

## **Spoštovani prisotni na današnjem dnevu počastitve svetovnega dneva srca - 2024**

Mineva preko sto let, ko se je svetovna organizacija za zdravje odločila za počastitev težav bolnikov z zdravjem srca. Praznovanje se je razširilo na večino svetovne populacije, ki se srečujemo s srčnimi težavami. Namen svetovne organizacije je v zagotoviti poglobljene obravnave in kvalitetnem zdravljenju vseh srčnih bolnikov in skrb za čim kvalitetnejše življenje.

Sodobna medicina je dosegla nivo, ki si ga lahko samo zamišljamo in seveda vrhunec celotne stroke je vsekakor v sposobnosti poseganja v notranjost najtežje dostopnih delov srčnega ustroja – motorja našega obstoja in gibanja vseh živih bitij.

Gibanje za razvoj dosežkov na področju kardiologije se je oblikovalo tudi v spoznanju pomena fizične aktivnosti in krepitev človeškega organizma s pomočjo vseživljenjske rehabilitacije. Kot je pomembno gibanje za krepitev delovanja rok, nog in celotnega mišičnega ustroja je še toliko bolj pomembna krepitev naše življenjske mišice to je srca. Že veliko časa nazaj se je izoblikovalo spoznanje, da je le močna mišica sposobna vzdrževati življenjsko moč, ki jo rabimo za gibanje.

Ko pa pomislimo, da je srce mišica, ki je edina sposobna gibanja od rojstva do poslednje minute našega življenja se moramo zavedati dejstva, da je naša dolžnost skrbeti za nudenje pogojev gibanja ki jih zahteva naše telo.

V ta namen smo že dolgo časa nazaj začeli ustanavljati društva, ki načrtno vodijo vseživljenjsko rehabilitacijsko vadbo po širokem področju naše domovine, kot v svetovnem merilu. V Sloveniji je aktivnih 18 koronarnih društev in klubov, ki se načrtno ukvarjajo z vseživljenjsko rehabilitacijo. Vsi klubi imamo organizirane skupine z vaditelji, ki so strokovno usposobljeni. Za zagotavljanje strokovnosti pri delu klubov in skupin izbiramo vaditeljske kadre, ki izhajajo iz področja medicine in sicer višje in diplomirane medicinske sestre, fizioterapevte, zdravnike in ljudi, ki se spoznajo na problematiko srčnega zdravja.

In kaj mi kot uporabniki lahko pripomoremo, da bo naše srce čim kvalitetnejše bilo? Posvetimo mu nekaj časa na teden in se pridružimo skupinam, ki skrbijo za fizično moč srčne mišice. Mislim, da ni potrebno pa vseeno bom poudaril, da deluje v okviru

Koronarnega kluba Mežiške doline deset skupin od Črne na Koroškem do občine Dravograd. Naš koronarni klub premore okrog 600 članov. Podatek, ki nam pojasnjuje udeležbo na vseživljenjski rehabilitaciji pa nam pove, da se redne tedenske vseživljenjske rehabilitacijske vadbe udeležuje le dobra tretjina članov pa je malenkost vprašljiv.

Zato naj s tega mesta pozovem vse člane: Pridružite se nam na naših vadbah, ki potekajo v vseh desetih skupinah, vaša dolžnost je le, da se povežete z vodji skupin.

Eno od močnih področij dela kluba je izobraževanje članov s področja kardiologije, saj naš strokovni team poskrbi za osveščanje in izobraževanje članov preko predavanj in delavnic s področja TPO in nudenja pomoči s področja uporabe AED in strokovnega vodenja naše strokovne mentorice prim. Cirile Slemenik Pušnik. Vsekakor pa so zelo pomembne vse zunanje inštitucije, ki sprejemajo naše bolnike na zdravljenje.

Da Društvo srčnih bolnikov Koronarni klub Mežiške doline lahko deluje sorazmerno uspešno gredo zasluge naši strokovni mentorici primarij Cirili Slemenik Pušnik dr. medicine, specialistki interne medicine in kardiologije. Primarij Cirila je duša koronarnega kluba in oseba, ki nam priskoči na pomoč ob usmerjanju delovanja kluba in še več, ona je tista, ki poskrbi, da dobi prepotrebno oskrbo s področja zdravja srca sleherni član. Zato primarij Cirila iskrena hvala za vaš trud, prav tako gre zahvala tudi vsem ostalim kardiologom bolnice Slovenj Gradec in vsem zdravnikom s področja družinske medicine in vaditeljem, ki delujejo v Koronarnem klubu Mežiške doline.

Alojz Ovnič, predsednik KKMD