



E.Sz.M.E. futtatás

Az ESzME, az „Egyesület a Stroke Megelőzéséért” hírlevele

TÉMÁINK

Egyesület:

Az ESzME története

Betegség:

A Stroke következményei

Aktualitások:

Közgyűlési beszámoló

Megelőzés:

Kik a veszélyeztetettek?

Kedves Tagtársunk!

Nagyszerű pillanathoz érkeztünk, egyesületünk eljuttathatja Önhöz első hírlevelét. Hosszú út végén és még hosszabb út elején vagyunk.

Engedjék meg, hogy dióhéjban vázoljam, milyen utat tettünk meg mostanáig.

2003. júniusában az Európai Parlamentben indult el egy kezdeményezés, amely fel kívánta hívni a kormányok figyelmét a súlyos stroke betegsége, és annak megelőzhetőségére. Az Európai Kezdeményezés alapján a tagországok társadalmi szervezeteinek képviselői – közöttük Magyarország – Brüsszelben, az Európai Parlamentben 2004. október 12-

én megalakították az európai civil stroke szervezetet SAFE (Stroke Alliance for Europe) néven (további információk a SAFE honlapján <http://www.safestroke.org>)

Miért volt különösen indokolt a magyar tagszervezet, az ESzME létrehozása? A hazai statisztikák Európa fejlettebb országaihoz képest is elszomorítóak:

- stroke miatt évente egy kisváros lakosságát, mintegy 40-50 ezer pácienszt látnak el a magyar kórházakban
- e betegeink átlagéletkora 5-10 évvel alacsonyabb, mint nyugat-európai társaiké
- kiemelkedően magas az 50 évesnél fiatalabb népességben az agyi érkatasztrófa előfordulása és az emiatti halálozás.

Ezért jött létre 2004. dec. 15-én az ESzME (Egyesület a Stroke Megelőzéséért), amelynek feladata, hogy ráirányítsa a figyelmet a beteg és környezete életét drámaian megváltoztató agyérkatasztrófa kockázati tényezőire, azok befolyásolásának fontosságára és így hozzájáruljon az érintettek és családjuk, valamint a társadalom terheinek enyhítéséhez. Az Egyesület céljait csak nagy létszá-



mú, erős szervezettel érheti el, ezért fontos, hogy barátaink, ismerőseink is minél többen csatlakozzanak.

Új belépők számára a belépési nyilatkozat az alábbi telefonszámokon kérhető:

Irodai telefonszám (kizárólag üzenet-rögzítő): 06-1-391-5472, vagy munkatársunk mobilszáma: 06-30-749-8547.

Szeretettel üdvözli az Egyesület Vezetőségének nevében:

dr. Haraszti Anna
elnök

A Stroke és annak következményei

Az agyérkatasztrófa (stroke, ejtsd: sztrók) az agyi véráramlás zavara, vagy agyvérzés miatt az agy szövetében létrejövő károsodás. Az érintett agyterület nagyságától és helyétől függően leggyakrabban valamelyik testfél zsibbadásához, ill. bénulásához, beszédzavarhoz vezet.

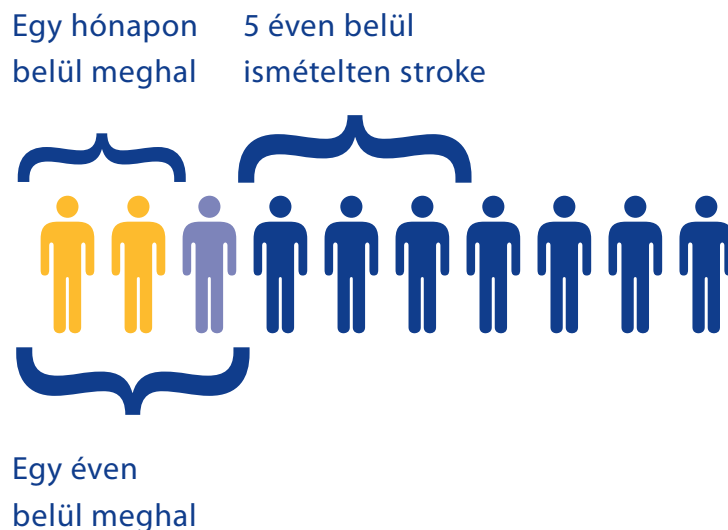
Európában és Magyarországon is a 3. vezető halálok a szívbetegségek és a rák után.

A betegek mintegy egyharmada egy hónapon belül meghal, másik harmada tartósan fogyatékos marad. Az agyérbetegségek vezetnek a legnagyobb számban hosszadalmas ápolást igénylő mozgáskorlátozottsághoz, mely a betegek és családjaik életminőségét is tartósan és súlyosan rontja.

A kórkép hátterében számos kockázati tényező (ún. rizikófaktor) állhat, melyek egyenként is, egymással társulva pedig fokozott eséllyel stroke kialakulásához vezethetnek.

A legtöbb rizikófaktor szerencsére jól befolyásolható, mint pl. a legjelentősebbnek számító magas vérnyomás, a cukorbetegség, a dohányzás, az emelkedett vérzsírszintek és bizonyos szívbetegségek. A rizikófaktorokat ismerő, és azokat megfelelően kezeltető beteg nagyban befolyásolhatja későbbi élete alakulását, sokat tehet a saját és családtagjai életét is megkeserítő, rettegett stroke elkerüléséért.

A Stroke fatális következményei*



* Stroke után bekövetkező események előfordulási gyakorisága

Az akut ischaemiás stroke ellátása. Agyérbetegségek (8):9-10;2002

Beszámoló az Egyesület 2005. november 18-i közgyűléséről

Egyesületünk a fenti időpontban tartotta első közgyűlését. A rendkívül nagy számban megjelent hallgatóság először egy stroke-on átesett beteg személyes kálváriáját hallgathatta végig. A középkorú, aktív dolgozó értelmiségi hölgy hirtelen észlelte a jobb oldali végtagjai elgyengülését és azt, hogy nem tud beszélni, és ezért senkit sem tudott értesíteni. Kérkező lánya - ismerve a betegség tüneteit- (mivel a családban már előfor-



dult agyérkatasztrófa) azonnal kórházba vitte. A beteg szörnyűnek élte meg, hogy beszéd helyett csak értelmetlen szavakat tud kiadni, és írni sem képes. Azóta hosszú küzdelmes hónapok teltek el, logopédus kezeli igen jó eredménnyel, de sajnos a munkáját mégsem tudja a régi, megszokott szinten ellátni. Prof. Nagy Zoltán szakmailag, és az általános tanulságokra utalva kommentálta az esetet, kiemelve annak fontosságát, hogy a beteg a tüneteket észlelve, azonnal kórházba jusson. Az ESZME egyik célja, hogy a megelőzés mellett ezt a tudatosságot erősítse.

De Châtel professzor előadásából megtudhattuk, hogy a magyar lakosság nagyon sok kockázati tényezővel rendelkezik, melyek mind szív- és érrendszeri betegségekre hajlamosítanak. Az életmódból adódó kockázati tényezők közül kiemelte az elhí-

zást, az egészségtelen, mozgásszegény, stresszel teli életmódunkat Kiemelte a rendszeres testmozgás fontosságát.. A stroke legfontosabb kockázati tényezőjének a nem megfelelően kontrollált magasvérnyomás betegséget tartotta, és felhívta a figyelmet a magasvérnyomás-betegség kialakulásának megelőzésére, a már kialakult betegség terápiás irányelveknek megfelelő kezelésére, mivel szoros kapcsolat áll fenn a magasvérnyomás

és más rizikótényezők korai és eredményes kezelése és a stroke előfordulásának csökkenése között. Ezért széles körben tudatosítanunk kell a megelőzés fontosságát..

Vajda András szintén kiemelte a megelőzés fontosságát, hiszen éppen az aggasztó stroke megbetegedési és ha-

lálózási statisztikák, és a betegségből felépülők nagy csoportját sújtó rokkantság indította útjára SAFE (Stroke Alliance for Europe) kezdeményezését a stroke széleskörű társadalmi megelőzésére. Az ESZME, mint a SAFE alapító tagszervezete támogatja a SAFE kezdeményezését, mivel célja a minél szélesebb körű összefogás a magyar társadalom részéről a rettegett stroke megelőzésére. Javaslatát, hogy az ESZME ezt a támogatást konkrétan az Európai Petíció terjesztésével és aláírásgyűjtéssel kösse össze, a Közgyűlés megszavazta.

Dr. Haraszi Anna elnök beszámolt a 2005. év eseményeiről. A médiával való kapcsolat egész évben biztosította a stroke-ügy felszínén maradását, így több TV- és rádiófelvétel történt, továbbá a helyi lapokban is bemutatkoztunk. Májusban egy

folytatás a 4. oldalon »

» folytatás a 3. oldalról

hagyományt indítottunk útjára, a Stroke Megelőzés Napját. A rendezvény háziasszonya Moór Marianna művésznő volt, aki e közgyűlésünket is megtisztelte jelenlétével. Megindult website-unk: www.eszme.hu. Aktivistáink az év során ezen túl 4 rendezvényen vettek részt. Jártunk Rácz Jenő egészségügyi miniszternél is. Tagságunk létszáma folyamatosan emelkedett, köszönhetően a számos budapesti helyszínen tartott tájékoztatónak, valamint a vidéken megalakult 4 tagszervezetnek.

A 2006-os terveinkben elsősorban a Hírlevél megindítása és ezáltal tagjaink folyamatos tájékoztatása szerepel. Bemutatjuk majd aktivistáinkat, az egyesület mindennapjait és mindig lesz szó a stroke-ról, valamint a rizikóul szolgáló betegségekről. Májusban újra meg szeretnénk rendezni a Stroke Nap-ot, melyről tagságunk időben tájékoztatást kap. A közgyűlés a beszámolót egyöntetűen elfogadta, az elnökségi tagok újraválasztásra kerültek. 2006-ban egységes tagdíj nem lesz, mindenki lehetőségei szerint fizet tagdíjat.

A Stroke megelőzésének tíz pontja

1. Rendszeresen mérem a vérnyomásomat
2. Nem dohányzom
3. Megvizsgálattom a vérzsírszintemet
4. Ellenőriztetem a vércukromat
5. Nem iszom nagy mennyiségű alkoholt
6. Karbantartom ismert szívbetegségemet
7. Ellenőriztetem ismert érszűkületemet
8. Naponta legalább 30 percet mozgok
9. Kerülöm a stresszes életmódot
10. Gyógyszereimet előírás szerint szedem

Kapcsolat az Egyesülettel

E-Sz-ME

Egyesület a Stroke Megelőzéséért



- 1021 Budapest, Húvösvölgyi út 116. (irodánk az Országos Neurológiai és Pszichiátriai Intézet területén van)
- Irodai telefonszám (kizárólag üzenetrögzítő): +36 1 391 5472
- Munkatársunk mobilszáma: +36 30 749 8547
- E-mail: info@eszme.hu • Internet: www.eszme.hu
- Fogadóóra tagságunk számára ill. az új belépők részére: minden csütörtökön 9-12 óráig az ESzME irodában
- Az egyesület bankszámlaszáma: 13700016-04335012