



Проект «60+ Кардіо»: трикутник думок

У вересні 2012 р. Всеукраїнською громадською організацією «Асоціація превентивної та антивейджинг медицини» за підтримки фармацевтичної компанії «Сандоз», а також медичної та фармацевтичної спільноти було започатковано проект «60+ Кардіо», одним із напрямів діяльності якого передбачено створення мережі інформаційних «Кабінетів людини літнього віку».

Специфіку та формат діяльності цієї ініціативи було обрано не випадково: проблемою № 1 в Україні та світі є серцево-судинні захворювання (ССЗ) – основна причина приблизно 2/3 летальних випадків та інвалідизації серед дорослого населення. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, щорічно ССЗ стають причиною смерті 500 тис. українців (приблизно 1370 осіб щодня), а кількість звернень із приводу кардіоваскулярної патології досягла 19,4 млн на рік.

Головна мета проекту «60+ Кардіо» – інформування населення з приводу того, що саме і яким чином може призвести до появи інфаркту міокарда, інсульту та інших захворювань; поглиблення знань щодо методів корекції факторів ризику та шляхів до здорового та повноцінного довголіття.

Сьогодні інформаційно-консультативні «Кабінети людини літнього віку» функціонують у багатьох містах України: Києві,

Харкові, Одесі, Полтаві, Новограді-Волинському, Житомирі та ін.

У «Кабінеті людини літнього віку» виконуються:

- анкетування;
- визначення зросту;
- вимірювання ваги, індексу маси тіла;
- вимірювання артеріального тиску;
- оцінка серцево-судинного ризику за модифікованою шкалою SCORE;
- рекомендації щодо корекції способу життя та харчування;
- забезпечення спеціалізованою тематичною літературою (надаються медичні журнали, брошури, які містять поради щодо запобігання виникненню артеріальної гіпертензії, стенокардії, інсульту).

Приємно, що проект «60+ Кардіо» існує не на папері, а послідовно та цілеспрямовано втілюється у життя. Діяльність «Кабінету людини літнього віку» на базі аптечного закладу – це додаткове навантаження на працівників чи відповідальна соціальна місія? У якій мірі дані, отримані під час профілактичних оглядів, є співставними з результатами офіційної статистики? Чи спонукають візит до фахівця й у свідомлення масштабу небезпеки ССЗ до відмови від шкідливих звичок та зміни способу життя? Про це ми запитали в провізорів, які задіяні в проекті, фахівців, що здійснюють оцінку кардіоваскулярного ризику, та відвідувачів, які вже скористалися перагами «Кабінету людини літнього віку».

Отже, до вашої уваги враження пацієнтів, лікарів та фармацевтів (основних ланок «трикутника»).

На думку фармацевта...

Владислав Леонідович Козловський, завідувач КП «Аптека № 127» (м. Житомир, майдан Соборний, 4):

– Про проект «60+ Кардіо» та мережу інформаційних «Кабінетів людини літнього віку» я вперше дізнався від медичного представника компанії «Сандоз», а коли побував на відкритті аналогічного кабінету в м. Новограді-Волинському, сумнівів не залишилося: потрібно негайно переймати успішний досвід і використовувати його у власній практиці!



У сучасних складних економічних реаліях соціальні проекти на безкоштовній основі (зокрема, ті, що передбачають огляд пацієнтів) приносять користь обом учасникам процесу: формують позитивний імідж аптеки, а також дають можливість населенню дізнатися про існуючі та можливі ризики

для здоров'я та ознайомитися з методами їх корекції. Тим більше, що у «Кабінеті людини літнього віку» на базі нашої установи прийом веде лікар-кардіолог.

Протягом досить короткого періоду часу («Кабінет» працює трошки більше місяця) консультацію лікаря отримали 130 осіб (усі пройшли анкетування за модифікованою шкалою кардіоваскулярного ризику SCORE), близько 50 осіб зверталися повторно, щоб оцінити, наскільки дієвою є корекція факторів ризику відповідно до медичних рекомендацій.

Результати анкетування вражають: у понад 90% відвідувачів виявлено підвищений ризик виникнення негативних серцево-судинних подій. Ці дані співзвучні зі статистичними показниками в Україні в цілому, власним досвідом (зокрема, із проблемою кардіоваскулярної патології зіткнулися деякі мої знайомі).

Проект «60+ Кардіо» та діяльність інформаційних «Кабінетів людини літнього віку» – шанс для пацієнтів виявити передумови розвитку хвороби та почати діяти вже на початкових її етапах.

Тамара Романівна Сахненко, завідувач «Центральної міської районної аптеки № 217» (м. Новоград-Волинський):

– Одного разу, переглядаючи фахове видання, зустріла цікаву статтю про проект «60+ Кардіо» та відкриття «Кабінетів людини літнього віку». Не відкладаючи на потім, одразу ж проявила ініціативу: зателефувала до столиці, обговорила з організаторами проекту подробиці та умови щодо можливої участі в ньому, адже, незважаючи на те що за кількістю населення наше містечко невелике, актуальність проблеми ССЗ для його мешканців є дуже й дуже високою.

У нашому кабінеті щодня з 09.00 до 17.00 працюють лікар-кардіолог, клінічний і старший провізори, які пройшли спеціальне навчання. Я впевнена, що формат роботи з населенням у вигляді безпосереднього спілкування є дієвим та ефективним. Сподіваюся, що коли людині буде визначено вік, якому відповідають її фізичні можливості, встановлено фактори ризику, роз'яснено прогноз і надано рекомендації, як поводити себе далі, це стимулюватиме її дотримуватися здорового способу життя



з метою досягти активного довголіття. Можливо, тоді в нашій країні справді стане більше довгожителів.

Юлія Андріївна Борисова, завідувач «Аптеки доброго дня» (м. Харків, вул. Пушкінська, 26):

– Восени 2013 р. наш заклад долучився до проекту «60+ Кардіо», на його базі відкрито «Кабінет людини літнього віку». Головною перевагою його діяльності для аптеки є ототожнення закладу не лише з лікуванням хвороб, а й можливістю їх профілактики. Адже відомо, що чим швидше будуть виявлені фактори ризику, тим більше шансів попередити виникнення патології. У «Кабінеті людини літнього віку» за допомогою фармацевта всі бажані можуть визначити рівень артеріального тиску, масу тіла та одержати цінні рекомендації щодо досягнення здорового довголіття.

Звернутися в «Кабінет людини літнього віку» та скористатися безкоштовними послугами можуть усі жителі міста незалежно від віку. Хоча реєстр відвідувачів не ведеться, спостереження фармацевта та аналіз структури продажу антигіпертензивних засобів (за приблизними підрахунками, близько 30% клієнтів аптеки звертаються за порадою або з метою придбання цієї групи препаратів) свідчать про гостру актуальність проблеми ССЗ.



Разом із тим населення недостатньо поінформоване про необхідність модифікації способу життя, принципи лікування та серйозність можливих ускладнень. Слід визнати, що в сучасному світі ми звертаємося за допомогою лише тоді, коли не можемо без неї обійтися, у переважній більшості випадків забуваючи про превентивні заходи.

Профілактична місія проекту «60+ Кардіо» та мережі «Кабінетів людини літнього віку» вселяє віру в те, що кількість наших співвітчизників, які ретельніше піклуватимуться про стан власного здоров'я, збільшиться, а якість їхнього життя відчутно зросте.

На думку пацієнта...

Леонід Іванович Грабовський, 68 років, пенсіонер (м. Житомир):

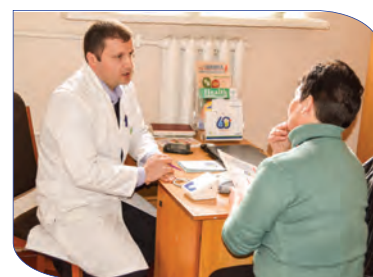
– Нещодавно я, слухаючи місцеву радіохвилю, почув оголошення про відкриття «Кабінету людини літнього віку» в м. Житомирі. Здивувало, що послуги «Кабінету» безкоштовні (це у наш час рідкість), тому доступні навіть тим, хто живе на маленьку пенсію. Під час першого візиту з'ясувалося, що я маю дуже високий ризик виникнення серцево-судинних хвороб (інсульту чи інфаркту) у найближчі 5 років.

Тема здоров'я є для мене однією з найцікавіших та, як кажуть, найбільючіших: у газеті одразу шукаю спеціалізовану сторінку, та й розмови в колі друзів, хочеш-не-хочеш, завершуються обговоренням хвороб... Проте буклети для пацієнтів, які мені надали як відвідувачу «Кабінету людини літнього віку», дозволили дізнатися багато нового про відмінності між інфарктом та інсультом; ранні прояви ССЗ і методи невідкладної допомоги; принципи здорового способу життя.

Багато моїх знайомих мають ССЗ, що вносить корективи у робочий ритм та відпочинок, переважно непередбачувані й не надто приємні: то щось закололо, то серце ниє, то голови немов лещатами здавлює від високого тиску... Чесно кажучи, не хочу, щоб це трапилося зі мною, тому в такому

поважному віці вирішив кардинально змінити спосіб життя: контролюю рівень тиску (після візиту до «Кабінету» придбав автоматичний тонометр), найближчим часом плану купити ваги, намагаюсь повноцінно харчуватися, бути на «ти» зі спортом.

Не знаю, як там з приводу серця, а от енергії для буденних справ точно додалося.



Майя Степанівна Ейсмонг, 79 років, пенсіонерка (м. Новоград-Волинський):

– Якоюсь прочитала у місцевій пресі новину про відкриття в нашому місті «Кабінету людини літнього віку», а згодом дізналася, що його вже відвідали мої знайомі та залишилися приємно вражені. Я подумала: чому б і собі не спробувати? Тим більше, що минуло понад рік з того часу, коли я востаннє зверталася до лікарів.

Чесно кажучи, про наявність дуже високого серцево-судинного ризику здогадувалася й раніше, адже вдома маю тонометр, тому знаю, що артеріальний тиск часто «стрибає». Спілкування з лікарем, який консультує в «Кабінеті людини літнього віку», стало для мене поштовхом більш відповідально ставитися до виконання рекомендацій щодо власного здоров'я. Під час бесіди дізналася про принципи харчування, методику правильного вимірювання тиску, необхідність регулярного та пожиттєвого застосування лікарських засобів, які його нормалізують. Одразу видно: лікар – професіонал у своїй справі.

На думку лікаря...

Валентина Олександрівна Єгорова, лікар-кардіолог (Новоград-Волинське міськрайонне ТМО), лікар «Кабінету людини літнього віку» на базі «Центральної міськрайонної аптеки № 217» (м. Новоград-Волинський):

– «Кабінет людини літнього віку» функціонує на базі закладу з квітня цього року. За такий, здавалося б, короткий проміжок часу його відвідали понад 1,5 тис. мешканців міста. Експрес-діагностику – вимірювання тиску, визначення індексу маси тіла, розрахунок серцево-судинного ризику за шкалою SCORE – ми проводимо відвідувачам різних вікових груп. Звичайно, їхні потреби різні: люди похилого віку, як правило, вже знають щодо діагностованих у них ССЗ або мають високий/дуже високий ризик розвитку ССЗ (50-70%), тому цікавляться про додаткові методи обстеження, можливість отримання направлення до спеціалізованих медичних установ; відвідувачі молодого та середнього віку, в яких вірогідність ССЗ невисока, консультуються з питань здорового способу життя та контролю факторів ризику ССЗ.

Об'єднує представників різних поколінь глибоке переконання в тому, що краще спрямувати зусилля на попередження ССЗ, ніж у подальшому витратити кошти на дороге лікування.

Для того щоб змінити життя на краще, необхідно лише одне – бажання. Головна місія проекту «60+ Кардіо» – мотивувати людину, посягти у її свідомості віру у можливість позитивних змін та окреслити шлях до здоров'я й активного довголіття, на якому пацієнт зробить такий важливий перший крок.

Підготувала **Ольга Радучич**

3-54-КРД-РЕЦ-1214



SANDOZ
a Novartis company

ІНФОРМАЦІЙНИЙ ПАРТНЕР

Здоров'я України

За підтримки: НМАПО ім. П.Л. Шупика,
Інституту геронтології ім. Д.Ф. Чеботарьова
НАМН України,
МОЗ України