



DRUŠTVO ZA ZDRAVJE SRCA IN OŽILJA SLOVENIJE

## Izjava za javnost

**13. oktober je svetovni dan tromboze. Krvni strdki oziroma tromboza predstavljajo vodilni vzrok srčno-žilnih smrti – srčnega infarkta in možganske kapi. Gre sicer za tiho, vendar življenjsko nevarno motnjo. Svetovne raziskave kažejo, da je razumevanje globoke venske tromboze in pljučne embolije v javnosti precej slabše od poznavanja drugih bolezni, denimo srčnega infarkta, možganske kapi, raka dojke, raka prostate ali AIDS-a.**

Društvo za zdravje srca in ožilja Slovenije je ob svetovnem dnevu tromboze pripravilo tiskovno konferenco, na kateri je o trombozi spregovoril prof. dr. Aleš Blinc, dr. med., predstojnik KO za žilne bolezni, UKC Ljubljana.

**Tudi v Sloveniji je podobno kot v razvitem svetu. Sedeči način življenja povečuje nevarnost in pojavnost tromboze. Svetovni dan tromboze je priložnost, da bolj spoznamo trombozo in njene nevarnosti. To je prvi korak za preprečevanje nastanka krvnih strdkov.**

Ne moremo zanikati, da živimo v polno zaposlenem svetu, kjer smo nenehno v gibanju. Hodimo na sestanke in srečanja, starši vozijo otroke v šolo in na aktivnosti, vozimo se v službe, z družino in prijatelji potujemo na počitnice... Ampak – ali se zares gibamo? Za vsakih 90 minut sedenja se nam pretok krvi pod kolenom upočasni za polovico, s čimer se možnost za razvoj krvnega strdka dvakrat zviša.

Krvni strdki oz. tromboza so skupni imenovalci, ki predstavljata vodilni vzrok srčno-žilnih smrti – srčnega infarkta in možganske kapi.

Kljub temu je v javnosti izjemno malo poznavanja ali razumevanja te tihe, a življenjsko nevarne motnje. V prvi mednarodni raziskavi o poznavanju tromboze so ugotovili, da je razumevanje globoke venske tromboze in pljučne embolije v javnosti precej slabše od poznavanja drugih bolezni, denimo srčnega infarkta, možganske kapi, raka dojke, raka prostate ali AIDS-a.

Rezultati globalne raziskave, objavljeni letos v reviji *Journal of Thrombosis and Haemostasis* (<http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/jth.13031/full>), so razkrili nižjo ozaveščenost med moškimi in mlajšimi odraslimi (18–39 let). Manj kot polovica je vedela, da je krvne strdke možno preprečiti in le četrtnina je ležanje v bolnišnicah pravilno povezala z dejavniki tveganja za nastanek tromboze. Ta odkritja poudarjajo potrebo po večji pozornosti za trombozo ter izobraževanje o znakih, simptomih in dejavniki tveganja za krvne strdke, ki so lahko smrtno nevarni.

Mednarodno združenje za trombozo in hemostazo – International Society on Thrombosis and Haemostasis (ISTH) – opozarja na trombozo s svetovnim dnevom tromboze, ki poteka letos drugo leto na 13. oktober – na obletnico rojstva Rudolfa Virchowa, ki je skoval besedi embolija in tromboza.

Družba Bayer HealthCare je ustanovna partnerka tega svetovnega dneva. To je priložnost, da se nadaljuje razprava in izobraževanje o tem, kako pomembno se je ukvarjati s smrtno nevarnimi

krvnimi strdki, ki v Evropi ubijejo več ljudi kot AIDS, rak dojke, rak prostate in prometne nesreče skupaj!

Svetovni dan tromboze želi javnost ozavestiti o pogostosti in bremenu tromboze, vključno s številom smrti in skoraj smrtnimi dogodki, ki bi se jim z ustreznim znanjem, zdravljenjem in preprečevanjem lahko izognili.

### **Kakšen je vpliv krvnih strdkov na naša življenja?**

Če krvni strdek delno ali povsem zapre dotok krvi v naše arterije ali vene, je lahko ogroženo naše življenje. Pravzaprav so krvni strdki skupni imenovalac kar trem najpogostejšim srčno-žilnim vzrokom za smrt: srčni infarkt, možganska kap in venske trombembolije (VTE) – pri slednjem je strdek najpogosteje v nogi ali pljučih.

### **Možganska kap**

85 % vseh možganskih kapi povzročijo prav krvni strdki. Denimo, pri ljudeh z atrijsko fibrilacijo (AF) z nerednim utripom srca, kar povzroča neenakomeren krvni pretok, lahko zaradi tega pride do strjevanja krvi. Ti krvni strdki lahko potujejo v možgane, kjer sprožijo obsežno in pogosto smrtno možgansko kap.

### **Srčni infarkt**

Kadar krvni strdek prepreči normalen krvni pretok v srcu, srce ne more več prejemati kisika in hranil. Posledično lahko del srčne mišice preneha delovati in na koncu odmre.

### **Pljučna embolija (PE)**

Pljučna embolija (PE) nastane, ko se del krvnega strdka v venah nog (stanje, ki ga poznamo kot globoko vensko trombozo - GVT) odtrga z žilne stene in potuje v pljuča ter tam preprečuje normalen pretok krvi. To stanje je smrtno nevarno in lahko povzroči hitro smrt, zato je pomembno, da znamo prepoznati simptome in poiščemo hitro zdravniško pomoč.

### **Globoka venska tromboza (GVT)**

Krvni strdek, ki se oblikuje v globokih venah – najpogosteje v nogi. Znake GVT kot so bolečina, otekanje in pordelost kože na določenem predelu, pogosto spregledamo na račun kakšne druge, manj resne diagnoze.

Prim. Matija Cevc, dr. med.: [matija.cevc@kclj.si](mailto:matija.cevc@kclj.si), 041/774-133

Prof. dr. Aleš Blinc, dr. med.: [ales.blinc@kclj.si](mailto:ales.blinc@kclj.si)