

Moždani udar i dalje je među vodećim uzrocima smrtnosti u Hrvatskoj, a od cerebrovaskularnih bolesti 2024. godine umrlo je 3656 osoba, upozorili su iz Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo (HZJZ) uoči Hrvatskog dana moždanog udara koji se obilježava u nedjelju, 21. lipnja.

Hrvatski dan moždanog udara obilježava se kako bi se skrenula pozornost na ozbiljnost ove bolesti te naglasila važnost prevencije i ranog prepoznavanja simptoma. "Obilježavanjem ovog dana nastoji se educirati građane o čimbenicima rizika, važnosti zdravih životnih navika te potrebi hitnog reagiranja pri pojavi simptoma", navodi HZJZ.

Prema posljednjim raspoloživim podacima, cerebrovaskularne bolesti bile su 2024. godine treći najčešći uzrok smrti u Hrvatskoj, s udjelom od 7,2 posto u ukupnoj smrtnosti. Od 3656 preminulih, njih 1601 bili su muškarci (6,4 posto svih umrlih muškaraca), a 2055 žene (7,9 posto svih umrlih žena), što ukazuje na nešto veću smrtnost među ženskom populacijom.

Moždani udar označava naglo nastali neurološki događaj uzrokovan poremećajem moždane cirkulacije, zbog čega dolazi do nedovoljne opskrbe dijelova mozga kisikom i hranjivim tvarima. Nedostatak kisika i hranjivih tvari uzrokuje oštećenje i odumiranje živčanih stanica, što ima za posljedicu oštećenje mozga i gubitak funkcija koje taj dio mozga kontrolira.

Čimbenici koji povećavaju rizik od moždanog udara su povišeni krvni tlak, tjelesna neaktivnost, nezdrava prehrana, pretilost, fibrilacija atrijska, pušenje, prekomjerna konzumacija alkohola, povišene masnoće u krvi, dijabetes te depresija i stres. Iz HZJZ-a upozoravaju da se na njih može utjecati, dok na čimbenike poput dobi, spola i obiteljske povijesti nije moguće utjecati.

Stručnjaci stoga ponavljaju poruku da je ključno redovito mjeriti krvni tlak, kontrolirati razinu šećera i masnoća u krvi, održavati zdravu tjelesnu težinu, biti fizički aktivan, prestati pušiti te ograničiti unos soli, šećera i alkohola.

Jednako je važno i pravodobno prepoznati simptome koji se javljaju iznenada. To su utrnulost ili slabost ruke, noge ili lica, osobito ako je zahvaćena samo jedna strana tijela, smetnje govora i razumijevanja, zamagljenje ili gubitak vida, vrtoglavica, nesiguran hod te iznenadna, jaka glavobolja često praćena mučninom i povraćanjem. Pri pojavi bilo kojeg od ovih znakova potrebno je odmah pozvati hitnu medicinsku pomoć.

Iz HZJZ-a također podsjećaju na važnost rane rehabilitacije koja bi, prema smjernicama Svjetske zdravstvene organizacije, trebala započeti što prije nakon stabilizacije bolesnika, po mogućnosti unutar prvih nekoliko dana. Rehabilitacija uključuje multidisciplinarni pristup -fizioterapiju, radnu terapiju, logopedsku pomoć, neuropsihološku i kognitivnu rehabilitaciju te psihološku podršku - s ciljem što većeg oporavka izgubljenih funkcija i povratka samostalnosti u svakodnevnom životu. (Hina)

Kako prepoznati moždani udar, i dalje je među vodećim uzrocima smrti u Hrvatskoj

Kategorija: MAGAZINAžurirano: Subota, 20 Lipanj 2026 10:35

Objavljeno: Subota, 20 Lipanj 2026 10:32

