Profilaktyka chorób układu krążenia - CHUK

Profilaktyka chorób układu krążenia (CHUK).

Choroby układu krążenia to główna przyczyna zgonów w Polsce i na świecie. Zmiana stylu życia oraz wczesna diagnostyka mogą odwrócić ten niekorzystny trend.

Mimo coraz lepszej diagnostyki i nowocześniejszych metod leczenia umieralność w Polsce z powodu chorób układu krążenia należy do najwyższych w Europie. Na ich rozwój wpływa wiele czynników związanych ze współczesnym stylem życia, m.in.: nieodpowiednia dieta, palenie tytoniu i picie alkoholu, stres czy brak lub niewystarczająca ilość aktywności fizycznej. Długotrwałe narażenie na te czynniki może prowadzić do licznych zaburzeń, m.in.: dyslipidemii, otyłości, cukrzycy czy nadciśnienia tętniczego krwi. Tylko przez wyeliminowanie niewłaściwych nawyków, możemy w dużym stopniu zminimalizować ryzyko zachorowania.

Dla osób szczególnie narażonych na choroby układu krążenia został opracowany Program Profilaktyki Chorób Układu Krążenia (CHUK), który ma na celu podniesienie wiedzy i świadomości pacjentów na temat chorób układu krążenia i zdrowego stylu życia, ale przede wszystkim zmniejszenie o 20 proc. zachorowalności i umieralności Polaków z powodu chorób układu krążenia.

Czy program jest dla Ciebie?

Tak, jeżeli:

jesteś w wieku od 35 do 65 lat i dotychczas nie rozpoznano u Ciebie choroby układu krążenia oraz nie korzystałeś w ciągu ostatnich 5 lat z badań w ramach programu profilaktyki chorób układu krążenia (CHUK), również u innego świadczeniodawcy.

Cel programu:

- obniżenie o ok. 20 % zachorowalności i umieralności z powodu chorób układu krążenia osób objętych programem dzięki wczesnemu wykrywaniu i redukcji występowania i natężenia czynników ryzyka
- zwiększenie wykrywalności i skuteczności leczenia chorób układu krążenia (CHUK)
- wczesna identyfikacja osób z podwyższonym ryzykiem CHUK
- promocja zdrowego stylu życia, czyli niepalenia, prawidłowego odżywiania się oraz aktywności fizycznej.

Kto i gdzie realizuje program?

Program jest realizowany przez lekarza lub pielęgniarkę podstawowej opieki zdrowotnej. Wszystkie poradnie podstawowej opieki zdrowotnej mają obowiązek realizacji programu.

Co Cię czeka w ramach programu?

Lekarz lub pielęgniarka przeprowadzi z Tobą wywiad i skieruje Cię na badania (pomiar ciśnienia tętniczego krwi oraz badania biochemiczne). Na ich podstawie lekarz dokona oceny ryzyka wystąpienia chorób układu krążenia oraz wskaże, w zależności od potrzeb, dalsze zalecenia:

- ponownego badania za 5 lat
- edukacji zdrowotnej i ponownego badania za 5 lat
- pozostawienia pacjenta pod kontrolą lekarza POZ poza programem

- skierowania na dalsze leczenie do specjalisty.

Żeby wziąć udział w programie, wystarczy, że zgłosisz taki zamiar swojemu lekarzowi pierwszego kontaktu lub pielęgniarce.