



**KORONARNI
KLUB
MEŽIŠKE
DOLINE**

SVETOVNI DAN SRCA - BODI JUNAK SRCA, NAREDI ZA OBLJUBO

Devetindvajseti september, **SVETOVNI DAN SRCA** na pobudo svetovne organizacije za srce (**WHF**). Pred 20. Leti se je začelo gibanje za izboljšanje in ohranitev srčnega zdravja. 120 držav, ki zajemajo preko 2 milijardi ljudi. Grozljiv je podatek, da umre letno preko 17,3 milijona ljudi. Statistika, ki je zahtevala resnejše ukrepanje in aktivno organiziranje za varovanje srca.

Pohvalno je dejstvo, da smo v Sloveniji pristopili k organizaciji zdravstvene mreže v sredinah, ki pokrivajo največje število srčnih bolnikov se pravi, da so se ustanovile ekipe zdravnikov kardiologov po središčih, ki so dostopna večini prebivalstva. V Sloveniji deluje 61 zdravstveno vzgojnih centrov, ki se aktivno posvečajo problematiki varovanja zdravja srca.

Velik poudarek je namenjen osveščanju ljudi za zdravo in aktivno življenje, vse premalo se zavedamo kako nezdrav je način življenja na kavču ob razno raznih nezdravih prigrizkih, sladkih pijačah in še bolj ob alkoholu ter cigaretah. Za odpravljanje teh navad prav tako skrbijo zdravstveno vzgojni centri.

V podporo tem centrom so aktivno delujoči Koronarni klubi po Sloveniji, ki delujejo na podpornem področju, z delom v skupinah, ki skrbijo za redno telesno vadbo in fizično aktivnost tako zdravih ljudi kot registriranih srčnih bolnikov. Resnici na ljubo je treba povedati, da se nebolniki zelo malo vključujejo v rekreativno, preventivno in zdravstveno telesno vadbo.

Drugo področje delovanja koronarnih klubov je skrb za osveščanje ljudi in pomoč pri nasvetih katerih so bolniki še kako potrebni. V ta namen prirejamo razna predavanja s področja zdravja tako čisto usmerjeno na posamezna področja kot širše. Naša želja je, da bi se predavanj udeleževalo večje število ljudi, kajti predavanja niso namenjena samo nam, ki smo že prizadeti s težavami, pač pa tistim, ki naj bi nam ob težavah in nenadnih ogroženostih pomagali.

Vidno in v oči padajoče področje je širitev mreže AED (avtomatskih zunanjih defibrilatorjev). V našem okolju je nameščenih okrog 120 takšnih aparatov, za katere lahko rečemo, da uspešno opravljajo svojo nalogo in da so že reševali življenja. Kaj si lahko bolj želimo, kot da ne bi bilo treba defibrilatorja nikoli odpreti in uporabiti. To bi pomenilo, da nismo imeli primera srčnega zastoja ali infarkta. Še bolj žalostno pa bi bilo,

če bi nam napad vzel človeka v bližini defibrilatorja zato, ker ni bilo človeka, ki bi bil pripravljen pristopiti in pomagati.

Kako AED uporabiti in v katerem primeru, nam nazorno in strokovno prikažejo naši fantje iz strokovne skupine za širitev mreže javno dostopnih avtomatičnih defibrilatorjev, pri društvu srčnih bolnikov - Koronarnem klubu Mežiške doline. Glavna gonilna sila je naš Peter Kordež, vsi fantje so tudi aktivni reševalci. In kdo bo bolj verodostojno podal znanje kot človek, ki se vsakodnevno srečuje s težavami srčnih obolenj - sicer pa upam, da zadnja trditev »vsakodnevno«, ne drži.

Pozivam vse naše člane in ljudi, ki ob njih živijo, da se udeležujejo tovrstnih izobraževalnih predavanj v čim večjem številu, vsak naj pripelje s sabo vsaj enega prijatelja soseda ali znanca. Zavedajmo se, da bomo varni le, če bo okrog slehernega državljana kar največ ljudi, ki bodo sposobni nuditi kvalitetno prvo pomoč ob srčnem zastoju, infarktu ali kakršni koli poškodbi ali obolenju.

V naslovu sem zapisal geslo letošnjega svetovnega dneva srca, "**BODI JUNAK SRCA - NAREDI ZAABLJUBO!**

Naj bo naša zaobljuba v tem, da se bomo udeleževali izobraževanj in telesne vadbe, opustili katero grdo razvado in pomagali sočloveku.

Pa še beseda o naši počastitvi svetovnega dneva srca v Dravogradu kjer sta združili moči skupina Črneče in Dravograd v dvorcu Bukovje, kjer je slavnostno počastili in pričel prireditel Moški pevski zbor Društva upokojencev Dravograd z izbrano zapetimi pesmimi. Moderatorica in scenaristka je bila naša članica gospa Karolina Ločičnik, AED so nam nazorno predstavili učenci osnovne šole, nekaj misli o srcu v vseh možnih oblikah so predstavile tri prikupne punce ter recitatorja, ki sta v lepi besedi po zamislih Toneta Pavčka in Andreja Rozmana Roze zaključile kulturni del prireditve.

Svoje dobro razmišljanje in potrditev našemu trudu je dodala tudi Županja Občine Dravograd, za kar se ji najlepše zahvaljujemo. Med tem pa sem tudi jaz sam dodal nekaj besed.

Kot pika na i pa je bilo poljudno in zanimivo predavanje naše mentorice in duhovne vodje Koronarnega kluba prim. Cirila Slemenik Pušnik, dr. med., spec. inter., s predavanjem z naslovom

BODI JUNAK SRCA, NAREDI ZAABLJUBO

Naj gre naša zahvala tudi njej, z željo po še dolgem sodelovanju.

Vsa pohvala in zahvala gre skupinama Črneče in Dravograd za odlično speljano in dobro obiskano prireditev, prav tako pa iskrena hvala občini Dravograd za odstopljen prostor v dvorcu Bukovje.

Alojz Ovnič, predsednik KKMD