

09. tbl 93. árg. 2007

Evrópsk stefnuskrá um heilbrigði hjartans: Betra er heilt en vel gróið

Flest



- [Skrifa athugasemd](#)
- [Senda grein](#)
- [Prenta greinina](#)
- [Sækja grein sem PDF](#)

deyjum við af völdum hjarta- og æðasjúkdóma. Þrátt fyrir gríðarlegar framfarir í meðferð þessara sjúkdóma eru þeir ennþá orsök 55% dauðsfalla hjá konum og um 43% karla. Það er líklegra að sá sem les þessar línur deyi úr hjarta- og æðasjúkdómi en af völdum allra tegunda krabbameina samanlagt. Þrátt fyrir að gríðarlegar framfarir hafi orðið í meðferð hjarta- og æðasjúkdóma, er stærri hluti þjóðarinnar hjartveikur en var fyrir nokkrum áratugum. Mótsögnin í þessu stafar af því að bætt greining og meðferð hjarta- og æðasjúkdóma hefur leitt til þess að horfur þeirra sem fá hjartasjúkdóm eru betri en áður var. Af þessu leiðir að fleiri lifa með sjúkdóminn fram á efri ár. Kostnaður samfélagsins vegna hjarta- og æðasjúkdóma er gríðarlegur. Heildarkostnaður vegna þessara sjúkdóma innan Evrópusambandsins er 169 milljarðar evra á ári.

Evrópska stefnuskráin um heilbrigði hjartans (European Heart Health Charter) er samstarfsverkefni Evrópusamtaka Hjartaverndarféлага (European Heart Network) og Evrópusamtaka hjartalækna (European Society of Cardiology) með stuðningi Evrópusambandsins (ESB) og Evrópusvæðis Alþjóða heilbrigðismálastofnunarinnar (WHO). Stefnuskráin sem var formlega sett fram í Brussel 12. júní síðast liðinn hefur að markmiði að draga úr byrði samfélagsins vegna hjarta- og æðasjúkdóma með því að samræma og sameina aðgerðir fagfélaga, heilbrigðisstétta, heilbrigðisyfirvalda og almennings í forvarnarmálum. Fyrir Íslands hönd hefur Hjartavernd, Hjartasjúkdómafélag íslenskra lækna og Heilbrigðis- og tryggingamálaráðuneytið sameinast í því að framfylgja áætluninni hér á landi.

Í stefnuskránni er lögð áhersla á að í aðildarlöndunum verði fundnar leiðir til að allur almenningur nái að

- reykja ekki
- tileinka sér heilbrigðar matarvenjur
- fá nægjanlega líkamsþjálfun (minnst 30 mínútur á dag)
- halda kjörþyngd (líkamsþyngdarstuðull (BMI) undir 25 kg/m²)
- blóðþrýstingur sé undir 140/90 mm Hg
- heildar kólesterol sé undir 5,0 mmól/L
- sykkurefnaskipti séu eðlileg
- forðast mikið álag

Það er skilningur þeirra aðila sem standa að stefnuskránni að þessum markmiðum verði aðeins náð með samstarfi heilbrigðisyfirvalda, heilbrigðisstarfsfólks, hjartaverndarsamtaka og

almennings. Aðkoma þessara aðila er með mismunandi hætti. Til dæmis er það hlutverk stjórnvalda að setja lög um tóbaksvarnir og reglur um niðurgreiðslur kólesteról- og blóðþrýstingslækkandi lyfja. Heilbrigðisstarfsfólk ber ábyrgð á því að veita ráðgjöf á faglegum grunni og lækna að greina og meðhöndla einstaklinga í áhættuhópum þannig að meðferðarmarkmið náist. Að lokum er það hlutverk einstaklingsins að bera ábyrgð á sjálfum sér og eigin heilsu með því að temja sér heilbrigðan lífsstíl. Sérstaklega er lögð áhersla á að vinna með bætta lífsstíl barna og unglunga.

Það er fagnaðarefni að Hjartavernd, Hjartasjúkdómafélag íslenskra lækna og heilbrigðisyrivöld hafa nú staðfest vilja sinn til að sameinast um að framfylgja evrópsku stefnuskránni um heilbrigði hjartans hér á landi. Með því hefur Ísland fyrst norðurlandþjóða stigið fram fyrir skjöldu með nýja nálgun og áherslur í forvörnum hjarta- og æðasjúkdóma sem byggja á sterkum grunni bæði hugmyndafræðilega og politískt. Hrundið verður af stað aðgerðum til að ná fram ofanefndum markmiðum og því fylgt reglulega eftir með árangursmælingum hvernig til hefur tekist. Prófessor John Martin sem er forstöðumaður rannsóknarstofnunar um hjarta- og æðasjúkdóma við University College í London og einn af höfundum evrópsku stefnuskrárinnar sagði af þessu tilefni að Íslendingar ættu að setja sér það markmið að vera í forystu um að uppræta með öllu hjarta- og æðasjúkdóma á komandi árum.

Fram til þessa hefur áherslan verið á því að meðhöndla sjúkdóma og bæta horfur þeirra sem veikjast. Með þessu móti hefur þeim fjölgað sem eru hjartasjúklingar og þeir lifa lengur við sjúkdóm sinn. Með stefnuskránni er áhersla lögð á að fyrirbyggja hjarta- og æðasjúkdóma og ná þannig því yfirlýsta markmiði sem fram kemur í eftirfarandi yfirlýsingu stefnuskrárinnar: *“Hvert mannsbarn sem fætt er á nýju árpúsundi hefur rétt til þess að lifa til að minnsta kosti 65 ára aldurs án þess að fá hjarta- og æðasjúkdóm sem hægt er að koma í veg fyrir”.*

Lifið heil

Heimild

www.heartcharter.eu



Heilbrigðis- og tryggingamálaráðuneytið, Hjartavernd og Hjartasjúkdómafélag íslenskra lækna hafa ákveðið að framfylgja evrópskri stefnuskrá um heilbrigði hjartans. Aðildin var handsöluð á dögnum og á myndinni eru frá vinstri: Inga Dóra Sigfúsdóttir hjá ráðuneytinu, Karl Andersen, Vilundur Guðnason, forstöðumaður Hjartaverndar, Guðlaugur Þór Þórðarson heilbrigðisráðherra og John Martin prófessor.

