

Heart Failure Awareness Days 2018

Report from: SLOVAKIA

Name of reporter: . Goncalvesová Eva , MD, PhD,
FESC

Public event / open clinic

Press conference, April 17th, 2018

Heart Failure – the biggest challenge of 21st century in cardiology

Cooperation of Slovak Society of Cardiology and patients advocacy group

„Hlas nasho srdca“

Start of the PAG campaign „RED SOCKS“ pointing at the HF symptoms and their early recognition need and early visit of doctorS.

Supported by Slovak society of General Practitionaires

Projekt je realizovaný v rámci programu

 **ZÁLEŽÍ NÁM**

SRDCOVÉ ZLYHÁVANIE

Každé piate srdce zlyháva.
Na SLOVENSKU
je to až 100 tisíc ľudí.

PRÍZNAKY SRDCOVÉHO ZLYHÁVANIA:

 **DÝCHAVIČNOSŤ**

 **CELKOVÁ SLABOSŤ A ÚNAVA**

 **OPUCH ČLENKOV**


Ak máte tieto príznaky, kontaktujte svojho lekára!



WWW.HLASNASHOSRDCA.SK




Projekt je realizovaný v rámci programu


 **ZÁLEŽÍ NÁM**

DÝCHAVIČNOSŤ, ÚNAVA, OPUCHNUTÉ ČLENKY?

Nezamieňajte si tieto príznaky so známami starnutia. Môžu to byť príznaky srdcového zlyhávania. Včasné rozpoznanie tohto ochorenia vám môže výrazne zlepšiť kvalitu života.



Ak vás trápia tieto ťažkosti, nečakajte a čo najskôr vyhľadajte svojho lekára!



WWW.HLASNASHOSRDCA.SK

Newspaper & website coverage

médium	dátum	uvrejenie	poznámka
TASR	17.4.	Poznáte príznaky srdcového zlyhávania? Nepodceňujte ich	
teraz.sk	17.4.	http://www.teraz.sk/magazin/mnohi-nepoznaju-priznaky-srdcoveho-z/319947-clanok.html	
dobrenoviny.sk	17.4.	https://www.dobrenoviny.sk/c/129791/poznate-priznaky-srdcoveho-zlyhavanja-nepodceňte-ich	
24hod.sk	17.4.	http://www.24hod.sk/poznate-priznaky-srdcoveho-zlyhavanja-nepodceňte-ich-cl580573.html	
aktualne.centrum.sk	17.4.	https://aktualne.centrum.sk/slovensko/spolocnost/slovakov-najviac-trapia-ochorenia-srdca-ciev-pocet-pripadov-umrti-narasta.html	
SITA	17.4.	Slovákov najviac trápia choroby srdca a ciev	
noviny.sk	17.4.	https://www.noviny.sk/327064-slovakov-najviac-trapia-choroby-srdca-a-ciev	
pluska.sk	17.4.	https://www1.pluska.sk/Rady-a-tipy/Lekarka-to-povedala-jasne-Slovaci-starobu-trpia-najviac	
cas.sk	17.4.	https://www.cas.sk/clanok/682377/mnohi-slovaci-nepoznaju-priznaky-zlyhavanja-srdca-bolest-a-tlak-na-hrudi-nie-je-typicky-prejav/	
bratislavskenoviny.sk	17.4.	https://www.bratislavskenoviny.sk/prakticke-informacie/49141-opuchaju-vam-koncatiny-a-pocitujete-unavu-moze-ist-o-chronicke-srdcove-zlyhavanje	
trnavadnes.com	17.4.	http://www.trnavadnes.com/sprava/28721/mnohi-nepoznaju-priznaky-srdcoveho-zlyhavanja-lekari-varuju-pred-ich-zlchcovanimi-qz-na-d	
egoodwill.sk	17.4.	http://egoodwill.sk/zdravie-2/oproti-euroskemu-priemeru-zijeme-kratšie-o-4-roky/	
modernyvet.sk	17.4.	http://www.modernyvet.sk/2018/04/najviac-zomierame-na-kardiovaskularne-ochorenia/	
TV Markíza - Televízne noviny	17.4.	Žijeme kratšie	
videoarchiv.markiza.sk	17.4.	http://videoarchiv.markiza.sk/video/televizne-noviny/televizne-noviny/82334-televizne-noviny	
vysetrenie.zoznam.sk	18.4.	http://vysetrenie.zoznam.sk/ci/1000649/1703841/Porovnanie-z-ktorých-pícha-pri-srdci-Slovaci-zijú-najkratši-zdravý-zivot-v-OECD	
Hospodárske noviny	18.4.	Choroby srdca ohrozujú nás dôchodok	
hnonline.sk	18.4.	https://slovensko.hnonline.sk/1730152-choroby-srdca-ohrozuju-nas-dochodok	
aktualne.centrum.sk	18.4.	https://aktualne.centrum.sk/slovensko/spolocnost/unava-ci-dychavcnost-nemusia-byt-starobe-moze-ist-ochorenie-srdca.html	
dnes24.sk	18.4.	http://www.dnes24.sk/radime-sledujte-svoje-srdce-unava-a-dychavcnost-moze-byt-priznakom-jeho-zlyhavanja-296832	
nitra.dnes24.sk	18.4.	http://nitra.dnes24.sk/radime-sledujte-svoje-srdce-unava-a-dychavcnost-moze-byt-priznakom-jeho-zlyhavanja-296832	
teraz.sk	18.4.	http://www.teraz.sk/zdravie/unava-ci-dychavcnost-nemusia-byt/320097-clanok.html	
hlavnespravky.sk	18.4.	https://www.hlavnespravky.sk/unava-ci-dychavcnost-nemusia-byt-o-starobe-moze-ist-o-ochorenie-srdca/1376728	
24hod.sk	18.4.	http://www.24hod.sk/unava-ci-dychavcnost-nemusia-byt-o-starobe-moze-ist-o-ochorenie-srdca-cl580760.html	
Pravda	20.4.	Žijeme kratšie ako iní Európania. O štyri roky	
pravda.sk	21.4.	https://zdravie.pravda.sk/zdravie-a-prevencia/clanok/466859-v-dlžke-zivota-zaostavame-az-o-styri-roky/	
RTVS - Správy RTVS	21.4.	Novodobá epidémia: Srdcové zlyhávania	
rtvs.sk	21.4.	http://www.rtv.sk/televizia/archiv/12957/154022	
Rádio Regina - Žurnál Rádia Regina	22.4.	Slovákov najviac postihujú choroby srdca	
Rádio Slovensko - Rádiožurnál 12:00	22.4.	Príznaky srdcového zlyhávania	
Rádio Slovensko - Rádiožurnál 18:00	22.4.	Príznaky srdcového zlyhávania	
Báječná žena	23.4.	Zaujímavosti - srdcové zlyhávania	
lenprezdravie.sk	23.4.	http://www.lenprezdravie.sk/clanok-4477.html	
webnoviny.sk	23.4.	https://www.webnoviny.sk/slovaci-v-dlžke-zivota-zaostavaju-a-europskym-priemerom-najviac-ich-trapia-choroby-srdca-ciev/	
npz.sk	25.4.	https://www.npz.sk/sites/npz/Stranky/NpzArticles/2018_04/Unava_a_dychavcnost_Nejde_o_typicke_prejav_staroby_ale_choreho_srdca.aspx?did=6&sdid=81&tuid=D&	
hlavne.sk	26.4.	https://hlavne.sk/domace/unava-a-dychavcnost-nejde-o-typicke-prejav-staroby-ale-choreho-srdca/	
24 hod. TASR	3.5.	http://www.24hod.sk/na-problematiku-srdcoveho-zlyhavanja-upozornuje-kampan-cervene-ponozky-cl584302.html	
dobrenoviny.sk	3.5.	https://www.dobrenoviny.sk/c/131367/na-problematiku-srdcoveho-zlyhavanja-upozornuje-kampan-cervene-ponozky	
teraz.sk	3.5.	http://www.teraz.sk/slovensko/zdravie-na-problematiku-srdcoveho-zlyhav/323062-clanok.html	
hlavnespravky.sk	3.5.	https://www.hlavnespravky.sk/na-problematiku-srdcoveho-zlyhavanja-upozornuje-kampan-cervene-ponozky/1392562	
Zdravie rodiny	máj	Možno sa to týka aj Vás	
Šarmantná žena - Zdravie	máj	V dĺžke života zaostávame až 4 roky za priemerom	
webmagazin	2.5.	http://webmagazin.teraz.sk/zdravie/unava-dychavcnost-srdce-choroby/8869-clanok.html	
orava spravodajstvo	2.5.	https://myorava.sme.sk/c/20831910/srdce-si-zasluzi-viac-mali-by-sme-sledovat-jeho-rec.html	
Pomahame	máj	V dĺžke života zaostávame až 4 roky za priemerom EU	

Newspaper & website coverage

V DĹŽKE ŽIVOTA ZAOSTÁVAME AŽ O 4 ROKY ZA PRIEMEROM EÚ

HEAS NAŠHO SRDCA



Práve sme vypracovali prvú časť nášho výskumu, ktorý sleduje zdravotný stav pacientov s chronickou srdcovou zlyhávaním v porovnaní so slovenským priemerom. Výsledky sú veľmi zaujímavé a naznačujú, že naši pacienti žijú dlhšie ako priemerom EÚ. Tento fakt je veľmi pozitívny a dáva nám veľkú nádej na zlepšenie zdravotnej starostlivosti našich pacientov.

MOŽNO SA TO

TRÁPI VÁS DYCHÁVIČNOSŤ, PRENASLEDUJE VÁS CELKOVÁ ÚNAMA A STAROSŤ A MÁVATE NAVIAČ, A ČI ODPORUČINIE ČLENOV V TOM PRÍPADE BY STE RÁNIŠI ŠKODNÍKMI A NEZEMĽALI SI TIEHTO PRÍZNAKY ZA ZNAMENÁ STARNUTIA, MÔŽU TO BYŤ PRÍZNAKY SRDCOVÉHO ZLYHÁVANIA.

MUDR. EVA GONČALOVÁ, CSC.



Príznaky srdcového zlyhania prichádzajú postupne a často sú veľmi nepostrehnuteľné. Medzi najčastejšie patria dýchavičnosť, únava, opuchnuté členky a nohy. Ak tieto príznaky dlhšie trvajú, môže íť o vážnejšie ochorenie. Preto je dôležité vyhľadať lekársku pomoc, ak tieto príznaky dlhšie trvajú. Často sa jedná o srdcové zlyhanie, ktoré môže byť liečiteľné. Čím skôr začnete s liečbou, tým lepšie budú vaše výsledky.

HEAS NAŠHO SRDCA

Práve sme vypracovali prvú časť nášho výskumu, ktorý sleduje zdravotný stav pacientov s chronickou srdcovou zlyhávaním v porovnaní so slovenským priemerom. Výsledky sú veľmi zaujímavé a naznačujú, že naši pacienti žijú dlhšie ako priemerom EÚ. Tento fakt je veľmi pozitívny a dáva nám veľkú nádej na zlepšenie zdravotnej starostlivosti našich pacientov.

V dĺžke života zaostá o štyri roky

PRÝSLÝTE SI, ŽE POZNATE MYSLEŤ SRDČOVÉHO ZLYHÁVANIA?

Často sa totiž stáva, že vďaka únave či dýchavičnosti sa ochorenie a/alebo zlyhanie srdca objavujú a človek si ich často ani nevedie predstaviť. Mnoho ľudí preto pociťuje srdcové zlyhanie, hoci v skutočnosti ide o iné ochorenie. Preto je dôležité vyhľadať lekársku pomoc, ak tieto príznaky dlhšie trvajú. Často sa jedná o srdcové zlyhanie, ktoré môže byť liečiteľné. Čím skôr začnete s liečbou, tým lepšie budú vaše výsledky.

VEDÉLI STE, ŽE... ČERVENÉ POMOČKY

Práve sme vypracovali prvú časť nášho výskumu, ktorý sleduje zdravotný stav pacientov s chronickou srdcovou zlyhávaním v porovnaní so slovenským priemerom. Výsledky sú veľmi zaujímavé a naznačujú, že naši pacienti žijú dlhšie ako priemerom EÚ. Tento fakt je veľmi pozitívny a dáva nám veľkú nádej na zlepšenie zdravotnej starostlivosti našich pacientov.

Radíme: Sledujte svoje srdce, únava a dýchavičnosť môže byť príznakom jeho zlyhávania

Yšetrenie.sk **Zoznam.sk**

Porovnanie, z ktorých pichá pri srdci: Slováci žijú najkratší zdravý život v OECD

18.04.2018

Žijeme najkratší zdravý život spomedzi ekonomicky vyspelých členských krajín OECD. Tak znie hodnotenie odborníkov, ktorí poukazujú na priemernú dĺžku života na Slovensku – je totiž jednou z najnižších v Európskej únii.



Práve sme vypracovali prvú časť nášho výskumu, ktorý sleduje zdravotný stav pacientov s chronickou srdcovou zlyhávaním v porovnaní so slovenským priemerom. Výsledky sú veľmi zaujímavé a naznačujú, že naši pacienti žijú dlhšie ako priemerom EÚ. Tento fakt je veľmi pozitívny a dáva nám veľkú nádej na zlepšenie zdravotnej starostlivosti našich pacientov.

Oproti európskemu priemeru žijeme kratšie o 4 roky

„Počúvaj hlas svojho srdca.“


Kamila Magošová, emboiológka prvej



Práve sme vypracovali prvú časť nášho výskumu, ktorý sleduje zdravotný stav pacientov s chronickou srdcovou zlyhávaním v porovnaní so slovenským priemerom. Výsledky sú veľmi zaujímavé a naznačujú, že naši pacienti žijú dlhšie ako priemerom EÚ. Tento fakt je veľmi pozitívny a dáva nám veľkú nádej na zlepšenie zdravotnej starostlivosti našich pacientov.

Podľa správy OECD Health at a Glance '18 je na Slovensku v 85. rangu žijúca obľávaná dĺžka života ako v ostatných krajinách OECD, najviac jeho zdravotná kvalita je výrazne horšia.

Podľa správy OECD Health at a Glance '18 je na Slovensku v 85. rangu žijúca obľávaná dĺžka života ako v ostatných krajinách OECD, najviac jeho zdravotná kvalita je výrazne horšia. „Po dosiahnutí 65 rokov žijú Slováci najkratší zdravý život v krajinách OECD,“ hovorí doc. MUDR. Eva Gončalová, CSC., primárka oddelenia zlyhávania a transplantácie srdca NUSCH v Bratislave a predsedníčka Pracovnej skupiny pre srdcové zlyhanie pri Slovenskej kardiologickej spoločnosti.



Práve sme vypracovali prvú časť nášho výskumu, ktorý sleduje zdravotný stav pacientov s chronickou srdcovou zlyhávaním v porovnaní so slovenským priemerom. Výsledky sú veľmi zaujímavé a naznačujú, že naši pacienti žijú dlhšie ako priemerom EÚ. Tento fakt je veľmi pozitívny a dáva nám veľkú nádej na zlepšenie zdravotnej starostlivosti našich pacientov.

TÝKA AJ VÁS!

MUDR. ROMAN MASCOVIC



Práve sme vypracovali prvú časť nášho výskumu, ktorý sleduje zdravotný stav pacientov s chronickou srdcovou zlyhávaním v porovnaní so slovenským priemerom. Výsledky sú veľmi zaujímavé a naznačujú, že naši pacienti žijú dlhšie ako priemerom EÚ. Tento fakt je veľmi pozitívny a dáva nám veľkú nádej na zlepšenie zdravotnej starostlivosti našich pacientov.

Podľa nedávno publikovanej správy OECD a Eurostatu je priemerná dĺžka života na Slovensku 76,6 roka, zatiaľ čo v Európe sa ňadajú dožívajú v priemere o 4 roky viac. V porovnaní so Slovenskom žijú dlhšie napríklad aj Poľiaci, Chorváti a Česi, ktorí sú medzi najdlhšie žijúcimi ľuďmi v Európe. Naopak, najkratšie žijú ľudia v Rusku a v Indii. Tento fakt je veľmi pozitívny a dáva nám veľkú nádej na zlepšenie zdravotnej starostlivosti našich pacientov.

Public event / open clinic

„Health Markets“ in cooperation with Healthcare insurance company

2.5. – 29.6.2018 in 24 Slovak cities

Each booth dedicated to 1 diagnose

Measurements, questionnaires, diagnostics



TV & radio coverage

Morning shows

RTVS, Damsky klub, June 12,
Doc. Mudr. Eva Goncalvesova



TV Markiza, Telerano, June 22nd
Mudr. Roman Margoczy



Primetime news

TV Markiza -April 17th
RTVS April 21st 2018

Správy RTVS
sobota 21.04.2018 19:00



Disease awareness video

RTVS, April – June, 180 x



Printed material for patients

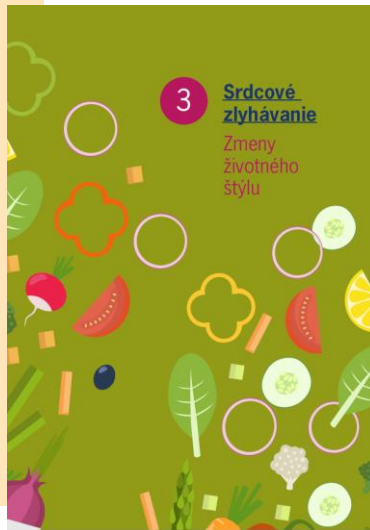
Patient's educational brochures



HF – causes, diagnostics, symptoms



HF – Treatment and symptoms management



HF – Life style change



DÝCHAVIČNOSŤ, ÚNAVA, OPUCHNUTÉ ČLENKY?

Nezamieňajte si tieto príznaky so známami starostlivosť. Môžu to byť príznaky srdcového zlyhávania. Včasné rozpoznanie tohto ochorenia vám môže výrazne zlepšiť kvalitu života.

Chronickým srdcovým zlyháváním trpi viac ako 100 tisíc Slovákov.

Je to závažné ochorenie srdca, ktoré je zároveň jednou z najčastejších príčin hospitalizácií na Slovensku a ich počet sa za posledných 10 rokov zdvojnásobil.

Všímajte si príznaky srdcového zlyhávania a kontaktujte svojho lekára, ak vám opuchávajú členky, zadychávate sa, a cítite celkovú slabosť a únavu.



Ak si nie ste istí, či vaše zdravotné ťažkosti môžu súvisieť s chronickým srdcovým zlyháváním, urobte si tento krátky test:

Zadychávate sa pri bežnej aktivite?



Srdcové zlyhávanie môže spôsobovať, že sa vám bude v pľúcach hromadiť tekutina, čoho následkom môžete lapať po dychu počas každodenných aktivít, ako je chôdza alebo chodenie hore schodmi.

Potrebuje na spanie veľa vankúčov?



Pri ležaní takisto môžete lapať po dychu tak, že sa budete musieť posadiť alebo spať s niekoľkými vankúšmi.

Výčerávajú vás každodenné činnosti?



Srdcové zlyhávanie znamená, že vám v tele obiehajú menej kyslíčnej krvi. Keďže vaše svaly a orgány neustále potrebujú kyslík a energiu, ak trpíte srdcovým zlyháváním, môžete sa rýchlejšie a ľahšie unaviť (aj pri nákupoch či práci v záhrade).

Opuchajú vám členky?



Šaty a topánky sa vám môžu zdať tesnejšie, pretože telesná tekutina sa hromadí v nohách, členkoch alebo bruchu, čo spôsobuje, že opuchávajú.

Ak ste odpovedali aspoň na jednu otázku áno, kontaktujte svojho lekára.

Patient Engagement

„Hlas nášho srdca“

campaign „RED SOCKS, www.hlasnashosrdca.sk



Opuchnuté členky sú jedným z prvých príznakov srdcového zlyhávania. Daj si červené ponožky. Podporíš tak vyše 100 tisíc pacientov so srdcovým zlyháváním na Slovensku.

Odfot' sa a zdieľaj svoju fotku na FB Hlas nášho srdca #cerveneponozky

PREVENČIA CHRÁNÍ ŽIVOT.

Viac informácií o srdcovom zlyhávani a prevencii na: www.hlasnashosrdca.sk, FB, #cerveneponozky



Projekt podporili:



Podporení o rámci programu Novartis Slovakia s.r.o.



Počúvaj hlas nášho srdca

Každý z nás má srdce. Ale nie každý ho má zdravé.



Ľudia so srdcovým zlyháváním – a je ich na Slovensku vyše 100 tisíc, potrebujú svoju srdcu pomôcť.

Správna životospráva, pohyb a dostatok spánku sú nepochybne dôležitými faktormi. A každý z nás by sa mal snažiť žiť tak, aby svojim blízkym mohol byť oporou.

