Image not found or type unknown

Dni Świadomości Niewydolności Serca

unknown

Serce bije na alarm – może potrzebować Twojej pomocy.
Wykryj i lecz niewydolność serca.
Dni Świadomości Niewydolności Serca 2024

W dniach 29 kwietnia – 5 maja 2024 obchodzimy Dni Świadomości Niewydolności Serca, będące częścią Europejskich obchodów „Heart Failure Awareness Days" organizowanych co roku z inicjatywy Europejskiego Towarzystwa Kardiologicznego. Kampania ta skierowana jest do ogółu społeczeństwa, pracowników ochrony zdrowia oraz decydentów w całej Europie i ma na **celu zwiększenie świadomości na temat niewydolności serca, która jest najczęstszą przyczyną zgonów wśród wszystkich chorób układu krążenia. Dlatego tak ważna jest szeroka mobilizacja w celu jej zapobiegania, wczesnego wykrywania oraz poprawy jakości i długości życia chorych w krajach europejskich. Polskie obchody Dni Świadomości NS przebiegną pod hasłem „Serce bije na alarm. Może potrzebować Twojej pomocy. Wykryj niewydolność serca".**

Tegoroczna odsłona europejskiej kampanii („Wykryj niewykryte: ZNAJDŹ MNIE", eng.: Detect undetected: Find me)[1] i zwraca uwagę na potrzebę dotarcia do jeszcze niezdiagnozowanych pacjentów, zwłaszcza z grup ryzyka, takich jak cukrzyca, nadciśnienie, otyłość czy wady zastawkowe serca oraz podjęcia odpowiednio wczesnych, właściwych interwencji w zakresie zmiany stylu życia oraz wdrożenia skutecznego leczenia, co będzie miało największe przełożenie na poprawę długości i jakości życia pacjentów oraz ich rokowań.

- Niewydolność serca (NS) to epidemia XXI wieku ze względu na narastającą liczbę chorych, ale również związane z nią problemy społeczne i ekonomiczne. W Polsce na niewydolność serca choruje ok. 1,2 mln osób. Niewydolność serca to zespół chorobowy w przebiegu, którego obserwujemy narastającą męczliwość, duszność oraz retencję płynów najczęściej w obrębie kończyn dolnych (tzw. obrzęki kończyn dolnych), ale również w płucach czy jamie brzusznej. Najczęstszą przyczyną NS jest uszkodzenie mięśnia sercowego w przebiegu choroby niedokrwiennej serca, wad zastawkowych czy zapalenia mięśnia sercowego. Z kolei jej rozwojowi sprzyjają takie czynniki jak nadciśnienie tętnicze, cukrzyca, otyłość, migotanie przedsionków, płeć żeńska czy starszy wiek. Dlatego świadomość pacjentów jak i czujność lekarzy rodzinnych i innych specjalizacji jest kluczowa, aby wcześnie wykrywać i skutecznie leczyć niewydolność serca. – podkreśla **prof. Agnieszka Pawlak**, przewodnicząca Asocjacji Niewydolności Serca PTK.

Polska aktywnie włącza się w obchody Dni Świadomości Niewydolności Serca od kilku lat dzięki aktywności Asocjacji Niewydolności Serca PTK i partnerów. Wpisując się w

motyw przewodni tegorocznej edycji, polska odsłona kampanii skupia się na przekazaniu kluczowej wiedzy na temat niewydolności serca, która może uratować życie tysiącom pacjentów, dlatego pragniemy dotrzeć z przekazem do jak największej części polskiego społeczeństwa i budować czujności wśród lekarzy rodzinnych w zakresie przyczyn, czynników ryzyka i objawów niewydolności serca, w celu wczesnego wykrywania tej ciężkiej i śmiertelnej choroby. **Przesłanie tegorocznego tygodnia brzmi: „Serce bije na alarm – może potrzebować Twojej pomocy. Wykryj i lecz niewydolność serca”.** Partnerami obchodów jest Polskie Towarzystwo Kardiologiczne oraz Naczelna Izba Lekarska.

Świadomość ryzyka rozwoju niewydolności serca wśród pacjentów z chorobami cywilizacyjnymi, jak cukrzyca, nadciśnienie czy choroby nerek, może uratować życie. Co istotne, aktualne możliwości leczenia niewydolności serca dają pacjentom szanse na długie życie w lepszej sprawności. Warunkiem jest postawienie diagnozy i wdrożenie terapii zgodnej z zaleceniami klinicznymi.

- Przekaz Dni Świadomości kierujemy przede wszystkim do lekarzy pierwszego kontaktu, lekarzy rodzinnych, którzy na co dzień opiekują się pacjentami z chorobami przewlekłymi. Mamy przed oczami dwa główne cele, po pierwsze poprawę jakości życia, czyli funkcjonowania pacjenta, a z drugiej poprawę jego rokowania. Jakość życia rozumiemy tutaj szeroko, przede wszystkim jako pozbycie się dokuczliwych objawów, męczliwości, duszności wysiłkowej, nawracających zaostrzeń i obrzęków. Jeżeli umożliwimy pacjentowi funkcjonowanie w jak najlepszej formie, to zyskamy u niego kredyt zaufania i dobrą współpracę. Pacjent będzie zażywał leki, ponieważ będzie widział związek przyczynowo skutkowy między stosowaniem się do konkretnych zaleceń, a poprawą jego stanu zdrowia. – zaznacza **prof. Paweł Rubiś,** przewodniczący elekt Asocjacji Niewydolności Serca.

- Obecnie mamy 4 główne filary leczenia niewydolności serca (4 grupy leków), a postępowanie terapeutyczne jest kontynuowane po wypisie pacjenta ze szpitala, dlatego tak ważna jest współpraca na linii kardiolog – lekarz rodzinny. Aż u 40% pacjentów w ciągu 60 dni od wyjścia ze szpitala występuje bowiem konieczność ponownej hospitalizacji lub innej interwencji medycznej, co zwiększa ryzyko zgonu. Dlatego kluczowa jest kontrola pacjenta w pierwszych tygodniach po leczeniu szpitalnym, jeśli to możliwe w poradni kardiologicznej, ale także w gabinecie lekarza rodzinnego. Dąży się wówczas do optymalizacji terapii i poprawy stanu zdrowia chorego. **-** wskazuje **dr Mateusz Sokolski**, HFA Young Committee Europejskiego Towarzystwa Kardiologicznego.

Na inaugurację tegorocznych obchodów Dni Świadomości Serca **zagrają jedyne w Polsce gdańskie carillony na Ratuszu Głównym Miasta, 29 kwietnia (poniedziałek) o godz. 12:00.** To wyjątkowe wykonanie będzie symbolem, tego jak ważne jest serce dla każdego człowieka **„serce bijące jak dzwon”** oraz potrzeby dbania o nie w każdym wieku. Relacja z tego wydarzenia będzie dostępna na Facebook Asocjacji Niewydolności Serca: https://www.facebook.com/AsocjacjaNiewydolnosciSercaPTK.

Do klinik niewydolności serca trafi plakat tegorocznej odsłony kampanii oraz ulotki edukacyjne. Przez cały tydzień na profilu Asocjacji Niewydolności Serca PTK będą pojawiać się nagrania z ekspertami (kardiologami, diabetologami, nefrologami, psychiatrami i lekarzami rodzinnymi) i pacjentami oraz posty i infografiki edukacyjne, które będą przybliżać tematykę niewydolności serca. Zachęcamy do śledzenia profilu i udostępniania treści.

Niewydolność serca to globalne wyzwanie, które łączy różnych specjalistów medycznych i pacjentów z chorobami współistniejącymi. Wspólnie możemy uratować wiele istnień. Niech nasze serca zabiją na alarm!

***

Kluczowe fakty o niewydolności serca:

- **Szacuje się, iż na niewydolność serca (NS) choruje w Polsce ok. 1,2 miliona osób, co stanowi ok. 3% populacji naszego**

kraju.

- **Niewydolność serca jest najczęstszą przyczyną zgonów spośród wszystkich chorób układu krążenia! Co roku z jej powodu umiera prawie 140 000 osób**[2].
- Pięcioletnie przeżycie pacjenta od momentu ustalenia rozpoznania niewydolności serca wynosi niespełna 50%.
- Średnia wartość wskaźnika **liczby hospitalizacji z powodu NS w Polsce** w przeliczeniu na liczbę mieszkańców jest niemal **3-krotnie wyższa niż średnia dla pozostałych krajów OECD**[3].
- Niewydolność serca ma charakter postępujący a częstość występowania zaawansowanej NS w ostatnich latach wzrasta. Jest to spowodowane rosnącą liczbą pacjentów z NS, starzeniem się społeczeństwa oraz lepszymi efektami zarówno farmakoterapii, jak i terapii inwazyjnych chorób prowadzących do rozwoju NS, w tym głównie zawału serca.
- Niewydolność serca jest konsekwencją wielu schorzeń, w szczególności sercowo-naczyniowych tj. **cukrzyca, miażdżyca, nadciśnienie tętnicze, otyłość, przebyte zawały serca czy wady zastawkowe serca**. Dlatego tak ważna jest czujność lekarzy rodzinnych i specjalistów pozwalająca na podjęcie interwencji w zakresie zapobiegania rozwojowi niewydolności serca lub jej wczesnego wykrycia i skutecznego leczenia.
- Niewydolność serca może dotknąć każdego, bez względu na wiek i płeć. Najczęściej chorują osoby **powyżej 60 roku życia**, jednak niewydolność serca może wystąpić w każdym wieku.
- **Ryzyko rozwoju niewydolności serca można zmniejszyć** prowadząc zdrowy tryb życia, stosując odpowiednią dietę, pozostając aktywnym fizycznie, unikając używek oraz skutecznie lecząc choroby współistniejące.
- **O niewydolności serca mogą świadczyć poniższe objawy:**

  - **duszność** podczas wysiłku fizycznego, z powodu której musisz przystawać i odpoczywać, np. po wejściu na 1 piętro,
  - **duszność** wybudzającą w nocy, która zmusza do wstania z łóżka,
  - osłabienie i **łatwe męczenie się**,
  - **obrzęki kończyn dolnych**, zwłaszcza sięgające powyżej kostek, które utrzymują się przez cały dzień,

- szybki **przyrost masy ciała** – 1,5-2 kg dziennie

Zwłaszcza, jeśli występują u Ciebie także inne choroby kardiologiczne.

[1]https://www.escardio.org/Sub-specialty-communities/Heart-Failure-Association-of-the-ESC-(HFA)/Advocacy/Heart-failure-awareness-day/Heart-failure-awareness-days-2024
[2] Raport „Niewydolność serca w Polsce 2014 – 2021” https://www.niewydolnosc-serca.pl/doc/ANS_raport_01.09_.pdf
[3] OECD. Health at a Glance 2021: OECD Indicators. 2021