

«60+ Кардіо»: шанс на здорове довголіття для всіх і кожного



У вересні 2012 р. за підтримки Всеукраїнської громадської організації «Асоціація превентивної та антиейджинг медицини» та компанії «Сандоз» стартувала Всеукраїнська соціальна ініціатива «60+ Кардіо».

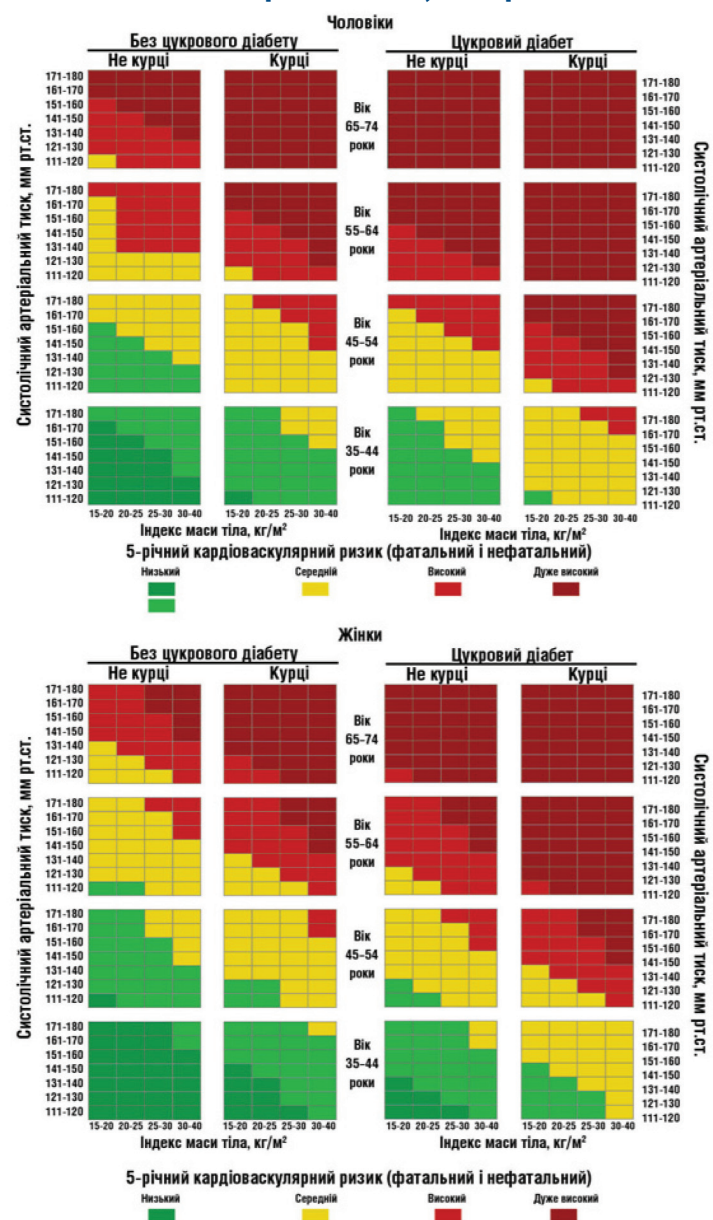
На сьогодні проблема високої серцево-судинної захворюваності, на вирішення якої спрямована програма, є першочерговою як для світового співтовариства в цілому, так і для України зокрема: наша країна посідає сумне перше місце в Європі за рівнем кардіоваскулярної захворюваності та смертності.

Згідно з даними статистики, в Україні кожні 5 хвилин трапляється інсульт, кожні 10 хвилин – інфаркт міокарда; за відомостями Всесвітньої організації охорони здоров'я, тільки в 2011-2012 рр. серцево-судинні захворювання стали причиною смерті 400 тис. українців.

Один із проектів, який реалізується в рамках масштабної програми «60+ Кардіо», – відкриття спеціалізованих інформаційних кабінетів під назвою «Кабінет людини літнього віку» в аптеках і лікувально-профілактичних установах – покинути привертнути увагу населення до проблеми кардіоваскулярних захворювань і передбачає оцінку рівня індивідуального серцево-судинного ризику пацієнтів, надання населенню рекомендацій щодо харчування й фізичної активності, інформації про сучасні можливості фармакотерапії. Незважаючи на те що основною фокусною групою є пацієнти віком понад 60 років (встановлено, що в цій популяції ризик кардіоваскулярних захворювань зростає в 3-5 разів), заохочується участь у ній і людей працездатного віку, що особливо актуально з урахуванням тенденції до «омолодження» серцево-судинної патології.

«Кабінет людини літнього віку» – це спеціально обладнана зона в приміщенні аптеки, оснащена вагами, приладом для вимірювання зросту та автоматичним тонометром, інформаційними матеріалами, орієнтованими на пацієнтів. Співробітники аптеки, які пройшли відповідні навчальні тренінги, оцінюють індивідуальний серцево-судинний ризик на підставі показників артеріального тиску, індексу маси тіла, статусу куріння, наявності/відсутності цукрового діабету. З цією метою використовується модифікована шкала SCORE, запропонована Європейським товариством кардіологів у 2003 р.

Оцінка смерті від серцево-судинних захворювань на найближчі 5 років життя (модифікована шкала SCORE)



Щоб оцінити сумарний ризик смерті від серцево-судинних захворювань протягом 5 років, слід вибрати таблицю, що відповідає статі, віку, наявності чи відсутності цукрового діабету і статусу куріння. Шкала допомагає оцінити результати профілактичних заходів. Так пацієнт, який вживає папіли або сигари, належить до категорії високого ризику.

зроби І.М./ Медіс Антиейджинг. – 2010. – №2. – с. 22-27

Щоб оцінити сумарний ризик смерті через серцево-судинні захворювання на найближчі 5 років, треба вибрати таблицю, яка відповідає статі, віку, статусу куріння та наявності/відсутності цукрового діабету, а потім визначити сектор на підставі показників систолічного артеріального тиску та індексу маси тіла пацієнта.

З урахуванням отриманих показників серцево-судинного ризику можна рекомендувати проведення профілактичних заходів, які є доцільними у цій клінічній ситуації.

Фактично здійснюється долікарський відбір груп ризику, які потребують консультації профільних фахівців. Якщо у пацієнта виявляють предиктори кардіоваскулярних подій, йому рекомендують проконсультуватися у фахівця вузького профілю.

Обстеження одного відвідувача займає всього 5-7 хвилин. Хочеться відзначити, що послуги та інформаційні матеріали надаються безкоштовно.

Фахівцями одного з «Кабінетів людини літнього віку», що функціонують у м. Києві, з лютого по серпень 2013 р. було обстежено 295 відвідувачів, середній вік яких склав 71 рік. На жаль, тільки у 4% з них серцево-судинний ризик був класифікований як низький.

Ініціатива «60+ Кардіо» є важливою сходинкою до оптимізації ситуації у сфері серцево-судинних захворювань серед українців загалом. Проте ще більш значимою є її роль щодо покращення здоров'я окремих жителів нашої країни і їхнього доступу до якісної консультативної допомоги.

У день відкриття «Кабінету людини літнього віку» в Київській спеціалізованій аптеці № 1 ми поговорили з одним із перших його гостей, Миколою Олексійовичем. Виявилось, що з проблемою артеріальної гіпертензії він знайомий давно: останні 3 роки отримує антигіпертензивну терапію й регулярно відвідує лікаря з метою контролю її ефективності.

Як зізнався наш співрозмовник, серед безлічі складнощів, які пов'язані із захворюванням, для нього найбільш відчутною є висока вартість лікування: за державною програмою, яка передбачає компенсацію 90% вартості антигіпертензивної терапії, йому вдалося придбати необхідні препарати тільки один раз; в іншому щомісячні витрати на лікування складають приблизно 1/3 пенсії.

«Я проживаю в Ржищівському районі, періодично консультуюся в Київській обласній клінічній лікарні. Завдяки зручному місцерозташуванню аптеки буду регулярно відвідувати «Кабінет людини літнього віку» з метою контролю рівня артеріального тиску, отримання додаткових рекомендацій стосовно немедикаментозної корекції», – поділився планами Микола Олексійович.

Чоловік спростовує існуючі стереотипи і переконує, що при правильному підході навіть у поважному віці (у грудні Микола Олексійович відзначив 77-й день народження) можна залишатися лідером, а не аутсайдером: левову частку часу він працює на свіжому повітрі, здійснює прогулянки; дотримується принципів здорового харчування, не палить і практично не п'є, багато читає, цікавиться історією краю, а головне – залишається бадьорим, ентузіастом і дивовижним оптимістом.

Приклад нашого співрозмовника є підтвердженням слів легендарного американського актора Джона Беррімора, який казав, що «людина не є старою доти, доки жаль про нездійснені мрії не приходить на зміну сподіванням»; це розвіює міф про те, що артеріальна гіпертензія і погане самопочуття – неминучі супутники старості.

На сьогодні в містах Києві, Харкові, Донецьку, Одесі, Макіївці, Краматорську, Дружківці, Полтаві, Новоград-Волинському успішно функціонують 10 «Кабінетів людини літнього віку».

Отримати консультацію спеціаліста всі бажаючі можуть за адресами:

- м. Київ**
вул. Багговутівська, 3/15-Б, Київська спеціалізована аптека № 1
вул. Білоруська, 17-А, кабінет № 10 при поліклініці Управління медичних послуг та реабілітації ДАХК «Артем»
- м. Донецьк**
пр. Ленінський, 47, ДУ «Інститут невідкладної і відновної хірургії ім. В.К. Гусака НАМН України»
- м. Дружківка (Донецька область)**
вул. Котляревського, 151, КЛПУ «Дружківська міська лікарня № 1»

м. Краматорськ (Донецька область)
вул. Соціалістична, 31, КМУ «Міська лікарня № 2»

м. Макіївка (Донецька область)
пр. Леніна, 94, Центральна поліклініка

м. Харків
вул. Пушкінська, 26, «Аптека Доброго Дня»

м. Одеса
вул. Преображенська, 66, «Аптека Доброго Дня»

м. Полтава
вул. Шевченка, 22/46, «Аптека 03»

м. Новоград-Волинський
вул. Шевченка, 29, підприємство «Центральна районна аптека № 217»

Підготувала **Ольга Радучич**



4-35-КРД-РЕЦ-0414

ЗА ПІДТРИМКИ

ІНФОРМАЦІЙНИЙ ПАРТНЕР

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

SANDOZ
a Novartis company

Здоров'я України®