

Spoštovani!

Društvo za zdravje srca in ožilja Slovenije je nevladna, humanitarna organizacija civilne družbe, ki je bila ustanovljena leta 1991. Deluje nacionalno in jo sestavlja 10 podružnic in 2 društvi. Društvo za zdravje srca in ožilja Slovenije ima status društva, ki deluje v nacionalnem interesu na področju zdravstvenega varstva in raziskovalne dejavnosti.

Pomembna preventivna dejavnost društva je med drugimi, tudi načrtno iskanje dejavnikov tveganja in pokazateljev zdravstvenega stanja za nastanek bolezni srca in ožilja pa tudi drugih kroničnih nenalezljivih bolezni, pri širši populaciji. Ugotavljanje tega in pa zdrav življenjski slog, je najboljši način preventive pred boleznimi srca in ožilja, ki zavzemajo prvo mesto po vzrokih umrljivosti v Sloveniji. Mnogim smo s takšnim načinom dela že odkrili tveganje za kronično obolenje in mu svetovali kako ukrepati.

PODJETJA, USTANOVE, ORGANIZACIJE, POSAMEZNIKI, odločite se za PREVENTIVNE ZDRAVSTVENE aktivnosti ZA VAROVANJE ZDRAVJA!

[Nudimo vam naslednje storitve, ki jih izvajajo naše usposobljene medicinske ekipe:](#)

- a) MERITVE KRVNEGA TLAKA in SRČNEGA UTRIPA, HOLESTEROLA, TRIGLICERIDOV in GLUKOZE V KRVI**
- b) SNEMANJE EKG**
- c) MERITVE GLEŽENJSKEGA INDEKSA (odkrivamo zožitev arterij na nogah)**
- d) TEČAJ TEMELJNIH POSTOPKOV OŽIVLJANJA ODRASLIH**
- e) TEČAJ TEMELJNIH POSTOPKOV OŽIVLJANJA DOJENČKOV IN OTROK**
- f) ZDRAVSTVENO-VZGOJNA PREDAVANJA IN DELAVNICE**

a.) MERITVE KRVNEGA TLAKA in SRČNEGA UTRIPA, HOLESTEROLA, TRIGLICERIDOV in GLUKOZE V KRVI

Preiskava, skupaj s strokovnim svetovanjem, traja 10 minut. Vbod je kapilaren, rezultat takoj.

Preiskovanci naj bodo pred odvzemom krvi tešči oz. vsaj 3-4 ure po lažjem obroku.

Na pregled in zdravstveni posvet lahko v eni uri pride 12 preiskovancev, ki naj bodo naročeni po 2 osebi na 10 minut. Za delo v tem obsegu zadoščata 2 strokovni osebi.

Cena preiskave (lahko izberete varianto I, II ali III):

Preiskava I (holesterol, glukoza) ali	5,50 €/osebo – za preiskavo I
Preiskava II (holesterol, trigliceridi, glukoza) ali	9,00 €/osebo – za preiskavo II
Preiskava III (holesterol, trigliceridi, HDL, LDL, glukoza)	20,00 €/osebo – za preiskavo III
Krvni tlak, srčni utrip, ugotavljanje atrijske fibrilacije	Brezplačno
Delo strokovne ekipe	15,50 € na uro/ osebo
Predpostavljeno št. opravljenih ur in izbira lokacij	po dogovoru
Kilometrina – izven Ljubljane	0,35 €/km
Dnevnica	Po veljavnem ceniku, če je ekipa več kot 6 ur na terenu

Lahko pa izvedemo množične meritve, kjer ljudi ne naročamo na posamezen termin in v krajšem času opravimo več meritev, ni pa tako intenzivnega individualnega pristopa. V tem primeru lahko opravimo pregled 20 do 24 oseb v eni uri.

b.) SNEMANJE EKG

V sklopu akcije pod točko a) ali pa samostojno, lahko izvedemo snemanje enokanalnega EKG, ki pokaže in analizira različne motnje v delovanju srčnega ritma. Snemanje traja 30 sekund, aparat napravi analizo in pokaže rezultat takoj.

Če bodo meritve združene s preiskavami, ki so napisane pod točko a), potem naj bodo preiskovanci naročeni po 2 osebi hkrati na 10 minut.

Na pregled in zdravstveni posvet lahko v eni uri pride 12 preiskovancev, ki naj bodo naročeni po 2 osebi na 10 minut. Za delo v tem obsegu zadoščata 2 strokovni osebi.

Če bodo snemanja EKG potekala samostojno, brez krvnih preiskav, so lahko preiskovanci naročeni po 2 osebi hkrati na 5 minut. Za delo v tem obsegu zadoščata 2 strokovni osebi.

Cena preiskave:

EKG	4 €/osebo
EKG v sklopu meritev pod točko a)	2 €/ osebo
Delo strokovne ekipe – če ni v sklopu točke a)	15,50 € na uro/ osebo
Predpostavljeno št. opravljenih ur in izbira lokacij	po dogovoru
Kilometrini – izven Ljubljane	0,35 €/km
Dnevnica	Po veljavnem ceniku, če je ekipa več kot 6 ur na terenu

c.) MERITVE GLEŽENJSKEGA INDEKSA

Gleženjski indeks je osnovna presejalna preiskava, s katero odkrivamo aterosklerozo spodnjih okončin oz. odkrivamo zožitev ali zaporo **arterij na nogah**. Preiskava poteka v ležečem položaju, stopala so gola. Pomembno je, da preiskovanec pred preiskavo počiva (sedi) do 10 minut. Preiskava gleženjskega indeksa je povsem neboleča, neinvazivna in nenevarna, ki traja skupaj s posvetom 10 minut.

Cena preiskave:

Meritve gleženjskega indeksa	9,00 €/osebo
Meritve venske pletizmografije	9,00 €/osebo
Delo strokovne ekipe (2 osebi v ekipi)	15,50 €na uro/ osebo
Predpostavljeno št. opravljenih ur in izbira lokacij	po dogovoru
Kilometrini – izven Ljubljane	0,35 €/km
Dnevnica	Po veljavnem ceniku, če je ekipa več kot 6 ur na terenu

Na pregled in zdravstveni posvet za obe preiskavi hkrati lahko v eni uri pride 8 preiskovancev, ki naj bodo naročeni po 2 osebi na 15 minut. Za delo v tem obsegu zadoščata 2 strokovni osebi.

Če pa se odločite zgolj za eno preiskavo, zadošča 1 strokovna oseba, ki v eni uri pregleda 6 oseb, naročenih na 10 minut.

d.) TEČAJ TEMELJNIH POSTOPKOV OŽIVLJANJA ODRASLIH Z UPORABO AVTOMATSKEGA DEFIBRILATORJA

Prav povišan krvni tlak, povišane maščobe in sladkor v krvi predstavljajo tveganje za nastanek bolezni srca in ožilja, ki imajo lahko za posledico tudi srčni zastoj.

Ob srčnem zastoj se povsem ustavi dobava kisika organom v telesu. Najbolj občutljivi za pomanjkanje kisika so možgani, ki lahko že v petih minutah utrpijo nepopravljive poškodbe.

Tečaj obsega uvodno predavanje, prikaz oživljanja na lutki in uporabo avtomatskega defibrilatorja (AED) ter prikaz pravilne odstranitve tujka iz dihal. Poudarek je na praktičnih vajah, ki jih vsi tečajniki

lastnoročno opravijo. Skupine so zaradi zagotavljanja kakovosti dela majhne - **največ 10 tečajnikov na skupino**. Tečaj traja 2 uri.

Cena tečaja:

Tečaj TPO z uporabo AED	200€ / tečaj (do 10 tečajnikov)
Kilometrini – izven Ljubljane	0,35 €/km

e.) TEČAJ TEMELJNIH POSTOPKOV OŽIVLJANJA DOJENČKOV IN OTROK

Primarni zastoj srca je pri otroku zelo redek (vzrok zanj so razne prirojene srčne nepravilnosti). Po vzroku nastanka je zastoj srca pri otrocih največkrat sekundaren. Mnogo situacij v življenju je takšnih, ki lahko pripeljejo do usodnega trenutka: zapora dihalne poti s koščkom hrane ali delcem igrače alergična reakcija, pik žuželke, poškodbe, zastrupitev, utopitev, udar električne energije, boleznih dihal in nevrološka obolenja, vročinski krči,....

Kako pravilno ukrepati, da nas ne zajame panika, saj imamo le nekaj minut dragocenega časa, da rešimo otrokovo življenje? Odrasli, ki imajo opravljen tečaj temeljnih postopkov oživljanja dojenčkov in otrok so poučeni, kako pravilno reagirati v kritičnem trenutku. Opravljen tečaj jim daje občutek varnosti in zaupanja v lastno ravnanje.

Tečaj obsega uvodno predavanje, prikaz oživljanja na lutki dojenčka in otroka ter prikaz pravilne odstranitve tujka iz dihal. Poudarek je na praktičnih vajah, ki jih vsi tečajniki lastnoročno opravijo. Skupine so zaradi zagotavljanja kakovosti dela majhne - **največ 10 tečajnikov na skupino**. Tečaj traja 2 uri.

Cena tečaja:

Tečaj TPO dojenčkov in otrok	200€ / tečaj (do 10 tečajnikov)
Kilometrini – izven Ljubljane	0,35 €/km

f.) ZDRAVSTVENO-VZGOJNA PREDAVANJA Z DELAVNICO

V vaših prostorih strokovnjaki s področja zdravstva izvedejo predavanje, lahko s praktično delavnico (zdrav način prehranjevanja, zdrav življenjski slog, preprečevanje nastanka bolezni srca in ožilja, izboljšanje kakovosti življenja z že obstoječo srčno-žilno boleznijo in druge teme s področja zdravja, ki bi organizacije še posebej zanimale).

Teme predavanj pošljemo vnaprej, vi določite katere teme so za vas zanimive in predlagate tudi dodatne teme.

Cena predavanja z delavnico:

Predavanje z delavnico	150 €
Kilometrini – izven Ljubljane	0,35 €/km

Termini izvedbe: po predhodnem naročilu in dogovoru, skozi vse leto.

Izvajalci: strokovni sodelavci društva, zdravnik, zdravnik z licenco izvajanja tečajev temeljnih postopkov oživljanja, usposobljena medicinska ekipa.

Kontakt, naročila in več informacij:

Jasna Petrovčič, prof.zdr.vzgj, vodja Posvetovalnice za srce

T.: 01/234 75 55

E-mail: posvetovalnicazsrce@siol.net

mag. Nataša Jan, univ.dipl.biol., strokovna sodelavka in vodja projektov Društva Za srce

T.: 01/234 75 51

E-mail: drustvo-zasrce@siol.net