

Svjetski dan moždanog udara, 29.listopada 2022.godine

Svjetski dan moždanog udara obilježava se na inicijativu Svjetske zdravstvene organizacije za moždani udar svake godine 29. listopada s ciljem informiranja javnosti o važnosti prevencije, promicanja zdravog načina života te pravovremenog liječenja i rehabilitacije posljedica moždanog udara od kojeg u Svijetu godišnje umire oko 6,5 milijuna ljudi. Moždani udar u Hrvatskoj predstavlja veliki javnozdravstveni problem (drugi uzrok smrtnosti) te se tim povodom diljem zemlje organizira javnozdravstvena kampanja pod sloganom „Sačuvaj #dragocjeno vrijeme“.

Kod moždanog udara, svaka minuta je bitna. Cilj kampanje „Sačuvaj #dragocjeno vrijeme“ je podići svijest o važnosti ranog prepoznavanja simptoma moždanog udara. Ključne riječi ovogodišnje kampanje su: *Minute spašavaju život, Minute spašavaju pokretljivost, Minute spašavaju uspomene, Minute mogu očuvati govor i Minute mogu očuvati samostalnost.*

Moždani udar je akutno neurološko zbivanje uzrokovano poremećajem moždane cirkulacije (ugrušak, puknuće krvne žile) zbog čega posljedično dolazi do nedovoljne opskrbe dijelova mozga kisikom i hranjivim tvarima. Manjak kisika i hranjivih tvari uzrokuje trajno oštećenje i odumiranje živčanih stanica što dovodi do gubitka funkcija pogođenih moždanih „centara“ i/ili smrti u najgorem slučaju. Stoga, moždani udar može u velikoj mjeri ugroziti život, zdravlje i kvalitetu života. Najčešći simptomi koji upućuju na moždani udar su: iznenadna jaka glavobolja praćena mučninom i/ili povraćanjem, iznenadne smetnje vida, govora te motoričke smetnje (otežani hod, gubitak ravnoteže, slabost ili oduzetost ekstremiteta).

Moždani udar je bolest koja se može liječiti. Iznimno je važno prepoznati rane znakove moždanog udara te žurno pristupiti zdravstvenoj skrbi koja spašava živote i poboljšava kvalitetu života. Naime, polovica bolesnika umire od posljedica moždanog udara, a trećina ima trajni invaliditet. Stoga svatko od nas treba usvojiti činjenicu da u velikoj mjeri postoji mogućnost prevencije putem zdravog načina života (uravnotežena prehrana, nepušenje, stalna tjelesna aktivnost i održavanje primjerene tjelesne mase, redovite kontrole krvnog tlaka, šećera i masnoća u krvi). Za razliku od čimbenika rizika vezanih uz stilove života na koje možemo utjecati svojim odgovornim ponašanjem, pojedine rizike ne možemo isključiti a vezani su prije svega za spol, dob, rasu i naslijeđe (pozitivna obiteljska anamneza).

U svijetu je oko 80 milijuna ljudi preboljelo moždani udar, a 50 milijuna preživjelih živi s nekim oblikom invalidnosti. U našoj zemlji moždani udar je prvi uzrok invalidnosti te drugi uzrok smrtnosti. Prema podacima Hrvatskog Zavoda za javno zdravstvo (HZJZ), u Republici Hrvatskoj (RH) je tijekom 2020. godine umrlo 4.950 osoba, od toga 2.120 muškarac i 2.830 žena. Po stopi smrtnosti smo iznad razine Europske Unije (EU), ali ohrabruje činjenica da je u zadnjih 15-ak godina primjetan pozitivan trend smanjenja smrtnosti od cerebrovaskularnih bolesti. U Brodsko-posavskoj županiji u 2020. godini su od cerebrovaskularnih bolesti umrle 204 osobe (9,5% od svih umrlih), i to 79 muškaraca te 125 žena.

Povodom obilježavanja Svjetskog dana moždanog udara, Nastavni zavod za javno zdravstvo Brodsko-posavske županije organizira Dane otvorenih vrata od 24.10. do 28.10.2022. godine u vremenu od 12.00 do 13.00 sati u Zavodu na lokacijama Vladimira Nazora 2a u Slavonskom Brodu te Matije Gupca 40 B u Novoj Gradiški. Uz korisne zdravstvene savjete, građanima će se dijeliti promidžbeni materijal te omogućiti mjerenje krvnog tlaka, indeks tjelesne mase te mjerenje šećera u krvi.

*podaci i fotografije su preuzeti sa web stranica:

<https://www.cdc.gov/stroke/.htm>; <https://www.hzjz.hr/sluzba-epidemiologija-prevencija-nezaraznih-bolesti>

Minute spašavaju živote.



Sačuvaj #dragocjeno vrijeme

Nauči prepoznati
simptome
moždanog udara



Oduzetost
strane lica



Slabost
ruke



Nejasan
govor



Pozovi
pomoć!



World Stroke
Organization

SVJETSKI DAN
MOŽDANOG
UDARA
29. LISTOPADA



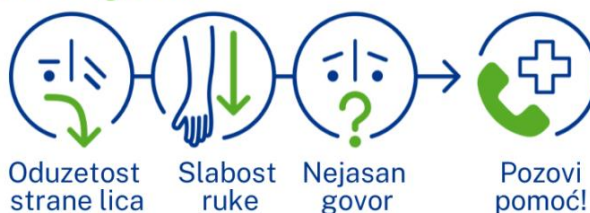
HZJZ
HRVATSKI ZAVOD ZA
HRVATSKO JEZIKOVNO

Minute spašavaju uspomene



Sačuvaj #dragocjeno vrijeme

Nauči prepoznati
simptome
moždanog udara



SVJETSKI DAN
MOŽDANOG
UDARA
29. LISTOPADA



Minute spašavaju pokretljivost



Sačuvaj #dragocjeno vrijeme

Nauči prepoznati
simptome
moždanog udara



Oduzetost
strane lica



Slabost
ruke



Nejasan
govor



Pozovi
pomoć!



SVJETSKI DAN
MOŽDANOG
UDARA
29. LISTOPADA



Kao udar **GROM**-a



Govor

Može li osoba razgovjetno govoriti? Zamoliti osobu da ponovi jednostavnu rečenicu. Na udar može upućivati nesuvisao, čudan ili nerazumljiv govor.



Ruke

Može li osoba ravnomjerno podići obje ruke? Zamoliti osobu da podigne obje ruke. Ako je jedna ruka slaba i "pada", to je znak za uzbunu.



Oduzetost

Je li prisutna oduzetost polovine tijela ili lica? Zamoliti osobu da hoda. Pogledati je li lice simetrično. Čini li vam se da jedna strana "visi", recite osobi da se nasmije – ako ne može podići oba kuta usana, nešto nije u redu.



Minute

Minute su važne, moždani udar je hitno stanje. Reagirajte odmah, pozovite hitnu pomoć!