

Svjetski dan srca 29. rujan

Kardiovaskularne bolesti (KVB) su bolesti srca i krvnih žila u čijoj je podlozi oštećenje stijenke arterija i suženje njenog lumena radi prethodno formiranog plaka (ateroma). Takva aterosklerotično promijenjena krvna žila je manje elastična, prohodna za krv i sve hranjive tvari koje opskrbljuju tkiva u organizmu što se u konačnici manifestira stanjima poput koronarne srčane bolesti (npr. srčani udar), cerebrovaskularne bolesti (npr. moždani udar), zatajenjem srca, reumatske bolesti srca, periferne arterijske bolesti i hipertenzije.

Najvažniji čimbenici rizika u razvoju bolesti srca i krvnih žila su pušenje, neumjereno konzumiranje alkoholnih pića, povišeni krvni tlak (hipertenzija), povišene razine masnoće (kolesterol, trigliceridi) u krvi, nedovoljna tjelesna aktivnost, pretilost te šećerna bolest. Pravilnom prehranom (redukcija soli, konzumacija više povrća i voća), fizičkom aktivnošću, prestankom pušenja i smanjenog unosa alkohola, kontrolom krvnog tlaka te razine šećera i masnoća u krvi možemo značajno smanjiti rizik od razvoja kardiovaskularnih bolesti.

Sukladno podacima Svjetske zdravstvene organizacije (SZO), **kardiovaskularne bolesti su vodeći uzrok smrti u Svijetu** od kojih je 2015. godine umrlo oko 17,7 milijuna ljudi što čini 30% sveukupne smrtnosti. Od navedenog broja većina umire od srčanog (7,4 milijuna) i moždanog (6,7 milijuna) udara, posebice u niže i srednje dohodovnim zemljama Svijeta. Kardiovaskularne bolesti s oko 1,8 milijuna umrlih osoba na području EU predstavljaju vodeći uzrok smrti u cjelokupnoj populaciji EU (37% od svih umrlih). Prema podacima Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo, **u Republici Hrvatskoj (RH) su 2017. godine ukupno umrle 53 477 osobe, a prvi uzrok smrti u oba spola predstavljale su cirkulacijske bolesti s 23 504 smrtna ishoda (44% od svih umrlih u RH). U Brodsko-posavskoj županiji su 2016. godine od bolesti cirkulacijskog sustava (ishemijska bolest srca, akutni infarkt miokarda, cerebrovaskularne bolesti, ostali oblici srčanih i cirkulacijskih bolesti) umrle 1 004 osobe** što je gotovo polovina svih umrlih na području naše županije u toj godini (47,3%).

Stoga je Svjetska kardiološka federacija 2000. godine utemeljila obilježavanje Svjetskog dana srca u cilju informiranja ljudi širom svijeta da su bolesti srca i moždani udar vodeći uzroci smrti na svjetskoj razini. **Ovogodišnji se Svjetski dan srca obilježava 29. rujna uz slogan „Moje srce, tvoje srce“** te će se diljem Hrvatske zainteresiranim građanima omogućiti mjerenje krvnog tlaka, šećera u krvi, tjelesna mase i visine uz informiranje o prevenciji kardiovaskularnih bolesti.

Istog dana aktivnosti će se provoditi i u Slavonskom Brodu na lokaciji Gradske tržnice (09:00-11:00h) u kojem će sudjelovati djelatnici Crvenog križa, Zavoda za javno zdravstvo, patronažne službe Doma zdravlja te Odjela pedijatrije OB“dr. Josip Benčević“.

**Autor: Ivan Štivić dr.med
spec. epidemiologije**