

# ZDRAVE KRVNE ŽILE

## POKRETAČKA SNAGA ORGANIZMA

MEDICINSKA  
NJEGA



# VEENE

ZDRAVLJE

UGFS METODA za 1 sat rješava  
problem proširenih vena

VARICLOSE - novo medicinsko superljepilo  
liječi dubinske i izrazito proširene vene

## HEMOROIDI

NEUGODNI A LAKO IZLJEČIVI

Metodom DG-HAL+RAR za sva vremena  
recite NE hemoroidima

## KARDIOLOGIJA

VJEŽBAJTE I SMIJTE SE | VAŠE SRCE BIT ĆE  
ZDRAVIJE!

Adekvatna kardiovaskularna terapija ubrzava  
oporavak i smanjuje rizik od ponavljanja bolesti



Imate proširene vene? Vidljive su, bole vas, noge su vam umorne, plavičaste... tada morate pročitati upute koje slijede. Ne iz kozmetičkih razloga kako za sigurno mislite i ne zbog toga što vaša okolina misli da je vaš problem estetski neprihvatljiv. Pročitajte ove upute iz razloga što su proširene vene, kao i ostale bolesti krvožilnog sustava, danas najučestalije bolesti sa najvećim rizikom za smrtne posljedice po oboljele. Stručnjaci iz Specijalne bolnice Arithera, vodeće medicinske institucije u liječenju bolesti krvožilnog sustava i proširenih vena, za vas su pripremili korisne informacije o ovim bolestima.

Koje su bolesti krvožilnog sustava? Kako izabrati liječnika? Koje kvalifikacije liječnik mora imati? Gdje se sve nalaze proširene vene? Koje se metode u liječenju koriste? Koja je uloga ultrazvuka u dijagnostici? Koji su simptomi? Što se događa ako se bolesne vene ne liječe? Da li su vene 100% izlječive? U tekstovima koji slijede dobiti ćete odgovore na ova i na još mnoga druga pitanja.

U Hrvatskoj preko 50% posto populacije iznad četrdesete godine života ima problem s proširenim venama. Proširene vene ne nalaze se samo na nogama. Hemoroidi su također proširene vene, ali na području debelog crijeva. Učinite prvi korak, pročitajte ovu brošuru i potražite pomoć liječnika specijalista za sebe ili svoje najbliž koji boluju od ovih bolesti.

U Specijalnoj bolnici Arithera primjenjujemo liječenja za sve stupnjeve proširenih vena na nogama kao i najsuvremenije metode liječenja hemoroida.

Specijalisti za kardiologiju, flebologiju i proktologiju Specijalne bolnice Arithera izaći će u susret svakom Vašem zahtjevu. Povjerite brigu o vašem zdravlju najboljima!

## KRVOŽILNI SUSTAV

## SA ZDRAVIM VENAMA KORAK JE LAK

### VENE

#### Kako nastaju proširene vene?

Vene su krvne žile koje vode krv iz tkiva prema srcu zahvaljujući radu njihovih zalisak. Dok stojite uspravno, venski pritisak svladava silu gravitacije. Proširene vene nastaju zbog prirodene slabosti vezivog tkiva. Ako se vene prošire, venski zalisci - valvule koji nisu rastezljivi gube svoju funkciju i prestaju vraćati krv ka srcu. Vene tako postaju prepunjene krvlju koja ne cirkulira. U tim okolnostima dolazi do povećanja promjera vene, izduljivanja i vijugavosti vene i njenih ogranaka. Promjene ponekad nisu okom vidljive, ali se u potkoljenicama pojavljuje "težina", pečenje, bol, svrbež, grčevi, endemi i oticanje. Vizualno prepoznatljiviji simptomi venskog oboljenja su pojava manjih venskih konglomerata oko gležnjeva prema stopalu, promjena boje kože, nastanak ekcema, izražajna vidljivost vene pa do pojave venskih ulkusa različitih ekspresivnosti.

Stupnjevi proširenosti vena:

- Stupanj 1 - vide se teleangiektazije (sitne, paučinaste vene do 1mm širine), venule (vene do 2 mm širine) ili

retikularne vene (do 4 mm širine). Ponekad se primjećuje crvenilo i otekuće oko gležnja.

- Stupanj 2 - vide se varikozne vene (vrečaste) šire od 4 mm.
- Stupanj 3 - vidi se edem (natekla noga), ali bez promjena na koži.
- Stupanj 4 - vide se promjene na koži koje su uzrokovane bolešću vena - pigmentacija, venski ekcem, lipodermatoskleroza, tj. otvrdnuće i zatamnjenje kože.
- Stupanj 5 - vide se promjene na koži uz ulkus (ranu) koji je zarastao.
- Stupanj 6 - vide se promjene na koži uz postojanje otvorenog ulkusa (rane)

#### Kada posjetiti liječnika?

Ako prepoznate bilo koji od simptoma proširenih vena, javite se stručnjaku za bolesti krvnih žila. Za postavljanje dijagnoze proširenih vena potreban je razgovor s pacijentom i pregled color dopplerom.

Pregled venskog sustava color dopplerom jasno prikazuje vene nogu, ali i druge strukture, kao što su arterije, potkožno masno tkivo i mišići. Korištenjem takozvanog dopplerovog efekta dijagnosticirat će se da li postoji refluks ili začepljenje u nekoj od vena.

## Povijest liječenja proširenih vena:

Prvi kirurški tretmani liječenja proširenih vena zabilježeni su u 19. stoljeću. Prve tehnike podrazumijevale su podvezivanje tj. ligature, zatim ligature i odstranjenje vene tzv. stripping uz razne modifikacije. Broj recidiva bio je velik i kretao se i do 70%. Tehnike su se razvijale i doživljavale svoj napredak u cilju smanjenja broja povrata proširenih vena u postoperativnom periodu.

Tako su se počeli primjenjivati kemijski agensi – tekuća sredstva za sklerozaciju koja su prvotno rješavala problem varikoziteta na manjim venskim granama. I danas se koristi metoda sklerozacije koja uspješno tretira kapilare kao prvenstveno estetski problem.

Razvoj UGFS metode predstavljao je razvoj tehnike izrade i primjene pjene kao puno aktivnijeg i efikasnijeg sklerozansa od tekućih sredstava za sklerozaciju. Metoda je od 2008. godine usavršavana i danas je prihvaćena kao metoda primarnog izbora u tretiranju proširenih vena.

Neposredno i paralelno sa etabliranjem UGFS metode, razvijaju se i druge neoperativne metode tipa radiofrekventne ablacije (RF) i laserskog tretmana. Ove metode zadržavaju izvjesnu invazivnost uz postproceduralne komplikacije kao što je npr. termičko oštećivanje okolnog tkiva, a laserska metoda koristi i izrazito skupe nastavke te je cijena zahvata prilično visoka.



**Primjenu određenih metoda kao što je UGFS mogu raditi samo certificirani stručnjaci.**

## Kako se UGFS metoda provodi?

Pod kontrolom UZV, uz eventualnu lokalnu anesteziju, putem igle ili kanile u ciljnu venu, kao i pritoke (varikse) ubrizgava se pjena tretirajući glavnu površnu natkoljenu ili stražnju potkoljenu venu odgovornu za pojavu proširenih vena i variksa. Jedinostvenom aplikacijom pjene na više različitih pozicija na veni postiže se brže, preciznije i potpunije zatvaranje vene što uvelike smanjuje potrebu za dodatnim kontrolama. Pjena se ubrzano širi duž tretirane vene i uz pomoć ultrazvuka se prati njezin tijek. Za jedan zahvat potrebno je nekoliko injekcija pjene poštujući pravilan izbor koncentracija. Pjena dovodi do sljepljivanja stjenki vena i variksa koje potom “nestaju” razgrađujući se i pretvarajući u vezivno tkivo. Bolesna

vena nestaje a njenu funkciju preuzimaju druge, zdrave vene.

**Nacionalni instituti za zdravstvenu i kliničku izvrsnost mnogih zapadnoeuropskih zemalja pacijentima daju preporuke za liječenje proširenih vena minimalno invazivnim zahvatima, a UGFS metodu ističu kao metodu izbora.**

Posebnosti UGFS metode:

- minimalna invazivnost zahvata (tek nekoliko bezbolnih ili minimalno bolnih uboda iglom),
- sigurnost zahvata posebice zbog unaprijedenosti tehnike izrade i primjene pjene,
- trajnost rezultata temeljena na rješavanju safenopoplitealnog refleksa uz uklanjanje variksa i mogućnost u svakom momentu ponavljanja tj. dopunjavanja proširene vene do postizanja maksimalnog efekta,
- mogućnost tretiranja i izrazito vijugavih variksa,
- mogućnost zahvata u svim periodima godine,
- mogućnost istovremenog tretmana obje noge, odnosno oba površna sustava - magne i parve istovremeno,
- unaprijed je u potpunosti utvrđen protokol liječenja,
- konstantan monitoring od strane liječnika,

- odsutnost mogućih komplikacija koje su uobičajene za klasične zahvate,
- metoda je potpuno bezbolna, bez rezova i šavova,
- trenutno, potpuno i neograničeno vraćanje svakodnevnim životnim aktivnostima odmah nakon zahvata,
- odsustvo boravka u bolnici, rehabilitacije i neželjenih izostanaka s radnog mjesta radi bolovanja,
- voditelj Centra za proširene vene Specijalne bolnice Arithera **dr. Zlatko Čačić** prvi je licencirani hrvatski stručnjak za primjenu unaprijedene **UGFS** metode prema standardima Britanskog instituta za vene, vodeće svjetske institucije za liječenje proširenih vena.



UGFS metodom liječe se proširene male safenozne vene promjera ušća do 10 mm i velike vene promjera ušća do 14 mm.

**Unaprijedena metodologija sklerozacije pjenom sa većim brojem uboda tijekom tretmana osigurava veću uspješnost tretmana bez potrebe za nadopunama, a time i dužim nošenjem kompresija i čarapa.**

## Koju metodu koristiti za izrazito proširene i dubinski smještene proširene vene?

VariClose - jedinstvena metoda u RH dostupna samo u Specijalnoj bolnici Arithera

## Novo medicinsko superljepilo rješava problem i najvećih proširenih vena

Metoda je posebno adekvatna za pacijente sa izrazito proširenim venama i dubinskije pozicioniranim proširenim venama. Metoda je idealna za osobe koje žele biti u pokretu bez ograničenja. Sa uobičajenim svakodnevnim aktivnostima pacijent nastavlja odmah poslije zahvata, a provođenje sportskih aktivnosti moguće je već 24 do 48 sata nakon zahvata.

## Kako se provodi?

Variclose je jedinstveni, endovenozni, minimalno invazivni tretman koji koristeći, za organizam vrlo sigurno, medicinsko ljepilo tretira problem proširenih vena. Koristeći ultrazvuk, liječnik uvodi tanki kateter kroz malu rupicu na koži u bolesnu, proširenu venu. Uz pomoć posebnog uređaja-aplikatora kroz kateter se u venu injektiraju male količine medicinskog ljepila koje sljepljuje venu. Sljepljivanjem vene protok krvi se auto-

matski preusmjerava na zdrave vene.

Za razliku od ostalih metoda, kod ove metode potreban je samo jedan ubod iglom koji uz lokalnu anesteziju površine kože, čini ovaj zahvat potpuno bezbolnim. Kod ove metode ne postoji mogućnost pojavljivanja mrlja, ožiljaka ili bilo kojih drugih oblika oštećenja kože. Nakon zahvata ne slijedi terapija lijekovima ili nošenje kompresivnih čarapa, osim u iznimnim slučajevima kada se čarapa nosi 24 sata tj. do prvog kontrolnog pregleda.

Posebности VariClose metode:

- uz primjenu lokalnog anestetika, metoda je potpuno bezbolna,
- ne ostavlja hiperpigmentaciju, ožiljke, modrice ili bilo koja druga oštećenja na koži,
- rezultati su vidljivi odmah nakon provedenog zahvata,
- traje manje od 30 minuta i provodi se samo s jednim ubodom igle u bolesnu venu,
- najbolja minimalno invazivna alternativa kirurškoj metodi liječenja,
- pacijenti se odmah nakon zahvata vraćaju svakodnevnim aktivnostima bez zadržavanja u bolnici,
- ne zahtjeva nošenje zavoja ni kompresivnih čarapa,
- najbolja metoda za tretiranje vena u toplijim i ljetnim mjesecima.

VARICLOSE metoda - ekskluzivno u Specijalnoj bolnici Arithera.



**“ Koristimo cianoakrilat koji predstavlja vezivno, tkivno ljepilo. Ljepilo se već godinama koristi u medicini i ne šteti organizmu.”,**

**dr. Zlatko Čačić, voditelj Centra za proširene vene Specijalne bolnice Arithera.**

## O DUBOKOJ VENSKOJ TROMBOZI...

Simptomi po kojima ćete je prepoznati su oticanje nogu, bol u nogama, kod pomicanja stopala prema gore može se pojaviti bol u listu.

Ponekad tromboza može imitirati upalu i pojaviti se sa povišenom temperaturom i leukocitima u krvi.

Naravno, kod sumnje na duboku vensku trombozu morate odmah poći na pregled liječniku specijalisti koji će uz pomoć color dopplera utvrditi da li postoje ugrušci.

Ako se ugrušak ne liječi, može se otkinuti i otići u pluća te tako izazvati i potencijalno smrtonosnu plućnu emboliju.

Na plućnu emboliju se sumnja ako vam naglo ponestane zraka, imate bol kod disanja, ubrzan puls, itd.

Ipak je sve to vrlo rijetko, a ako se pojavi, može se učinkovito liječiti.



KAPILARE

Kapilare se lagano mogu odstraniti mikroskleroterapijom.

Mikroskleroterapiju u Specijalnoj bolnici Arithera provodi dermatovenerolog certificiran za primjenu ove metode.

Postupak se provodi tako da se sklerozirajuća tvar ubrizgava u kapilare i pritom se koristi vrlo fina i tanka igla. Tvar za sklerozaciju ima nadražujuće djelovanje na sluznicu kapilare te uzrokuje da se zidovi kapilara skupe i drže zajedno.

Krv prestaje teći kroz tretirane kapilare i usmjerava se u dublji venski sustav. Zahvat je potpuno bezbolan, bez rezova i oštećenja na koži i nakon njega ste potpuno mobilni i možete nastaviti sa svakodnevnim aktivnostima.



NEUGODNI A LAKO IZLJEČIVI

HEMOROIDI

Hemoroidi su zapravo dobri prijatelji naših crijeva koji u normalnim okolnostima djeluju kao dodatni ventilni mehanizam za kontrolu stolice i vjetrova.

Što se dogodi kada se to dobro tkivo upali i poveća?

Povećanje hemoroidalnog čvora događa se zbog oslabljene funkcije valvula u arteriovenskim šantovima te se krv dopremljena arterijama nemože u potpunosti otpremiti u venski dio krvotoka.

S vremenom elastično-potporno i mišićno tkivo tako povećanog hemoroidalnog čvora slabi te se on postupno spušta prema vanjskom otvoru anusa. Fiziološka funkcija hemoroida slabi i javljaju se tipični simptomi bolesti.

Hemoroidi predstavljaju vrlo čestu zdravstvenu smetnju, a smatra se da bar pedeset posto ljudi tijekom svog života razvija smetnje, većeg ili manjeg intenziteta.



Simptomi hemoroidalne bolesti:

- svrbež,
- perianalni dermatitis,
- osjećaj pečenja u anusu,
- tromboza (ugrušak) u hemoroidalnom čvoru,
- bol, naročito prilikom stolice,
- upalne promjene hemoroidalnih čvorova,
- krvarenje,
- prolaps hemoroida kroz anus.

Iako je liječenje ovog problema učinkovito, ova pojava ostaje problem o kojem se najmanje priča.

Ljudi često imaju otpor prema ovoj vrsti pregleda i to zbog nelagode jer završni dio debelog crijeva predstavlja intimnu regiju tijela. Također, prisutan je i strah od boli u osjetljivom i upaljenom području, tako da se često upuštaju u 'samoliječenje' mastima, kremama, čepićima. Hemoroidi se liječe ovisno o tome koliko su izraženi, no mast, čepić, krema ili kupka neće ih ukloniti - oni ih samo mogu ublažiti.

Odgajanje liječenja nije adekvatna strategija suočavanja s problemom i to treba imati na umu. Pomiješani osjećaji nelagode, blage tjeskobe ili straha prije odlaska na pregled su normalni, ali u susretu s liječnikom koji je stručan i ulijeva povjerenje i liječenje ove bolesti je manje neugodno. Na kraju treba imati na umu da rješenje leži samo u pravovremenom liječenju. I zato, da biste izbjegli krajnje i vrlo bolne faze hemoroidalne bolesti preporučamo da se javite liječniku specijalisti čim primijetite prve simptome ove bolesti.

**Liječenje hemoroida povjerite vrhunskom medicinskom timu kojeg u Specijalnoj bolnici Arithera predvodi prim. dr. sc. Davorin Velnić, spec. abdominalne kirurgije.**

## Obzirom na kliničku sliku i veličinu hemoroida bolest se dijeli u četiri stupnja:

- I. stupanj - blago povećan hemoroidalni čvor praćen nekim od simptoma bolesti.
- II. stupanj - znatno povećan hemoroidalni čvor koji ne izlazi (ne prolabira) kroz anus.
- III. stupanj - povećan hemoroidalni čvor koji prolabira kroz anus ali se može reponirati.
- IV. stupanj - prolaps hemoroida kroz anus bez mogućnosti repozicije.

## Liječenje hemoroida

U Specijalnoj bolnici Arithera promjenjujemo novu, minimalno invazivnu kiruršku metodu DG-HAL ili doplersko vođeno podvezivanje hemoroidalnih arterija. Primjenom ove metode u najvećem broju slučajeva trajno se i uz minimalnu nelagodu liječe povećani hemoroidalni čvorovi. To je najmanje invazivna i za bolesnike najmanje neugodna metoda. Osmišljena je tako da rješava uzrok nastanka čvora. Šavovima, koji se postavljaju transanalno, podvežu se arterije koje dovode krv u bolesni hemoroidalni čvor. To se postiže pomoću doplerske sonde, kojom se točno lociraju završne grane hemoroidalnih arterija. Šavovi se postavljaju u dijelu crijeva koje nema osjetnih živaca, te se minimalna bol ili nelagoda tijekom zahvata javlja tek kod iznimno malog broja pacijenata. Kako nema rezanja i oštećenja tkiva, funkcija hemoroidalnog čvora

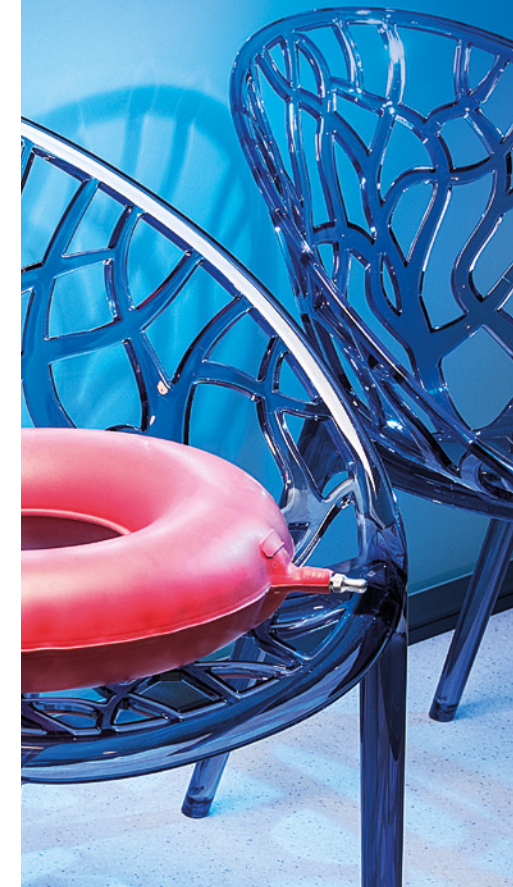
ostaje gotovo u potpunosti očuvana. Zahvat traje između 30 i 40 minuta. Da bi se dodatno smanjila nelagoda, operacija se izvodi u kratkotrajnoj intravenskoj anesteziji. Nakon kraćeg post-operacijskog promatranja, koje traje maksimalno do 4 sata, pacijenti se otpuštaju na kućnu njegu. Većina operiranih može se vratiti svakodnevnim aktivnostima već za 3 - 4 dana, a potpuna sanacija nastaje nakon 6 - 8 tjedana. Teži i uznapredovali oblici hemoroidalne bolesti koji se manifestiraju u prolapsu, tj. ispadanju hemoroida ili analne sluznice, uspješno se rješavaju DG-HAL+RAR metodom.

## Posebosti DG-HAL+RAR metode

- najmanje invazivne kirurške metode liječenja hemoroida - nema rezanja i oštećenja tkiva,
- najmanje neugodni i najmanje bolni od svih zahvata kojima se liječe hemoroidi,
- metode su trajno učinkovite kod 95% bolesnika,
- brz oporavak - vraćanje svakodnevnim aktivnostima unutar par dana,
- sigurnost - komplikacije su izuzetno rijetke,
- svjetski rezultati ukazuju da su DG-HAL+RAR, trenutno najučinkovitije metode liječenja hemoroidalne bolesti.

# IZLIJEČITE HEMOROIDE I UČINITE ŽIVOT UGODNIJIM.

## DONESITE ODLUKU ODMAH!



## VJEŽBAJTE I SMIJTE SE - VAŠE SRCE BITI ČE ZDRAVIJE!

# KARDIOLOGIJA

Srce je organ koji pumpa krv kroz arterije i na taj način čitavo tijelo opskrbljuje kisikom i hranjivim tvarima.

U trenutku kada srce prestane dostavljati krv, tkiva i organi ne mogu dalje funkcionirati.

Kardiovaskularne bolesti vodeći su uzrok smrti i kroničnog pobolijevanja.

### Želite eliminirati čimbenike rizika i preventivnim pregledima spriječiti ili što više odgoditi razvoj srčanožilnih bolesti?

Želite živjeti duže i smanjiti šanse za još jedan srčani udar? Želite zaustaviti oštećenja krvnih žila i smanjiti fizičke i emocionalne posljedice bolesti srca? Težite aktivnom životu u kojem će vaše tijelo biti ponovno izdržljivo i puno snage za svakodnevne aktivnosti, rad i hobbije...

Mišljenja ste da život nakon operacije srca nužno gubi na kvaliteti? Razmislite ponovno. Ne treba biti tako.

Stručna kardiološka rehabilitacija može pružiti brzi oporavak i povratak zdravom i dugom životu!

### Rehabilitacija kardiovaskularnih bolesnika provodi se u tri faze:

1. faza: započinje odmah nakon akutne faze bolesti ili kardiokirurškog zahvata, još u jedinici intenzivnog liječenja i nastavlja se na kliničkom kardiološkom odjelu.
2. faza: obuhvaća stacionarnu ili ambulantnu rehabilitaciju. Ova faza traje 3 do 5 tjedana u uvjetima stacionarne ili 8 do 12 tjedana ambulantne rehabilitacije. U fazi ambulantne rehabilitacije provode se vježbe disanja i razgibavanja, opterećenja na biciklu - ergometru, vježbe u prirodi, rekreativno plivanje, stolni tenis i dr.
3. faza: nastavlja se na drugu, a cilj je održavanje mjera trajne, za život važne sekundarne prevencije i traje doživotno.

Prave adrese za vaš oporavak potražite u specijaliziranim institucijama koje imaju vlastiti tim kardiologa i visokoeduciranih fizioterapeuta koji će vas stručno voditi

kroz program kardiovaskularne rehabilitacije koji se sastoji od:

- kompletne neinvazivne kardiološke kontrole,
- vježbi disanja,
- medicinski nadziranih programa vježbanja u dvorani i bazenu,
- treninga na ciklometru uz bežični monitoring,
- EKG-a, Holter EKG-a, Holter RR-a,
- ergometrije,
- ECHO srca,
- laboratorijskih pretraga.



Rehabilitacija se sastoji i od savjetovanja pacijenata o promjenama koje su nužne da bi se unaprijedila kvaliteta života i kontrolirao tijek bolesti. Uključuje savjete o prehrani, korištenju lijekova, čimbenicima rizika kao što su visoki krvni tlak, pušenje, visoki kolesterol u krvi, tjelesne aktivnosti, pretilost i dijabetes. Uz pomoć naših stručnjaka pacijent se nakon

liječenja lakše vraća poslu i svakodnevnom obvezama.

### Aдекватna terapija ubrzava oporavak i smanjuje rizik od ponavljanja bolesti

U Specijalnoj bolnici Arithera stvoreni su savršeni uvjeti za preventivnu i sekundarnu rehabilitaciju srčanih bolesnika. Od visokoeduciranih timova, suvremene opreme i pristupa koji garantira brzi oporavak, unapređenje tjelesne kondicije, stabilizaciju kardiološkog statusa, redukciju rizika progresije bolesti, psihološku stabilizaciju i povratak punoj sociološkoj integraciji s okolinom i radnim obvezama.

### Zašto odabrati kardiologiju u Specijalnoj bolnici Arithera:

- liječiti će Vas iskusan tim kardiologa i terapeuta,
- liječenje i vježbe provode se u vrhunski opremljenim ordinacijama i dvoranama za vježbanje,
- hidrokineziterapija se provodi u bazenu sa protustrujnim plivanjem usklađenim sa svim EU normama,
- uvjeti specijalne bolnice Arithera slični su uvjetima rehabilitacije u toplicama,
- smještaj u bolničkom djelu omogućuje pacijentima da na jednom mjestu, u idealnim uvjetima obave kardiološku rehabilitaciju pod nadzorom stručnog kardiološkog tima.

## Kako utvrditi radi li se o srčanom udaru?

- javljaju se simptomi poput: iznenadne, intenzivne i dugotrajne boli u prsima koja se širi u lijevo rame i ruku, kratkoće daha, mučnine, povraćanja, preznojavanja, umor i slabosti cijelog organizma
- promjene u EKG-u
- nalaz krvnih pretraga je pozitivan

Ukoliko su 2 od 3 pokazatelja pozitivna, potvrđuje se dijagnoza infarkta srca.

## Kada preventivno trebate potražiti stručno mišljenje i pomoć kardiologa:

- kardiološke bolesti mogu biti nasljedne i ukoliko netko od članova vaše obitelji boluje od bolesti srca, infarkta, šećerne bolesti i povišenog krvnog tlaka, svakako prevenirajte razvoj bolesti redovitim kardiološkim pregledima

## Simptomi

problemi sa spavanjem



- pretili ste, pod stresom, pušite ili sjedite po cijele dane bez dovoljno fizičkih aktivnosti... Vi ste pravi kandidat za hitan kardiološki pregled

Ako se ishemijska bolest srca ipak pojavi, kontakt sa kardiologom i intenzivnija borba protiv svih čimbenika rizika postati će konstanta vašeg života.

## Jeste li znali?

- infarkt je tri puta češći kod pušača,
- povećane razine kolesterola povećavaju rizik od infarkta za 3,8 puta,
- ljudi sa povišenim tlakom, oboljevaju od infarkta do 8 puta češće
- dijabetičari 8 puta češće oboljevaju od koronarne bolesti,
- srčani udar češći je kod muškaraca do 55. godine života, dok je u starijoj dobi iznad 75. godine života češći kod žena,
- povećani rizici za bolesti srca pojavljuju se kod muškaraca iznad 45 godina života i kod žena iznad 55 godina života,
- najveći rizici od srčanih udara događaju se u dane Božića i Nove godine,
- crna čokolada, vegeterijanski i mediteranski način prehrane također smanjuju rizike od srčanih oboljenja.

## Nekoliko fascinantnih činjenica o srcu:

- tijekom života, srce može ispumpati preko 1,5 milijuna barela krvi,
- zdravo srce ima preko 100 000 otkucaja u danu,
- srce opskrbljuje krvlju 75 trilijuna stanica u tijelu, isključujući rožnice.

## KARDIOLOGIJA I KARDIOLOŠKA REHABILITACIJA

NAJBOLJI  
OPORAVAK  
ZA VAŠE SRCE



**Kardiološka  
dijagnostika u  
Specijalnoj bolnici  
Arithera putem  
uputnica HZZO-a**





# ARITHERA

SPECIJALNA  
BOLNICA

- ORTOPEDIJA
- KIRURGIJA
- BOLESTI  
– KRALJEŽNICE
- FIZIKALNA  
MEDICINA I  
REHABILITACIJA
- KARDIOLOGIJA
- INTERNA MEDICINA
- PROŠIRENE VENE
- PROKTOLOGIJA
- ESTETSKA KIRURGIJA
- DERMATOLOGIJA