



Program Kardiovize 2030 – práce sestry v preventivním projektu

Alena Zajíčková, Hana Pernicová Křištofová, Hana Bauerová, Pavlína Prosecká, Nicola Kiácová, Jana Jarešová, Ondřej Sochor

Projekt Kardiovize 2030 vznikl v roce 2011. Jeho hlavním cílem je získat co nejvíce informací o rizikových faktorech kardiovaskulárních onemocnění Brňanů a následně pro ně vytvářet preventivní intervenční programy. V první fázi našeho projektu byli pozváni na základě náhodného výběru brněnští pojištěnci z registru pojištěnoven ve věku 25–64 let. Celkem bylo od 31. 1. 2013 do 17. 12. 2014 vyšetřeno 2 167 účastníků studie. Všichni klienti absolvovali měření krevního tlaku v několika pozicích včetně ultrazvukového měření kotníkového tlaku, dále EKG, měření procenta tělesného tuku bioimpedancí, měření rychlosti pulsní vlny a odhad pružnosti cévní stěny, měření množství vydechovaného oxidu uhelnatého, krevní testy a s lékaři vyplnili rozsáhlý dotazník.

Druhá fáze výzkumu Kardiovize 2030 spočívá ve vyhodnocení našich výsledků a navrhování konkrétních preventivních intervenčních programů. Cílem těchto programů je co nejvíce snížit výskyt, resp. hodnoty rizikových faktorů pro nemoci srdce a cév. Jde o dlouhodobý program, který usiluje nejprve o zvýšení povědomí o problému (kouření, obezita, pohybová inaktivita, kontrola hypertenze aj.), poté o změnu smýšlení populace o problému, která by měla vést ke změně chování části populace. I relativně

malá změna na několika tisících lidech pak představuje ušetřené náklady a zmírnění lidského utrpení.

Proto se programy zaměřují zejména na:

- Zvýšení pohybové aktivity
- Zlepšení stravovacích návyků
- Život bez tabáku
- Znalost svého zdravotního stavu

V rámci intervenčních programů se tým Kardiovize zúčastnil akcí, jako jsou Zvířátka také nekouří (ve spolupráci s Brno – Zdravé město), spolu s HC Kometa dny otevřených dveří, sportovní akce Běh okolo Prýglu, Velká cena Brna – Moto GP, Brněnské výstavy a veletrhy – Sport Life, účast na stánku v Avion Shopping Parku. Společně s rakouskou zdravotní pojišťovnou NÖGKK jsme uskutečnili projekt Nekuřácké auto. Na všech těchto intervenčních akcích pro Brňany se provádělo měření krevního tlaku a pulsu, spirometrické vyšetření a měření CO ve vydechovaném vzduchu (jednoduchá a rychlá metoda, jak zjistit expozici tabákovému kouři).

Zájem veřejnosti o vyšetření byl na všech akcích neočekávaně velký.

*Alena Zajíčková,
výzkumná sestra Kardiovize 2030,
e-mail: alena.zajickova@fnusa.cz*