

Wielkie serce dla Twojego serca

Data publikacji: 5.11.2023 9:00

Z powodu chorób sercowo-naczyniowych umiera w Polsce dwukrotnie więcej ludzi niż w pozostałych krajach Unii. Dokonując niewielkich zmian w stylu życia, można zapobiec nawet 80% przedwczesnych zgonów. Dlatego o profilaktyce warto mówić i wziąć sobie do serca wskazówki kardiologów.

Fot: ilustracyjne /pixabay.com

Europejskie Towarzystwo Kardiologiczne określa Polskę mianem kraju o wysokim ryzyku sercowo-naczyniowym. Każdego roku niemal 75 tys. osób w Polsce doświadcza udaru mózgu, a 80 tys. – zawału serca. Z powodu tych chorób umiera u nas prawie dwukrotnie więcej ludzi niż w pozostałych krajach Unii.

Eksperti z Polskiego Towarzystwa Kardiologicznego (PTK) informują, że w Polsce w ciągu ostatnich dwóch lat, odnotowano zmniejszenie długości życia o dwa lata. A za znaczną część tego spadku odpowiadają właśnie choroby układu krążenia. Ogółem choroby układu krążenia odpowiadają za około 37 proc. wszystkich zgonów w Polsce.

Mając na uwadze właśnie te nienajlepsze wyniki PTK ogłosiło 2023 rok - Rokiem Walki z Hipercholesterolemią. Problem dotyczy nawet 21 milionów osób w Polsce, ponad 60% dorosłych, a w wieku powyżej 65 roku życia, nawet 70% osób. Dodatkowo w naszym społeczeństwie jest bardzo niska świadomość tego ryzyka. Tylko 2 osoby na 10 wiedzą, jaki jest ich poziom cholesterolu całkowitego lub cholesterolu LDL.

Hipercholesterolemia jest zaburzeniem, które zalicza się do chorób cywilizacyjnych, ze względu na to, że LDL cholesterol stanowi główny czynnik ryzyka chorób sercowo-naczyniowych, w tym miażdżycy. Przyczynami hipercholesterolemii są czynniki genetyczne i środowiskowe, takie jak niewłaściwa dieta, brak aktywności fizycznej, otyłość, a także choroby takie jak cukrzyca, niedoczynność tarczycy, choroby nerek czy wątroby (wtórna hipercholesterolemia). Schorzenie to najczęściej nie daje żadnych objawów, dopiero jej powikłania w postaci miażdżycy różnych narządów dają objawy, w zależności od zajętego narządu (np. bóle dławicowe przy miażdżycy tętnic wieńcowych, bóle kończyn dolnych przy ich miażdżycy czy zawroty głowy przy miażdżycy naczyń szyjnych).

Stężenie cholesterolu całkowitego powinno wynosić

Hipercholesterolemia może się przyczyniać do zwiększonego ryzyka powikłań sercowo-naczyniowych. Aby nie dopuścić do miażdżycowych zmian w tętnicach wieńcowych, szyjnych czy kończyn dolnych podczas badań kontrolnych krwi w laboratorium analitycznym sprawdzajmy również poziom naszego Cholesterolu. Na terenie naszego powiatu mamy zarówno w Ustroniu Klinikę Serca oraz wiele sanatoriów w których prowadzone jest również leczenie i rehabilitacja w chorobach serca ale są na pewno lepsze miejsca niż szpitalne czy rehabilitacyjne sale. Miejmy wielkie serce dla naszego zdrowia.

AK/mat.pras