



# Az Egészséges Szív Európai Chartája

The European Heart Health Charter is an initiative of



with the support of



EUROPE



European  
**heart health**  
charter

" A gyermekeink szívéért a Chartát elfogadom "

**Csatlakozzon**

az

**Egészséges Szív Európai Chartája**

üzeneteinek terjesztéséhez!

# Bevezetés

## Mortalitás és morbiditás

Európában a szív és érrendszer betegségei jelentik mind a nők, mind a férfiak körében a vezető halálokat. E térségben csaknem minden második haláleset hátterében keringési ok áll – az Egészségügyi Világszervezet (WHO) 52 országból álló Európai Régiójában ez 4,35 milliónál több, az Európai Unióban pedig 1,9 millió feletti halálozásért felel. A szív és érrendszeri betegségek ezenkívül a rokkantság és a csökkent életminőség kialakulásáért is jelentős mértékben felelőssé tehető.

Egyértelműen állítható ugyanakkor, hogy a szív és érrendszeri betegségek megelőzhetőek. Előfordulásuk gyakoriságát a vérnyomás, az elhízás, a koleszterinszint, valamint a dohányzás mérsékelt és együttes csökkentésével - a WHO becslései szerint - kevesebb, mint felére lehetne csökkenteni.

A keringési megbetegedések előfordulása, és az ilyen okokra visszavezethető összhalálozás a legtöbb észak-, dél- és nyugat-európai országban csökkenő tendenciát mutat, ezzel szemben a közép- és kelet-európai országokban csak szerényebb a csökkenés, vagy éppen növekedés mutatkozik.

Bár napjainkban a szív és érrendszeri halálozás az Európai Unióban csökken, egyre nagyobb számú nő és férfi szenved szív és érrendszeri betegségekben<sup>1</sup>. Az ellentmondás az emelkedő átlagos életkorral és a betegek javuló túlélésével magyarázható.

A szív és érrendszeri betegségteher több halálesetért felelős, mint az összes rosszindulatú betegség együttvéve. Nőkben még magasabb, az összes haláleset 55%-a az arány, szemben a férfiaknál mutatkozó 43 százalékkal<sup>2</sup>. Az alacsonyabb társadalmi-gazdasági helyzetben élők között a mortalitás még magasabb.

## Kockázati tényezők

A szív és érrendszeri betegségek jólismert, főbb kockázati tényezői a dohányzás, a magas vérnyomás, a magas koleszterinszint. Ezek közvetlenül összefüggnek az életmóddal, az étkezési szokásokkal és a fizikai aktivitás mértékével. A szív és érrendszeri betegségekkel összefüggésbe hozható egyéb kockázati tényezők között a túlsúlyt és elhízást, a cukorbetegséget, a túlzott alkoholfogyasztást és a pszichoszociális stresszt említhetjük.

## Költségek

A becslések szerint a szív és érrendszeri betegségek évente 169 milliárd euro (egyénekre bontva 372 euro) kiadást jelentenek az Európa Unióban. A tagországok között a fejenkénti összegben tízszeres különbségek is adódhatnak, Máltán például kevesebb, mint 50 euróról, Németországban vagy az Egyesült Királyságban pedig több, mint 600 euróról van szó. Ráadásul azon országokban, melyekben magasabb a szív és érrendszeri betegségek előfordulása,



lassúbb a gazdasági fejlődés üteme. A szív és érrendszeri megbetegedések és halálozások okozta termelés kiesés az Európai Unióban 35 milliárd eurót tesz ki (a betegség okozta károk 21%-át), melynek kétharmada (24,4 milliárd euro) az aktív életkorban lévők elhalálozásának, egyharmada (10,8 milliárd euro) pedig munkaképes korú emberek a megbetegedésének tulajdonítható.

## **Többszektoros együttműködés és cselekvési terv**

A szív és érrendszeri egészséget előmozdító főbb uniós dokumentumok, különösen az Európai Tanács határozatai<sup>4</sup> 2004-től kezdve hangsúlyozzák az egyéni és népeségi szintű cselekvés fontosságát, különösen ami a magas kockázatú egyének azonosítását illeti.

Az Európai Tanácsnak az Ír Elnökség alatt elfogadott határozatai megfelelő cselekvésre szólították fel mind az Európai Bizottságot, mind a Tagállamokat a szív és érrendszeri betegségek ügyében. A Luxemburgi Elnökség alatt elfogadott Luxemburgi Nyilatkozat<sup>5</sup> azt az egyetértést fejezi ki, melyet az egészségügyért felelős nemzeti minisztériumok, illetve az európai és nemzeti kardiológiai társaságok és szívalapítványok képviselői fogalmaztak meg a luxemburgi találkozón. Mindezek értelmében különösen nagy szükség van a szív és érrendszeri betegségekre vonatkozó átfogó prevenciók tervek kezdeményezésére és fejlesztésére, illetve arra, az összes európai államban szülessenek hatékony intézkedések, biztosítsák a megfelelő szakpolitikát és beavatkozásokat. Több WHO határozat és charta<sup>6</sup> született a szív és érrendszeri és egyéb, nem-fertőző betegségek elleni küzdelem témájában.

Ezen túlmenően, az európai népesség körében a szív és érrendszeri betegségek hatásának csökkentésével elérhető egészségvédelem és életminőség-javítás célját maradéktalanul belefoglalták az EU Alapszerződésébe<sup>7</sup> és az Európai Unió Lisszaboni Stratégiájába, illetve a 2006. november 30-án, Finn Elnökség alatt elfogadott, a minden szakpolitikában érvényesítendő egészségügyi szempontok lehetőségeiről szóló Európai Tanács határozatba.

Az Európai Bizottság támogatásával az Egészségügyi Világszervezet (WHO), a Szívalapítványok Európai Hálózata (EHN) és az Európai Kardiológiai Társaság (ESC) meghívja az érintett európai és nemzetközi társaságokat, hogy

- Írják alá az Egészséges Szív Európai Chartáját,
- Vállaljanak kötelezettséget, hogy a megelőzés eszközeivel küzdenek a korai halállal és a szív és érrendszeri betegségekkel szemben,
- Járjanak el a 2004. február 14-én, a Winning Heart Konferencián született Saint Valentine-i Nyilatkozatnak megfelelően.

**„Az új évezredben született minden gyermeknek joga van legalább 65 éves koráig élni anélkül, hogy megelőzhető szív és érrendszeri betegségben szenvedne.”**

# I. rész: Célok

## 1. cikkely

Az Egészséges Szív Európai Charta célja az Európai Unió és a WHO Európai Régióján belüli szív és érrendszeri betegségteher, illetve az országokon belüli és az országok közötti egyenlőtlenségek és a meglévő méltánytalanságok lényeges csökkentése.

A dokumentum „Egészséges Szív” kifejezése egyaránt vonatkozik a szívbetegségekre, a stroke-ra és az egyéb atherosclerotikus érbetegségekre.

## 2. cikkely

A Charta az aláíróknak ajánlja azon – életmódváltozást célzó – cselekvési programok előnyben részesítését, melyek jelentős segítséget nyújtanak a szív és érrendszeri betegségteher csökkentésében.

# II. rész: Az aláírók elismerik az alábbiakat:

## 3. cikkely

A szív és érrendszeri betegségek többtényezős kóros állapotok, ezért – társadalmi és egyéni szinten egyaránt – minden egyes kockázati tényezőt kezelni szükséges.

Az egészséges szív és érrendszeri állapotot meghatározó jellemzők:

- A dohányzás kerülése
- Megfelelő fizikai aktivitás – legalább 30 perc hetente 5 alkalommal
- Egészséges táplálkozás
- Ideális testsúly
- 140/90 Hgmm alatti vérnyomás
- 5 mmol/l alatti összkoleszterinszint
- Normális szénhidrát-háztartás
- A túlzott stressz kerülése



#### 4. cikkely

A szív és érrendszeri események veszélyével járó kockázati tényezők három csoportba oszthatók:

Biológiailag meghatározott	Életmóddal összefüggő	Általános kockázati tényezők	
		Nem befolyásolható	Befolyásolható
Magas vérnyomás	Dohányzás	Életkor	Jövedelem
Magas vércukorszint	Egészségtelen étrend	Nem	Iskolázottság
HDL koleszterin szintje	Túlzott alkoholfogyasztás	Öröklött tényezők	Életkörülmények
Túlsúly/ elhízás	Mozgásszegény életmód	Etnikum	Munkakörülmények

#### 5. cikkely

A kockázati tényezők alakítása több területen kivitelezhető. A politikai döntéshozók törvényalkotási (pl. az adóztatás és a marketing terén) illetve egyéb módszerekkel, az egyének az egészséges étrendet, a dohányzás kerülését és a megfelelő fizikai aktivitást előtérbe helyező életmóddal, az egészségügyi szakszemélyzet pedig a magas kockázatú betegek kiemelése, támogatása és kezelése révén befolyásolhatják a fenti tényezőket.

#### 6. cikkely

A fenti kockázati tényezőkre már gyermekkortól kezdve, az egész élet során kellő figyelmet kell fordítani.

#### 7. cikkely

Korai diagnózissal, megfelelő kezeléssel, rehabilitációval és megelőzéssel (ideértve a helyesen megszerkesztett életmód-tanácsadást) szintén csökkenthető a megállapított szív és érrendszeri betegségteher.

#### 8. cikkely

Szükséges a nemhez kötött jellemzők figyelembe vétele a szív és érrendszeri egészségben és a betegségek kezelésében.

### III. rész: Az aláírók egyetértenek a következőkben:

#### 9. cikkely

Végrehajtják az alábbi magas-szintű európai politikai dokumentumokban is lefektetett szakpolitikát és intézkedéseket:

- az Egészséges Szívről szóló Európai Tanács határozat (2004. június)<sup>4</sup>
- a szív és érrendszeri egészség előmozdításáról szóló Luxemburgi Nyilatkozat<sup>5</sup> (2005. június)
- a WHO határozata a nem-fertőző betegségek megelőzéséről és ellenőrzéséről a WHO Európai Régiójában

A fentiek európai, országos és regionális szinteken egyaránt kivitelezésre kerülnek.

## **10. cikkely**

Pártolják és támogatják a szív és érrendszeri egészséget elősegítő és a szív és érrendszeri betegségeket megelőző átfogó európai, nemzeti, régiós és helyi egészség-politikának, illetve stratégiáknak és intézkedéseknek kialakítását és végrehajtását.

## **11. cikkely**

A szív és érrendszeri betegségteher csökkentése érdekében életre hívják, illetve megerősítik azon elkötelezett szívegészségi szövetségeket, melyek a lehető legerősebb politikai támogatást biztosítják a stratégiák fejlesztésére és a cselekvés összehangolására.

## **12. cikkely**

Foglalkoznak a teljes lakosság és a betegek oktatásával és információ-ellátásával felhasználva a tömegtájékoztatást és fejlesztve a megfelelő tudatosságot előmozdító társadalmi célú marketinget, illetve biztosítva a közösségi aktivitást és a széles körben működő együttműködés-építést.

## **13. cikkely**

A Charta céljait megvalósítandó graduális és posztgraduális oktatással és képzéssel biztosítanak egészség-promóciós lehetőségeket.

## **14. cikkely**

Támogatják a magas kockázattal bíró egyének azonosítását és kezelését, illetve a már diagnosztizált esetek ellátását célzó nemzeti stratégiák létrehozását.

## **15. cikkely**

Szorgalmazzák a Közös Európai Munkacsoport által megalkotott, a szív és érrendszeri betegségek megelőzéséről szóló legutóbbi Európai Irányelvek elfogadását. Ennek részeként megtörténik az Irányelvek fordítása és nemzeti sajátosságokhoz való illesztése, a belföldi morbiditási és mortalitási statisztikákkal való kiegészítése, a helyi egészségügyi ellátási szokásokhoz való igazítása és a helyi gyakorlattal való kiegészítése, illetve az orvosi szakmák és az egészségmegőrzésben szerepet játszó társszakmák körében való terjesztés támogatása.





Az egészségügyi felügyeleti szervekkel együttműködésben biztosítják, hogy a megelőző tevékenység kiemelt helyet kapjon az egészségszektorban, azt jól képzett és elégséges munkaerővel lássák el, illetve a nemzeti biztosítási rendszer keretein belül megfelelő költségtérítésben részesüljön.

## **16. cikkely**

A stratégiákat és a megelőző tevékenységek hatékonyságát lemérendő, szorgalmazzák az egészségügyi kiadások mértékét is figyelembe vevő elemzéseket.

Olyan - epidemiológiai és viselkedési tényezőkre összpontosító - kutatásokat kezdeményeznek, melyek magukban foglalják a népegészség megőrzését és javítását célul tűző különböző programok hatásainak elemzését, ideértve a fiatalokat elérő, illetve a keringési rendszer öregedési folyamatának és a női nem szív és érrendszeri morbiditásának megértését célzó programokat.

Azért, hogy a szív és érrendszeri betegségekkel foglalkozó európai kutatások ne aprózódjanak szét, segítik a kutatási programok kooperációját, kiterjesztését, összehangolását, és finanszírozását.

## **17. cikkely**

Felmérendő, hogy hol áll a 2. cikkelyben lefektetett népességi és egyéni szintű célok elérésének ügye, összegzik a jelenlegi szív és érrendszeri egészségi állapotot, ideértve a kockázati tényezők jelen előfordulását (prevalenciáját) is.

## **18. cikkely**

Rendszeresen áttekintik a nemzeti cselekvési tervek és stratégiák elfogadásának és végrehajtásának mértékét. Az Európai Bizottsággal és az Egészségügyi Világszervezettel karöltve megszervezik az Egészséges Szív Európai Chartája találkozóit, amely a gondolatok és a tapasztalatok cseréjének fóruma lesz, illetve a már megtett és az elvégzendő fejlesztéseket előmozdítja.



# Az Egészséges Szív Európai Chartájának Támogatói

Mi, alulírottak, hivatalosan elfogadjuk az Egészséges Szív Európai Chartáját.

Mivel a szív és érrendszeri betegségek továbbra is a halálozás vezető okai Európában

Mivel az Egészséges Szív Európai Chartája célja a szív és érrendszeri betegségek elleni küzdelem és azok megelőzése, melyek az Európai Unió közegészségügyi politikájának prioritásai között szerepelnek

Mivel Egészséges Szív Európai Chartája a kockázati tényezőkkel foglalkozik és a többszektoros együttműködés mozgósítását célozza a szív és érrendszeri betegségek megelőzése, és az Egészséges Szív elősegítése ügyében

Szorosan együtt fogunk működni valamennyi aláíróval, európai és nemzeti szinten, a szakmán belüli és minden más lehetséges partnerrel, állami és civil szervezetekkel, hogy határozottan elősegítsük az eljövendő Egészségesebb Szívű Európát.

Csatlakozott nemzetközi szervezetek:

WONCA Europe

Comité Permanent des Medecins Européens / Standing Committee of European Doctors (CPME)

European Institute for Women's Health (EIWH)

European Men's Health Forum (EMHF)

European Network for Smoking & Prevention (ENSP)

European Public Health Alliance (EPHA)

European Health Management Association (EHMA)

EuroHealthNet

European Atherosclerosis Society (EAS)

European Society of Hypertension (ESH)

European Association for the Study of Diabetes (EASD)

International Society on Behavioural Medicine (ISBM)

European Association for Cardiovascular Prevention and Rehabilitation (EACPR)

ESC Council on Cardiovascular Nursing and Allied Professions (CCNAP)



Magyarországon:

Magyar  
Kardiológusok  
Társasága

Egészségügyi  
Minisztérium

Magyar Nemzeti  
Szívalapítvány

Kardiológiai Szakmai Kollégium  
Egészséges Magyarországért Egyesület (Szívbarát védjegy)  
Egészségesebb Óvodák Nemzeti Hálózata  
Magyar Atherosclerosis Társaság  
Magyar Diabetes Társaság  
Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége  
Magyar Dohányzás Ellenes Koalíció  
Magyar Elhízástudományi Társaság  
Magyar Gyermekorvosok Társasága  
Magyar Hypertonia Társaság  
Magyar Kardiovascularis Rehabilitációs Társaság  
Magyar Stroke Társaság  
Magyar Táplálkozástudományi Társaság  
Nemzeti Cukorbeteg Alapítvány  
Országos Fogyasztóvédelmi Egyesület  
Selye János Magyar Magatartástudományi és Magatartásorvoslási Társaság

<sup>1</sup>Az Európai Unió Tanácsának (FOGLALKOZTATÁS, SZOCIÁLPOLITIKA, EGÉSZSÉGÜGY ÉS FOGYASZTÓVÉDELMI ÜGYEK) 2006. június 1–2-án Luxembourgban tartott 2733. ülése

<sup>2</sup>European Cardiovascular Disease Statistics – British Heart Foundation and European Heart Network – 2005

<sup>3</sup>Economic burden of cardiovascular diseases in the enlarged European Union – European Heart Journal

<sup>4</sup>Az Európai Unió Tanácsa 2586. ülése (FOGLALKOZTATÁS, SZOCIÁLPOLITIKA, EGÉSZSÉGÜGYI ÉS FOGYASZTÓVÉDELMI ÜGYEK), Luxembourg, 2004. június 1–2.

<sup>5</sup>Luxembourg Declaration – 29 June 2005

<sup>6</sup>EUR/RC56/R2; WHA53.17; EUR/RC52/R12; EUR/RC55/R1; EUR/RC54/R3; EUR/RC55/R6

<sup>7</sup>Az Európai Unióról szóló szerződés és az Európai Közösséget létrehozó szerződés 152. cikk



A Magyar Kardiológusok Társasága által létrehozott Magyar Nemzeti Szívalapítvány célja  
a szív-érrendszeri betegségek visszaszorítása annak érdekében,  
hogy az ne legyen a vezető halálok,  
valamint a korai rokkantság egyik fő előidézője Magyarországon.

[www.mnsza.hu](http://www.mnsza.hu) [mail@mnsza.hu](mailto:mail@mnsza.hu)

" A gyermekeink szívéért a Chartát elfogadom "

**Csatlakozzon**

az

**Egészséges Szív Európai Chartája**

üzeneteinek terjesztéséhez!