

## EVROPSKI DAN OZAVEŠČANJA O SRČNEM POPUŠČANJU 6.- 8. maj 2016

Ko srce kot črpalka ne more več prečrpati dovolj krvi po telesu, da bi s hranili in kisikom zadostili potrebam organizma, se pokažejo znaki oslabelega srca. Srčno popuščanje je lahko posledica katerekoli srčne bolezni. V svetu in v Sloveniji najpogosteje nastopi zaradi bolezni srčnega-koronarnega ožilja, po miokardnem infarktu ali zaradi nezdravljenega povišanega krvnega tlaka. To bolezensko stanje je hudo breme za bolnika, saj močno zmanjša kvaliteto življenja. Število obolelih s srčnim popuščanjem narašča. Prizadene 1-2 % odraslega prebivalstva in strmo narašča s starostjo, ko oboli že 10 % prebivalstva po 70 letu. Veliko teh bolnikov mora biti sprejetih v bolnišnico, kar predstavlja finančno breme za družbo.

Zelo pomembno je, da ljudje prepoznajo znake srčnega popuščanja in začnemo bolnike pravočasno zdraviti, saj jim s tem omogočimo daljše in kvalitetno življenje.

**Znaki srčnega popuščanja:** oslabelost, dušenje, otekanje nog, hitro naraščanje telesne teže, kašelj, hitro in neenakomerno razbijanje srca. Ob opisanih znakih morate obiskati osebnega zdravnika. Po potrebi vas bo napotil h kardiologu, ki bo z dodatnimi preiskavami: EKG, rentgenom prsnega koša, laboratorijskimi preiskavami tudi z markerjem srčnega popuščanja, ultrazvokom srca in po potrebi dodatnimi preiskavami, kot so koronarografija, magnetna resonanca srca,.. opredelil ali gre za srčno popuščanje in kaj je privedlo do tega.

Bolnike s srčnim popuščanjem moramo prepoznati, jih ustrezno zdraviti in osvestiti o njihovi bolezni, ki je kronična in zahteva zdravljenje do konca življenja.

Zelo pomembna je sprememba življenjskega sloga, ki zahteva opustitev kajenja, alkohola, potrebno je omejiti vnos soli, tekočine, redno spremljati telesno težo in ostati telesno aktiven po svojih zmožnostih. Redno jemanje zdravil ima pomembno vlogo pri izboljšanju srčnega popuščanja.

Dobro vodenje in zdravljenje srčnega popuščanja ter aktivno sodelovanje bolnikov v procesu zdravljenja, ne izboljšuje le kvaliteto življenja, ampak tudi podaljšuje življenje.

Več informacij lahko pridobite, če se nam pridružite na predavanjih v Mislinji 6.5.2016 ob 19.00 uri v dvorani Lopan, na Prevaljah 11.5.2016 ob 18.00 uri v kulturnem domu ter na POTI ZAVEDANJA O SRČNEM POPUŠČANJU na Ivarčkem jezeru, v soboto, 7.5.2016 ob 17.00 uri, pod vodstvom Maje Pušnik Vrčkovnik, dr.med., specialistke interne medicine.

Prim. Cirila Slemenik Pušnik