



## HARMADSZOR IS ÉRSZŪKÜLET NAP ORSZÁGSZERTE!

Sajtóközlemény – 2016. március 17.

*A Magyar Angiológiai és Érsebészeti Társaság immár harmadik alkalommal rendezi meg a magyarországi Érszűkület Napot az európai „PAD and Vascular European Days” kezdeményezés keretein belül. Az elmúlt két évhez hasonlóan a szervezők fő célja idén is – hogy egész napos orvosi tanácsadással, boka/kar index méréssel és pulzus önvizsgálat oktatással –hívják fel a figyelmet a sokáig tünetmentes betegségre, és a felismerésének fontosságára.*

Ma már népbetegségnek számító **perifériás érbetegség (PAD), közismert nevén érszűkület**, az általános érlemezés egyik megjelenési formája. Magyarországon az összes halálozás több mint a feléért a szív- és érrendszeri megbetegedések a felelősek, **a felmérések szerint mintegy 400 ezer ember érintett alsóvégtagi érszűkületben**. Ilyenkor a beszűkült artériák csökkentik a végtagok vérellátását – egyúttal csökken a szövetek oxigénellátása is – ami a végtagok zsibbadásával, hidegségérzésével jár. A betegség legjellemzőbb tünete a vádliban vagy a combban terhelésre jelentkező fájdalom, nehézségérzet.

A perifériás érbetegség veszélye, hogy **sokáig tünetmentes lehet**, vagy csak enyhe tünetekkel jelentkezik. A diagnózis késői felállítása és az időben megkezdett kezelés elmaradása növeli a visszafordíthatatlan következmények – pl. végtag amputáció – kockázatát. A panaszok megítélésében és a tünetek nyomon követésében segít, hogy a betegség négy stádiumra osztható, attól függően, hogy az ér fokozatosan szűkült-e be, vagy hirtelen záródott-e el, és hogy melyik artériáról van szó.

1. A legenyhébb esetben a legnehezebb a diagnózis, hiszen kifejezett tünetek itt még nincsenek, ám ennek ellenére – egyszerű műszeres vizsgálatokkal – itt is kimutatható az elváltozás.
2. Ahogy a láb verőérének átmérője tovább szűkül, egyre rövidebb utat tudunk megtenni fájdalom nélkül. Ennek megfelelően a második fázisban séta közben fájdalom jelentkezik a vádliban, ami rövid, pár perces pihenők után elmúlik, majd terhelésre ismét jelentkezik.
3. A harmadik fázisban már nyugalmi állapotban – fekvő helyzetben, éjszaka – is fájdalom lép fel, amely akkor szűnik meg, ha felkelünk, vagy lógatjuk a lábunkat.
4. Az utolsó stádiumban megindul a szövet-elhalás, fekélyesedés kezdődhet, amit végső esetben akár amputációhoz is vezethet.

A perifériás érbetegség korai diagnózisa akár életet is menthet, hiszen a felmérések azt mutatják, **az érszűkületes betegeknél kétszer nagyobb az esély a szívinfarktus vagy a szélütés (stroke) bekövetkezésére**, továbbá **a betegségben szenvedők 30 százaléka – felismerés és kezelés nélkül – 5 éven belül meghal**.

Akik dohányoznak, magas a koleszterinszintjük, cukor-vagy magasvérnyomás-betegségben szenvednek, túlsúlyosak, esetleg családjukban előfordult már érszűkület, sokkal nagyobb veszélynek vannak kitéve. Magyarországon 2,5 millió embernek van magas vérnyomása, 700 ezernek cukorbetegsége, és a lakosság legalább harminc százaléka túlsúlyos. Mindazonáltal **megfelelő életmóddal és a rizikótényezők megszüntetésével jelentősen csökkenthető az alsó végtagi verőér-megbetegedés és az ezzel járó egyéb problémák kockázata.**

Az érrelmeszesedés általában csak valamilyen beavatkozással járó vizsgálattal (pl. katéteres ér vizsgálat) állapítható meg, de a sokakat érintő alsóvégtagi érszűkület egy egyszerű **boka/kar index méréssel** is diagnosztizálható. A beavatkozással nem járó, fájdalommentes mérés során a bokákon mérhető vérnyomást hasonlítják össze a karon mért vérnyomással. A két érték hányadosa az úgynevezett boka-kar index, melynek értéke 0,91-1,3 között normális, 0,5 alatt pedig súlyos érszűkület áll fenn.

A boka/kar index mérés mellett a szervezők az Érszűkület Napon nagy hangsúlyt fektetnek a **pulzus önvizsgálat** megismertetésére is, ugyanis ezzel a módszerrel mindenki saját maga, otthon is ellenőrizheti a végtagi erek állapotát (minél nehezebben tapintható a pulzus annál valószínűbb az érszűkület).

Ugyan a kezdeti tünetmentesség miatt nehéz időben észrevenni a betegség jeleit, ám ha kellő figyelmet fektetünk a témára, egyszerű diagnosztizálni az elváltozást. Az előző évekhez hasonlóan a Magyar Angiológiai és Érsebészeti Társaság most is az **„Elég az amputációból, éljen két lábbal a földön!”** jelmonddal indított kezdeményezéssel szeretné felhívni a lakosság figyelmét a perifériás érbetegség veszélyeire és a megelőzés fontosságára. Az Érszűkület Napon a szervezők ingyenes szűrővizsgálatokkal, orvosi tanácsadással, és tájékoztató kiadványokkal várják az érdeklődőket a fővárosban és további öt megyeszékhelyen.

Mivel a teljesen mozgásszegény életmód is betegség kockázati tényezője, idén a **Sétáljon a lábaiért!** mottóval és Budapesten egy szakképzett gyógytornász vezetésével történő 30 perces tematikus sétával is bővül az esemény.

További sajtóinformáció:

VM.komm Kommunikációs Tanácsadó Iroda

Nagy Ákos

Tel: +36-1- 350-6351, 20/9331801

E-mail: nagy.akos@vmkomm.hu