

Heart Failure Awareness Days 2018

Report from: LATVIA

Name of reporter: **Ginta Kamzola**

Public event / open clinic

Heart Failure Awareness days' event "Mobile Heart Failure Clinic" this year was organized in the shopping centre „Ostmala” in Liepāja (approximately 220 km from Riga) in close cooperation with patients' organization "Par sirdi" and the municipality on May 17 with live stream on Facebook.

Visitors had opportunity to meet cardiologists from Liepaja and Riga and receive short consultations related to heart failure. Blood pressure, heart rate, cholesterol and glucose measurements were performed for more than 100 visitors. Printed leaflets related heart failure symptoms and diagnostic tools were available for all visitors. The visitors could fill in questionnaire about their heart failure awareness.

Public event / open clinic



Liepāja, May 17



Public event / open clinic



Liepāja, May 17

Heart failure stand with printed materials in Pauls Stradins Clinical University hospital on May, 2018



„Heart failure Hot line”



The image shows a tweet from Parsirdi.lv (@ParSirdi) dated May 22. The tweet text in Latvian reads: "Sirds mazspējas komandas speciālisti 22. un 23. maijā sniegs bezmaksas konsultācijas par sirds mazspēju pa konsultatīvo tālruni 20334489. Uzziniet, kā sevi pasargāt un kā rīkoties kritiskās situācijās! Vairāk: shorturl.at/fpl03". Below the tweet is a graphic for a "SIRDZ MAZSPĒJAS konsultatīvais tālrunis" (Heart Failure Consultation Hotline). The graphic features a red stethoscope with a telephone handset integrated into its tubing. The text on the graphic reads: "SIRDZ MAZSPĒJAS konsultatīvais tālrunis t.20334489 22. – 23. maijs 9.00 – 17.00". At the bottom, it says "Uzziniet vairāk: www.parsirdi.lv".

Telephone counseling regarding heart failure on May 22-23

TV & radio coverage

<http://lr1.lsm.lv/lv/raksts/ka-labak-dziivot/svarigakais-par-sirds-veselibu.a104107/>

 Parsirdi.lv is with Inese Maurina and Ginta Kamzola at Latvijas Radio.
Published by Inese Maurina · May 23 at 9:36am · Rīga ·

Šobrīd Latvijas Radio 1 Kā labāk dzīvot ēterā Parsirdi.lv un kardioloģe Ginta Kamzola par un ap sirds mazspēju



ParSirdi.lv @ParSirdi · May 23
Jau plkst.9.00 tiekamies ēterā ar @ParSirdi un kardioloģi Gintu Kamzolu!

Kā labāk dzīvot @LabakDzivot

Par sirds mazspēju- slimības simptomiem un iemesliem, runāsim trešdienas raidījumā, bet ja ir kādas problēmas ar sirdi, tad 22. un 23. maijā, darbojas konsultatīvais tālrunis 20334489, kur piezvanot, varat uzdot jautājumus par sirds veselību.

- Kurzemes Radio. *Sirds mazspējas dienā darbosies konsultatīvais tālrunis.*
<http://station.lv/#20974593>
- LVR1. *Sirds mazspējas dienā darbosies konsultatīvais tālrunis.*
<http://station.lv/#20974593>
- LVR2. *Sirds mazspējas dienā darbosies konsultatīvais tālrunis.*
<http://station.lv/#20983691>
- Skonto. *Sirds mazspējas dienā darbosies konsultatīvais tālrunis.*
<http://station.lv/#20978166>
- LVR1. *Kā labāk dzīvot?* <http://station.lv/#21001355>

Newspaper & website coverage

<https://www.liepaja.lv/iedzivotaji-aicinati-uz-bezmaksas-sirds-veselibas-risku-noteiksanu/>
<https://www.irliepaja.lv/lv/raksti/liepajnieki/ceturtdien-bus-sirds-risku-bezmaksas-noteiksana/>
<http://liepaja.pilseta24.lv/zina?slug=liepaja-notiks-sirds-veselibas-diena/1831549>
<https://www.liepajniekiem.lv/zinas/sabiedriba/notiks-sirds-veselibas-diena-218822>
https://medicine.lv/raksti/liepaja-notiks-sirds-veselibas-diena_1526293207
<https://lvportals.lv/dienaskartiba/295560-iedzivotaji-aicinati-uz-bezmaksas-sirds-veselibas-risku-noteiksanu-2018>
<http://station.lv/#20845436>
<http://www.rekurzeme.lv/vietejas-zinas/liepaja-bus-sirds-veselibas-diena-136189>
Kurzemes Vārds. Palīdzēs atklāt draudus sirdij. 16.05.2018
<http://veselam.la.lv/2018/04/20/progress-sirds-mazspejas-arstesana-latvija/>

Newspaper & website coverage

<http://bnn.lv/atzimejot-sirds-mazspejas-dienu-aicina-bez-maksas-konsulteties-ar-specialistiem-283626>

<http://www.ziemellatvija.lv/veseliba/padomi/atzimejot-sirds-mazspejas-dienu-aicina-bez-maksas-konsulteties-ar-specialistiem-136119>

<http://www.reitingi.lv/lv/news/veseliba/122441-atzimejot-sirds-mazspejas-dienu-aicina-bez-maksas-konsulteties-ar-specialistiem.html>

<http://www.delfi.lv/vina/veseliba/vesela-un-laimiga/bus-pieejamas-bezmaksas-konsultacijas-par-sirds-mazspeju.d?id=50047487>

<https://medicine.lv/raksti/sirds-mazspejas-diena-darbosies-konsultativais-talrunis>

Stars. *Iespēja zvanīt uz Sirds mazspējas konsultatīvo tālruni.* 8 lpp.

<http://jvestnesis.lv/modules.php?name=News&file=article&sid=15370>

Jaunais Vēstnesis. *Atzīmējot Sirds mazspējas dienu, aicina bez maksas konsultēties ar speciālistiem.* 9 lpp.

<http://www.parsirdi.lv/kas-ir-sirds-mazspeja-un-ka-atpazit/>

<http://www.parsirdi.lv/atzimejot-sirds-mazspejas-dienu-aicina-bez-maksas-konsulteties-ar-specialistiem/>

Atzīmējot Sirds mazspējas dienu, aicina bez maksas konsultēties ar speciālistiem

Ik gadu maijā pasaulē atzīmē Sirds mazspējas dienu. Lai vērstu uzmanību šai nopietnīgai diagnozei un rastu iespēju gan pacientiem, gan viņu tuviniekiem, kā arī ikvienam citam interesētam uzmināt vairāk par sirds mazspēju, 22. un 23. maijā no plkst. 9.00 līdz 17.00 darbosies konsultatīvās tālrūni, pa kuru Sirds mazspējas speciālistu komanda sniegs bezmaksas konsultācijas.

SIRDIS MAZSPĒJAS konsultatīvās tālrūnis
2023.04.09
22. – 23. maijā 9.00 – 17.00

Latvijas Kardioloģu biedrības Sirds mazspējas darba grupas vadītāja kardioloģe Ģinta Kamzola: "Sirds mazspēja ir slimība, kas var attīstīties jebkuras savlaicīgi nedegustācijas un neārstētas sirds slimības rezultātā. Svārgi ir sirds mazspēja savlaicīgi atpazīt un uzskāt ārstēšanu. Izplatītākā slimības simptomi ir: pietūkušas kājas, sākot no potniem uz augšu, elpas trūkums, nogurums un nespēks, pārmērīga sirdsdarbība miera stāvoklī. Lai noteiktu sirds mazspējas diagnozi vai tieši otrādi – pārslēgtos, kas ar veselību vis ir ātrāk, ir jāiet uz speciālistiem un kopā ar citiem speciālistiem lemt par diagnozi un piemērotāko ārstēšanu, ja tāda ir nepieciešama."

Kas ir sirds mazspēja?

Sirds mazspēja ir slimība, kad sirds nespēj pietiekami pumpēt asinis, lai nodrošinātu ar tām visu ķermeni.

Ja šīs slimības ir 60 miljoni cilvēku pasaulē, tad katram piekto cilvēku šī slimība ir diagnosticēta.

Kādi ir biežākie sirds mazspējas simptomi?

- Elpas trūkums
- Sirds nogurums
- Pūšanās, kājas un potniņi
- Pūšanās plaušņos
- Ātrāka sirdsdarbība
- Sāpes sirdī

Kurus cilvēkus visbiežāk skar sirds mazspēja?

Sirds mazspēja visbiežāk skar cilvēkus vecumā 65 gadiem, taču tā var skar arī jaunos cilvēkus.

1 no 3 cilvēkiem, kuri ir vecāki par 40 gadiem, vismaz vienu reizi ir ar sirds mazspēju.

Ar ko tā atšķiras no citām sirds slimībām?

- Sirds mazspēja ir slimība, kas rodas, ja sirds nespēj pietiekami pumpēt asinis.
- Sirds mazspēja ir slimība, kas rodas, ja sirds nespēj pietiekami pumpēt asinis.
- Sirds mazspēja ir slimība, kas rodas, ja sirds nespēj pietiekami pumpēt asinis.

Pacienta biedrības "ParSirdi.lv" vadītāja Inese Mauriņa: "Lai arī mūsdienās sirds mazspējas ir slimība, ko var izārstēt gan savlaicīgi diagnosticējot, gan sekmīgi ārstējot, ir krasi uzlabojies pacienta veselības stāvoklis un dzīves kvalitāte, tā ir arī diagnoze, kas no pacienta prasa ļoti rūpīgu sekošanu ārsta norādījumiem un savas veselības kontroli visa mūža garumā. Daudzās pasaulē valdīs, lai konsultētu pacientus un palīdzētu viņiem sadzīvot ar savu slimību, ir pieejami speciālisti Sirds Mazspējas klīnikās. Latvijā dienestā šādas klīnikas vēl nav izveidotas, lai rastu iespēju pacientiem, viņu tuviniekiem un citiem interesētiem uzmināt vairāk par sirds mazspēju, aicinām izmantot iespēju – zvanīt uz konsultatīvo tālrūni, kā arī saņemt bezmaksas informatīvo materiālu."

gām jāpievērš īpaša uzmanība (turtas, fiziskās aktivitātes utt.).

- * Kur vērsties, ja ir aizdomas par sirds mazspēju?
- * Kāpēc un kādi izmeklējumi jāveic, lai diagnosticētu sirds mazspēju?
- * Kā palīdzēt tuviniekam ar sirds mazspēju? u.c.

Vērāmu uzmanību, ka zvanot uz bezmaksas konsultatīvo tālrūni, netiek nodrošināta diagnozes uzturēšana un/vai ārstēšana!

Līdz pat 31.maijam Paula Stradiņa Klīniskās Universitātes slimnīcas A korpusā (Gaušajā korpusā) šīs izveidots infocentrs, kurā ir pieejami informatīvie materiāli par sirds mazspējas simptomiem, iestāšanos, tuvinieku atbalsta tīklu, kā arī par sirds un asinsvadu slimībām un to profilaksi. Visus materiālus in-

Inese Mauriņa
Pacientu biedrības
"ParSirdi.lv" vadītāja

Iespēja zvanīt uz sirds mazspējas konsultatīvo tālrūni

TAVA VESELĪBA

Ik gadu pasaulē maijā atzīmē Sirds mazspējas dienu. Lai pievērstu iedzīvotāju uzmanību šai nopietnīgai diagnozei un rastu iespēju gan pacientiem, gan viņu tuviniekiem, kā arī ikvienam citam interesētam uzmināt vairāk par sirds mazspēju, 22. un 23. maijā, no pulksten 9 līdz 17, darbosies konsultatīvās tālrūnis 20334489, pa kuru Sirds mazspējas speciālistu komanda sniegs bezmaksas konsultācijas.

Latvijas Kardioloģu biedrības Sirds mazspējas darba grupas vadītāja kardioloģe Ģinta Kamzola uzsvē: "Sirds mazspēja ir slimība, kas var attīstīties jebkuras savlaicīgi nedegustācijas un neārstētas sirds slimības rezultātā. Svārgi ir sirds mazspēja savlaicīgi atpazīt un uzskāt ārstēšanu. Izplatītākā slimības simptomi ir: pietūkušas kājas, sākot no potniem uz augšu, elpas trūkums, nogurums un nespēks, pārmērīga sirdsdarbība miera stāvoklī. Lai noteiktu sirds mazspējas diagnozi vai tieši otrādi – pārslēgtos, kas ar veselību vis ir ātrāk, ir jāiet uz speciālistiem un kopā ar citiem speciālistiem lemt par diagnozi un piemērotāko ārstēšanu, ja tāda ir nepieciešama."

Pacientu biedrības "ParSirdi.lv" vadītāja Inese Mauriņa paziņoja: "Lai arī mūsdienās sirds mazspējas ir slimība, ko var izārstēt gan savlaicīgi diagnosticējot, gan sekmīgi ārstējot, ir krasi uzlabojies pacienta veselības stāvoklis un dzīves kvalitāte, tā ir arī diagnoze, kas no pacienta prasa ļoti rūpīgu sekošanu ārsta norādījumiem un savas veselības kontroli visa mūža garumā. Daudzās pasaulē valdīs, lai konsultētu pacientus un palīdzētu viņiem sadzīvot ar savu slimību, ir pieejami speciālisti Sirds mazspējas klīnikās. Latvijā dienestā šādas klīnikas vēl nav izveidotas, lai rastu iespēju pacientiem, viņu tuviniekiem un citiem interesētiem uzmināt vairāk par sirds mazspēju, aicinām izmantot iespēju – zvanīt uz konsultatīvo tālrūni, kā arī saņemt bezmaksas informatīvo materiālu."

Zvanot uz konsultatīvo tālrūni, varēs saņemt atbildes uz šādiem jautājumiem:

- * Kāpēc un kādi izmeklējumi jāveic, lai diagnosticētu sirds mazspēju?
- * Kā palīdzēt tuviniekam ar sirds mazspēju? u.c.

Akcijas organizatori vērs uzmanību, ka zvanot uz bezmaksas konsultatīvo tālrūni, netiek nodrošināta diagnozes uzturēšana un/vai ārstēšana!

Sirds mazspēja ir progresējoša, potenciāli dzīvībai bīstama stāvokļa, kas skar vismaz 60 miljonus cilvēku visā pasaulē. Cilvēkiem ar sirds mazspēju ir raksturīga dzīves kvalitātes pasliktināšanās, biežas hospitalizācijas iemesls cilvēkiem virs 65 gadiem. Tomēr – ja to laikus atklāj un ārstē, cilvēks var dzīvot un dzīvot daudzus gadus.

Uzminēt vairāk par sirds mazspēju: www.parsirdi.lv

Kas ir sirds mazspēja?

Sirds mazspēja ir slimība, kad sirds nespēj pietiekami pumpēt asinis, lai nodrošinātu ar tām visu ķermeni.

Ja šīs slimības ir 60 miljoni cilvēku pasaulē, tad katram piekto cilvēku šī slimība ir diagnosticēta.

Kādi ir biežākie sirds mazspējas simptomi?

- Elpas trūkums
- Sirds nogurums
- Pūšanās, kājas un potniņi
- Pūšanās plaušņos
- Ātrāka sirdsdarbība
- Sāpes sirdī

Kurus cilvēkus visbiežāk skar sirds mazspēja?

Sirds mazspēja visbiežāk skar cilvēkus vecumā 65 gadiem, taču tā var skar arī jaunos cilvēkus.

1 no 3 cilvēkiem, kuri ir vecāki par 40 gadiem, vismaz vienu reizi ir ar sirds mazspēju.

Ar ko tā atšķiras no citām sirds slimībām?

- Sirds mazspēja ir slimība, kas rodas, ja sirds nespēj pietiekami pumpēt asinis.
- Sirds mazspēja ir slimība, kas rodas, ja sirds nespēj pietiekami pumpēt asinis.
- Sirds mazspēja ir slimība, kas rodas, ja sirds nespēj pietiekami pumpēt asinis.

Pacienta biedrības "ParSirdi.lv" vadītāja Inese Mauriņa: "Lai arī mūsdienās sirds mazspējas ir slimība, ko var izārstēt gan savlaicīgi diagnosticējot, gan sekmīgi ārstējot, ir krasi uzlabojies pacienta veselības stāvoklis un dzīves kvalitāte, tā ir arī diagnoze, kas no pacienta prasa ļoti rūpīgu sekošanu ārsta norādījumiem un savas veselības kontroli visa mūža garumā. Daudzās pasaulē valdīs, lai konsultētu pacientus un palīdzētu viņiem sadzīvot ar savu slimību, ir pieejami speciālisti Sirds mazspējas klīnikās. Latvijā dienestā šādas klīnikas vēl nav izveidotas, lai rastu iespēju pacientiem, viņu tuviniekiem un citiem interesētiem uzmināt vairāk par sirds mazspēju, aicinām izmantot iespēju – zvanīt uz konsultatīvo tālrūni, kā arī saņemt bezmaksas informatīvo materiālu."

iHHub
Pacientu informācija

ParSirdi.lv
Pacientu informācija

CKA
Kardioloģu biedrība

Zvanot uz konsultatīvo tālrūni, varēs saņemt atbildes uz šādiem jautājumiem:

- * Kāpēc un kādi izmeklējumi jāveic, lai diagnosticētu sirds mazspēju?
- * Kā palīdzēt tuviniekam ar sirds mazspēju? u.c.

Akcijas organizatori vērs uzmanību, ka zvanot uz bezmaksas konsultatīvo tālrūni, netiek nodrošināta diagnozes uzturēšana un/vai ārstēšana!

Sirds mazspēja ir progresējoša, potenciāli dzīvībai bīstama stāvokļa, kas skar vismaz 60 miljonus cilvēku visā pasaulē. Cilvēkiem ar sirds mazspēju ir raksturīga dzīves kvalitātes pasliktināšanās, biežas hospitalizācijas iemesls cilvēkiem virs 65 gadiem. Tomēr – ja to laikus atklāj un ārstē, cilvēks var dzīvot un dzīvot daudzus gadus.

Uzminēt vairāk par sirds mazspēju: www.parsirdi.lv

Materiālu publicēšana
sagatavojusi
LAURA KOVŪNA

Parsirdi.lv
Published by Inese Mauriņa | 21. May 22 at 3:40pm

Plempūšas potītes, grūtības pāelpot, svara pieaugums un ātra sirdsdarbība ir simptomi, kas nereti tiek jaukti ar citām saslimšanām, tāpēc slimība nereti tiek atklāta novēloti. Kā zināt, vai tā nav sirds mazspēja? Aplūkojiet infografiku un zvaniet 22. un 23.maijā no plkst.9.00-17.00 Sirds mazspējas komandas speciālistiem tel.t.20334489, lai uzzinātu vairāk!

Kas ir sirds mazspēja?

Sirds mazspēja ir slimība, kad sirds nespēj pietiekami pumpēt asinis, lai nodrošinātu ar tām visu ķermeni.

Ja šīs slimības ir 60 miljoni cilvēku pasaulē, tad katram piekto cilvēku šī slimība ir diagnosticēta.

Kādi ir biežākie sirds mazspējas simptomi?

PARSIRDĪ.LV
Kas ir sirds mazspēja un kā to atpazīt? – ParSirdi.lv
Aplūkiet infografiku un uzminiet vairāk par to, kas ir sirds...

Parsirdi.lv
Published by Inese Mauriņa | 21. May 21 at 5:23pm

Otrdienu trešdien ikvienam būs iespēja uzmināt vairāk par sirds mazspēju un kā sevi pasargāt, konsultējoties ar profesionāļiem no Sirds mazspējas komandas!



DFI FLV
Būs pieejamas bezmaksas konsultācijas par sirds mazspēju

Uzminēt vairāk par sirds mazspēju: www.parsirdi.lv

Uzminēt vairāk par sirds mazspēju: www.parsirdi.lv

Printed material for patients



Parsirdi.lv
Published by Inese Maurina [?] · May 23 at 12:31pm · 6

Vai zinājāt, ka sirds mazspēja tiek bieži jaukta ar citām slimībām, tāpēc atklāta novēloti un nepietiekami vai nepareizi ārstēta? Uzziniet vairāk par sirds mazspējas simptomiem: www.parsirdi.lv



Sirds mazspējas gadījumā sirds pietiekami nesaraugas, radot asins 'pumpēšanas problēmu'



Sirdsdarbības gadījumā sirds pārtrauc kļūdas signāla pārveidi, tādēļ to var uzskatīt par 'elektrisku problēmu'

Kas ir sirds mazspēja?

Sirds mazspēja
Negaidīti atpūšas

STROKATAKĀLA MĀCĪBAS VIETA

Sirds mazspēja ir apstākļi, kad sirds nespēj pietiekami pumpēt asinis, lai nodrošinātu ar tām visu ķermeni.

Ta šķēr vairāk nekā **60 miljoni** cilvēku visā pasaulē un 11 gadu vecumā, kas ir vairāk nekā 10% no visiem cilvēkiem, kuri ir vecāki par 65 gadiem.

Kādi ir biežākie sirds mazspējas simptomi?

 Edēms <small>tautas</small>	 Izsmertība <small>neguļums</small>	 Problema, kāpēc un vēdera tūska	 Pēkšņa masa pieaugums	 Apjukums <small>ģūbums</small>	 Asns ritmabīdība
--	---	---	---	---	--

Arvien 1 no 3 cilvēkiem dienā, kas ir sirds mazspējas simptomi ir normāla novecošanās pazīme.

Kurus cilvēkus visbiežāk skar sirds mazspēja?***

Sirds mazspēja visbiežāk skar cilvēkus vecumā virs 65 gadiem, taču tā var skart arī jaunus cilvēkus.

1 no 5 cilvēkiem, kuri ir vecāki par 40 gadiem, cilvēki laicā attīstās sirds mazspēja.

Ar ko tā atšķiras no citām sirds slimībām?*

 Sirds mazspējas gadījumā sirds pietiekami nesaraugas, radot asins 'pumpēšanas problēmu'	 Sirdsdarbības apstāšanās gadījumā sirds darbotību pārtrauc kļūdas elektriskā signāla pārvadā, tādēļ to var uzskatīt par 'elektrisku problēmu'	 Izstrādāta narkotika, kas tiek bloķēta sirds vārstu darbību, radot 'atpūšanās problēmu'
---	---	---

Ir nepieciešama nekavējoties veselības aprūpe, lai palīdzētu pacientiem dzīvot ilgāk un kvalitatīvāk.

Kampaņa "Sirds mazspēja - negaidīti atpūšas" ir pacientu grupas iniciatīva. Tā ir veiktas atbalsta grupas par sirds mazspēju veselības aprūpes jomā. Sirds mazspēja - negaidīti atpūšas - negaidīti atpūšas.



