

# O sercu w Ustroniu

Data publikacji: 16.02.2013 13:20

W Ustroniu kończy się dzisiaj trzydniowe, XVII Sympozjum Naukowo-Szkoleniowe Sekcji Rehabilitacji Kardiologicznej i Fizjologii Wysiłku Polskiego Towarzystwa Kardiologicznego. Tytuł tegorocznej konferencji to 'Rehabilitacja kardiologiczna jako unikalne narzędzie prewencji'.

O sercu i dla serca – o tym rozmawiają specjaliści w Ustroniu. Do miasta na doroczne sympozjum przyjechali wybitni specjaliści z całej Polski. Jak żyć po zawale – z takim pytaniem zwracają się do lekarzy pacjenci i ich rodziny. **Wydawałoby się, że odpowiedź jest prosta - można coś zalecić, pewien styl życia. Ale muszę rozczarować. Po zawale potrzebna jest profesjonalna, wczesna rehabilitacja kardiologiczna. Jest to kontynuacja leczenia, które zostało rozpoczęte w pracowni hemodynamicznej, gdzie zatkane naczynie zostało udrożnione. Pacjent kilka dni poleżał w szpitalu, a teraz następuje kolejny etap terapii.** – mówi prof. Ryszard Piotrowicz przewodniczący sekcji rehabilitacji Fizjologii Wysiłku Polskiego Towarzystwa Kardiologicznego. W skład tej terapii wchodzi leczenie ruchem, psychoterapia i zwalczanie czynników ryzyka. Choć procedury rehabilitacyjne są jasne, to jednak zdaniem profesora pacjent, który nie jest wyedukowany nie jest w stanie zrealizować w sposób efektywny procesu wczesnej rehabilitacji kardiologicznej.

A jak ma wyglądać wczesna profilaktyka? **Mamy 40 lat, pracujemy ciężko, chcemy zarabiać, osiągać sukcesy a przy tym nie dostać zawału. To jest bardzo trudne. Musimy przestrzegać zasady, że w życiu podstawowa jest kondycja psychofizyczna.** – przestrzega prof. Piotrowicz.

I wymienia podstawowy lek przeciwko zawałowi – to ruch. Nie na siłę, nie ekstremalnie, ale codziennie i w umiarkowanych dawkach.

## [POSŁUCHAJ](#)

Profesor Piotrowicz zwraca uwagę również na stres, który tak jak zła dieta, negatywnie wpływa na nasz organizm. **Radość, pogoda, poczucie wsparcia w rodzinie – to są elementy, które oddalają nas od zawału** – dodaje profesor.

**Tak akurat wypadło, że nasze kilkudniowe sympozjum rozpoczęliśmy w Walentynki. To przypadek, niemniej miłość dla serca jest rzeczą bardzo ważną, tak jak ważną jest rehabilitacja**– dodaje z uśmiechem dr n. med. Zbigniew Eysymontt dyrektor Śląskiego Centrum Rehabilitacji i Prewencji. Jak zauważa doktor, niestety obecnie umiera wiele pacjentów, którzy skutecznie byli leczeni w trakcie zawału.

**Statystyki są tragiczne, bo uratowaliśmy życie w trakcie incydentu kardiologicznego, ale po trzech latach umiera więcej niż 15% pacjentów, a po czterech latach – 33% tych skutecznie leczonych**– mówi Eysymontt. Dlaczego? Bo powracają do złych nałogów, które towarzyszyły im do czasu zawału. Palenie, brak ruchu, zła dieta – to czynniki powodujące ponowne zamknięcie tętnic. A w następstwie kolejny zawał, udar a w ostateczności śmierć.

## [POSŁUCHAJ](#)

Na szczęście jest coraz więcej ośrodków, w których można leczyć serce. Ustroń na mapie Polski śmiało można nazwać zagłębiem medycznym i rehabilitacyjnym. Działają tutaj dwa duże ośrodki, które wspomagają pacjentów po zawałach serca. Co roku lekarze i personel pomaga ponad dwóm tysiącom osób.

Podczas wielu tematów, które omawiano podczas sesji, rozmawiano również o różnicach w rehabilitacji kobiet i mężczyzn. Jeszcze dwadzieścia lat temu dostęp do rehabilitacji a przede wszystkim rozpoznanie było inne dla każdej

z płci. **To wynika z faktu, że objawy chorobowe zostały kiedyś opisane na podstawie mężczyzn, którzy chorowali na serce częściej. W związku z czym, kobiety często były niediagnozowane prawidłowo.** - zauważa Piotr Jankowski przewodniczący komisji promocji Zdrowia Polskiego Towarzystwa Kardiologicznego.

## [POSŁUCHAJ](#)

Jak wynika z danych statystycznych na przestrzeni lat, choć to ciągle mężczyźni częściej zapadają na choroby serca, to kobiety do nich powoli dobijają. Kiedyś na chorobę wieńcową, kobiety zapadały dziesięć lat później niż mężczyźni. Obecnie ta różnica wynosi już około pięciu lat. Jak dodaje prof. Piotrowski, z uwagi na chociażby częstotliwość palenia wśród młodych kobiet, w nieodległym okresie czasu, zachorowalność kobiet i mężczyzn na choroby serca będzie na tym samym poziomie.

**Jan Bacza**