İZMİR KATİP ÇELEBİ ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ

HALK SAĞLIĞI ANA BİLİM DALI

 “SAĞLIKTA ÖNEMLİ GÜN VE HAFTALAR”

DÜNYA KALP GÜNÜ (29 Eylül)

Dünya Kalp Federasyonu ve üye kuruluşlar tarafından organize edilen ve dünyada ve ülkemizde 2000 yılından beri kutlanan Dünya Kalp Günü, kalp sağlığı temasının işlendiği bir gündür. Bugünün asıl amacı, tüm dünyada ölüm sebepleri içerisinde ilk sırada yer alan kalp damar hastalıklarının önemine dikkat çekmek, toplumsal farkındalığı sağlamak ve önlenebilmesi için yaşam tarzı düzenlemeleri konusunda toplumu bilinçlendirmektir. (1-2)

Kalp damar hastalıkları kalp ve kan damarlarını etkileyen bir grup hastalığı içerir ve bunlar koroner kalp hastalığı, serebrovasküler hastalık, romatizmal kalp hastalığı ve diğer durumlardan oluşur. Kalp damar hastalıkları tahminen her yıl 17,9 milyon ölüme neden olur ki bu dünyadaki tüm ölümlerin %32’sidir. Kalp damar hastalıklarının tümünden meydana gelen ölümlerin %85’ inin nedeni kalp krizleri ve inmelerdir. Tüm kalp damar hastalıklarından meydana gelen ölümlerin %75’den fazlası düşük ve orta gelirli ülkelerde meydana gelmektedir. (3)

Ülkemizde ise kalp damar hastalıklarından ölüm oranı %36,8’dir ve bu ölümlerin %61,3’ ü iskemik kalp hastalığı ve serebro-vasküler hastalık nedeniyle olmuştur. (4)

Kalp ve damar hastalılarının en sık görülen belirtileri; göğüs ağrısı, nefes darlığı, çarpıntı, bayılma, tıkalı olan damarın beslediği organ ile ilgili belirtiler (Örneğin bacak damar tıkanıklığında bacakta ağrı, soğuma, uyuşukluk ve güçsüzlük) dir. **Dünya Sağlık Örgütü uygun yaşam tarzı değişiklikleri ve düzeltilebilir risk faktörlerinin kontrol altına alınması ile kalp damar hastalıklarına bağlı ölümlerin dörtte üçünden fazlasının önlenebileceğini bildirmektedir. (2)**

Çoğu kalp damar hastalığı için davranışsal risk faktörleri; sağlıksız beslenme, fiziksel hareketsizlik, tütün kullanımı ve zararlı alkol kullanımıdır. Bu faktörlerin etkileri bireylerde kan basıncının yükselmesi, kan şekerinin yükselmesi, kan lipidlerinin yükselmesi, aşırı kilo ve obezite olarak ortaya çıkabilir. Kalp damar hastalıklarının çoğu için önemli olan bu belirti ve bulgular birinci basamak sağlık kuruluşlarında ölçülebilir. Bununla beraber daha fazla sebze ve meyve yemek, diyette tuzun azaltılması, düzenli fiziksel aktivite, tütün kullanımının bırakılması ve alkolün zararlı kulanımından kaçınmanın kalp damar hastalıklarını azalttığı gösterilmiştir.(3)

Bulaşıcı olmayan hastalıklardan bir bölümünü oluşturan kalp damar hastalıkları Dünya Sağlık Örgütünün 2013-2020 Bulaşıcı Olmayan Hastalıkların Önlenmesine ve Kontrolüne ilişkin Küresel Eylem Planında da geniş ölçüde ele alınmıştır. Dokuz gönüllü küresel hedef aracılığıyla 2025 yılına kadar bulaşıcı olmayan hastalıklardan kaynaklanan erken ölümlerin sayısını %25 oranında azaltmayı amaçlayan bu eylem planının hedeflerinden ikisi doğrudan kalp damar hastalıklarını önlemeyi ve kontrol etmeyi amaçlamaktadır. Bu hedeflerden altıncı hedef , ‘’2010 ve 2025 yılları arasında artan kan basıncının küresel yaygınlığını %25 azaltmak’’, 8.hedef ise ‘’Uygun kişilerin en az %50'si, 2025 yılına kadar kalp krizlerini ve felçleri önlemek için ilaç tedavisi ve danışmanlığı (glisemik kontrol dahil) almalıdır.’’ şeklindedir.(5)

Ülkemizde ise T.C. Sağlık Bakanlığı tarafından hazırlanan Türkiye Kalp ve Damar Hastalıları Önleme ve Kontrol Programı 2021-2026 yürütülmektedir. Program risk faktörlerinin farkındalığının arttırılması ve önlenmesini, erken tanı-tedavi ve izlemlerin yapılabilmesi için olması gereken hizmetlerin geliştirilmesini, acil durumlarda müdahale yöntemleri, komplikasyonların önlenmesi ve rehabilitasyon hizmetlerinin geliştirilmesi, maliyet etkinlik ,sosyal güvenlik uygulamaları ve izleme ve değerlendirmenin geliştirilmesini amaçlamaktadır. (6)

**Kaynaklar:**

1. Türk Kardiyoloji Derneği. TKD Basın Bülteni: 29 Eylül Dünya Kalp Günü. (Erişim: 21.09.2022) Erişim adresi: <https://tkd.org.tr/menu/167/tkd-basin-bulteni-29-eylul-dunya-kalp-gunu>

2. T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. Dünya Kalp Günü. (Erişim 21.09.2022) Erişim adresi: [https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/kronikhastaliklar-haberler/29-eylul-2021-dunya-kalp-gunu.html](https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/kronikhastaliklar-haberler/29-eylul-2021-dunya-kalp-gunu.html%20r)

3. WHO. Cardiovascular diseases. (Erişim: 21.09.2022) Erişim adresi: <https://www.who.int/health-topics/cardiovascular-diseases#tab=tab_1>

4. Türkiye İstatistik Kurumu. Ölüm ve Ölüm Nedeni İstatistikleri, 2019 (Erişim: 21.09.2022) Erişim adresi: <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Olum-ve-Olum-Nedeni-Istatistikleri-2019-33710>

5. WHO. Global Action Plan for the Prevention and Control of NCDs 2013-2020. (Erişim: 21.09.2022) Erişim adresi: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241506236>

6. T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. Türkiye Kalp ve Damar Hastalıları Önleme ve Kontrol Programı 2021-2026. (Erişim: 21.09.2022) Erişim adresi:

[https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/kronik-hastaliklar-engelli-db/hastaliklar/kalpvedamar/kitap\_ve\_makale/KalpDamarEylemPlani\_2021-2026.pdf](https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/kronik-hastaliklar-engelli-db/hastaliklar/kalpvedamar/kitap_ve_makale/KalpDamarEylemPlani_2021-2026.pdf 7)

[7](https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/kronik-hastaliklar-engelli-db/hastaliklar/kalpvedamar/kitap_ve_makale/KalpDamarEylemPlani_2021-2026.pdf 7). World Heart Federation. World Heart Day 29 September, Use Heart for Every Heart, 2022. (Erişim: 21.09.2022) Erişim adresi: [https://world-heart-federation.org/world-heart-day/about-whd/world-heart-day-](https://world-heart-federation.org/world-heart-day/about-whd/world-heart-day-se)2022

**Hazırlayanlar:**

1. Arş. Gör. Dr. Gökhan AKAR (İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı)

2. Doç. Dr. Asya Banu BABAOĞLU (İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı)

3. Prof. Dr. Mustafa TÖZÜN (İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı)