

4400 Slovencev na leto se zdravi zaradi kapi

Možgansko kap lahko pomagamo preprečiti z zdravim življenjskim slogom in rednimi zdravniškimi pregledi, kljub temu pa ostaja eden vodilnih vzrokov smrti po svetu. Slovenski strokovnjaki s projektom TeleKap omogočajo ustrezno in pravočasno zdravljenje vse več bolnikom iz krajev, kjer je oskrba z vaskularno nevrologijo preskromna.

Čas so možgani – vodilo, ki poudarja, da možganska kap potrebuje takojšnje ukrepanje. Je eden od najpogostejših vzrokov smrti po svetu in je edina bolezen, ki lahko na videz zdravemu človeku v trenutku vzame življenje ali pa gibanje, misli, govor in vid ter ga do smrti oropa človeka dostojnega in kakovostnega življenja. Posledice možganske kapi so zelo različne, odvisne pa so od obsežnosti okvare, od mesta, ki je bilo prizadeto, in od hitrosti ukrepanja. Zaradi možgansko-žilnih bolezni danes v svetu trpi 15 milijonov ljudi, v Evropski uniji štirje milijoni, vsako leto jih na novo zbolijo 1,2 milijona; v svetovnem merilu jih pet milijonov postane dolgoletno telesno prizadetih, toliko pa jih vsako leto umre, kaže statistika. V Sloveniji se zaradi možganske kapi zdravi okoli 4400 prebivalcev na leto. V starosti do 65. leta moški umirajo pogosteje kot ženske, sicer pa je možganska kap pri nas tretji najpogostejši vzrok smrti med ženskami. Kot sporočajo z NIJZ, v Sloveniji podobno kot v drugih evropskih državah v zadnjih petih letih zaznavamo upad števila smrtnih primerov zaradi možganske kapi. »Tradicionalno prepričanje, da je možganska kap le posledica staranja prebivalstva z neizogibno smrtjo ali hudo invalidnostjo, je že zdavnaj preživeto,« je pred svetovnim dnem, ki ga stroka

zaznamuje 10. maja, povedala prof. dr. **Bojana Žvan**, dr. med., prim., višja svetnica in vodja Republiškega centra TeleKap. »Bolezen je danes mogoče preprečiti in ozdraviti. Vse več je dokazov o učinkoviti primarni

tika in stroka v Evropi in svetu, vendar je žal še vedno na voljo premalo bolnikom.« Za njeno večjo dostopnost so se strokovnjaki s področja možganske kapi v Sloveniji lotili projekta TeleKap, ki je začel redno delovati septembra lani, in to 24 ur na dan. Namenjen je zdravljenju akutne ishemične možganske kapi na daljavo prek telemedicine, pomeni pa več ozdravljenih bolnikov, manj smrti in invalidnosti ter zmanjšanje izdatkov z zdravstvene blagajne. »Zaradi majhnega števila vaskularnih nevrologov, predvsem v neurbanih predelih Slovenije, lahko znotraj Republiške mreže TeleKap zagotovimo ustrezno zdravljenje več bolnikom. Primarna prednost mreže je, da imajo zdravniki v regionalnih, partnerskih bolni-

šnicah, kjer je nevrološka služba preskromna ali pa je ni, možnost 24-urnega posvetovanja z vaskularnim nevrologom po videopovezavi v živo.« In kako deluje TeleKap? »Pred začetkom videoklica zdravnik v regionalni bolnišnici po telefonu pokliče strokovnjaka vaskularne nevrologije v Republiški center TeleKap, ki nato vodi konzultacijo oziroma svetuje zdravniku prek telemedicinske tehnologije,« predstavi prof. dr. Žvanova. »V svojih protokolih morajo vse bolnišnice v mreži TeleKap upoštevati kriterije za zdravljenje s trombolizo. V simultnem videopostopku lahko strokovnjak opravi celotni nevrološki pregled. S točkovanjem bolnika z akutno možgansko kapjo po lestvici oceni njegovo nevrološko prizadetost in analizira njegovo primernost za zdravljenje. Prek mreže za večino bolnikov pridobi CT mo-



Možganska kap lahko na videz zdravemu človeku v trenutku uniči ali vzame življenje.



Nikar ne pozabimo na preventivo in zdrav življenjski slog.

in sekundarni preventivi pa tudi o trombolizo, to je raztapljanju krvnih strdkov z zdravilom, ki ga dajemo v žilo, vendar samo takoj po pojavu simptomov bolezni. Tromboliza je dokazano uspešno zdravljenje z zdravili, ki sta ga odobrili zdravstvena poli-

štvena vaskularnih nevrologov, predvsem v neurbanih predelih Slovenije, lahko znotraj Republiške mreže TeleKap zagotovimo ustrezno zdravljenje več bolnikom. Primarna prednost mreže je, da imajo zdravniki v regionalnih, partnerskih bolni-

žganov, druge slikovne nevro-radiološke preiskave in podatke o drugih preiskavah. Glede na klinični pregled in izvide specialista predlaga oddaljenemu zdravniku najprimernejši način zdravljenja. V posamezno videokonferenco se lahko vključijo tudi drugi strokovnjaki, npr. intervencijski radiolog, nevrokirurg in drugi.« Velik napredek zdravljenja akutne ishemične MK v zadnjem času prinašajo tudi znotrajžilne, predvsem mehanske rekanalizacijske metode arterij v vratu in možganih, še pojasni prof. dr. Žvanova: »S to metodo odstranimo krvni strdek skozi žilo s po-

sebnimi vodili. Znotraj Republiške mreže TeleKap bomo lahko nudili izbranim bolnikom tudi tovrstno napredno zdravljenje.« Sistem bodo v prihodnje vsekar še razvijali in izpopolnjevali, sklene: »Poskušali bomo čim bolj skrajšati čas bolnišnične in predbolnišnične obravnave ter čas od začetka dogodka do zdravljenja s trombolizo in nuditi napredno zdravljenje čim več bolnikom, ki bodo izpolnjevali kriterije. Do leta 2020 želimo ustanoviti enote za možgansko kap v vseh partnerskih bolnišnicah, z vsem pripadajočim osebjem, v številni rehabilitacijski tim.«

EMA BUBANJ

Nadzorujte krvni tlak

Kot pojasnjujejo pri Društvu za preprečevanje možganskih in žilnih bolezni, med najučinkovitejše ukrepe zanesljivo spada pravočasno prepoznavanje nevarnih dejavnikov, denimo redno nadzorovanje vrednosti krvnega tlaka, predvsem bolniki z arterijsko hipertenzijo, možgansko-žilnimi boleznimi in starejši, glukoze in holesterola. Možgansko kap lahko pomagamo preprečiti tudi s preprostimi spremembami življenjskega sloga: opustimo kajenje, vsaj pol ure na dan se ukvarjamo s telesno vadbo, jemo veliko sadja in zelenjave, vzdržujemo pravilno telesno težo, v hrani omejimo sol, maščobe in sladkor, izogibamo se čezmernemu uživanju alkohola, redno si merimo krvni tlak, pregledujemo krvne maščobe in sladkor, če občutimo nereden srčni utrip, se posvetujemo z zdravnikom.

UTRUJENE IN OTEKLE NOGE?

Ajda je že dolgo cenjena zaradi svojih pozitivnih učinkov pri težavah z venami in krčnimi žilami. Priporočajo jo številni strokovnjaki naravnega zdravilstva.

Najbolj znana učinkovina v ajdi je rutin, močan antioksidant, ki okrepi žilne stene kapilar. **Rutin** pomaga tudi pri zniževanju holesterola in ima protivnetni učinek.

- za izboljševanje krvnega pretoka in prenosa hranil
- za pomoč pri težavah s krčnimi žilami
- za pomoč pri oteklih nogah

hafesan Ajda kapsule za dietetsko uravnavanje venskega popuščanja in hemoroidov!

hafesan kapsule so na voljo v lekarnah, specializiranih



Brezplačen katalog in več informacij na: 01 242 84 80, www.hafesan.si

Najučinkovitejše omega-3 za odrasle in otroke

Neptunovo krilovo olje (NKO) s številnimi prednostmi pred ribjim oljem.

Nujne za zdravje

Omega-3 spadajo med esencialne maščobne kisline in jih moramo zaužiti s hrano. Žal pa naša prehrana vsebuje bistveno preveč omega-6, zato je v telesu razmerje med njima porušeno. Namesto idealnega 1 : 4 je lahko tudi 1 : 100. Pri prehrani s premalo maščobnimi kislinami **omega-3** se verjetnost za različna vnetja v telesu in s tem boleznimi poveča.

Za možgane in srce

Maščobne kisline **omega-3** imajo vlogo pri delovanju srca in ohranjanju normalne koncentracije trigliceridov v krvi. Ravno tako pa pripomorejo pri normalnem delovanju možganov in ohranjanju vida. Dokazano je, da so otroci in najstniki, ki zaužijejo premalo teh maščob, bolj podvrženi hiperaktivnosti in depresiji.

Prva izbira kot vir omega-3

To je vsekakor **Neptunovo krilovo olje (NKO)**. Pridobivajo ga iz planktonskih rakcev, imenovanih antarktični kril, prav z dna prehranske verige.

Na voljo tudi NKO za otroke

Omega-3 v kombinaciji z vitaminom D

NKO vsebuje idealno razmerje med maščobnimi kislinami omega-3 in omega-6, to je 15 : 1, ribje olje pa samo 3 : 1.

za normalno rast in razvoj kosti in gama-linolenolno kislino iz boragovega olja.

Prednosti Neptunovega krilovega olja:

- za vso družino,
- unikatni vir maščobnih kislin **omega-3**, antioksidantov in fosfolipidov,
- v celicah učinkuje dvakrat hitreje in se vsrka za 30 odstotkov bolje kot ribje olje,
- sposobnost vezave prostih radikalov je 47-krat večja kot pri ribjem olju in 34-krat boljše kot pri koencimu Q10,
- brez spahovanja in priokusa po ribah,
- je brez težkih kovin, pesticidov, PCB ...

Na voljo v lekarnah in na www.naturamedica.si

Info: tel. 03/56 300 22 in 040/214 620
NaturaMedica, d. o. o.

Edina originalna formulacija



Oglasno sporočilo