

A kardiológus szerint infarktussal idővesztés a háziorvost hívni

NEM IDŐBEN RIASZTANAK

Nem ismeri fel, így nem is riasztja a mentőket infarktus esetén a háziorvosok többsége – állítja egy friss felmérés. A szegedi háziorvos szerint az adatok falsak, bár elfordul, hogy nem készítenek EKG-t az infarktusos betegről. A szegedi kardiológus viszont állítja: a leírtak fedik a valóságot.

TOMBÁZ RÓBERT

Lesújtó eredményeket hozott egy, az Országos Mentőszolgálat együttműködésével öt éven át folytatott hazai kutatás, amely az infarktusok felismerését és ellátását vizsgálta.

Eszerint a kiskunhalas térségében dolgozó háziorvosok 62 százaléka nem kért rohamkocsit infarktusos betegéhez, alig több mint negyedük ké-

szérősége megkérdőjelezhető, ezzel együtt az orvostudomány nem olyan egzakt, mint például a matematika, mindig történhetnek benne hibák – magyarázta Szilárd András, a Szegedi Háziorvosok Egyesületének elnöke, akit a felmérés tanulságairól kérdeztünk. Mint mondta, a lesújtó eredményekhez hozzájárulhat, hogy sokszor nincsenek tipikus tünetei az infarktusz-



■ Szívűtét a szívsebészeti klinikán

FOTÓ: FRANK YVETTE

→ Kultúra és sürgősségi ügyelet

Szilárd András szerint a helyzetet sokat javítana a lakossági egészségkultúra fejlesztése, komoly, közoktatásban is jelen lévő oktatása – a megelőzés és a tünetek felismerése érdekében. Emellett szükség lenne egy rutinos szakorvosokkal működő, 24 órás, kivonulós sürgősségi ügyeletre, ami jellegében a háziorvosi ügyelet és a mentős ellátás között állna. A háziorvosoknak ugyanis csak egy része rendelkezik más szakvizsgával is, így például egy kardiológiai kórképet is nehezebben ismerhetnek fel.

szített a későbbi kezelés szempontjából alapvető fontosságú EKG-t, 66 százalékuk pedig nem adott a probléma kezelésére alkalmas gyógyszert a pácienseknek. A felmérés készítői állítják: az adatok országosan is érvényesek. Mindez azért lényeges, mert az infarktust elszennvedő betegek nagyon gyakran a háziorvost keresik fel először.

– Úgy gondolom, a statisztika tény-

→ **TÁVELEMZÉS.** Hamarosan elég lesz csupán elkészíteni az EKG-t a szegedi háziorvosoknak, értékelniük nem kell azt – mondta el Forster Tamás. Telefonon átküldik az eredményeket a klinikára, ahol kardiológusok elemzik, és állítanak fel ennek alapján gyors diagnózist. A Szegeden még kísérleti fázisban lévő újítást a debreceni klinika már sikerrel alkalmazza.

nak, így viszont nem egyszerű felismerni. Az EKG pedig azért marad el gyakran, mert a telefonon leírt panaszokból nem érzékelhető, hogy a háziorvost szívrohamhoz hívják – így nem is viszik magukkal a műszert. Hozátette, bár EKG-val minden háziorvos rendelkezik, ez sem csodaszor: előfordul, hogy a gép sem mutat elváltozást a szív működésben, noha a betegnek infarktusa van. Mint mondta, az egyértelmű diagnózishoz vérvizsgálat is kellene – erre viszont csak egészségügyi intézményekben van lehetőség.

– Nagyjából egybevágnak a tapasztalatainkkal a felmérés eredményei. Sok beteg, akit előzőleg megvizsgált a háziorvosa, sajnos későn kerül hozzánk, és gyakori, hogy nem készítenek EKG-t a háziorvosok egy-egy infarktusos betegről – mondta Forster Tamás, a szegedi II. belgyógyászati klinika és kardiológiai központ vezetője. Naponta 3-4 beteg kerül a klinikára infarktussal, akiknek akkor van legna-

gyobb esélyük a túlélésre, ha időben, azaz legkésőbb hat órán belül ellátják őket. Egy korszerű szívkathéterezéssel mindössze 4-5 százalékos az infarktus halálozási rátája – míg enélkül a betegek közel ötödét elveszítik. A profesz-

szor a gyorsabb szakellátás érdekében azt javasolja: aki az infarktus jeleit – óriási, nem múló mellkasi fájdalom, verejtékezés, vérnyomásesés, hányinger – észleli magán, ne késlekedjen, a mentőket hívja, ne a háziorvost.

BÚJJUNK ÖSSZE!

Az összebújás és a gyengédség nemcsak a léleknek esik jól, hanem a szívbetegségeket is segít megelőzni. Az észak-karolinai egyetem kutatói felfedezték, hogy már az is csökkenti a vérnyomást és a pulzust, ha tíz percig fogjuk egymás kezét – tudósít a Men's Health című amerikai férfi életmódmagazin. Ezáltal pedig erősödik a szív és érrendszer.

MTI

Aki még ennél is jobban szeretné megkönnyíteni a szíve dolgát, az jól teszi, ha kiköltözik vidékre, mert a szennyezett városi levegő a keringésnek még jobban árt, mint a tüdőnek. A légzőszerven keresztül ugyanis a legfinomabb porszemcsék is eljutnak a vérbe, és gondoskodnak az erek beszűküléséről.

A michigani egyetem vizsgálata szerint ezért a szívpanaszok miatt kórházba utalt betegek száma megnő az olyan napokon, amikor a városokban magas koncentrációban van jelen a finom por.

Azoknak, akik ennek ellenére szívesen élnek városban, egészségük érdekében ajánlott, hogy évente többször is menjenek nyaralni. A New Yorki Állami Egyetem hosszú távú felmérése alapján ugyanis azok a férfiak, akik évente többször mennek pihenni, 29 százalékkal csökkentik annak az esélyét, hogy szív- és érrendszeri problémában haljanak meg.

TÚL SOK SÓT REJTENEK A TEASÜTEMÉNYEK

Ártalmas mennyiségben tartalmaz nátriumot néhány olyan reggeli étel, melyet éppen nem sós ízeről ismerünk, például az édes péksütemények és a gabonapelyhek – írja az amerikai Consumer Reports című fogyasztóvédelmi folyóirat.

MTI

A fogyasztóvédelmi csoport elemzése 37 élelmiszerre terjedt ki. Megállapították például, hogy az egyik legismertebb reggeli gabonapelyhely szokásos adagja 350 milligramm nátriumot tartalmaz, félcsészényi alacsony zsírtartalmú túró 360 milligrammot, egy darab teljes kiőrlésű fehér péksütemény pedig 440 milligrammot.

Az amerikai étkezési irányelvek szerint napi maximum 2300 mg nátrium ajánlott az egészséges felnőtt ember számára, a magas vérnyomás leküzdése érdekében pedig legfeljebb 1500 milligramm az irányadó napi beviteli érték. Az Egyesült Államokban élő átlagember ennél jóval több sót vesz magához, még hozzá nem utólagos sózással, hanem készletekkel.

A vizsgálat úgy találta, hogy a csökkentett zsírtartalmú termékek általában több nátriumot tartalmaznak, vélhetően ízük javítása érdekében. A hagyományos konyhasón (nátrium-klorid) kívül nátrium található több élelmiszer-adalékban, állagjavítóban, ízfokozóban és tartósítószerben is. Sok nátriumot tartalmaznak a különféle öntetek és szószok, de még a szívbarát zöldséglé is.

A TÍZÉVES LÁNYOK MÁR SZORONGANAK

A lányok egyharmada már tízéves korában aggódik amiatt, hogyan néz ki a teste, mutatott rá egy felmérés. 14 éves korukra már a lányok fele aggódik az alakja és a ruhamérete miatt. Egy brit felmérés során 150 ezer gyereket kérdeztek meg, s kiderült: a lányok megjelenéssel kapcsolatos megszállottsága sokkal fiatalabb korban kezdődik, mint azt a szakértők gondolták.

DAILY MAIL

A felmérésből az is kiderült, hogy a tízéves fiúk majdnem egynegyede foglal-

kozik a külsejével. A gyerekek képesek egy vagy több étkezést is kihagyni, dohányoznak, illetve étvágycsökken-

gyógyszereket szednek, és mindezt annak érdekében, hogy csinosak, vékonyak maradjanak. A szakemberek arra hívják fel a figyelmet, hogy a divatvilágban és a reklámparban szereplő szuperkarcsú modellek aggasztóan hatnak a fiatalok önképére.

A felmérés szerint a 14 évesek korcsoportjában háromból egy fiatal 12

éves kora óta rendszeresen iszik, hat százalékuk használt marihuánás cigarettát a felmérést megelőző 3 hónapban, és 3 százalékuk keménydrogot, például kokaint. 26 százalékuk nem érzi biztonságban magát otthon a környékén. A gyerekek több mint fele aggódik a jövő miatt. Nyolc százalékuk elégedetlen az életével, és a gyerekek 38 százaléka mondta azt, hogy az iskolában nagyobb fegyelemre lenne szükség. A megkérdezettek 39 százalékát terrorizálják társaik az iskolában, és negyedük mondja azt: az iskolai terror jelentős probléma.

A gyerekek csupán kis része mondta azt: van olyan felnőtt, akihez problémáival tud fordulni. Érdekes ez egy olyan társadalomban, ahol nemzedékek emelik fel a szavukat a korszaltályok közötti párbeszéd szükségessége mellett. A megkérdezett gyerekek közül a 12 évesek 42 százaléka aggódott az alakja miatt. Az alkoholfogyasztással kapcsolatban is meglepő adatok láttak napvilágot: a 14 évesek több mint fele vallotta be, hogy az elmúlt három hónapban legalább egyszer részegre itta magát.



■ A kislányok harmada aggódik amiatt, hogyan néz ki

ILLUSZTRÁCIÓ: MTI