory zdravia. V prípade, že sa akcia bude konať aj v budúcnosti, Stredná zdravotnícka škola v Žiline aj Regionálny úrad verejného zdravotníctva v Žiline prisľúbili už teraz pomoc a účasť na podujatí MOST 2011.“

Stredná zdravotnícka škola, Hlboká cesta 23, Žilina, PhDr. Ľubomíra Tudíková: „Študentky Strednej zdravotníckej školy (13) sa zúčastnili kampane MOST 2010 – Svetový deň srdca. Vytvorili sme 5 hliadok, ktoré sa rozišli do mesta Žilina. Jednotlivé hliadky oslovovali okoloidúcich s ponukou poskytnutia informácie o Kóde zdravého života. Toto číslo mali študenti na nálepke srdiečka na hrudníku, zároveň bolo uvedené aj na kartičkách, ktoré rozdávali. Po vysvetlení Kódu zdravého života a po podaní informácií, študenti sa pýtali okoloidúcich niekoľko jednoduchých otázok. Odpovede zapisovali do dotazníka, po odpovedaní dali každému jednu kartičku zdravého života, nalepili na odev občana malé srdiečko s profilom ženy vo vnútri, odovzdávali tiež leták, kde boli informácie o rizikových faktoroch i Slovenskej nadácii srdca. Zároveň informovali, že v altánku pri nákupnom stredisku Tesco je hliadka zdravia, kde si môžu nechať odmerať tlak krvi a cholesterol. Keďže o tieto služby bol veľký záujem, odporúčam pre skvalitnenie a rýchlejšie vyšetrenie do budúcnosti poskytnúť viac prístrojov na meranie cholesterolu, taktiež indikačných prúžkov, ihiel, pretože sme všetkým občanom nemohli vyhovieť. Študentky si účasťou na tejto zaujímavej kampani rozšírili svoje skúsenosti s prácou s verejnosťou, pracovali prakticky so všetkými vekovými skupinami. Naša škola vyjadřila ochotu spolupracovať i na budúci rok.“

Deň srdca v lekárňach

Prostredníctvom lekární, ich majiteľov a zamestnancov, ktorí vykonávali merania v lekárňach sa Deň srdca priblížil aj obyvateľom menších okresných miest, mestečiek a obcí.

Deň srdca v lekárňach sa konal pod záštitou dekana Farmaceutickej fakulty UK (FaF UK) v Bratislave prof. PharmDr. Jána Kyseloviča, PhD., s organizačnou pomocou prodektanky doc. RNDr. Ingrid Tumovej, CSc., podporou prezidenta Slovenskej lekárskej komory (SLeK) PharmDr. Jána Valjana, organizačnou výpomocou člena Prezídia SLeK PharmDr. Petra Stanka a spoluautora projektu Vaše srdce PharmDr. Petra Matejku, PhD.

Lekárne sa do kampane MOST 2010 podľa svojich dispozičných a personálnych možností zapojili najmä meraním tlaku krvi a poradenstvom o zdravom životnom štýle, ale mnohé tiež meraním hladiny glukózy, celkového cholesterolu a triglyceridov z kvapky kapilárnej krvi, na ktoré majú potrebné prístrojové vybavenie. Lekárnici si vo väčšine prípadov pochvaľovali záujem a informovanosť verejnosti o akcii a obdržané propagačné materiály. Mnohí lekárnici vo svojich lekárňach vykonávajú tieto merania celoročne pod záštitou projektu Vaše srdce, ktorý je spoločným projektom FaF UK a SLeK, a tak bolo pre nich prirodzené a automatické sa aj prostredníctvom kampane MOST 2010 priblížiť svojim zákazníkom. Celkovo sa do Dňa srdca prihlásilo 184 lekární z celého Slovenska. Množstvo lekárníkov vyjadrilo svoje postrehy z meraní, je ich možné zhrnúť nasledovne:

- kampaň MOST 2010 mala lepšiu propagáciu u obyvateľstva,
 - bol väčší záujem o merania zo strany občanov,
 - občania sa živo zaujímali o svoje výsledky a prípadnú nápravu pri nepriaznivých hodnotách,
 - pozitívna odozva na dodané propagačné materiály,
 - v rámci možností akciu zopakovať viackrát v roku.
- Z množstva doručených správ uvádzame tie najvýstižnejšie:

Lekárň Signum, Spišská Nová Ves, PharmDr. Daniela Filippová: „Ako lekárnik vo verejnej lekárni sa aktívne zapájam do projektu Vaše srdce organizovaného FaF UK a SLeK a teraz už niekoľko rokov podporujem projekt MOST. Počas Dňa srdca 2010 sme v lekárni Signum merali záujemcom krvný tlak na tlakomeroch OMRON M6, merali cholesterol a glukózu metódou schválenou v rámci projektu Vaše srdce. Počas akcie sa prihlásilo 44 záujemcov o meranie tlaku a 15 záujemcovia chceli merať biochemické parametre. Tým, ktorí boli o projekte vopred oboznámení a prišli nalačno, sme merali aj hladinu glukózy v krvi.“

Lekárň Pod manderlom, Bratislava, Mgr. Adriana Bitterová: „Meraní sa zúčastnili dobrovoľní zákazníci, ktorí mali hlavne záujem o meranie krvného tlaku, cholesterolu, triglyceridov, glukózy, niektorí i množstva tuku. Zistené výsledky ukazujú na zvýšený záujem pacientov o takéto vyšetrenia a na potrebu neustáleho zvyšovania zdravotného uvedomenia obyvateľstva. Jednoduché a rýchle merania uvedených parametrov v spojení s odborným poradenstvom prispievajú k prevencii vzniku a rozvoja aterosklerózy – najrozšírenejšieho srdcovo-cievneho ochorenia. Dôležité je zlepšiť:

- informovanosť ľudí o liekoch,
- upozorniť na výhody prevencie oproti liečbe,
- presvedčiť ľudí, aby predpísané lieky užívali zodpovedne.

Skríning vyšetrení určujúcich riziko rozvoja aterosklerózy, vrátane poradenstva, robíme na našom pracovisku nielen počas kampane MOST, ale v priebehu celého roka bezplatne, preto je naše informačné centrum žiadaným prvkom v lekárenskej starostlivosti – vyhľadávanie rizikových osôb a ich nasmerovanie na lekárske prehliadky.“

Lekárň Sophia, Cerová, Mgr. Rastislav Fedor: „Pri príležitosti Svetového dňa srdca sa i naša lekárň zapojila do propagácie zdravého životného štýlu a zlepšovania povedomia o kardiovaskulárnych ochoreniach. Pacienti prejavili záujem o meranie krvného tlaku a stanovenie hladiny glukózy v krvi. Najväčší záujem bol však o meranie lipidových zložiek – cholesterolu a triglyceridov. Snažili sme sa edukovať občanov o spojitosti rizikových faktorov ako je fajčenie, diabetes, obvod pásu s rizikom vzniku srdcovo-cievnych chorôb. Zdôrazňovali sme prevenciu kardiovaskulárnych ochorení. Pacienti ocenili zvýšenú starostlivosť, ktorá im bola ponúknutá v tento deň. Taktiež si odnášali domov i pre svojich príbuzných propagačné materiály. Za všetkých pracovníkov lekárne hodnotím, že kampaň v našich podmienkach svoj cieľ splnila.“

Lekárň Monika, Pezinok, Mgr. Šípková: „Cielom tejto akcie bolo osloviť pacientov, aby sa zúčastnili prieskumu a edukácie, podľa nameraných výsledkov ich upozorniť na možné riziká súvisiace s kardiovaskulárnymi ochoreniami. Dávali sme im rady o správnej životospráve a úprave jedálneho lístka, podľa výsledkov. Privítali by sme takéto dni viackrát do roka.“

Lekárň Vitamin, Bratislava, PharmDr. Soňa Farkašová: „Podľa môjho názoru si medzi zdravotníkmi a širokou laickou verejnosťou kampaň získala veľký obdiv a záujem. pripísali jej význam z hľadiska poznania svojho zdravia, ale aj zdravotného stavu spoločnosti. Ľudia sa často zaujímali

o príčinu vzniku cukrovky, zvýšenej hladiny cholesterolu, KVO a spoločne sme hľadali riešenia ich zdravotných problémov a prípadnej zmene životného štýlu. Celú akciu hodnotím ako veľmi prospešnú a úspešnú. Organizátorom patrí môj obdiv a vďaka.“

Lekárň Beatrix, Martin, PhMr. Margita Ondraská: „Akciu hodnotíme pozitívne, záujem verejnosti oproti iným rokom stúpol, čo svedčí o tom, že ľudia sa začínajú viac zaujímať o svoje zdravie. U pacientov, kde sme zistili zvýšené hodnoty, sme odporučili prípravky z alternatívnej medicíny, prípadne návštevu lekára. Celá akcia bola verejnosťou hodnotená pozitívne, regionálna televízia Turiec v ten istý deň priniesla krátku reportáž z priebehu merania biochemických hodnôt.“

Zoznam zapojených lekární je uvedený v prehľadnej tabuľke. (str. 91)



Svetový deň srdca vo lekárnach.

Deň srdca 24. 9. 2010 – kampaň MOST 2010

| č. | Mesto | Umiestnenie | Merania | Partner |
|----|-------------------|---|---------------|------------------|
| 1 | Banská Bystrica | Hypermarket Tesco | TK, CHOL | Bayer |
| 2 | Banská Bystrica | OC Europa | TK | AV |
| 3 | Bardejov | Lekáreň Atrium – ZZ | TK | AV |
| 4 | Bardejov | Lekáreň v Hypernove | TK, CHOL | AV |
| 5 | Bardejov | vestibul Allianz | TK | AV |
| 6 | Bratislava | Akadémia vzdelávania | TK, CHOL | AV |
| 7 | Bratislava | Aupark OC | TK, CHOL | Servier |
| 8 | Bratislava | Eurovea OC – 1.poschodie | TK | Celimed |
| 9 | Bratislava | Fakultná lekáreň (pred Aulou FaF UK) | TK, CHOL | SLeK, FaF UK |
| 10 | Bratislava | Hlavný stan | TK, CHOL, CO | AV |
| 11 | Bratislava | Hypermarket Galleria Tesco | TK, CHOL | Bayer |
| 12 | Bratislava | Hypermarket Tesco | TK, CHOL, GLU | Roche |
| 13 | Bratislava | Hypermarket Tesco | TK, CHOL | Novartis |
| 14 | Bratislava | Obchodný dom Tesco | TK, CHOL | AV |
| 15 | Bratislava | Technopol | TK, CHOL, BMI | RÚVZ Petržalka |
| 16 | Brezno | Štefánikovo námestie | TK | AV |
| 17 | Čadca | Mestský úrad | TK, CHOL | AV |
| 18 | Detva | Mestský úrad | TK | AV |
| 19 | Dolný Kubín | Hypermarket Tesco | TK, CHOL | AV |
| 20 | Dunajská Streda | Hypermarket Tesco | TK, CHOL | AV |
| 21 | Dunajská Streda | Mestský dom kultúry | TK, CHOL, BMI | AV |
| 22 | Galanta | Mestský úrad | | AV |
| 23 | Galanta | Hypermarket Tesco | TK | AV |
| 24 | Humenné | Hypermarket Tesco | TK, CHOL | AV |
| 25 | Komárno | Shopping Center | TK, CHOL | AV |
| 26 | Košice | Hypermarket Tesco | TK, CHOL | Bayer |
| 27 | Košice | Obchodný dom Tesco | TK, CHOL | Servier |
| 28 | Košice | OC Optima | TK, CHOL | AV |
| 29 | Levice | Hypermarket Tesco | TK, CHOL | AV |
| 30 | Liptovský Mikuláš | Hypermarket Tesco | TK, CHOL | AV |
| 31 | Lučenec | Hypermarket Tesco | TK, CHOL | AV, SLeK, FaF UK |
| 32 | Lučenec | OD Prior | TK, CHOL | AV |
| 33 | Lučenec | RÚVZ | TK, CHOL | AV |
| 34 | Martin | Akadémia vzdelávania | TK | AV |
| 35 | Martin | Hypermarket Tesco | TK, CHOL | AV |
| 36 | Martin | Pešia zóna Martin | TK | AV |
| 37 | Michalovce | Mestský úrad | TK, CHOL | AV |
| 38 | Nitra | Hypermarket Tesco | TK, CHOL | Bayer |

Deň srdca 24. 9. 2010 – kampaň MOST 2010 – pokračovanie 1

| č. | Mesto | Umiestnenie | Merania | Partner |
|----|-------------------|------------------------|--------------|------------------|
| 39 | Nitra | Mestský úrad | TK | AV |
| 40 | Nitra | Obchodný dom Tesco | TK, CHOL | Servier |
| 41 | Nitra | SPU Nitra | TK, CHOL | AV |
| 42 | Nové Zámky | Akadémia vzdelávania | TK, CHOL | AV |
| 43 | Poprad | Hypermarket Tesco | TK, CHOL | AV |
| 44 | Poprad | Stredná priem. škola | TK, CHOL | AV |
| 45 | Považská Bystrica | Hypermarket Tesco | TK | AV |
| 46 | Považská Bystrica | ÚPSVaR | TK, CHOL | AV |
| 47 | Prešov | Akadémia vzdelávania | TK, CHOL | AV |
| 48 | Prešov | Hypermarket Tesco | TK, CHOL | Servier |
| 49 | Prešov | Hypermarket Tesco | TK, CHOL | AV |
| 50 | Prešov | Obchodný dom Tesco | TK, CHOL | Novartis |
| 51 | Prievidza | Hypermarket Tesco | TK, CHOL | AV |
| 52 | Púchov | Hypermarket Tesco | TK | AV, SLeK, FaF UK |
| 53 | Rimavská Sobota | Lekáreň Salvator | TK, CHOL | AV, SLeK, FaF UK |
| 54 | Rožňava | Hypermarket Tesco | TK, CHOL | AV |
| 55 | Senica | OD Kaufland | TK, CHOL | AV |
| 56 | Sereď | pred OD Jednota | TK, CHOL, CO | Obch. ak. Sereď |
| 57 | Spišská Nová Ves | Akadémia vzdelávania | TK, CHOL | AV |
| 58 | Topoľčany | Dom kultúry – 22.9. | TK, CHOL | AV |
| 59 | Trebišov | Hypermarket Tesco | TK | AV |
| 60 | Trenčín | Akadémia vzdelávania | TK | AV |
| 61 | Trenčín | Hypermarket Tesco | TK | AV, SLeK, FaF UK |
| 62 | Trenčín | Mestský úrad | TK, CHOL | AV |
| 63 | Trenčín | Trenčianska univerzita | TK | AV |
| 64 | Trnava | Akadémia vzdelávania | TK, CHOL | AV |
| 65 | Trnava | Hypermarket Tesco | TK, CHOL | Bayer |
| 66 | Veľký Krtíš | Nám. Škultétyho | TK, CHOL | AV |
| 67 | Vranov nad Topľou | Hypermarket Tesco | TK, CHOL | AV |
| 68 | Vranov nad Topľou | Pošta – 23.9. | TK, CHOL | AV |
| 69 | Zvolen | Akadémia vzdelávania | TK | AV |
| 70 | Zvolen | Gymnázium L. Štúra | TK | AV |
| 71 | Zvolen | Lekáreň Eukalyptus | TK | AV |
| 72 | Zvolen | Technická univerzita | TK | AV |
| 73 | Žarnovica | Stredná odborná škola | TK | AV |
| 74 | Žiar nad Hronom | Gymnázium M. Rúfusa | TK | AV |
| 75 | Žiar nad Hronom | Hypermarket Tesco | TK, CHOL | AV |
| 76 | Žilina | Hypermarket Tesco | TK, CHOL | Servier, SLeK |
| 77 | Žilina | Sad SNP | TK, CHOL | AV |

Zoznam zúčastnených škôl

| Mesto | Škola | Kontaktná osoba | Počet študentov |
|-------------------|--|--|-----------------|
| Brezno | Gymnázium Jána Chalupku | PhDr. Miroslav Glembek, riaditeľ | 6 |
| Banská Bystrica | SZU, fakulta zdravotníctva | Mgr. Anna Butorová | 3 |
| Bardejov | Obchodná akadémia | Ing. Irena Halecká | 4 |
| Bratislava | Gymnázium, Haanova ul. | Mgr. Jaroslava Zubáková | 4 |
| | Gymnázium A. Einsteina | PhDr. Eva Vrbanová, zástupkyňa riaditeľky, RNDr. Vlasta Kolompárová | 4 |
| | Gymnázium J. Papánka, Vazovova ul. | Mgr. Beáta Miklošová | 11 |
| | SPŠ dopravná, Kvačalova ul. | PaedDr. Viera Horváthová | 15 |
| | SPŠ elektrotechnická, ul.K.Adlera | RNDr. Zuzana Bakošová | 5 |
| | Stredná zdravotnícka škola súkromná OA LIBERTA | Viera Dudová Mgr. Helena Donovalová | 5 2 |
| Čadca | Obchodná akadémia | PaedDr. Gabriela Vrbínarová | 6 |
| Detva | Gymnázium | Mgr. Barbora Turbeková, riaditeľka | 2 |
| Dolný Kubín | Stredná zdravotnícka škola | PaedDr. Peter Takáč, riaditeľ, Mgr. Miloslava Turčinová | 13 |
| Dunajská Streda | Stredná zdravotnícka škola | Mgr. Helena Reháková | 13 |
| Galanta | Gymnázium | | 2 |
| Humenné | Stredná zdravotnícka škola | PhDr. Marcela Griščiková, riaditeľka | 6 |
| Košice | Stredná zdravotnícka škola Moyzesova 17 | PhDr. Viera Rusinková, riaditeľka Mgr. Viera Hönischová, PaedDr. Mária Vasilíková | 12 |
| | Stredná zdravotnícka škola Kukučínova 40 | RNDr. Helena Turisová, riaditeľka PhDr. Valéria Dluhošová, zástupkyňa riaditeľky | 4 |
| Košice | Športové gymnázium | Mgr. Erika Žillová | 36 |
| Levice | Gymnázium Andreja Vrábla | PhDr. Silvia Gunišová | 6 |
| | Stredná odborná škola L.Bielika | Ing. Lívia Jančoková, riaditeľka, Mgr. Vojtech Lohyňa | 4 |
| Liptovský Mikuláš | Stredná zdravotnícka škola | PhDr. Janka Profantová, riaditeľka, PhDr. Helena Straková | 10 |
| Lučenec | Stredná zdravotnícka škola | Mgr. Mária Pápaiová | 4 |
| Martin | Gymnázium V.P.Tótha | Ing. Marián Štefko, riaditeľ | 8 |
| Michalovce | Obchodná akadémia | Mgr. Vlasta Semanová | 10 |

Zoznam zúčastnených škôl – pokračovanie

| Mesto | Škola | Kontaktná osoba | Počet študentov |
|-------------------|---------------------------------|---|-----------------|
| Nitra | Stredná zdravotnícka škola | PhDr. Regina Sládečková, riaditeľka, Mgr. Magdaléna Roháčová | 6 |
| Nové Zámky | UKF, fakulta SvaZ | PhDr. Alica Slamková | 4 |
| | Stredná zdravotnícka škola | RNDr. Darina Karvajová, MPH, riaditeľka, PhDr. Monika Jankechová, PhD. | 3 |
| Poprad | Obchodná akadémia | Mgr. Yveta Lajčáková | 6 |
| | Stredná priemyselná škola | Mgr. Miroslava Damerová | 10 |
| | Stredná zdravotnícka škola | Mgr. Miroslav Bednár, riaditeľ PhDr. Tatiana Pavlíková, zástupca riaditeľa | 6 |
| Považská Bystrica | Stredná zdravotnícka škola | PhDr. Mária Jandová, riaditeľka | 7 |
| Prešov | Gymnázium | Mgr. Katarína Kukoľová | 8 |
| | SOŠ obchodu a služieb | Mgr. Jarmila Samolová | 6 |
| | Stredná zdravotnícka škola | Mgr. Erika Provázková, Mgr. Miriam Böszörményiová | 16 |
| Prievidza | Gymnázium V.B.Nedožerského | PhDr. Eva Homolová, zástupkyňa riaditeľky, Mgr. Marta Lančaričová | 10 |
| Rimavská Sobota | Obchodná akadémia | Mgr. Katarína Mattyašovská, riaditeľka | 4 |
| Rožňava | Gymnázium P.J.Šafárika | PhDr. Alica Rihošeková | 10 |
| | Stredná zdravotnícka škola | MUDr. Katarína Kopecká, PhD., riaditeľka | 10 |
| Senica | Gymnázium Ladislava Novomeského | Mgr. Miroslava Gergelová | 14 |
| Sereď | Obchodná akadémia | PaedDr. Mariana Kamenská, trieda 2.E | 29 |
| Skalica | Stredná zdravotnícka škola | Mgr. Emília Potúčková, riaditeľka, Mgr. Alena Kučerová, vedúca odbornej praxe | 12 |
| Spišská Nová Ves | SOŠ, Markušovská cesta 4 | Ing. Vasif Kolesár, riaditeľ | 9 |
| Topoľčany | Gymnázium | Mgr. Eva Kúdelová | 15 |
| | SZŠ sv. Vincent de Paul | Mgr. Marta Marková, zástupkyňa riaditeľky | 3 |
| Trebišov | Obchodná akadémia | Ing. Marcela Rabatinová, riaditeľka | 6 |
| | CSOŠ | | 6 |
| Trenčín | Stredná zdravotnícka škola | PhDr. Dagmar Mikušová, MPH. | 8 |

Zoznam zúčastnených škôl – pokračovanie

| Mesto | Škola | Kontaktná osoba | Počet študentov |
|-------------------|----------------------------|--|-----------------|
| Trnava | Gymnázium J.Hollého | Mgr. Sylvia Slobodová | 2 |
| | Stredná zdravotnícka škola | Mgr. Zuzana Prelovská | 8 |
| Veľký Krtíš | Gymnázium A.H.Škultétyho | Mgr. Miroslava Čopová | 4 |
| | SOŠ | Mgr. Jozef Cuper, riaditeľ | 2 |
| Vranov nad Topľou | Gymnázium | RNDr. Želmíra Bertová | 10 |
| Zvolen | Gymnázium Ľudovíta Štúra | Mgr. Viera Bónová | 5 |
| | Stredná zdravotnícka škola | Mgr. Jozef Vallašek, riaditeľ, Mgr. Danica Gondová, PhDr. Anna Kamenická | 25 |
| Žarnovica | Stredná odborná škola | Ing. Gabriela Zeleňáková | 10 |
| Žiar nad Hronom | Gymnázium Milana Rúfusa | Ing. Dana Paálová, riaditeľka, Mgr. Monika Findriková | 5 |
| Žilina | Stredná zdravotnícka škola | PhDr. Ľubomíra Tudíková, PhDr. Gabriela Horváthová, Mgr. Mariana Mičiaková | 26 |

Poradne zdravia pri RÚVZ

| RÚVZ | Počet meraní | | | | Zúčastnení odborníci |
|------------------------------------|--------------|------|-----|-------------|---|
| | TK | Pulz | BMI | Cholesterol | |
| Banská Bystrica | 353 | 353 | 284 | 282 | MUDr. Silvia Kontrošová MPH, MUDr. Hana Vrbánová, Mgr. T. Zvalová, D. Konečná, A. Puškárová, Bc. M. Sucháňová, M. Parobeková |
| Bardejov | 179 | 179 | 179 | 60 | MUDr. J. Zbyňovská, J. Mullerová, K. Žigrajová, A. Ribovičová, L. Balaščáková, M. Bilišňanská |
| Bratislava – Petržalka | 137 | 137 | 137 | 53 | MUDr. Zora Gérová CSc., H. Kováčiková |
| Bratislava – Ružinov | 106 | 106 | 106 | 106 | MUDr. A. Béderová, Mgr. Z. Macáková, M. Babinčáková |
| Bratislava – ÚVZ SR Dolný Kubín | 98 | 98 | 90 | 83 | MUDr. A. Cvořová, J. Minichová MUDr. Darína Vasiľová, MPH., Erika Šutá DAHE, Jana Kratochvílová |
| Dunajská Streda | 49 | 49 | 49 | 41 | J. Šoková, V. Egriová, A. Chromeková |
| Galanta | 53 | 53 | 53 | 53 | RNDr. Ela Karkošiaková, Martina Kollárová |
| Humenné | 73 | 73 | 73 | 73 | Mgr. L. Lesňáková, J. Belcáková |
| Komárno | 38 | 38 | | 38 | MUDr. František Molnár, Mgr. Zuzana Izsáková |
| Košice | 118 | 118 | 75 | 168 | MUDr. M. Kožárová, Mgr. M. Holovková, H. Semanová, DAHE, A. Zajacová, Bc. I. Šmídeková, M. Fabianová, DAHE, Mgr. S. Gregová + Iné Parametre |
| Levice | 106 | 106 | 106 | 106 | MUDr. Dana Čechová, Ľubica Daubnerová, Andrea Havettová, Alžbeta Moravská |
| Liptovský Mikuláš | 43 | 43 | | 43 | MUDr. L. Benková, Mgr. M. Švandová |
| Lučenec | 37 | 37 | 37 | 37 | MUDr. Lupták, Gubániová, Mgr. Feteriková |
| Nové zámky | 67 | 67 | 67 | 45 | Fogelová, Kianeková, |
| Poprad | 248 | 248 | 248 | 50 | Anna Jochmanová, Mária Václavová |

Poradne zdravia pri RÚVZ

| RÚVZ | Počet meraní | | | | Zúčastnení odborníci |
|---------------------|--------------|------|-----|--------------|---|
| | TK | Pulz | BMI | Cholesterol | |
| Považská Bystrica | 281 | 281 | | 21 | MUDr. D. Hlušková, vedúca OPZ, Bc. S. Balušiková, Hórecká A. |
| Prešov | 84 | 84 | 84 | 84 | Mgr. Libová, Juhaščiková, PhDr. Devečková + 15vyš. CO COHb |
| Prievidza – Bojnice | | | | | MUDr. Miroslava Štovčíková, Adriana Gálisová |
| Rožňava | 81 | 81 | 81 | 81 | Mgr. Silvia Lengová, Margita Illyesová |
| Senica | 55 | 55 | 55 | 55 | PhDr. Božena Nemravová, Emília Černá |
| Spišská Nová Ves | 103 | 103 | 103 | 103 | MUDr. Mišenda P., Mederiová T. DAHE, Vlčáková M. AHS + iné parametre |
| Stará Ľubovňa | 74 | 74 | 74 | 9 Ch, HDL, G | RDr. Salamonová Mária, Mgr. J. Pekárová, Mgr. V. Zahorjanová |
| Svidník | 30 | 30 | 30 | 30 | Mgr. Edita Podaná a Jana Ufnárová + iné parametre |
| Trebišov | | | | | MUDr. T. Konevičová |
| Trenčín | 90 | 90 | 95 | 95 | MUDr. Dobiášová, Mgr. Bašová, Špániková |
| Trnava | 77 | 77 | 77 | 77 | MUDr. V. Damin, Mgr. A. Šimorová, V. Horváthová, I. Martinková |
| Veľký Krtíš | 80 | 80 | 80 | 64 | MUDr. Adamová, Foltánová, Mgr. Z. Kováčová |
| Vranov nad Topľou | 152 | 152 | | 98 | MUDr. K. Pižemová, V. Dzurjaninová, A. Kianková |
| Zvolen | 71 | 71 | 61 | 61 | Alena Klimová, Mgr. Iveta Gondášová, MUDr. Margareta Launerová, MUDr. Juraj Tesár, Katarína Sekerášová, Mgr. Emília Revajová, Magdaléna Sedláková |
| Žiar nad Hronom | 93 | 93 | 76 | 70 | MUDr. Košťánová, M. Malatincová, A. Kubiková, E. Búryová, M. Kollárová |
| Žilina | 128 | 128 | 128 | 128 | MUDr. Pálenicová M., MUDr. Gašparová E., PhDr. Fialová A. |

Zoznam lekární, ktoré sa zúčastnili na dni D

| č. | Mesto | Umiestnenie | Merania | Partner |
|----|------------------------|---|---------------------------|--------------|
| 1 | Bánovce n/ Bebravou | Lekáreň Lipa | TK, GLU, CHOL, TG | SLeK, FaF UK |
| 2 | Bánovce n/ Bebravou | Lekáreň sv. Kataríny | TK | SLeK, FaF UK |
| 3 | Banská Bystrica | Lekáreň Cardiopharm | TK | SLeK, FaF UK |
| 4 | Banská Bystrica | Lekáreň Dr.Max | TK, BMI, tuk | SLeK, FaF UK |
| 5 | Banská Bystrica | Lekáreň Montana | TK, CHOL, TG | SLeK, FaF UK |
| 6 | Banská Bystrica | Lekáreň Pri prameni | TK | SLeK, FaF UK |
| 7 | Banská Bystrica | Lekáreň U anjela | TK | SLeK, FaF UK |
| 8 | Banská Štiavnica | Lekáreň Helios | TK | SLeK, FaF UK |
| 9 | Bardejov | Lekáreň Atrium | TK | AV |
| 10 | Bardejov | Lekáreň Kamilka | TK, tuk, GLU | SLeK, FaF UK |
| 11 | Bardejov | Lekáreň Dr. Max | TK, CHOL | AV |
| 12 | Bratislava | Fakultná lekáreň (pred Aulou FaF UK) | TK, CHOL | SLeK, FaF UK |
| 13 | Bratislava | Lekáreň Aeskulap | TK | SLeK, FaF UK |
| 14 | Bratislava | Lekáreň Afrodita | TK, BMI, tuk | SLeK, FaF UK |
| 15 | Bratislava | Lekáreň Bacillus | TK, CHOL, TG | SLeK, FaF UK |
| 16 | Bratislava | Lekáreň Bajkalská | TK, GLU, CHOL, TG | SLeK, FaF UK |
| 17 | Bratislava | Lekáreň Balsamum | TK | SLeK, FaF UK |
| 18 | Bratislava | Lekáreň Balzam | TK | SLeK, FaF UK |
| 19 | Bratislava | Lekáreň Centrum Plus | TK, BMI, tuk | SLeK, FaF UK |
| 20 | Bratislava | Lekáreň Clementia | TK | SLeK, FaF UK |
| 21 | Bratislava | Lekáreň Domov zdravia | TK, BMI, %tuku | SLeK, FaF UK |
| 22 | Bratislava | Lekáreň Dr.Max | TK, BMI, tuk | SLeK, FaF UK |
| 23 | Bratislava | Lekáreň Farminova | TK | SLeK, FaF UK |
| 24 | Bratislava | Lekáreň Fialka | TK, GLU, BMI | SLeK, FaF UK |
| 25 | Bratislava | Lekáreň Harmónia | TK, BMI, tuk | SLeK, FaF UK |
| 26 | Bratislava | lekáreň Koloseo | TK, CHOL, TG, GLU, BMI | SLeK, FaF UK |
| 27 | Bratislava | Lekáreň Košická | TK | SLeK, FaF UK |
| 28 | Bratislava | Lekáreň Kramáre | TK, BMI, tuk | SLeK, FaF UK |
| 29 | Bratislava | Lekáreň Kubačova | TK, GLU | SLeK, FaF UK |
| 30 | Bratislava | Lekáreň Liberi | TK, tuk, BMI, GLU, | SLeK, FaF UK |
| 31 | Bratislava | Lekáreň Libra | TK | SLeK, FaF UK |
| 32 | Bratislava | Lekáreň Mandragora | TK, BMI, tuk | SLeK, FaF UK |
| 33 | Bratislava | Lekáreň na Cukrovej | TK | SLeK, FaF UK |
| 34 | Bratislava | Lekáreň Na mýtnej | TK | SLeK, FaF UK |
| 35 | Bratislava | Lekáreň Perseus | TK, BMI, tuk | SLeK, FaF UK |
| 36 | Bratislava | Lekáreň Pharmacy4U | TK, GLU, CHOL | SLeK, FaF UK |

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

| č. | Mesto | Umiestnenie | Merania | Partner |
|----|---------------------|------------------------------|------------------------|--------------|
| 37 | Bratislava | Lekáreň Pilula | TK, GLU, CHOL, TG, BMI | SLeK, FaF UK |
| 38 | Bratislava | Lekáreň Pod manderlom | TK, CHOL, TG, GLU, tuk | SLeK, FaF UK |
| 39 | Bratislava | Lekáreň Podunajské Biskupice | TK | SLeK, FaF UK |
| 40 | Bratislava | Lekáreň Pri radnici | TK | SLeK, FaF UK |
| 41 | Bratislava | Lekáreň Remedia | TK, CHOL, TG, GLU | SLeK, FaF UK |
| 42 | Bratislava | Lekáreň Rubicon | TK, BMI, tuk | SLeK, FaF UK |
| 43 | Bratislava | Lekáreň Signum | TK, CHOL | SLeK, FaF UK |
| 44 | Bratislava | Lekáreň Srdce | TK, CHOL, TG, GLU | SLeK, FaF UK |
| 45 | Bratislava | Lekáreň sv. Alžbety | TK, CHOL | SLeK, FaF UK |
| 46 | Bratislava | Lekáreň Sv.Anny | TK, GLU, CHOL | SLeK, FaF UK |
| 47 | Bratislava | Lekáreň Sympatia | TK, CHOL, TG, GLU | SLeK, FaF UK |
| 48 | Bratislava | Lekáreň Tri veže | TK | SLeK, FaF UK |
| 49 | Bratislava | Lekáreň Vajnory | TK, BMI | SLeK, FaF UK |
| 50 | Bratislava | Lekáreň Vitamin | TK, CHOL, TG, GLU | SLeK, FaF UK |
| 51 | Bratislava | Lekáreň Zelená farmácia | TK | SLeK, FaF UK |
| 52 | Bratislava | Univerzitná lekáreň | TK, GLU, CHOL, TG | SLeK, FaF UK |
| 53 | Brezno | Lekáreň Dr.Max | TK | SLeK, FaF UK |
| 54 | Brezno | Lekáreň Na štadióne | TK | SLeK, FaF UK |
| 55 | Brezová pod Bradlom | Lekáreň Oliwer | TK | SLeK, FaF UK |
| 56 | Budmerice | Lekáreň sv. Marian | TK | SLeK, FaF UK |
| 57 | Cerová | Lekáreň Sophia | TK, CHOL, TG | SLeK, FaF UK |
| 58 | Čadca | Lekáreň Dr.Max | TK | SLeK, FaF UK |
| 59 | Čadca | Lekáreň Argentum | TK, CHOL, BMI, tuk | SLeK, FaF UK |
| 60 | Čadca | Lekáreň Fontána | TK, BMI | SLeK, FaF UK |
| 61 | Čadca | Lekáreň TERNO | TK | SLeK, FaF UK |
| 62 | Častá | Lekáreň Trinitas | TK | SLeK, FaF UK |
| 63 | Dolný Kubín | Lekáreň Brezovec | TK, CHOL, TG | SLeK, FaF UK |
| 64 | Dubnica n. Váhom | Lekáreň Dr.Max | TK | SLeK, FaF UK |
| 65 | Dunajská Streda | Lekáreň Jednorozec | TK, GLU, CHOL | SLeK, FaF UK |
| 66 | Gabčíkovo | Lekáreň Ambrosia | TK, BMI | SLeK, FaF UK |
| 67 | Gbely | Lekáreň Léčivka | TK, CHOL, TG, GLU | SLeK, FaF UK |
| 68 | Gbely | Lekáreň Veronika | TK, BMI, tuk | SLeK, FaF UK |
| 69 | Hlohovec | Lekáreň Actis | TK | SLeK, FaF UK |
| 70 | Hlohovec | Lekáreň Sunpharma | TK | SLeK, FaF UK |
| 71 | Hlohovec | Lekáreň U Sv.Panny Márie | TK | SLeK, FaF UK |
| 72 | Humenné | Lekáreň Mária | TK, tuk | SLeK, FaF UK |

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

| č. | Mesto | Umiestnenie | Merania | Partner |
|-----|--------------------|---------------------------|------------------------|--------------|
| 73 | Chorvátsky Grob | Lekáreň Fawor | TK | SLeK, FaF UK |
| 74 | Kežmarok | Lekáreň Dr.Max | TK, BMI | SLeK, FaF UK |
| 75 | Kolárovo | Lekáreň Pri kostole | TK, GLU, CHOL | SLeK, FaF UK |
| 76 | Komárno | Lekáreň Astra | TK | SLeK, FaF UK |
| 77 | Komárno | Lekáreň ku Svätej Trojici | TK | SLeK, FaF UK |
| 78 | Komárno | Lekáreň Matricaria | TK, CHOL, TG, GLU | SLeK, FaF UK |
| 79 | Komárno | Lekáreň Pri Váhu | TK, CHOL, TG | SLeK, FaF UK |
| 80 | Komjatice | Lekáreň Remedia | TK | SLeK, FaF UK |
| 81 | Košice | Lekáreň Ave | TK | SLeK, FaF UK |
| 82 | Košice | Lekáreň Staromestská | TK, CHOL, TG, BMI | SLeK, FaF UK |
| 83 | Košice | Lekáreň Union Plus | TK, CHOL, TG | SLeK, FaF UK |
| 84 | Košice | Lekáreň VÚSCH | TK | SLeK, FaF UK |
| 85 | Košice | Lekáreň Železničná | TK, BMI, CHOL | SLeK, FaF UK |
| 86 | Krásno nad Kysucou | Lekáreň Anna-Maria | TK, CHOL, TG | SLeK, FaF UK |
| 87 | Krompachy | Lekáreň Salvia | TK | SLeK, FaF UK |
| 88 | Krupina | Lekáreň Camilca | TK | SLeK, FaF UK |
| 89 | Kysucké Nové Mesto | Lekáreň Sv. Lukáša | TK, CHOL, TG | SLeK, FaF UK |
| 90 | Kysucký Lieskovec | Lekáreň Anna-Maria | TK, CHOL, TG | SLeK, FaF UK |
| 91 | Levice | Ekolekaren s.r.o. | TK | SLeK, FaF UK |
| 92 | Levice | Lekáreň Dr.Max | TK | SLeK, FaF UK |
| 93 | Likavka | Lekáreň TÍLIA 3 | TK, tuk, CHOL, TG, GLU | SLeK, FaF UK |
| 94 | Liptovský Hrádok | Lekáreň Na Hradnej | TK, CHOL, TG | SLeK, FaF UK |
| 95 | Liptovský Mikuláš | Lekáreň Avicena | TK | SLeK, FaF UK |
| 96 | Liptovský Mikuláš | Lekáreň Dr.Max | TK | SLeK, FaF UK |
| 97 | Liptovský Mikuláš | lekáreň Podbreziny | TK, CHOL, TG | SLeK, FaF UK |
| 98 | Liptovský Mikuláš | Lekáreň Slnko | TK | SLeK, FaF UK |
| 99 | Lučenec | Ekolekaren s.r.o. | TK | SLeK, FaF UK |
| 100 | Lučenec | Lekáreň Dr.Max | TK, BMI | SLeK, FaF UK |
| 101 | Lučenec | Lekáreň Hviezda | TK | SLeK, FaF UK |
| 102 | Malacky | Lekáreň Dr.Max | TK | SLeK, FaF UK |
| 103 | Malacky | Lekáreň Egi | TK, BMI, tuk | SLeK, FaF UK |
| 104 | Malacky | Lekáreň u sv. Severína | TK, BMI, tuk | SLeK, FaF UK |
| 105 | Martin | Lekáreň Beatrix | TK, CHOL, TG, GLU, BMI | SLeK, FaF UK |
| 106 | Michalovce | Lekáreň Dr.Max | TK | SLeK, FaF UK |
| 107 | Michalovce | Lekáreň Dr.Max | TK | SLeK, FaF UK |
| 108 | Michalovce | Lekáreň Farmacia | TK, BMI | SLeK, FaF UK |
| 109 | Michalovce | Lekáreň Kamilka | TK, tuk, CHOL, TG | SLeK, FaF UK |

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

| č. | Mesto | Umiestnenie | Merania | Partner |
|-----|------------------------|---------------------|---------------------------|------------------|
| 110 | Michalovce | Lekáreň U Apolona | TK, tuk | SLeK, FaF UK |
| 111 | Modra | Lekáreň Salvator | TK, CHOL, TG, BMI | SLeK, FaF UK |
| 112 | Myjava | Lekáreň Pegas | TK | SLeK, FaF UK |
| 113 | Nové Mesto n/ Váhom | Lekáreň Sanus | TK | SLeK, FaF UK |
| 114 | Partizánske | Lekáreň Dr.Max | TK, tuk | SLeK, FaF UK |
| 115 | Partizánske | Lekáreň Medicentrum | TK | SLeK, FaF UK |
| 116 | Partizánske | Lekáreň Orchidea | TK, CHOL, TG | SLeK, FaF UK |
| 117 | Pezinok | Lekáreň Monika | TK, CHOL, TG, GLU | SLeK, FaF UK |
| 118 | Pezinok | Lekáreň Pezinka | TK, BMI, tuk | SLeK, FaF UK |
| 119 | Pezinok | Lekáreň U Tigra | TK, CHOL, BMI | SLeK, FaF UK |
| 120 | Piešťany | Lekáreň Dr.Max | TK | SLeK, FaF UK |
| 121 | Piešťany | Lekáreň Chirimpex | TK, CHOL, TG | SLeK, FaF UK |
| 122 | Piešťany | Lekáreň Na Juhu | TK | SLeK, FaF UK |
| 123 | Piešťany | Lekáreň Prior | TK | SLeK, FaF UK |
| 124 | Piešťany | Lekáreň Tilia | TK | SLeK, FaF UK |
| 125 | Piešťany | Lekáreň Veronika | TK, BMI, tuk | SLeK, FaF UK |
| 126 | Poprad | Lekáreň Primula | nic | SLeK, FaF UK |
| 127 | Považská Bystrica | Ekolekaren s.r.o. | TK | SLeK, FaF UK |
| 128 | Považská Bystrica | Lekáreň Nový Život | TK | SLeK, FaF UK |
| 129 | Prešov | Lekáreň Dr.Max | TK, BMI | SLeK, FaF UK |
| 130 | Prešov | Lekáreň Dr.MaX | TK | SLeK, FaF UK |
| 131 | Prešov | Lekáreň Dr.Max | TK | SLeK, FaF UK |
| 132 | Prešov | Lekáreň Sunpharma | TK | SLeK, FaF UK |
| 133 | Rajecké Teplice | Lekáreň Mária | TK | SLeK, FaF UK |
| 134 | Rimavská Sobota | Lekáreň Dr.Max | TK, BMI | SLeK, FaF UK |
| 135 | Rimavská Sobota | Lekáreň Jazmín | TK, CHOL, TG, GLU, BMI | SLeK, FaF UK |
| 136 | Rimavská Sobota | Lekáreň Salvator | TK, CHOL | AV, SLeK, FaF UK |
| 137 | Rovinka | Lekáreň Platan | TK | SLeK, FaF UK |
| 138 | Rožňava | Ekolekaren s.r.o. | TK | SLeK, FaF UK |
| 139 | Rožňava | Lekáreň Dr.Max | TK, BMI | SLeK, FaF UK |
| 140 | Ružomberok | Lekaren Centrum | TK, tuk | SLeK, FaF UK |
| 141 | Ružomberok | Lekaren Sinuhe | TK, tuk | SLeK, FaF UK |
| 142 | Ružomberok | Lekáreň Stará | TK | SLeK, FaF UK |
| 143 | Rybník | Lekáreň Zdravie | TK | SLeK, FaF UK |
| 144 | Sabinov | Lekáreň Tilia | TK | SLeK, FaF UK |
| 145 | Senec | Lekáreň Dr.Max | TK, BMI | SLeK, FaF UK |
| 146 | Senec | Lekáreň Na Krátkej | TK, CHOL, GLU | SLeK, FaF UK |

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

| č. | Mesto | Umiestnenie | Merania | Partner |
|-----|-------------------|---------------------------------|--------------------|--------------|
| 147 | Senec | Lekáreň Salvator | TK, | SLeK, FaF UK |
| 148 | Senec | Lekáreň Sokolská | TK | SLeK, FaF UK |
| 149 | Senec | Lekáreň T-med | TK, CHOL, GLU | SLeK, FaF UK |
| 150 | Sereď | Lekáreň Dr.Max | TK, BMI | SLeK, FaF UK |
| 151 | Skalica | Lekáreň sv.Michala | TK, CHOL, TG, GLU | SLeK, FaF UK |
| 152 | Skalica | Lekáreň V Nemocnici | TK, GLU, CHOL | SLeK, FaF UK |
| 153 | Smokovec | Lekáreň U zlatej sovy | TK, CHOL, TG | SLeK, FaF UK |
| 154 | Spišská Belá | Lekáreň u Sv. Michala | TK, CHOL, TG | SLeK, FaF UK |
| 155 | Spišská Nová Ves | Lekáreň Dr.Max | TK, BMI | SLeK, FaF UK |
| 156 | Spišská Nová Ves | Lekáreň Na sídlisku Mier | TK | SLeK, FaF UK |
| 157 | Spišská Nová Ves | Lekáreň Signum | TK, CHOL, TG, GLU | SLeK, FaF UK |
| 158 | Spišská Nová Ves | Lekáreň Templum | TK | SLeK, FaF UK |
| 159 | Stupava | Lekáreň Centrum | TK, BMI, tuk | SLeK, FaF UK |
| 160 | Svrčinovec | Lekáreň Svrčinovec | TK, CHOL, TG, GLU | SLeK, FaF UK |
| 161 | Šaľa | Lekáreň Salix | TK | SLeK, FaF UK |
| 162 | Šamorín | Lekáreň Patika | TK, GLU, CHOL | SLeK, FaF UK |
| 163 | Šamorín | Lekáreň Samaria | TK | SLeK, FaF UK |
| 164 | Topolčany | Lekáreň Meridies | TK, BMI | SLeK, FaF UK |
| 165 | Topolčianky | Lekáreň Anima | TK, CHOL, BMI, tuk | SLeK, FaF UK |
| 166 | Trebišov | Rodinná lekáreň | TK | SLeK, FaF UK |
| 167 | Trenčín | Ekolekaren s.r.o. | TK, tuk | SLeK, FaF UK |
| 168 | Trenčín | Lekáreň Sihoť 2 | TK | SLeK, FaF UK |
| 169 | Trenčín | Lekáreň Ave Maria | TK | SLeK, FaF UK |
| 170 | Trenčín | Lekáreň Centrum | TK | SLeK, FaF UK |
| 171 | Trenčín | Lekáreň Dr.Max | TK | SLeK, FaF UK |
| 172 | Trenčín | Lekáreň Na Sihoti | TK, CHOL, TG, GLU | SLeK, FaF UK |
| 173 | Turzovka | Lekáreň Paracelsus | TK, CHOL, TG, GLU | SLeK, FaF UK |
| 174 | Veľké Kapušany | Lekáreň Ľubica | TK, BMI | SLeK, FaF UK |
| 175 | Vranov nad Topľou | Lekáreň Aesculap | TK, CHOL, TG | SLeK, FaF UK |
| 176 | Zborov | Lekáreň Makovica | TK | SLeK, FaF UK |
| 177 | Zlaté Moravce | Lekáreň U Škorpióna | TK, CHOL, TG | SLeK, FaF UK |
| 178 | Zvolen | Lekáreň Eukalyptus | TK | AV |
| 179 | Zvolen | Lekáreň Medikament | TK | SLeK, FaF UK |
| 180 | Žiar nad Hronom | Lekáreň Iris | TK, BMI | SLeK, FaF UK |
| 181 | Žilina | Ekolekaren s.r.o. | TK | SLeK, FaF UK |
| 182 | Žilina | Lekáreň Ferula | TK, GLU | SLeK, FaF UK |
| 183 | Žilina | Lekáreň Mandragora | TK, CHOL, TG | SLeK, FaF UK |
| 184 | Žilina | Lekáreň sv. Joachima a sv. Anny | TK, hmotnosť | SLeK, FaF UK |

Kapitola 4

Vlaky zdravého života

Svetový deň srdca na Slovensku
v rámci projektu MOST 2010



Slovenská nadácia srdca pokračovala aj tento rok úspešným projektom „Vlaky zdravého života“, nakoľko sa osvedčil ako veľmi prospešný a žiadaný. V roku 2010 bolo pri príležitosti Svetového dňa srdca vypravených 8 vlakov na viacerých trasách (s. 101). Zdravotnícke posádky zisťovali u cestujúcich prítomnosť hlavných rizikových faktorov srdcovo-cievnych ochorení, uskutočňovali merania krvného tlaku a celkového cholesterolu z kapilárnej krvi. Okrem samotných meraní informovali občanov o prevencii ako aj dôslednej kontrole jednotlivých rizikových faktorov. Každý vyšetrený poskytol krátky rozhovor a dostal kartičku zdravého života.

Celkovo bolo vyšetrených 341 cestujúcich (192 žien a 149 mužov). Z dostupných údajov sme zistili, že na srdcovo-cievne ochorenie sa liečilo



Merania vo vlakoch zdravého života.

| Parametre | (všetci, %) | (ženy, %) | (muži, %) |
|---|-------------|-----------|-----------|
| Vysoký tlak krvi v anamnéze | 20,82 | 22,92 | 18,12 |
| Fajčiari | 23,46 | 17,71 | 30,87 |
| Nedostatok fyzickej aktivity | 39,88 | 43,23 | 35,57 |
| Cukrovka | 9,38 | 11,98 | 6,04 |
| Pozitívna rodinná anamnéza | 18,48 | 21,88 | 14,09 |
| Liečba hypercholesterolémie | 4,99 | 5,73 | 4,03 |
| | | | |
| Parametre | všetci | ženy | muži |
| Hmotnosť (kg) | 76 | 70 | 84,13 |
| BMI (kg/m ²) | 26,1 | 25,6 | 26,8 |
| Systolický TK (mmHg) | 137,2 | 132,4 | 143,7 |
| Diastolický TK (mmHg) | 84,3 | 84,1 | 84,8 |
| Hladina celkového cholesterolu (mmol/l) | 4,89 | 4,86 | 4,92 |
| Pulzová frekvencia (/min.) | 80,6 | 81,9 | 79,2 |



Merania vo Vlakoch zdravého života.

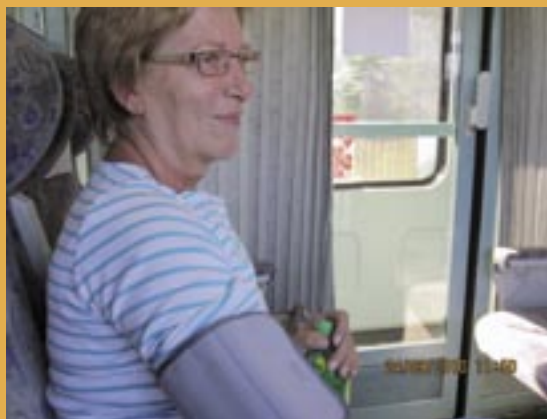
30,5% vyšetrených, pozitívnu rodinnú anamnézu malo 18,5% osôb, vysoký krvný tlak 20,8%, cukrovku 9,4% cestujúcich a na vysoký cholesterol sa liečilo 5% respondentov. Fajčiari tvorili 23,5% z celého súboru.

Niekoľko postrehov zúčastnených lekárov a zdravotníkov

MUDr. Anton Dlesk: „Projektu ‘Vlaky zdravého života’ som sa zúčastnil už po druhýkrát. Počas cesty z Bratislavy do Košíc sme zisťovali, ako sú na tom cestujúci z hľadiska hlavných rizikových faktorov kardiovaskulárnych ochorení. Zistili sme už známu skutočnosť, že mnohí z tých, ktorí vedľa o svojom vysokom krvnom tlaku, prípadne vysokej hladine cholesterolu nedosahujú uspokojivé hodnoty. Väčšina cestujúcich, u ktorých sme zistili vysoké hodnoty krvného tlaku, nemali vôbec žiadne príznaky. To je nebezpečné najmä preto, že im chýba signál, ktorý by ich upozornil na to, že niečo nie je v poriadku a treba vyhľadať lekára. Dbali sme na to, aby sme týmto ľuďom vysvetlili, v čom spočíva nebezpečenstvo vysokého krvného tlaku a vysokého cholesterolu a takisto potrebu zaujímať sa o tieto hodnoty a liečiť sa. Potešilo nás, že počas našej cesty tvorili prevažnú časť vyšetrených nefajčiari. Niektorí sa na nás obracali aj s konkrétnymi otázkami súvisiacimi s ich liečbou.“



Merania vo vlakoch zdravého života.



Merania vo Vlakovch zdravého života.

MUDr. Ján Dlhopolček: „Som rád, že som mal aj tento rok možnosť zúčastniť sa tohto projektu. Uskutočnili sme množstvo meraní a poskytli cenné rady týkajúce sa prevencie srdcovo-cievnych ochorení. Veľký záujem vzbudilo najmä meranie hladiny celkového cholesterolu, ktoré nie je občanom tak dostupné ako meranie krvného tlaku. Niektorí boli prekvapení svojimi neuspokojivými hodnotami a prisľúbili nám, že sa pokúsia zmeniť svoj životný štýl. Ocenili prístup, kedy zdravotníci prichádzajú k ľuďom.“

Marta Šmátralová: „Na projekte „Vlaky zdravého života“ som mala možnosť zúčastniť sa aj tento rok. Išlo o príjemnú akciu, veľmi dobre zorganizovanú. Vo vlaku sme mali samostatné kupé, v ktorom jednotlivé merania a edukačné aktivity prebiehali. Vďaka rozhlasovej informácii o polohe našej posádky vo vlaku na každej vlakovej stanici nemali cestujúci žiadny problém nás vyhľadať. Meranie cholesterolu cestujúci veľmi ocenili. Som rada, že takouto zaujímavou formou prispievame k zvyšovaniu povedomia o významných rizikách srdcovo-cievnych ochorení. Spomínam si, že počas spiatocnej cesty do Bratislavy sme jednu ženu s vysokým krvným tlakom posielali dokonca do nemocnice, nakoľko sa necítila dobre.“



Merania vo Vlakovch zdravého života.

Vlaky zdravia – MOST 2010

| Vlak zdravia | Deň | Trasa | Odchod | Príchod | Názov vlaku | Posádka |
|--------------|-------|-------------------|--------|---------|-----------------|----------------------------|
| I. | 24.9. | BA-KE (cez ZA) | 9:35 | 14:36 | IC Tatran | MUDr. Ján Dlhopolček |
| II. | 25.9. | KE-BA (cez ZA) | 8:10 | 14:00 | Hodina deťom | MUDr. Miroslav Pernický |
| III. | 24.9. | BA-KE (cez ZA) | 10:10 | 16:02 | Mall.sk | MUDr. Anton Dlesk |
| IV. | 25.9. | KE-BA (cez ZA) | 10:05 | 16:00 | Liptov | Silvia Birjukovičová |
| V. | 24.9. | BA-KE (cez RV) | 12:15 | 18:58 | 833 | MUDr. Edward Radzo |
| VI. | 25.9. | KE-BA (cez RV) | 9:02 | 15:33 | 932 | Marta Šmátralová |
| VII. | 24.9. | BA-BB | 10:15 | 13:36 | Tekov | Eva Niznerová |
| VIII. | 24.9. | BB-BA | 14:54 | 18:35 | Tekov | Zuzana Šebová |