

MITO

Konferencja „Jak nie być jedną nogą w grobie”
14.05.2014 r.

Podsumowanie medialne

Warszawa, 4 lipca 2014



flywheel
idee które poruszają

Przeprowadzone działania



Konferencja „Jak nie być jedną nogą w grobie”

Organizacja konferencji prasowej poświęconej Kampanii na Rzecz Walki z Żylną Chorobą Zakrzepowo - Zatorową, „Jak nie być jedną nogą w grobie”

Lokalizacja : The Lounge - Restauracja

Data: 14.05.2014 r.

Goście specjalni:

- Prof. dr hab. Witold Tomkowski - Prezes Fundacji Thrombosis
- Dr n. med. Małgorzata Dybowska
- Robertem Skolimowskim - ojciec mistrzyni olimpijskiej, Kamili Skolimowskiej, która zmarła z powodu zakrzepu
- Aleksandra Kaszuba - założycielka Fundacji MITO, osoba chorująca na zakrzepicę
- Anna Czternastek - założycielka Fundacji MITO, prowadząca spotkanie



Zrealizowane działania

Wsparcie Flywheel PR w organizacji działań:

- Pomoc w redakcji treści: zaproszenia, wywiadu, informacji prasowej
- Wysyłka zaproszenia do mediów, follow-up, opieka nad mediami w czasie konferencji
- Wsparcie organizacyjne: przygotowanie projektu i produkcja teczek na konferencję, przygotowanie nagłośnienia, pomoc w koordynacji przygotowania konferencji na miejscu
- Przygotowanie i wysyłka informacji prasowej po konferencji do mediów, follow-up, kontakt z dziennikarzami w celu umawiania wywiadów z Profesorem, przedstawicielkami Fundacji MITO, etc.
- Raport medialny



KAMPAKNA SPOŁECZNA NA FOLCZC WALKI Z CHOROBA ZAPALECZOWO-ZŁOCHOWY

Szanowni Państwo,

Serduszko zapraszam na konferencję prasową inaugurującą Kampanię Społeczną na Rzecz Walki z Chorołą Zatarosów – Zakrzepowj pod hasłem **JAK NIE BYĆ JEDNĄ NOGĄ W GROBIE**. Inny obtem jest edukacja w zakresie wra. choroby.

Sporkanie odległe się **14 maja 2014 r.**, o godz. 11.00, w restauracji "The Lounge", na ul. Piłkowskiej 10 w Warszawie.

Gościem specjalnym konferencji będzie **prof. dr Witold Tomkowski**, który opowie o czynnikach ryzyka występowania zakrzepicy, jej przebiegu oraz konsekwencjach. Zwróci również uwagę na profilaktykę, która jest głównym komunikatem kampanii.

Ustał w konferencji zapowiedział również **Robert Skalski**, ojciec **Kamili Skalskiej** (zabójca fundacji imienia matki i zmarłej mistrzyni olimpijskiej).

W czasie spotkania przedstawione zostaną wyniki badania społecznego, przeprowadzonego przez TNS-Globol na zlecenie Fundacji MITO na temat wiedzy społeczeństwa w zakresie choroby zatarosów-zakrzepowj.

Konferencję poprowadzi **Odeta Mars-Figurska**.

Organizatorem konferencji jest Fundacja MITO. Partnerem merytorycznym jest Fundacja Thromboc.

RSVP
Anna Czernostek - anna.czernostek@mito.com.pl, 791 538 681
Marta Gier - marta.gier@flywheel.pl, 572 600 646

Organizator: **mito**
Partner merytoryczny: **Thromboc**
Partnerzy: **SANOPI**, **Boehringer Ingelheim**, **ACC**, **Harmonella**
Partner kreatywny: **CRAZYMOUSE**, **VOUNGE**
Partnerzy mediami: **polki.pl**, **lustro.pl**, **marry.pl**, **babyonline.pl**

Zdjęcia z konferencji



Media obecne na spotkaniu

- PAP
- IAR (Polskie Radio)
- Polityka
- Poradnik Domowy
- Przyjaciółka
- Pani Domu
- Cosmopolitan/ Joy/ Shape
- Manager Apteki
- Medical Tribune
- Chwila dla Ciebie
- Super Express
- Fakt



Publikacje prasowe

14.05.2014 r. - 04.07.2014 r.



flywheel

Przyjaciółka, 18.06.2014 r.

Rozchodzę to, rozmasuję, poczekam, aż samo minie – myśli wiele osób, gdy spuchnie im jedna noga. Błąd! I to poważny, bo taka strategia, może zaważyć na życiu... Co zatem zrobić, w takiej sytuacji?

Zakrzepica żył głębokich... Zaczyna się od nogi...



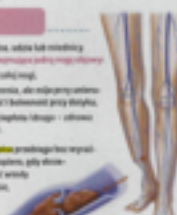
Kiedy Karola Skłodowska, młodziwa wdowa w czasie odzyskiwania siły po chorobie, skarżyła się na ból i opuchnięcie jednej nogi, służył jej lekarz, który do dziś dzięki odkryciu radioaktywności nie wypuścił na wolność. W tym czasie Karola Skłodowska odkryła, że w jej krwi krąży substancja, która może być przyczyną choroby. Wskazała na to, że w jej krwi krąży substancja, która może być przyczyną choroby. Wskazała na to, że w jej krwi krąży substancja, która może być przyczyną choroby.

Kto jest najbardziej narażony?
Ryzyko zakrzepicy wzrasta po 40. roku życia, ale – jak już – w przypadku Karoli Skłodowskiej – zakrzepica może zaatakować również młodych osobników. Dla jej powstania dochodzi, gdy zamykają 2 z 3 czynników: spowolnienie przepływu krwi w żyłach, uszkodzenie ściany naczyń lub sprzyjający powstawaniu zakrzepicy skład krwi. Przeciwproduktom ich wyjątkiem podlegają:
• skłonności dziedziczne,
• stosowanie niektórych leków, np. antykoagulantów hormonalnych (HRT),
• ciąża i młode kobiety w ciąży i niedługo po niej,
• zabieg chirurgiczny, nawet trypanie, amputacja lub długie wstrzymanie się od ruchu, np. w okresie rekonwalescencji po chorobie.

Na czym polega leżenie?
Długie pozostawanie leżąc w łóżku może być przyczyną zakrzepicy. Aby uniknąć tego, należy wstać i poruszyć się. Jeśli to niemożliwe, należy wykonać ćwiczenia fizyczne, które pomogą w utrzymaniu przepływu krwi.

Ważne objawy!

- zakrzepica objawia się bólem, opuchnięciem, zaczerwienieniem i gorączką w miejscu, gdzie występuje zakrzepica
- ból w łydce, który się pogłębia, a nawet rozchodzi się w górę nogi
- ból w łydce, który pojawia się podczas chodzenia, ale ustępuje w czasie odpoczynku. Często pojawia się też ból w łydce i ból w łydce
- zakrzepica objawia się również bólem i opuchnięciem w miejscu, gdzie występuje zakrzepica
- zakrzepica objawia się również bólem i opuchnięciem w miejscu, gdzie występuje zakrzepica



30 min
Tyle trwa badanie USG Doppler, dzięki któremu można zdiagnozować zakrzepicę.

- trwająca ponad 4 godziny wyprawa samochodem, samochodem czy pociągiem (patrz też „Rady dla podróżnych”)
- okres ciąży i porodu,
- niektóre choroby, np. nowotwory czy tromboza (skłonność do powstawania zakrzepów)

Jak zachować zdrowie?
W grupie wysokiego ryzyka może się znaleźć niemal każdy. Jeśli czynników jest wiele, warto o tym porozmawiać z lekarzem (interesastry ginekologiem – np. jeśli leczysz się hormonami, planujesz ciążę lub w niej już jesteś). Niezależnie od tego wszystkim nam pomoże:

- utrzymywanie prawidłowej wagi,
- regularna aktywność fizyczna (najlepiej 4-5 razy w tygodniu). Zalecane są przede wszystkim ćwiczenia angażujące do pracy mięśnie nóg, np.: marsze, jogging, jazda na rowerze,
- unikanie wielogodzinnego siedzenia – jeśli twoja praca tego wymaga, rób sobie co godzinę krótkie przerwy (patrz też zamka obok),
- unikanie stosowania się do zaleceń lekarzy po operacji czy kontuzji – dotyczy zwłaszcza przyjmowania zastrzyków z przeciwnzakrzepową heparyną oraz powstania do aktywności, gdy tylko jest on możliwy,
- leczenie żyłaków nóg – wprzeździe wynikają one z problemów z żyłami powierzchownymi (a nie głębokimi), jednak świadczą o zaburzeniach krążenia w kończynach dolnych.

Jeżeli mimo wszystko zauważysz u siebie objawy, które mogą wskazywać na wystąpienie zakrzepicy, nie czekaj! Idź szybko do lekarza i powiedz mu o swoich podejrzeniach. Skuteczny sposobem na sprawdzenie przepływu krwi w żyłach jest USG Doppler. Internista

Rady dla podróżnych...

Gdy siedzisz bez ruchu, krwawość w żyłach wędruje do góry, co może doprowadzić do zakrzepicy. Aby temu zapobiec, wykonuj ćwiczenia, które pomogą w utrzymaniu przepływu krwi w żyłach.

- 1. Unikaj alkoholu i palenia tytoniu.** Całkowicie zrezygnuj z alkoholu i palenia tytoniu. Jeśli jesteś niepełnosprawny i powiniś być w podróży, unikaj alkoholu i palenia tytoniu. Całkowicie zrezygnuj z alkoholu i palenia tytoniu.
- 2. Unikaj alkoholu i palenia tytoniu.** Całkowicie zrezygnuj z alkoholu i palenia tytoniu. Jeśli jesteś niepełnosprawny i powiniś być w podróży, unikaj alkoholu i palenia tytoniu.



3. Unikaj alkoholu i palenia tytoniu. Całkowicie zrezygnuj z alkoholu i palenia tytoniu. Jeśli jesteś niepełnosprawny i powiniś być w podróży, unikaj alkoholu i palenia tytoniu.

nie może ci go jednak znieść w ramach NFZ, skłonię cię więc do specjalisty (Bebólaga), który ma takie możliwości. Jeśli czas oczekiwania na wizytę jest długi, idź do szpitala, na łóżko przyjeżdżaj albo zrób USG prywatnie (120-150 zł). Jeżeli rzeczywiście masz zakrzepicę, trzeba jak

najszybciej rozpocząć leczenie. Polega ono głównie na przyjmowaniu zastrzyków z heparyną i doustnych leków przeciwzakrzepowych. Lekarz zleca też zwykle noszenie indywidualnie dobranych dla każdego pacjenta pończoch lub podkolanówek uciskowych.

Polska Gazeta Krakowska, 12.06.2014 r.

Bołaca i spuchnięta noga może być objawem poważnej choroby

● Spuchnięcie jednej nogi, ból w łydce i jej zaczerwienienie nie powinny być bagatelizowane przez pacjentów i lekarzy – mogą to być objawy żyłnej choroby zakrzepowo-zatorowej. W ciągu kilku sekund może ona doprowadzić nawet do śmierci – ostrzegają eksperci.

W Polsce liczba rozpoznawanych co roku przypadków zakrzepicy jest kilkakrotnie niższa niż faktyczna liczba osób, które na nią cierpią. Wśród pacjentów i lekarzy panuje niewielka świadomość na temat tego schorzenia. Szacuje się, że rocznie w naszym kraju z powodu zatoru tętnicy płucnej umiera 40 tys. osób.

Prof. Witold Tomkowski, kardiolog, wśród najważniejszych objawów zakrzepicy żył głębokich wymienił: obrzęk nogi, ból w łydce przy zginaniu, chodzeniu, podwyższona ciepłota nogi lub zaczerwieniona skóra na jednej nodze, bolesność wyczuwana wzdłuż przebiegu żyły powierzchniowej. Przy tych objawach należy niezwłocznie udać się do lekarza pierwszego kontaktu.

KOJ, PAP

Zasięg: 52 000
AVE: 700 pln



Obrzęk nogi może być objawem groźnej choroby

Zdrowie

Marcin Lenart

redakcja@prasa.gda.pl

Spuchnięcie jednej nogi, ból w łydce i jej zaczerwienienie nie powinny być bagatelizowane przez pacjentów i lekarzy. Mogą to być objawy żyłnej choroby zakrzepowo-zatorowej, która w ciągu kilku sekund może doprowadzić do śmierci - przypominają eksperci.

- W razie pojawienia się objawów pacjent powinien udać się do lekarza pierwszego kontaktu, a ten powinien ocenić prawdopodobieństwo występowania zakrzepicy - przekonują specjaliści.

Zainaugurowano właśnie pierwszą edycję Kampanii na rzecz Walki z Żylną Chorobą Zakrzepowo-Zatorową, której

przyświeca hasło „Jak nie być jedną nogą w grobie”.

Leczenie żyłnej choroby zatorowo-zakrzepowej jest, jak przekonują lekarze, bardzo skuteczne i bezpieczne. Jego podstawę stanowią leki przeciwzakrzepowe. Prawdopodobieństwo występowania żyłnej choroby zakrzepowo-zatorowej rośnie wraz z wiekiem. Do najważniejszych czynników ryzyka tego schorzenia prezes Fundacji do Walki z Zakrzepicą Thrombosis - prof. Witold Tomkowski - zalicza: poważne zabiegi chirurgiczne, jak np. wymiana stawu biodrowego czy kolanowego, choroby wymagające dłuższego leżenia w łóżku, urazy, a także choroby nowotworowe.

Więcej na temat tej choroby można przeczytać na stronie internetowej kampanii www.wolnezyly.pl.

Puls Medycyny, 28.05.2014 r.

Zakrzepica rozwija

O żywej chorobie zakrzepowo-zatorowej, konsekwencjach jej nierozpoznania i nieleczenia, a także prostej profilaktyce, która może uratować życie, rozmawiamy z prof. dr. hab. n. med. Witoldem Tomkowskim, prezesem Polskiej Fundacji do Walki z Zakrzepicą THROMBOSIS, partnera merytorycznego kampanii.



Kto może, jak i do jakiego czasu w grocie?
 Wskazaniem do leczenia jest przede wszystkim wystąpienie objawów choroby. Wskazaniem do leczenia jest przede wszystkim wystąpienie objawów choroby. Wskazaniem do leczenia jest przede wszystkim wystąpienie objawów choroby.

Wskazaniem do leczenia jest przede wszystkim wystąpienie objawów choroby.
 Wskazaniem do leczenia jest przede wszystkim wystąpienie objawów choroby. Wskazaniem do leczenia jest przede wszystkim wystąpienie objawów choroby.

Wskazaniem do leczenia jest przede wszystkim wystąpienie objawów choroby.
 Wskazaniem do leczenia jest przede wszystkim wystąpienie objawów choroby. Wskazaniem do leczenia jest przede wszystkim wystąpienie objawów choroby.

się w ukryciu



W efekcie nieleczonej lub późno wykrytej zakrzepicy może dojść do powstania zespołu pozakrzepowego.

Wskazaniem do leczenia jest przede wszystkim wystąpienie objawów choroby.
 Wskazaniem do leczenia jest przede wszystkim wystąpienie objawów choroby. Wskazaniem do leczenia jest przede wszystkim wystąpienie objawów choroby.

Wskazaniem do leczenia jest przede wszystkim wystąpienie objawów choroby.
 Wskazaniem do leczenia jest przede wszystkim wystąpienie objawów choroby. Wskazaniem do leczenia jest przede wszystkim wystąpienie objawów choroby.

Zasięg: 20 000
 AVE: 32 000 pln



Publikacje radiowe

14.05.2014 r. - 04.07.2014 r.



flywheel

PR Białystok, 24.05.2014 r.



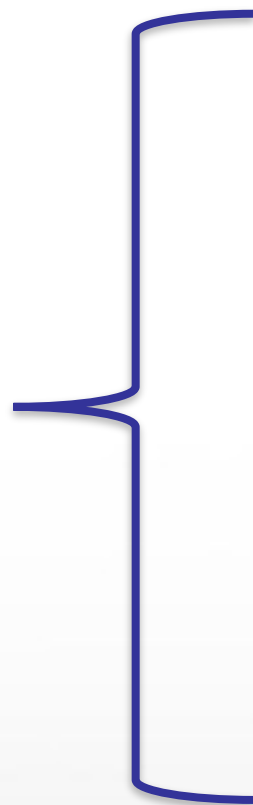
AVE: 100 pln



PR Gdańsk, 24.05.2014 r.



*Radio
Gdańsk*



AVE: 800 pln



flywheel

PR Czwórka, 24.05.2014 r.



AVE: 500 pln

Publikacje internetowe

14.05 - 04.07.2014 r.



flywheel

Kobiecość.pl 15.06.2014 r.

Jak nie być jedną nogą w grobie

25% Polaków nie wie, jakie mogą być konsekwencje nieleczenia żyłnej choroby zakrzepowo-zatorowej. A Ty wiesz?

Inauguracja Pierwszej Kampanii na Rzecz Walki z Żylną Chorobą Zakrzepowo – Zatorową.

W celu podniesienia naszej świadomości w tym zakresie 14 maja 2014 roku odbyła się konferencja prasowa inaugurująca pierwszą edycję Kampanii na Rzecz Walki z Żylną Chorobą Zakrzepowo – Zatorową – „Jak nie być jedną nogą w grobie”.

Spośród wszystkich chorób układu krążenia, najmniej znana jest zakrzepica. Wymienia ją 66% badanych. Prawdopodobnie z tego względu, wielu z nas nie zdaje sobie sprawy z powagi sytuacji i konsekwencji, jakie może ze sobą nieść.

Czym zatem jest choroba zakrzepowo-zatorowa i jakie mogą być jej skutki? Zakrzepica polega na powstaniu w żyłach głębokich skrzepów. Fragmenty tych skrzepów mogą w każdej chwili się oderwać i „powędrować” wraz z prądem krwi do tętnicy płanej, czego konsekwencją może być natychmiastowa śmierć człowieka. Zakrzepy najczęściej tworzą się w kończynach dolnych: łydkach i udach, ale również w żyłach miednicy. Scharżenie najczęściej dotyka osoby po 40. r.ż., a czynnikami ryzyka jest: unieruchomienie ciała, np. z powodu obłożnej choroby; długa podróż; okres ciąży i porodu; przebyte operacje chirurgiczne czy otyłość – mówi prof. dr hab. Witold Tomkowski, preza Fundacji THROMBOSIS.



Spuchnięta, jedna noga – co to oznacza?

Choroba zakrzepowo-zatorowa może przez dłuższy czas nie dawać o sobie znać.

Są jednak pewne objawy, które powinny wzbudzić naszą czujność i sprawić, że niezwłocznie udamy się do właściwego specjalisty. Do tych objawów należą: obrzęk, widoczny w okolicach kostki, łydki lub całej JEDNEJ nogi; ból nogi nasilający się podczas chodzenia, ale mijający przy unieruchomieniu; podwyższona ciepłota nogi lub zaczerwieniona skóra na jednej nodze. W przypadku pojawienia się któregośkolwiek z powyższych objawów, powinniśmy natychmiast udać się do lekarza specjalisty, który zleci nam USG żył głębokich. Szybkie działanie jest w tym przypadku kluczowe. Dzięki niemu mamy szansę zmniejszyć śmiertelność spowodowaną zchorowaniem – dodaje prof. Tomkowski.

Świadomość i profilaktyka

W celu podniesienia świadomości Polaków w zakresie choroby zatorowo-zakrzepowej przygotowany został krótki film instruktażowy, dotyczący tego jak przygotować się do długiej podróży. Pokazuje on ćwiczenia, które można wykonywać w ramach profilaktyki, szczególnie przez osoby ze skłonnością do zakrzepicy. Organizatorem Kampanii „Jak nie być jedną nogą w grobie” jest Fundacja MITO, która wraz ze wsparciem merytorycznym Fundacji THROMBOSIS, jako pierwsza podjęła się realizacji Kampanii społecznej na temat zakrzepicy. W ramach jej działań, została stworzona strona internetowa www.wolnezily.pl, na której będzie można znaleźć materiały edukacyjne poświęcone prewencji i odpowiedniemu działaniu w sytuacji wystąpienia żyłnej choroby zakrzepowo – zatorowej.

Partnerem Kampanii Wolne Żyły jest **Harmonella**® suplement diety dla kobiet stosujących antykoncepcję hormonalną lub hormonalną terapię zastępczą.



Linemed.pl, 08.06.2014 r.

Jak nie być jedną nogą w grobie. Żylna choroba zakrzepowo-zatorowa

Czy jest jaka choroba zakrzepowo-zatorowa i jakie mogą być jej konsekwencje? Czy spowodowane są jej objawy profilaktyka, która może uratować życie? Na te i inne pytania odpowiada Prof. dr hab. Wiesław Tomaszewski, Prezes Polskiego Funduszu na rzecz Zakrzepicy i Thrombozy - partnera międzynarodowej kampanii.

• Czy nie uważa Pan, że każde "kok nie był" jedno nogę w grobie" nie jest zbyt mocno i może przestraszyć społeczeństwo?

Prof. dr hab. Wiesław Tomaszewski: Tak uważam nie uważałem. Kampania, której siedzibę postanowiłem zarejestrować ma za zadanie edukować, przekazać, że z żylną chorobą zakrzepowo-zatorową nie ma żartów. Nie powinno obawiać się choroby zakrzepowo-zatorowej, bo zator tętnicy płucnej zabija w kilka sekund i dlatego spora część. W Polsce ok. 40 tys. osób rocznie ma zakrzepicę żył głębokich u 40 tys. powstają się zakrzepki zator żylnej (zakrzepki zatorowe) z powodu zatoru płucnego, który jest przyczyną i jedynym objawem żylnych chorób zakrzepowo-zatorowych. Do objawień zakrzepki, że zatorzenie w płucach na zator tętnicy płucnej wymaga ponad 100 osób. Dlatego ważne jest aby nie bagatelizować objawień, zwracać uwagę lub biegać nogę w kierunku szpitala, gdyż najszybciej uda się do lekarza i wykonać CTG żył głębokich. Proszę też kampanię od strony nie zniechęcać doświadczeń społeczeństwa, niepokój, niepokój i zaniepokojenie żył głębokich - ich objawy objawiają się w postaci objawów, które wywołują zator tętnicy płucnej.

• Czy społeczeństwo może sobie sprawę czego objawem może być opuchnięta noga?

Prof. dr hab. Wiesław Tomaszewski: Nie badano przyczyn objawów na podstawie najszybszej kampanii o wykonaniu objawów. Tętno żył głębokich, że 60% osób objawiają objawy, nogę w kierunku szpitala i wykonanie CTG żył głębokich. Ponadto pewna część nie zdaje sobie sprawy z kampanii i nie zdaje sobie sprawy opuchniętej nogi z zakrzepicy żył głębokich, która stanowi w większości objawów objawów zatoru płucnego. Tak postawił w szpitalu kilka przypadków zapalenia ujemnego i powodu zakrzepki zatorowej - w czepie i niech był to jedyny objaw choroby u innych niż nowotwór nie podlegał. Istniał świadomość sprężyna objawów objawów z zakrzepicy zatorowej, że powstanie opuchniętej nogi, choroby nie są do lekarza.

• Czy jest właściwie żylna choroba zakrzepowo-zatorowa?

Prof. dr hab. Wiesław Tomaszewski: Żylna choroba zakrzepowo-zatorowa to nie jest choroba, lecz choroba zatorowa. Tętno żył głębokich, przyczyna i nie budujemy tego zjawiska. Istnieje ono na nie dwa, jednolite choroby: zakrzepica żył głębokich i zator tętnicy płucnej. Choroba polega na powstaniu w żyłach głębokich zakrzepki, których odłamki fragmenty mogą powrócić do przegrodzi krwi do tętnicy płucnej i spowodować natychmiastową śmierć człowieka. Zakrzepki żył głębokich, które są w kończynach dolnych - łożyskach i udach, nie różni się w żyłach miedzy.

• Żakże są przyczyny powstania zakrzepki?

Prof. dr hab. Wiesław Tomaszewski: Przyczyn powstania zakrzepki jest bardzo wiele, są genetyczne, są zjawiska mechaniczne, które są przyczyną powstania zakrzepki. Istnieje ono na nie dwa, jednolite choroby: zakrzepica żył głębokich i zator tętnicy płucnej. Choroba polega na powstaniu w żyłach głębokich zakrzepki, których odłamki fragmenty mogą powrócić do przegrodzi krwi do tętnicy płucnej i spowodować natychmiastową śmierć człowieka. Zakrzepki żył głębokich, które są w kończynach dolnych - łożyskach i udach, nie różni się w żyłach miedzy.

Wskazywanie na żyły i objawy w czasie zakrzepicy zatorowej

Prof. dr hab. Wiesław Tomaszewski: Tak uważam nie uważałem. Kampania, której siedzibę postanowiłem zarejestrować ma za zadanie edukować, przekazać, że z żylną chorobą zakrzepowo-zatorową nie ma żartów. Nie powinno obawiać się choroby zakrzepowo-zatorowej, bo zator tętnicy płucnej zabija w kilka sekund i dlatego spora część. W Polsce ok. 40 tys. osób rocznie ma zakrzepicę żył głębokich u 40 tys. powstają się zakrzepki zator żylnej (zakrzepki zatorowe) z powodu zatoru płucnego, który jest przyczyną i jedynym objawem żylnych chorób zakrzepowo-zatorowych. Do objawień zakrzepki, że zatorzenie w płucach na zator tętnicy płucnej wymaga ponad 100 osób. Dlatego ważne jest aby nie bagatelizować objawień, zwracać uwagę lub biegać nogę w kierunku szpitala, gdyż najszybciej uda się do lekarza i wykonać CTG żył głębokich. Proszę też kampanię od strony nie zniechęcać doświadczeń społeczeństwa, niepokój, niepokój i zaniepokojenie żył głębokich - ich objawy objawiają się w postaci objawów, które wywołują zator tętnicy płucnej.

Wskazywanie na żyły i objawy w czasie zakrzepicy zatorowej

Prof. dr hab. Wiesław Tomaszewski: Tak uważam nie uważałem. Kampania, której siedzibę postanowiłem zarejestrować ma za zadanie edukować, przekazać, że z żylną chorobą zakrzepowo-zatorową nie ma żartów. Nie powinno obawiać się choroby zakrzepowo-zatorowej, bo zator tętnicy płucnej zabija w kilka sekund i dlatego spora część. W Polsce ok. 40 tys. osób rocznie ma zakrzepicę żył głębokich u 40 tys. powstają się zakrzepki zator żylnej (zakrzepki zatorowe) z powodu zatoru płucnego, który jest przyczyną i jedynym objawem żylnych chorób zakrzepowo-zatorowych. Do objawień zakrzepki, że zatorzenie w płucach na zator tętnicy płucnej wymaga ponad 100 osób. Dlatego ważne jest aby nie bagatelizować objawień, zwracać uwagę lub biegać nogę w kierunku szpitala, gdyż najszybciej uda się do lekarza i wykonać CTG żył głębokich. Proszę też kampanię od strony nie zniechęcać doświadczeń społeczeństwa, niepokój, niepokój i zaniepokojenie żył głębokich - ich objawy objawiają się w postaci objawów, które wywołują zator tętnicy płucnej.

Wskazywanie na żyły i objawy w czasie zakrzepicy zatorowej

Prof. dr hab. Wiesław Tomaszewski: Tak uważam nie uważałem. Kampania, której siedzibę postanowiłem zarejestrować ma za zadanie edukować, przekazać, że z żylną chorobą zakrzepowo-zatorową nie ma żartów. Nie powinno obawiać się choroby zakrzepowo-zatorowej, bo zator tętnicy płucnej zabija w kilka sekund i dlatego spora część. W Polsce ok. 40 tys. osób rocznie ma zakrzepicę żył głębokich u 40 tys. powstają się zakrzepki zator żylnej (zakrzepki zatorowe) z powodu zatoru płucnego, który jest przyczyną i jedynym objawem żylnych chorób zakrzepowo-zatorowych. Do objawień zakrzepki, że zatorzenie w płucach na zator tętnicy płucnej wymaga ponad 100 osób. Dlatego ważne jest aby nie bagatelizować objawień, zwracać uwagę lub biegać nogę w kierunku szpitala, gdyż najszybciej uda się do lekarza i wykonać CTG żył głębokich. Proszę też kampanię od strony nie zniechęcać doświadczeń społeczeństwa, niepokój, niepokój i zaniepokojenie żył głębokich - ich objawy objawiają się w postaci objawów, które wywołują zator tętnicy płucnej.

Wskazywanie na żyły i objawy w czasie zakrzepicy zatorowej

Prof. dr hab. Wiesław Tomaszewski: Tak uważam nie uważałem. Kampania, której siedzibę postanowiłem zarejestrować ma za zadanie edukować, przekazać, że z żylną chorobą zakrzepowo-zatorową nie ma żartów. Nie powinno obawiać się choroby zakrzepowo-zatorowej, bo zator tętnicy płucnej zabija w kilka sekund i dlatego spora część. W Polsce ok. 40 tys. osób rocznie ma zakrzepicę żył głębokich u 40 tys. powstają się zakrzepki zator żylnej (zakrzepki zatorowe) z powodu zatoru płucnego, który jest przyczyną i jedynym objawem żylnych chorób zakrzepowo-zatorowych. Do objawień zakrzepki, że zatorzenie w płucach na zator tętnicy płucnej wymaga ponad 100 osób. Dlatego ważne jest aby nie bagatelizować objawień, zwracać uwagę lub biegać nogę w kierunku szpitala, gdyż najszybciej uda się do lekarza i wykonać CTG żył głębokich. Proszę też kampanię od strony nie zniechęcać doświadczeń społeczeństwa, niepokój, niepokój i zaniepokojenie żył głębokich - ich objawy objawiają się w postaci objawów, które wywołują zator tętnicy płucnej.

Wskazywanie na żyły i objawy w czasie zakrzepicy zatorowej

Prof. dr hab. Wiesław Tomaszewski: Tak uważam nie uważałem. Kampania, której siedzibę postanowiłem zarejestrować ma za zadanie edukować, przekazać, że z żylną chorobą zakrzepowo-zatorową nie ma żartów. Nie powinno obawiać się choroby zakrzepowo-zatorowej, bo zator tętnicy płucnej zabija w kilka sekund i dlatego spora część. W Polsce ok. 40 tys. osób rocznie ma zakrzepicę żył głębokich u 40 tys. powstają się zakrzepki zator żylnej (zakrzepki zatorowe) z powodu zatoru płucnego, który jest przyczyną i jedynym objawem żylnych chorób zakrzepowo-zatorowych. Do objawień zakrzepki, że zatorzenie w płucach na zator tętnicy płucnej wymaga ponad 100 osób. Dlatego ważne jest aby nie bagatelizować objawień, zwracać uwagę lub biegać nogę w kierunku szpitala, gdyż najszybciej uda się do lekarza i wykonać CTG żył głębokich. Proszę też kampanię od strony nie zniechęcać doświadczeń społeczeństwa, niepokój, niepokój i zaniepokojenie żył głębokich - ich objawy objawiają się w postaci objawów, które wywołują zator tętnicy płucnej.

Wskazywanie na żyły i objawy w czasie zakrzepicy zatorowej

Prof. dr hab. Wiesław Tomaszewski: Tak uważam nie uważałem. Kampania, której siedzibę postanowiłem zarejestrować ma za zadanie edukować, przekazać, że z żylną chorobą zakrzepowo-zatorową nie ma żartów. Nie powinno obawiać się choroby zakrzepowo-zatorowej, bo zator tętnicy płucnej zabija w kilka sekund i dlatego spora część. W Polsce ok. 40 tys. osób rocznie ma zakrzepicę żył głębokich u 40 tys. powstają się zakrzepki zator żylnej (zakrzepki zatorowe) z powodu zatoru płucnego, który jest przyczyną i jedynym objawem żylnych chorób zakrzepowo-zatorowych. Do objawień zakrzepki, że zatorzenie w płucach na zator tętnicy płucnej wymaga ponad 100 osób. Dlatego ważne jest aby nie bagatelizować objawień, zwracać uwagę lub biegać nogę w kierunku szpitala, gdyż najszybciej uda się do lekarza i wykonać CTG żył głębokich. Proszę też kampanię od strony nie zniechęcać doświadczeń społeczeństwa, niepokój, niepokój i zaniepokojenie żył głębokich - ich objawy objawiają się w postaci objawów, które wywołują zator tętnicy płucnej.

Wskazywanie na żyły i objawy w czasie zakrzepicy zatorowej

Prof. dr hab. Wiesław Tomaszewski: Tak uważam nie uważałem. Kampania, której siedzibę postanowiłem zarejestrować ma za zadanie edukować, przekazać, że z żylną chorobą zakrzepowo-zatorową nie ma żartów. Nie powinno obawiać się choroby zakrzepowo-zatorowej, bo zator tętnicy płucnej zabija w kilka sekund i dlatego spora część. W Polsce ok. 40 tys. osób rocznie ma zakrzepicę żył głębokich u 40 tys. powstają się zakrzepki zator żylnej (zakrzepki zatorowe) z powodu zatoru płucnego, który jest przyczyną i jedynym objawem żylnych chorób zakrzepowo-zatorowych. Do objawień zakrzepki, że zatorzenie w płucach na zator tętnicy płucnej wymaga ponad 100 osób. Dlatego ważne jest aby nie bagatelizować objawień, zwracać uwagę lub biegać nogę w kierunku szpitala, gdyż najszybciej uda się do lekarza i wykonać CTG żył głębokich. Proszę też kampanię od strony nie zniechęcać doświadczeń społeczeństwa, niepokój, niepokój i zaniepokojenie żył głębokich - ich objawy objawiają się w postaci objawów, które wywołują zator tętnicy płucnej.

Wskazywanie na żyły i objawy w czasie zakrzepicy zatorowej

Prof. dr hab. Wiesław Tomaszewski: Tak uważam nie uważałem. Kampania, której siedzibę postanowiłem zarejestrować ma za zadanie edukować, przekazać, że z żylną chorobą zakrzepowo-zatorową nie ma żartów. Nie powinno obawiać się choroby zakrzepowo-zatorowej, bo zator tętnicy płucnej zabija w kilka sekund i dlatego spora część. W Polsce ok. 40 tys. osób rocznie ma zakrzepicę żył głębokich u 40 tys. powstają się zakrzepki zator żylnej (zakrzepki zatorowe) z powodu zatoru płucnego, który jest przyczyną i jedynym objawem żylnych chorób zakrzepowo-zatorowych. Do objawień zakrzepki, że zatorzenie w płucach na zator tętnicy płucnej wymaga ponad 100 osób. Dlatego ważne jest aby nie bagatelizować objawień, zwracać uwagę lub biegać nogę w kierunku szpitala, gdyż najszybciej uda się do lekarza i wykonać CTG żył głębokich. Proszę też kampanię od strony nie zniechęcać doświadczeń społeczeństwa, niepokój, niepokój i zaniepokojenie żył głębokich - ich objawy objawiają się w postaci objawów, które wywołują zator tętnicy płucnej.

Wskazywanie na żyły i objawy w czasie zakrzepicy zatorowej

Prof. dr hab. Wiesław Tomaszewski: Tak uważam nie uważałem. Kampania, której siedzibę postanowiłem zarejestrować ma za zadanie edukować, przekazać, że z żylną chorobą zakrzepowo-zatorową nie ma żartów. Nie powinno obawiać się choroby zakrzepowo-zatorowej, bo zator tętnicy płucnej zabija w kilka sekund i dlatego spora część. W Polsce ok. 40 tys. osób rocznie ma zakrzepicę żył głębokich u 40 tys. powstają się zakrzepki zator żylnej (zakrzepki zatorowe) z powodu zatoru płucnego, który jest przyczyną i jedynym objawem żylnych chorób zakrzepowo-zatorowych. Do objawień zakrzepki, że zatorzenie w płucach na zator tętnicy płucnej wymaga ponad 100 osób. Dlatego ważne jest aby nie bagatelizować objawień, zwracać uwagę lub biegać nogę w kierunku szpitala, gdyż najszybciej uda się do lekarza i wykonać CTG żył głębokich. Proszę też kampanię od strony nie zniechęcać doświadczeń społeczeństwa, niepokój, niepokój i zaniepokojenie żył głębokich - ich objawy objawiają się w postaci objawów, które wywołują zator tętnicy płucnej.

Wskazywanie na żyły i objawy w czasie zakrzepicy zatorowej

Prof. dr hab. Wiesław Tomaszewski: Tak uważam nie uważałem. Kampania, której siedzibę postanowiłem zarejestrować ma za zadanie edukować, przekazać, że z żylną chorobą zakrzepowo-zatorową nie ma żartów. Nie powinno obawiać się choroby zakrzepowo-zatorowej, bo zator tętnicy płucnej zabija w kilka sekund i dlatego spora część. W Polsce ok. 40 tys. osób rocznie ma zakrzepicę żył głębokich u 40 tys. powstają się zakrzepki zator żylnej (zakrzepki zatorowe) z powodu zatoru płucnego, który jest przyczyną i jedynym objawem żylnych chorób zakrzepowo-zatorowych. Do objawień zakrzepki, że zatorzenie w płucach na zator tętnicy płucnej wymaga ponad 100 osób. Dlatego ważne jest aby nie bagatelizować objawień, zwracać uwagę lub biegać nogę w kierunku szpitala, gdyż najszybciej uda się do lekarza i wykonać CTG żył głębokich. Proszę też kampanię od strony nie zniechęcać doświadczeń społeczeństwa, niepokój, niepokój i zaniepokojenie żył głębokich - ich objawy objawiają się w postaci objawów, które wywołują zator tętnicy płucnej.

Zasięg: 800 AVE: 300 pln



Pl.health.com, 08.06.2014 r.

Jak nie być jedną nogą w grobie? Wyprzedź zakrzepicę

Spuchnięta noga, boląca łydka – to mogą być objawy zakrzepicy. Nie można ich lekceważyć. Trzeba koniecznie zgłosić się do lekarza – przekonują eksperci akcji edukacyjnej pod hasłem "Jak nie być jedną nogą w grobie". Jest to [kampania](#) na Rzecz Walki z Żylną Chorobą Zakrzepowo-Zatorową. - *To bardzo groźne schorzenie, które polega na powstawaniu skrzepin w żyłach głębokich. Ich fragmenty mogą się odenwać i powędrować z do tętnicy płucnej, powodując jej zator* – wyjaśniła profesor Witold Tomkowski.

Choroba zakrzepowo-zatorowa w ciągu paru chwil może doprowadzić do śmierci. Z tego powodu zmarła pięć lat temu **Kamila Skolimowska**, mistrzyni olimpijska w rzucie młotem. Ojciec lekkoatletki Robert Skolimowski wspominał, że Kamila była okazem zdrowia, a [choroba](#) rozwijała się podstępnie.

Dr Małgorzata Dybowska z Instytutu Gruźlicy i Chorób Płuc podkreśliła, że **ryzyko zakrzepicy** zwiększa długotrwały brak ruchu, na przykład po operacji czy też długiej podróży samolotem lub pociągiem. Dlatego podczas kilkugodzinnego lotu lub jazdy trzeba często poruszać stopami i zakładać podkolanówki lub pończochy o stopniowanym ucisku.

Zasięg: 500
AVE: 250 pln

Nursing.com.pl, 07.06.2014 r.

Kampania o chorobie zakrzepowo-zatorowej

"Jak nie być jedną nogą w grobie" to hasło pierwszej w Polsce kampanii społecznej na rzecz żyłnej choroby zakrzepowo-zatorowej, potocznie zwanej zakrzepicą.

Celem kampanii, organizowanej przez Fundację MITO, jest uświadomienie społeczeństwu, że opuchnięta noga może być przyczyną zakrzepu niebezpiecznego dla życia i doprowadzić do śmiertelnego zatoru, który codziennie w Polsce zabija ponad 130 osób dziennie.

Zagrożone są osoby w każdym wieku. Zwiększając świadomość na temat choroby, zmniejszyśmy liczbę zgonów.

Choroba zakrzepowo-zatorowa w Polsce diagnozowana jest znacznie rzadziej niż w krajach Europy zachodniej, dlatego codziennie ponad 130 osób umiera na zator tętnicy płucnej, przy zachorowalności 150 tys. osób rocznie.

Zakrzepica żył głębokich polega na tworzeniu się skrzepin w żyłach głębokich, które blokują przepływ krwi.

Symptomem wytworzenia się zakrzepu jest opuchlizna, ból lub zaczerwienienie się kończyny, w której powstaje zakrzep.

W wyniku braku diagnozy i leczenia, skrzepina może oderwać się od ściany naczynia i z krwiobiegiem dostać do serca lub płuc, doprowadzając do śmierci w kilka sekund.

Organizowana kampania społeczna stawia sobie za cel uświadomienie jak bardzo niebezpieczna może być opuchnięta noga.

Odważne hasło kampanii JAK NIE BYĆ JEDNĄ NOGĄ W GROBIE oraz cała kreacja stworzona przez agencję kreatywną Crazy Mouse, nie ma za zadanie straszyć, tylko ostrzec przed zagrożeniem i wskazać kierunek reakcji - udać się do lekarza i wykonać USG żył głębokich tzw. dopplera.

- Obecnie w społeczeństwie opuchnięta noga (łydka czy kostka) jest bagatelizowana i uznawana za przejściowy stan niedyspozycji lub złego krążenia, który sam minie. Społeczeństwo bagatelizuje temat licząc, że samo się wyleczy. Nie zdają sobie sprawy, że opuchnięta, boląca lub zaczerwieniona noga może być objawem utworzonego się zakrzepu i doprowadzić do śmierci - mówi Aleksandra Kaszuba, prezes fundacji MITO, która cudem przeżyła zator tętnicy płucnej.

- Chcemy, aby w rezultacie przeprowadzonej kampanii ludzie byli świadomi zagrożenia, jakie niesie opuchnięta noga oraz w momencie rozpoznania niepokojących objawów udali się natychmiast do lekarza i wykonali USG żył głębokich - dodaje Anna Czernastek, wiceprezes Fundacji MITO.

Grup ryzyka jest bardzo wiele i są to osoby w każdym wieku. Jedną z grup są osoby po zabiegach operacyjnych oraz długotrwałe unieruchomione.

Unieruchomienie nie dotyczy tylko osób leżących, ale również spędzających dużo czasu przed komputerem w ciasnych ubraniach oraz podróżujących, którzy ponad 5-6 godzin spędzają w jednej pozycji w samochodzie, autobusie czy samolocie.

Brak ruchu mięśni powoduje, że krew przestaje prawidłowo krążyć, dlatego tak ważne jest aby pamiętać o ruchu, wykonać kilka przysiadów, pokręcić stopą wokół kostki, a w trakcie podróży starać się, aby co godzinę wstać i wykonać kilka prostych ćwiczeń.

Z zupełnie innych powodów na zakrzepicę narażone są kobiety, szczególnie w ciąży i okresie połogu oraz te, które przyjmują środki hormonalne, takie jak antykoncepcja czy hormonalna terapia zastępcza. Z wiekiem ryzyko zachorowania na zakrzepicę znacznie wzrasta. Po 40 roku życia, osoby te powinny być szczególnie czujne.



wartowiedziec.org, 01.06.2014 r.

Jak nie być jedną nogą w grobie

Czerwone skarpetki rozdawane na warszawskim Dworcu Centralnym zachęcały podróżnych do ruszania stopami, zginania nóg, przysiadów. Film instruktażowy pokazuje ćwiczenia profilaktyczne przeciwko żyłnej chorobie zakrzepowo-zatorowej, czyli zakrzepicy. Narażone są na nią szczególnie osoby po zabiegach operacyjnych, kobiety w ciąży i położu, sprzyja jej również długotrwałe unieruchomienie - np. związane z rekonwalescencją czy złamaniami, ale także ze spędzaniem czasu w jednej pozycji, jak podczas długiej podróży.

Według badań przeprowadzonych na zlecenie Fundacji MITO (inicjatora kampanii), 25% Polaków nie wie, jakie mogą być konsekwencje nieleczenia żyłnej choroby zakrzepowo-zatorowej. Spośród wszystkich chorób układu krążenia, najmniej znana jest zakrzepica. Wymienia ją 66% badanych.

- Zakrzepica polega na powstaniu w żyłach głębokich skrzepów. Fragmenty tych skrzepów mogą w każdej chwili się oderwać i "powędrować" wraz z prądem krwi do tętnicy płucnej, czego konsekwencją może być natychmiastowa śmierć człowieka. Zakrzepy najczęściej tworzą się w kończynach dolnych: łydkach i udach, ale również w żyłach miednicy. Schorzenie najczęściej dotyka osoby po 40. r.ż., a czynnikami ryzyka jest: unieruchomienie ciała, np. z powodu obłożnej choroby, długa podróż, okres ciąży i położu, przebyte operacje chirurgiczne czy otyłość – mówi prof. dr hab. Witold Tomkowski, prezes Fundacji THROMBOSIS.



fot. fotolia.pl

Zasięg: 600
AVE: 400 pln

stooq.pl, 24.05.2014 r.

Zakrzepica- Jak nie być jedną nogą w grobie

[IAR](#) - Kraj

24 Maj 2014, 12:25

24.05.2014 (IAR) - Spuchnięta noga, boląca łydka - to mogą być objawy zakrzepicy. Nie można ich lekceważyć. Trzeba koniecznie zgłosić się do lekarza - przekonują eksperci akcji edukacyjnej pod hasłem "Jak nie być jedną nogą w grobie". Jest to kampania na Rzecz Walki z Żylną Chorobą Zakrzepowo-Zatorową. To bardzo groźne schorzenie, które polega na powstawaniu skrzepin w żyłach głębokich. Ich fragmenty mogą się oderwać i powędrować z do tętnicy płucnej, powodując jej zator - wyjaśniła profesor Witold Tomkowski.

Choroba zakrzepowo- zatorowa w ciągu paru chwil może doprowadzić do śmierci. Z tego powodu zmarła pięć lat temu Kamila Skolimowska, mistrzyni olimpijska w rzucie młotem. Ojciec lekkoatletki Robert Skolimowski wspominał, że Kamila była okazem zdrowia, a choroba rozwijała się podstępnie.

Dr Małgorzata Dybowska z Instytutu Gruźlicy i Chorób Płuc podkreśliła, że ryzyko zakrzepicy zwiększa długotrwały brak ruchu, na przykład po operacji czy też długiej podróży samolotem lub pociągiem. Dlatego podczas kilkugodzinnego lotu lub jazdy trzeba często poruszać stopami i zakładać podkolanówki lub pończochy o stopniowanym ucisku.

Więcej informacji o samej kampanii i chorobie zatorowo-zakrzepowej można znaleźć na stronie internetowej www.wolnezyfy.pl IAR Joanna Stankiewicz / gaj

zdrowie.dziennik.pl, 24.05.2014 r.

Jak nie być jedną nogą w grobie? Wyprzedź zakrzepicę

Z powodu zakrzepicy pięć lat temu nagle zmarła mistrzyni olimpijska Kamila Skolimowska. Objawy - tj. spuchnięta noga i boląca łydka - łatwo zbagatelizować. Dowiedz się więcej o tym groźnym schorzeniu.

Spuchnięta noga, boląca łydka - to mogą być objawy zakrzepicy. Nie można ich lekceważyć. Trzeba koniecznie zgłosić się do lekarza - przekonują eksperci akcji edukacyjnej pod hasłem "Jak nie być jedną nogą w grobie". Jest to [kampania](#) na Rzecz Walki z Żylną Chorobą Zakrzepowo-Zatorową. - *To bardzo groźne schorzenie, które polega na powstawaniu skrzepin w żyłach głębokich. Ich fragmenty mogą się oderwać i powędrować z do tętnicy płucnej, powodując jej zator* - wyjaśniła profesor Witold Tomkowski.

Choroba zakrzepowo-zatorowa w ciągu paru chwil może doprowadzić do śmierci. Z tego powodu zmarła pięć lat temu **Kamila Skolimowska**, mistrzyni olimpijska w rzucie młotem. Ojciec lekkoatletki Robert Skolimowski wspominał, że Kamila była okazem zdrowia, a **choroba** rozwijała się podstępnie.

Dr Małgorzata Dybowska z Instytutu Gruźlicy i Chorób Płuc podkreśliła, że **ryzyko zakrzepicy** zwiększa długotrwały brak ruchu, na przykład po operacji czy też długiej podróży samolotem lub pociągiem. Dlatego podczas kilkugodzinnego lotu lub jazdy trzeba często poruszać stopami i zakładać podkolanówki lub pończochy o stopniowanym ucisku.




Zakrzepica może skłócić się z Ameryką. (Fotofest)

Zasięg: 7 000
AVE: 1 400 pln

babyonline.pl, 23.05.2014 r.

Dlaczego zakrzepica żył częściej pojawia się u kobiet w ciąży?

 Monika Kabanczyk | 23.05.2014 | 

Dlaczego u kobiety w ciąży rośnie ryzyko pojawienia się zakrzepicy żył głębokich? Jakie są objawy tej choroby? W jaki sposób diagnozuje się chorobę zakrzepicę oraz jak przeciwdziałać tej chorobie? Opowiada prof. dr hab. Witold Tomkowski, prezes Polskiej Fundacji do Walki z Zakrzepicą Thrombosis oraz kierownik oddziału Intensywnej Terapii Pneumonologiczno-Kardiologicznej.

Dlaczego u kobiet w ciąży i porodu ryzyko wystąpienia zakrzepicy jest wyższe?

prof. dr hab. Witold Tomkowski: To ryzyko jest wyższe zwłaszcza u kobiet, u których w rodzinie ktoś chorował na zakrzepicę. W takim przypadku należy o tym koniecznie powiedzieć lekarzowi prowadzącemu ciążę i wykonać **testy genetyczne**.

Jeżeli **kobieta ciążarna** nie jest obciążona genetycznie, to sama **ciąża i poród** również stanowią czynnik ryzyka. "Burza hormonów" w organizmie zwiększa lepkość krwi i sprzyja pojawieniu się zakrzepu. Ponadto ucisk powiększonej macicy na naczynia żyłne utrudnia odpływ krwi z nóg, co także predysponuje do tworzenia się skrzepin. Szczególnie wyczułone powinny być panie w ostatnich miesiącach ciąży i w porodu, kiedy zwykle dochodzi do **obrzemienia nóg**. Łatwo wówczas zbagatelizować objawy choroby, zakładając że pojawienie się obrzęków jest zjawiskiem fizjologicznym w tym okresie. Zaleca się profilaktyczne stosowanie wyrobów o stopniowanym ucisku (pończoch lub rajstop), które wspomagają **krażenie krwi** i przeciwdziałają powstaniu zakrzepów. U kobiet, które mają zwiększone ryzyko zachorowania na zakrzepicę lub już na nią chorowały w przeszłości, niezbędne jest wdrożenie farmakologicznej profilaktyki przeciwzakrzepowej w postaci iniekcji podskórnych z heparyny drobnocząsteczkowej.

Jakie są przyczyny powstania zakrzepu?

prof. dr hab. Witold Tomkowski: Przyczyn powstania zakrzepicy jest bardzo wiele: genetyczne, farmakologiczne, styl życia. Istnieje też ścisły związek pomiędzy poważnymi zabiegami chirurgicznymi i ciężkimi chorobami leczonymi zachowawczo, a inną chorobą zakrzepowo-zatorową. **Zakrzepica** może zaatakować w każdym wieku, choć ryzyko rośnie po 40. roku życia. Ważnym czynnikiem ryzyka jest unieruchomienie, np. z powodu obłożnej choroby wymagającej leżenia w łóżku, a także długa podróż (powyżej 4 godzin). Innym czynnikiem ryzyka jest okres ciąży i porodu, **hormonalna antykoncepcja** czy hormonalna terapia zastępcza, przebyte operacje chirurgiczne, otyłość oraz niektóre choroby, np. choroba nowotworowa, trombofilia czy różnego rodzaju urazy.

Jak się ustrzec przed zakrzepicą?

prof. dr hab. Witold Tomkowski: Odpowiednia **profilaktyka przeciwzakrzepowa** jest najlepszym sposobem przeciwdziałania pojawieniu się zakrzepicy. U osób powyżej 40. roku życia oraz przebywających w długiej podróży czy długo siedzących przy komputerze najbardziej niebezpieczny jest **brak ruchu**. Nie ma potrzeby wykonywania skomplikowanych ćwiczeń. Wystarczy pamiętać, aby w trakcie podróży co godzinę "rozprostować kości". Na siedząco można wykonać kilkanaście okrążeń stopą wokół kostki w każdej nodze, napiąć możliwie wszystkie mięśnie nóg po kilka razy. Na co dzień należy unikać długiego siedzenia przed telewizorem czy komputerem, a osoby starsze powinny pamiętać o regularnych spacerach zmuszających **mięśnie** do pracy, gdyż to one wspomagają przepływ krwi w żyłach.

Ważne jest również utrzymanie prawidłowej wagi, regularne nawadnianie organizmu.

Osoby, które są po zabiegach chirurgicznych lub cierpią na choroby, które mogą powodować zakrzepicę, powinny być objęte profilaktyką farmakologiczną prowadzoną przez lekarza.

Dziękuję za rozmowę.

Zasięg: 4 100
AVE: 900 pln

Babyonline.pl, 22.05.2014 r.

Dlaczego zakrzepica żył częściej pojawia się u kobiet w ciąży?

Dlaczego u kobiety w ciąży rośnie ryzyko pojawienia się zakrzepicy żył głębokich? Jakie są objawy tej choroby? W jaki sposób diagnozuje się chorobę zakrzepicę oraz jak przeciwdziałać tej chorobie? Opowiada prof. dr hab. Witold Tomkowski, prezes Polskiej Fundacji do Walki z Zakrzepicą Thrombosis oraz kierownik oddziału Intensywnej Terapii Pneumonologiczno-Kardiologicznej.



Jak zdefiniować pojęcie "żylna choroba zakrzepowo-zatorowa"?

prof. dr hab. Witold Tomkowski: Pod pojęciem żylna choroba zakrzepowo-zatorowa kryją się dwie jednostki chorobowe: zakrzepi żył głębokich i zator tętnicy płucnej. Choroba polega na powstaniu w żyłach głębokich skrzepów, których oderwane fragmenty mogą powędrować z prądem krwi do tętnicy płucnej i spowodować natychmiastową śmierć człowieka. **Zakrzepy** najczęściej tworzą się w kończynach dolnych - łydkach i udach, ale również w żyłach miednicy.

Na pierwsze objawy trzeba reagować szybko, bo **zator tętnicy płucnej** zabija w kilka sekund i zbiera spore żniwo (rocznie w Polsce z powodu zatoru płucnego umiera około 40 tys. osób). Im później zgłosimy się do lekarza i im później zostanie postawiona diagnoza, tym większe ryzyko dla naszego życia. Kawałek skrzepiny, który odrywa się od zakrzepu, np. w łydce pacjenta, płynie z prądem krwi do serca następnie do płuc i może doprowadzić do zatkania światła tętnicy, przez co płuco ma upośledzone **ukrwienie** i pojawiają się **trudności z oddychaniem**, czasem tak poważne, że dochodzi do śmierci.

Jakie są pierwsze objawy zakrzepicy żył głębokich?

prof. dr hab. Witold Tomkowski: Zakrzepica nie zawsze daje objawy lub nie są one jednoznaczne, bo mogą również występować w inr chorobach. Do najczęściej występujących objawów, pojawiających się w ciągu kilku dni od rozwoju zakrzepu, należą:

• **obrzęk** - widoczny początkowo wokół kostki, stopy czy łydki lub całej nogi (przy bardziej zaawansowanych przypadkach zakrzepicy).

Charakterystyczny dla zakrzepicy jest **obrzęk** jednej nogi, co odróżnia ją od zwykłego przemęczenia nóg czy zatrzymania limfy.

• **ból nogi**, który nasila się podczas chodzenia, nie mija przy uniesieniu nogi. Zwykle pojawia się świąd i bolesność przy dotyku.
• **podwyższona ciepłota nogi** czy **zaczerwieniona skóra** na jednej nodze.
W momencie pojawienia się niepokojących objawów należy jak najszybciej pójść do lekarza. Wykona ona USG żył głębokich i postawi właściwą diagnozę. **Nieodwrotność** osób lekowały się objawy i stosując domowe sposoby (masaże, zimne okłady itp.), które są nieskuteczne.

Do jakiego lekarza pójść z obrzękami nóg? Do lekarza pierwszego kontaktu?

prof. dr hab. Witold Tomkowski: Tak, choć lekarz pierwszego kontaktu nie może zlecić wykonania **USG żył głębokich** wyłącznie w ramach NFZ. Może on jednak ocenić prawdopodobieństwo kliniczne wystąpienia zakrzepicy, stosując np. skalę Wellsa. Chorych z wysokim prawdopodobieństwem klinicznym należy wysłać na pilny test diagnostyczny. U chorych z niskim lub umiarkowanym prawdopodobieństwem klinicznym należy oznaczyć stężenie D-dimeru. Wyniki dodatni przesądzą o konieczności wykonania testu diagnostycznego.

Aby jednoznacznie potwierdzić obecność skrzepin w organizmie, niezbędne jest wykonanie badań obrazowych, czyli **badanie USG**. Nie jest ono bolesne i nie wymaga specjalnego przygotowania. Polega na uciskaniu żył głowicą, żeby sprawdzić czy w ich świetle znajdują się skrzepiny. Skierowanie na badanie USG żył powinno być w górze każdego lekarza, w tym lekarza pierwszego kontaktu. W Polsce jednak w ramach NFZ, na takie badanie może wydać skierowanie tylko lekarz z odpowiednią specjalizacją. Ten wniosek powinien być najszybciej zrealizowany. Frustracjami może być udanie się na łóżko przyjęć do szpitala lub wykonanie badania USG żył prywatnie. Średni koszt takiego badania to ok. 150 zł.

zdrowie.wieszjak.polki.pl, 21.05.2014 r.

Kampania na Rzecz Walki z Żylną Chorobą Zakrzepowo-Zatorową

Zobacz artykuły na temat: [badanie](#) [krew](#) [układ krążenia](#) [usg](#) [żyły](#)

14 maja 2014 roku odbyła się konferencja prasowa inaugurująca pierwszą edycję Kampanii na Rzecz Walki z Żylną Chorobą Zakrzepowo-Zatorową „Jak nie być jedną nogą w grobie”. O czym można było się na niej dowiedzieć?

25% Polaków nie wie, jakie mogą być **konsekwencje nieleczenia żyłnej choroby zakrzepowo-zatorowej** (Raport TNS Polska dla Fundacji MITO Świadomość żyłnej choroby). W celu podniesienia naszej świadomości w tym zakresie 14 maja 2014 roku odbyła się konferencja prasowa inaugurująca pierwszą edycję Kampanii na Rzecz Walki z Żylną Chorobą Zakrzepowo-Zatorową – „Jak nie być jedną nogą w grobie”.

Spośród wszystkich chorób układu krążenia najmniej znana jest **zakrzepica**. Wymienia ją 66% badanych. Prawdopodobnie z tego względu wielu z nas nie zdaje sobie sprawy z powagi sytuacji i konsekwencji, jakie może ze sobą nieść.

Czym zatem jest choroba zakrzepowo-zatorowa i jakie mogą być jej skutki?

– **Zakrzepica** polega na powstaniu w żyłach głębokich skrzepów. Fragmenty tych skrzepów mogą w każdej chwili się oderwać i „powędrować” wraz z prądem krwi do tętnicy płucnej, czego konsekwencją może być natychmiastowa śmierć człowieka. Zakrzepy najczęściej tworzą się w kończynach dolnych: łydkach i udach, ale również w żyłach miednicy. Schorzenie najczęściej dotyka osoby po 40. r.ż., a czynnikami ryzyka jest: unieruchomienie ciała, np. z powodu obłożnej choroby; długa podróż; okres ciąży i porodu; przebyte operacje chirurgiczne czy otyłość – mówi prof. dr hab. Witold Tomkowski, prezes Fundacji THROMBOSIS.



Zasięg: 2 500
AVE: 500 pln

kardiolog.wieszjak.polki.pl, 21.05.2014 r.

Jak rozpoznać zakrzepicę? [wywiad]

Zobacz artykuły na temat: [krew układ krążenia](#) [uso żyły](#)

Do najczęstszych objawów zakrzepicy należą: obrzęk jednej nogi, ból nogi przy chodzeniu, który mija przy jej unieruchomieniu, a także podwyższona ciepłota nogi.

Na pytania odpowiada **prof. dr hab. Witold Tomkowski**, Prezes Polskiej Fundacji do Walki z Zakrzepicą THROMBOSIS.

Zakrzepica czasami nie daje żadnych objawów. Czy są jakieś syndromy, na które powinno się zwrócić uwagę?

Zakrzepica nie zawsze daje objawy, a czasem nie są one jednoznaczne i łatwe do zdiagnozowania - są niespecyficzne, tzn. że mogą występować w bardzo wielu chorobach.



ważne

Dlatego bardzo ważne jest, aby w momencie niepokojących objawów **nie masować nóg, nie robić zimnych okładów, tylko jak najszybciej udać się do lekarza**. Jeżeli wszystkie osoby, które mają kliniczne objawy zakrzepicy, szybko pojawią się u specjalisty, to na pewno śmiertelność spowodowana tym schorzeniem znacznie spadnie.

Do najczęściej występujących **objawów** pojawiających się w ciągu kilku dni od rozwoju zakrzepu należą:

- **obrzęk** - widoczny początkowo wokół kostki, stopy czy łydki lub całej nogi przy bardziej zaawansowanych przypadkach zakrzepicy. **Charakterystyczny dla zakrzepicy jest obrzęk jednej nogi!**
- **ból** - ból nogi, który nasila się podczas chodzenia, ale mija przy unieruchomieniu. Zwykle pojawia się tkliwość i bolesność przy dotyku.
- **podwyższona ciepłota nogi lub zaczerwieniona skóra na jednej nodze.**

Czy mogą to być objawy również innych schorzeń?

Tak, ale pamiętajmy, że **objawy związane z zakrzepicą dotyczą zazwyczaj jednej nogi**. To może odróżnić od zwykłego przemęczenia nóg czy zatrzymania się limfy.

Jak zauważymy obrzęk jednej nogi, to co powinniśmy zrobić? Udać się do lekarza pierwszego kontaktu?

Ze względu na często niejednoznaczne objawy, trudne do zidentyfikowania, pacjent, udając się na wizytę do **lekarza pierwszego kontaktu**, powinien powiedzieć lekarzowi, co budzi jego podejrzenia.

Dlatego świadomy pacjent, który zna swoje ciało, wie co robił w ostatnim czasie i zna objawy zakrzepicy, może pomóc lekarzowi w wykryciu tej choroby.

Lekarz rodzinny niestety nie może zlecić wykonania USG żył głębokich bezpłatnie w ramach NFZ, ale powinien oznaczyć prawdopodobieństwo kliniczne wystąpienia zakrzepicy, stosując np. **skale Welisa**.

Chorych z wysokim prawdopodobieństwem klinicznym należy wysłać na pilny **test diagnostyczny**. U chorych z niskim lub umiarkowanym prawdopodobieństwem klinicznym należy oznaczyć **stężenie D-dimeru**. Wynik dodatni przesądza o konieczności wykonania testu diagnostycznego.

Aby jednoznacznie potwierdzić **obecność skrzepilin w organizmie**, niezbędne jest wykonanie badań obrazowych, czyli **USG**. Badanie to nie jest bolesne i nie wymaga specjalnego przygotowania. Polega na udkaniu żył głowica, żeby sprawdzić, czy w ich świetle znajdują się skrzepiny. Skierowanie na badanie USG żył powinno być w gestii każdego lekarza, w tym lekarza pierwszego kontaktu.



ważne

W Polsce jednak w ramach NFZ na takie badanie może wydać skierowanie tylko lekarz z odpowiednią specjalizacją. Ten anachronizm powinien być natychmiast zmieniony. Rozwiązaniem może być udanie się na izbę przyjęć do szpitala lub wykonanie badania USG żył prywatnie. Średni koszt takiego badania to ok. **150 zł**.

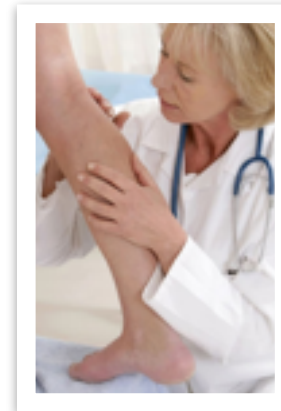


kardiolog.wieszjak.polki.pl, 21.05.2014 r.

Jak uniknąć żylnych chorób zakrzepowo-zatorowych? [wywiad]

Zobacz artykuły na temat: [krew](#) [układ krążenia](#) [usg żyły](#)

Czym jest żylna choroba zakrzepowo-zatorowa i jak jej uniknąć? Dlaczego w żyłach głębokich powstają skrzepy i do czego mogą one doprowadzić? Dlaczego kobiety w ciąży i położnicy są w stanie podwyższonego ryzyka wystąpienia zakrzepicy?



"Jak nie być jedną nogą w grobie" to hasło rozpoczynającej się w maju kampanii społecznej na rzecz walki z żylną chorobą zakrzepowo-zatorową. Czy hasło musiało być aż tak mocne i przerażające? Czym jest żylna choroba zakrzepowo-zatorowa i jakie mogą być jej konsekwencje? Czy społeczeństwo wie, jak wygląda profilaktyka, która może uratować życia? Na te i inne pytania odpowiada prof. dr hab. Witold Tomkowski, Prezes Polskiej Fundacji do Walki z Zakrzepicą THROMBOSIS - partner merytoryczny kampanii.

Czy nie uważa Pan, że hasło "Jak nie być jedną nogą w grobie" nie jest zbyt mocne i może przstraszyć społeczeństwo?

Prof. dr hab. Witold Tomkowski: Tak właśnie ma zadziałać. Kampania, której zostaliśmy partnerem merytorycznym, ma za zadanie ostrzec, przekazać, że z żylną chorobą zakrzepowo-zatorową nie ma żartów. Na pierwsze objawy trzeba reagować szybko, bo zator tętnicy płucnej zabija w kilka sekund i zbiera spore żniwo.

W Polsce ok. 60 tys. osób rocznie ma zakrzepicę żył głębokich, u 40 tys. powinno się potwierdzić zator tętnicy płucnej (rozpoznaje się znacznie mniej ze względu na niską świadomość lekarską tej choroby), a 40 tys. ludzi umiera z powodu zatoru płucnego, który jest pierwszym i jedynym objawem żylnych chorób zakrzepowo-zatorowych. Po obliczeniach wychodzi, że **codziennie w Polsce na zator tętnicy płucnej umiera ponad 100 osób**. Dlatego ważne jest, aby nie bagatelizować opuchniętej, zaczerwienionej lub bolącej nogi i reagować szybko, czyli natychmiast udać się do lekarza i wykonać **USG żył głębokich**.

Poprzez tę kampanię staramy się zwiększyć świadomość społeczną zagrożeń związanych z **zakrzepicą żył głębokich** - źródłem skrzepin docierających do tętnicy płucnej, które wywołują zator tętnicy płucnej.

Czy społeczeństwo zdaje sobie sprawę, czego objawem może być opuchnięta noga?

Z badania przeprowadzonego na potrzeby niniejszej kampanii i wykonanego przez TNS Global wynika, że 69% osób identyfikuje **opuchniętą nogę** z problemami związanymi z krążeniem. Ponad połowa jednak nie zdaje sobie sprawy z konsekwencji i nie łączy objawów opuchniętej nogi z zakrzepicą żył głębokich, która stanowi u większości chorych źródło zatoru płucnego.

Jak podano w olbrzymiej liczbie przypadków pacjenci umierają z powodu zatorowości płucnej - u części z nich był to jedyny objaw choroby, u innych nikt nawet jej nie podejrzewał. Niska świadomość społeczna zagrożeń związanych z zakrzepicą powoduje, że pomimo opuchniętej nogi, chorzy nie idą do lekarza.

Czym jest właściwie żylna choroba zakrzepowo-zatorowa?

Żylna choroba zakrzepowo-zatorowa to niezbyt udane tłumaczenie terminu angielskiego. Taką terminologię przyjęto i nie będziemy tego zmieniać. Skłaniają się na nią dwie jednostki chorobowe: **zakrzepica żył głębokich i zator tętnicy płucnej**.



Choroba polega na powstaniu w żyłach głębokich **skrzepów**, których oderwane fragmenty mogą powędrować z prądem krwi do tętnicy płucnej i spowodować natychmiastową śmierć człowieka. Zakrzepy najczęściej tworzą się w kończynach dolnych: łydkach i udach, ale również w żyłach miednicy.

Zasięg: 2 500
AVE: 500 pln

Remixmedia.pl, 21.05.2014 r.

Jak nie być jedną nogą w grobie – kampania społeczna

W maju startuje pierwsza Kampania Społeczna na Rzecz Walki z Żylną Chorobą Zakrzepowo – Zatorową. Organizatorem tego wydarzenia jest Fundacja MITO oraz Fundacja THROMBOSIS. W ramach tej kampanii działać będzie strona internetowa wolnezily.pl (start 24 maja). Znaleźć będzie tam można edukacyjne materiały poświęcone tematyce zapobiegania oraz konkretnych działaniach w przypadku rozpoznania choroby żylną zakrzepowo – zatorowej.

14 maja odbyła się konferencja prasowa, na której zaingerowano kampanię. W sieci dostępny jest **filmik**

z eventu zorganizowanego na dworcu głównym w Warszawie.

Organizatorzy rozdawali podróżnym czerwone skarpetki – symbol akcji i choroby oraz poprzez prezentację odpowiednich ćwiczeń zachęcali do ruchu i zadbania o swoje żyły. Podróżni w asyście hostess chętnie wykonywali proste ćwiczenia mogące zapobiec powstaniu choroby.

Zakrzepica to choroba, która polega na powstawaniu w żyłach głębokich skrzepów. Dużym zagrożeniem dla zdrowia i życia jest oderwanie się tych skrzepów i ich wędrówka do tętnicy płucnej. W największej grupie ryzyka są osoby po czterdziestym roku życia, unieruchomione przez chorobę, dużo podróżujące, otyłe, po operacjach chirurgicznych, kobiety w ciąży i w połogu.



Niestety zakrzepica jest chorobą podstępą. Może długo nie dawać objawów. Symptomami są obrzęki jednej nogi, jej bóle zanikające przy unieruchomieniu nogi, zaczerwieniona skóra lub wyższa temperatura tej nogi. Przy takich objawach konieczna jest wizyta u lekarza.

Celem kampanii jest zwiększenie świadomości Polaków i zachęcenie ich do działań profilaktycznych.

Nowymarketing.pl, 16.05.2014 r.

Jak nie być jedną nogą w grobie? - edukacyjny ambient inaugurujący Kampanię na Rzecz Walki z Żylną Chorobą Zakrzepowo - Zatorową



Z powodu zakrzepicy, każdego dnia umiera w Polsce średnio 130 osób. Każdy jest zagrożony, zwłaszcza podróżni, osoby starsze i kobiety ciężarne, a wystarczy kiwnąć palcem... u nogi. Fundacja MITO na warszawskim dworcu przekonywała podróżnych do ćwiczeń profilaktycznych i rozdawała czerwone skarpety.

25% Polaków nie wie, jakie mogą być konsekwencje nieleczenia żyłnej choroby zakrzepowo-zatorowej.

- Zakrzepica polega na powstaniu w żyłach głębokich skrzepów. Fragmenty tych skrzepów mogą w każdej chwili się oderwać i "powędrować" wraz z prądem krwi do tętnicy płucnej, czego konsekwencją może być natychmiastowa śmierć człowieka. Zakrzepy najczęściej tworzą się w kończynach dolnych: tydkach i udach, ale również w żyłach miednicy. Schorzenie najczęściej dotyka osoby po 40. r.ż., a czynnikami ryzyka jest: unieruchomienie ciała, np. z powodu obłożnej choroby; długa podróż; okres ciąży i porożu; przebyte operacje chirurgiczne czy otętość - mówi prof. dr hab. Witold Tomkowski, prezesa Fundacji THROMBOSIS.

W celu promocji kampanii przygotowany został krótki film instruktażowy, dotyczący tego jak przygotować się do długiej podróży. Pokazuje on ćwiczenia, które można wykonywać w ramach profilaktyki, szczególnie przez osoby ze skłonnością do zakrzepicy.



Organizatorem Kampanii "Jak nie być jedną nogą w grobie" jest Fundacja MITO, która wraz ze wsparciem merytorycznym Fundacji THROMBOSIS, jako pierwsza podjęła się realizacji kampanii społecznej na temat zakrzepicy. W ramach jej działań, została stworzona strona internetowa www.wolnezylly.pl, na której będzie można znaleźć materiały edukacyjne poświęcone prewencji i odpowiedniemu działaniu w sytuacji wystąpienia żyłnej choroby zakrzepowo - zatorowej.

Zasięg: 3 100
AVE: 700

Medonet.pl, 15.05.2014 r.

Obrzęk nogi może być objawem groźnej dla życia choroby

Spuchnięcie jednej nogi, ból w łydce i jej zaczerwienienie nie powinny być bagatelizowane przez pacjentów i lekarzy. Mogą to być objawy żyłnej choroby zakrzepowo-zatorowej, która w ciągu kilku sekund może doprowadzić do śmierci - przypominają eksperci.

W razie ich pojawienia się pacjent powinien udać się do lekarza pierwszego kontaktu, a ten powinien ocenić prawdopodobieństwo występowania zakrzepicy, przekonywali specjaliści w środę na konferencji prasowej w Warszawie. Zainaugurowano na niej pierwszą edycję Kampanii na Rzecz Walki z Żylną Chorobą Zakrzepowo-Zatorową, której przyświeca hasło "Jak nie być jedną nogą w grobie".

Jak wyjaśnił prezes Fundacji do Walki z Zakrzepicą Thrombosis prof. Witold Tomkowski, schorzenie to polega na powstawaniu skrzeplin w układzie żył głębokich - najczęściej w łydkach, ale też w udach czy żyłach miednicy. Ich fragmenty mogą się oderwać i powędrować z prądem krwi do prawego przedsionka, a następnie do prawej komory serca i do tętnicy płucnej, powodując jej zator. "Sadowiąc się w tętnicy płucnej fragmenty skrzepliny mogą powodować minimalne objawy, takie jak nieznacznie zwiększona duszność, bóle w klatce piersiowej, przyspieszenie oddechu, objawy identyczne, jak w zawale serca. A jeśli ich objętość jest duża, mogą też spowodować natychmiastową śmierć" - wyjaśnił prof. Tomkowski.

Z tego powodu zmarła w lutym 2009 r. Kamila Skolimowska, mistrzyni olimpijska w rzucie młotem, przypominał obecny na spotkaniu Robert Skolimowski, ojciec lekkoatletki.

U 4 proc. pacjentów z zatorom tętnicy płucnej rozwija się poważne schorzenie - przewlekłe zakrzepowo-zatorowe nadciśnienie płucne. Powikaniem zakrzepicy żyłnej może być z kolei tzw. zespół pozakrzepowy, który objawia się brązowymi przebarwieniami na podudziach, a czasem nieogojącymi się owrzodzeniami, które w konsekwencji mogą doprowadzić do inwalidztwa.

Prof. Tomkowski zaznaczył, że żylna choroba zakrzepowo-zatorowa stanowi poważny problem epidemiologiczny. Na podstawie badań prowadzonych w innych krajach Unii Europejskiej eksperci szacują, że zakrzepicę żył głębokich powinno się w Polsce rozpoznawać u ok. 60 tys. osób, natomiast zatorowość płucną - u ok. 40 tys. "Rocznie w naszym kraju umiera 40 tys. osób z powodu zatoru tętnicy płucnej. Tymczasem, liczba zgonów z powodu zawału serca, uważanego za poważny problem zdrowotny wynosi 12 tys." - zaznaczył prof. Tomkowski.

Zasięg: 31 000
AVE: 6 300 pln

kampaniespoleczne.pl, 15.05.2014 r.

Wystarczy kiwnąć palcem u nogi

Czerwone skarpetki rozdawane na warszawskim Dworcu Centralnym zachęcały podróżnych do ruszania stopami, zginania nóg, przysiadów. Film instruktażowy pokazuje ćwiczenia profilaktyczne przeciwko żyłnej chorobie zakrzepowo-zatorowej, czyli zakrzepicy. Narażone są na nią szczególnie osoby po zabiegach operacyjnych, kobiety w ciąży i porodu, sprzyja jej również długotrwałe unieruchomienie - np. związane z rekonwalescencją czy złamaniami, ale także ze spędzaniem czasu w jednej pozycji, jak podczas długiej podróży.

Według badań przeprowadzonych na zlecenie Fundacji MITO (inicjatora kampanii), 25% Polaków nie wie, jakie mogą być konsekwencje nieleczenia żyłnej choroby zakrzepowo-zatorowej. Spośród wszystkich chorób układu krążenia, najmniej znana jest zakrzepica. Wymienia ją 66% badanych.

Zakrzepica polega na powstaniu w żyłach głębokich skrzepów. Fragmenty tych skrzepów mogą w każdej chwili się oderwać i "powędrować" wraz z prądem krwi do tętnicy płucnej, czego konsekwencją może być natychmiastowa śmierć człowieka. Zakrzepy najczęściej tworzą się w kończynach dolnych: łydkach i udach, ale również

w żyłach miednicy. Schorzenie najczęściej dotyka osoby po 40. r.ż., a czynnikami ryzyka jest: unieruchomienie ciała, np. z powodu obłożnej choroby; długa podróż; okres ciąży i porodu; przebyte operacje chirurgiczne czy otyłość - mówi prof. dr hab. Witold Tomkowski, prezesa Fundacji THROMBOSIS.

Choroba zakrzepowo-zatorowa może przez dłuższy czas nie dawać o sobie znać. Do objawów, które powinny skłonić do udania się do specjalisty, należą: obrzęk, widoczny w okolicach kostki, łydki lub całej jednej nogi; ból nogi nasilający się podczas chodzenia, ale mijający przy unieruchomieniu; podwyższona ciepłota nogi lub zaczerwieniona skóra na jednej nodze.

W ramach kampanii jej organizator przy wsparciu merytorycznym Fundacji THROMBOSIS przygotował stronę internetową www.wolnezylty.pl, na której będzie można znaleźć materiały edukacyjne poświęcone prewencji i odpowiedniemu działaniu w sytuacji wystąpienia żyłnej choroby zakrzepowo-zatorowej.



Eksperci: obrzęk nogi może być objawem groźnej dla życia choroby.

Spuchnięcie jednej nogi, ból w łydce i jej zaczerwienienie nie powinny być bagatelizowane przez pacjentów i lekarzy. Mogą to być objawy żyłnej choroby zakrzepowo-zatorowej, która w ciągu kilku sekund może doprowadzić do śmierci – przypominają eksperci. W razie ich pojawienia się pacjent powinien udać się do lekarza pierwszego kontaktu, a ten powinien ocenić prawdopodobieństwo występowania zakrzepicy, przekonywali specjaliści w środę na konferencji prasowej w Warszawie. Zainaugurowano na niej pierwszą edycję Kampanii na Rzecz Walki z Żylną Chorobą Zakrzepowo-Zatorową, której przyswieca hasło „Jak nie być jedną nogą w grobie”.

Jak wyjaśnił prezes Fundacji do Walki z Zakrzepicą Thrombosis prof. Witold Tomkowski, schorzenie to polega na powstawaniu skrzepin w układzie żył głębokich – najczęściej w łydkach, ale też w udach czy żyłach miednicy. Ich fragmenty mogą się oderwać i powędrować z prądem krwi do prawego przedsionka, a następnie do prawej komory serca i do tętnicy płucnej, powodując jej zator. „Sadowiąc się w tętnicy płucnej fragmenty skrzepiny mogą powodować minimalne objawy, takie jak nieznacznie zwiększona duszność, bóle w klatce piersiowej, przyspieszenie oddechu, objawy identyczne, jak w zawałe serca. A jeśli ich objętość jest duża, mogą też spowodować natychmiastową śmierć” – wyjaśnił prof. Tomkowski.

Z tego powodu zmarła w lutym 2009 r. Kamila Skolimowska, mistrzyni olimpijska w rzucie młotem, przypomniał obecny na spotkaniu Robert Skolimowski, ojciec lekkoatletki.

U 4 proc. pacjentów z zatorom tętnicy płucnej rozwija się poważne schorzenie – przewlekłe zakrzepowo-zatorowe nadciśnienie płucne. Powikłaniem zakrzepicy żyłnej może być z kolei tzw. zespół pozakrzepowy, który objawia się brązowymi przebarwieniami na podudziach, a czasem nieogojącymi się owrzodzeniami, które w konsekwencji mogą doprowadzić do inwalidztwa.

Prof. Tomkowski zaznaczył, że żylna choroba zakrzepowo-zatorowa stanowi poważny problem epidemiologiczny. Na podstawie badań prowadzonych w innych krajach Unii Europejskiej eksperci szacują, że zakrzepicę żył głębokich powinno się w Polsce rozpoznawać u ok. 60 tys. osób, natomiast zatorowość płucną – u ok. 40 tys. „Rocznie w naszym kraju umiera 40 tys. osób z powodu zatoru tętnicy płucnej. Tymczasem, liczba zgonów z powodu zawału serca, uważanego za poważny problem zdrowotny wynosi 12 tys.” – zaznaczył prof. Tomkowski.

Zwrócił uwagę, że w Polsce liczba rozpoznawanych co roku przypadków zakrzepicy jest kilkakrotnie niższa niż faktyczna liczba osób, które na nią cierpią. Wśród najważniejszych przyczyn tego zjawiska specjalista wymienił niewielką świadomość na temat schorzenia nie tylko w społeczeństwie, ale nawet wśród samych lekarzy.

Obecna na spotkaniu prezes Fundacji MITO Aleksandra Kaszuba, która jest organizatorem kampanii, wspominała, że kilka lat temu, gdy miała 27 lat zdiagnozowano u niej żylną chorobę zakrzepowo-zatorową. Podczas podróży samolotem do Afryki jedna jej noga nagle spuchła.

„W drodze powrotnej poczułam ogromny ból w klatce piersiowej, miałam płytki oddech i problemy z oddychaniem. Po powrocie udałam się do lekarza pierwszego kontaktu, ale podejrzewał jakąś chorobę tropikalną” – opowiadała. Dopiero kuzynka jej męża, która usłyszała o objawach kazała jej natychmiast jechać do szpitala na urbę przyjęć. „Tomografia komputerowa wykazała, że mam zator tętnicy płucnej. Wtedy nie zdawałam sobie sprawy, że spuchnięta noga może być objawem choroby tak niebezpiecznej dla życia” – powiedziała.

Prof. Tomkowski przyznał, że w wielu przypadkach żylna choroba zakrzepowo-zatorowa może nie dawać żadnych objawów, a nawet jeśli symptomy występują to są przez ludzi bagatelizowane. Wśród najważniejszych objawów zakrzepicy żył głębokich ekspert wymienił: obrzęk nogi, ból w łydce przy zginaniu, chodzeniu, podwyższona ciepłota nogi lub zaczerwieniona skóra na jednej nodze, bolesność wyczuwana wzdłuż przebiegu żyły powierzchownej.

Zdrowie.abc.com.pl, 15.05.2014 r.

Ekspert: obrzęk nogi może być objawem groźnej dla życia choroby

Spuchnięcie jednej nogi, ból w łydce i jej zaczerwienienie nie powinny być bagatelizowane przez pacjentów i lekarzy. Mogą to być objawy żyłnej choroby zakrzepowo-zatorowej, która w ciągu kilku sekund może doprowadzić do śmierci - przypominają eksperci.



foto: Thinkstock

W razie pojawienia się takich objawów pacjent powinien udać się do lekarza pierwszego kontaktu, a ten powinien ocenić prawdopodobieństwo wystąpienia zakrzepicy - przekonywali specjaliści w środę 14 maja 2014 na konferencji prasowej w Warszawie. Zainaugurowano na niej pierwszą edycję Kampanii na Rzecz Walki z Żylną Chorobą Zakrzepowo-Zatorową, której przydzwica hasło "Jak nie być jedną nogą w grobie".

Jak wyjaśnił prezes Fundacji do Walki z Zakrzepicą Thrombosis profesor Witold Tomkowski, schorzenie to polega na powstawaniu skrzepin w żyłach głębokich - najczęściej w łydkach, ale też w udach czy żyłach miednicy. Ich fragmenty mogą się oderwać i powędrować z prądem krwi do tętnicy płucnej, powodując jej zator. - Sadowiąc się w tętnicy płucnej fragmenty skrzepiny mogą powodować minimalne objawy, takie jak nieznacznie zwiększona duszność, bóle w klatce piersiowej, przyspieszenie oddechu, objawy identyczne jak w zawałe serca. A jeśli objętość skrzepin jest duża, mogą też spowodować natychmiastową śmierć - wyjaśnił prof. Tomkowski.

Z tego powodu zmarła w lutym 2009 roku Kamila Skolimowska, mistrzyni olimpijska w rzucie młotem - przypomniał obecny na spotkaniu ojciec lekkoatletki Robert Skolimowski.

Profesor Tomkowski zaznaczył, że żylna choroba zakrzepowo-zatorowa stanowi poważny problem epidemiologiczny. Na podstawie badań prowadzonych w innych krajach Unii Europejskiej eksperci szacują, że rocznie w naszym kraju z powodu zatoru tętnicy płucnej umiera 40 tysięcy osób. - Tymczasem liczba zgonów z powodu zawału serca, uważanego za poważny problem zdrowotny, wynosi 12 tysięcy - przypomniał ekspert.

Zwrócił uwagę, że w Polsce liczba rozpoznawanych co roku przypadków zakrzepicy jest kilkakrotnie niższa niż faktyczna liczba osób, które na nią cierpią. Wśród najważniejszych przyczyn tego zjawiska specjaliści wymienili niewielką świadomość na temat schorzenia nie tylko w społeczeństwie, ale nawet wśród samych lekarzy.

Obecna na spotkaniu prezes Fundacji Mito Aleksandra Kaszuba, która jest organizatorem kampanii, wspominała, że kilka lat temu, gdy miała 27 lat, zdiagnozowano u niej żylną chorobę zakrzepowo-zatorową. Gdy leciała samolotem do Afryki, spuchła jej noga. Po powrocie udała się do lekarza pierwszego kontaktu, ale podejrzewał jakąś chorobę tropikalną - opowiadała. Dopiero wizyta na izbie przyjęć i tomografia komputerowa wykazała, że ma zator tętnicy płucnej.

Profesor Tomkowski wśród najważniejszych objawów zakrzepicy zyl głębokich wymienił: obrzęk nogi, ból w łydce przy zginaniu, chodzeniu, podwyższona ciepota nogi lub zaczerwieniona skóra na jednej nodze, bolesność wyczuwana wzdłuż przebiegu żyły powierzchniowej. Przy tych objawach należy niezwłocznie udać się do lekarza pierwszego kontaktu.

Eksperti zapewniali, że leczenie żyłnej choroby zatorowo-zakrzepowej jest bardzo skuteczne i bezpieczne. Jego podstawę stanowią leki przeciwzakrzepowe.

zaliczył: poważne zabiegi chirurgiczne, jak na przykład wymiana stawu biodrowego czy kolanowego, choroby wymagające dłuższego leżenia w łóżku, urazy, a także choroby nowotworowe.

Dr Małgorzata Dybowska z Instytutu Gruźlicy i Chorób Płuc w Warszawie powiedziała, że u kobiet do zakrzepicy mogą przyczynić się zmiany hormonalne w trakcie ciąży, przyjmowanie doustnych pigułek antykoncepcyjnych czy hormonalna terapia zastępcza. Specjalistka zwróciła uwagę, że istnieją też genetyczne przyczyny zakrzepicy. Istotnym czynnikiem ryzyka jest też długotrwały brak ruchu, na przykład w podróży samolotem, pociągiem, samochodem.

Profesor Tomkowski zaznaczył, że w ramach profilaktyki zakrzepicy powinno się unikać siedzenia z nogą założoną na nogę, nie dopuszczać do odwodnienia, nie nosić rzeczy wrzynających się w brzuch czy w nogę. Podczas długiej podróży samolotem powinniśmy regularnie się ruszać, wykonywać jakieś ćwiczenia i nie nadużywać alkoholu, który odwadnia. Można też zabezpieczyć się, ubierając podkolanówki czy pończoszy uciskowe.

Marketing-news.pl, 15.05.2014 r.

Ruszaj się, by nie być jedną nogą w grobie!



Fundacja Mito zachęcała podróżnych na Dworcu Centralnym w Warszawie do robienia przysiadów oraz wykonywania ćwiczeń pomagających rozruszać nogi. Rozdawała też czerwone skarpetki, przypominając w ten sposób o niebezpieczeństwie, jakie może

nieść ze sobą zbyt długie spędzanie czasu w jednej pozycji.

Organizatorzy przypominają, że brak ruchu może być przyczyną zakrzepicy, choroby, na którą każdego dnia umiera średnio 130 Polaków. Kampania na rzecz Walki z Żylną Chorobą Zakrzepowo-Zatorową zainaugurowana 14 maja zwraca uwagę, że przed zgubnymi skutkami unieruchomienia ciała mogą pomóc proste ćwiczenia. Przypomina również, kto jest szczególnie narażony na tę chorobę - osoby otyłe, kobiety w ciąży i w czasie porodu, pacjenci po przebytych operacjach, osoby spędzające dużo czasu, siedząc.

24 maja uruchomiona zostanie także strona internetowa akcji www.wolnezyty.pl.



kampaniespoleczne.pl, 15.05.2014 r.

Wystarczy kiwnąć palcem u nogi

Czerwone skarpetki rozdawane na warszawskim Dworcu Centralnym zachęcały podróżnych do ruszania stopami, zginania nóg, przysiadów. Film instruktażowy pokazuje ćwiczenia profilaktyczne przeciwko żyłnej chorobie zakrzepowo-zatorowej, czyli zakrzepicy. Narażone są na nią szczególnie osoby po zabiegach operacyjnych, kobiety w ciąży i położu, sprzyja jej również długotrwałe unieruchomienie - np. związane z rekonwalescencją czy złamaniami, ale także ze spędzaniem czasu w jednej pozycji, jak podczas długiej podróży.

Według badań przeprowadzonych na zlecenie Fundacji MITO (inicjatora kampanii), 25% Polaków nie wie, jakie mogą być



Choroba zakrzepowo-zatorowa może przez dłuższy czas nie dawać o sobie znać. Do objawów, które powinny skłonić do udania się do specjalisty, należą: obrzęk, widoczny w okolicach kostki, łydki lub całej jednej nogi; ból nogi nasilający się podczas chodzenia, ale mijający przy unieruchomieniu; podwyższona ciepłota nogi lub zaczerwieniona skóra na jednej nodze.

W ramach kampanii jej organizator przy wsparciu merytorycznym Fundacji THROMBOSIS przygotował stronę internetową www.wolnezylty.pl, na której będzie można znaleźć materiały edukacyjne poświęcone prewencji i odpowiedniemu działaniu w sytuacji wystąpienia żyłnej choroby zakrzepowo-zatorowej.

Według badań przeprowadzonych na zlecenie Fundacji MITO (inicjatora kampanii), 25% Polaków nie wie, jakie mogą być konsekwencje nieleczenia żyłnej choroby zakrzepowo-zatorowej. Spośród wszystkich chorób układu krążenia, najmniej znana jest zakrzepica. Wymienia ją 66% badanych.

Zakrzepica polega na powstaniu w żyłach głębokich skrzepów. Fragmenty tych skrzepów mogą w każdej chwili się oderwać i „powędrować” wraz z prądem krwi do tętnicy płucnej, czego konsekwencją może być natychmiastowa śmierć człowieka. Zakrzepki najczęściej tworzą się w kończynach dolnych: łydkach i udach, ale również w żyłach miednicy. Schorzenie najczęściej dotyka osoby po 40. r.ż., a czynnikami ryzyka jest: unieruchomienie ciała, np. z powodu obłożnej choroby; długa podróż; okres ciąży i położu; przebyte operacje chirurgiczne czy otyłość - mówi prof. dr hab. Witold Tomkowski, prezesa Fundacji THROMBOSIS.

Zasięg: 1 100
AVE: 200 pln

Wyborcza.pl, 14.05.2014 r.

Eksperci: obrzęk nogi może być objawem groźnej dla życia choroby

Spuchnięcie jednej nogi, ból w łydce i jej zaczerwienienie nie powinny być bagatelizowane przez pacjentów i lekarzy. Mogą to być objawy żyłnej choroby zakrzepowo-zatorowej, która w ciągu kilku sekund może doprowadzić do śmierci - przypominają eksperci.

W razie pojawienia się objawów pacjent powinien udać się do lekarza pierwszego kontaktu, a ten powinien ocenić prawdopodobieństwo występowania zakrzepicy - przekonywali specjaliści w środę na konferencji prasowej w Warszawie. Zainaugurowano na niej pierwszą edycję Kampanii na Rzecz Walki z Żylną Chorobą Zakrzepowo-Zatorową, której przywódcą hasło "Jak nie być jedną nogą w grobie".

Jak wyjaśnił prezes Fundacji do Walki z Zakrzepicą Thrombosis prof. Witold Tomkowski, schorzenie to polega na powstawaniu skrzepin w żyłach głębokich - najczęściej w łydkach, ale też w udach czy żyłach miednicy. Ich fragmenty mogą się odrywać i powędrować z prądem krwi do tętnicy płucnej, powodując jej zator. "Sadząc się w tętnicy płucnej fragmenty skrzepiny mogą powodować minimalne objawy, takie jak nieznacznie zwiększona duszność, bóle w klatce piersiowej, przyspieszenie oddechu, objawy identyczne jak w zawale serca. A jeśli objętość skrzepin jest duża, mogą też spowodować natychmiastową śmierć" - wyjaśnił prof. Tomkowski.

Z tego powodu zmarła w lutym 2000 r. Kamila Skolimowska, mistrzyni olimpijska w rzucie młotem - przypominał obecny na spotkaniu ojciec lekkoatletki Robert Skolimowski.

Prof. Tomkowski zaznaczył, że żylna choroba zakrzepowo-zatorowa stanowi poważny problem epidemiologiczny. Na podstawie badań prowadzonych w innych krajach Unii Europejskiej eksperci szacują, że rocznie w naszym kraju z powodu zatoru tętnicy płucnej umiera 40 tys. osób. "Tymczasem liczba zgonów z powodu zawału serca, uważanego za poważny problem zdrowotny, wynosi 12 tys." - przypomniał ekspert.

Zwrócił uwagę, że w Polsce liczba rozpoznawanych co roku przypadków zakrzepicy jest kilkakrotnie niższa niż faktyczna liczba osób, które na nią cierpią. Wśród najważniejszych przyczyn tego zjawiska specjalista wymienił niewielką świadomość na temat schorzenia nie tylko w społeczeństwie, ale nawet wśród samych lekarzy.

Obecna na spotkaniu prezes Fundacji Mito Aleksandra Kaszuba, która jest organizatorem kampanii, wspominała, że kilka lat temu, gdy miała 27 lat, zdiagnozowano u niej żylną chorobę zakrzepowo-zatorową. Gdy leciała samolotem do Afryki, spuchła jej noga. Po powrocie udała się do lekarza pierwszego kontaktu, ale podejrzewała jakąś chorobę tropikalną - opowiadała. Dopiero wizyta na izbie przyjęć i tomografia komputerowa wykazała, że ma zator tętnicy płucnej.

Prof. Tomkowski wśród najważniejszych objawów zakrzepicy zył głębokich wymienił obrzęk nogi, ból w łydce przy zginaniu, chodzeniu, podwyższona ciepłota nogi lub zaczerwieniona skóra na jednej nodze, bolesność wyczuwana wzdłuż przebiegu żyły powierzchownej. Przy tych objawach należy niezwłocznie udać się do lekarza pierwszego kontaktu.

Eksperci zapewniali, że leczenie żyłnej choroby zatorowo-zakrzepowej jest bardzo skuteczne i bezpieczne. Jego podstawę stanowią leki przeciwzakrzepowe.

Prawdopodobieństwo występowania żyłnej choroby zakrzepowo-zatorowej rośnie wraz z wiekiem. Do najważniejszych czynników ryzyka tego schorzenia prof. Tomkowski zaliczył poważne zabiegi chirurgiczne, jak np. wymiana stawu biodrowego czy kolanowego, choroby wymagające dłuższego leżenia w łóżku, urazy, a także choroby nowotworowe.

Dr Małgorzata Dybowska z Instytutu Gruźlicy i Chorób Płuc w Warszawie powiedziała, że u kobiet do zakrzepicy mogą przyczynić się zmiany hormonalne w trakcie ciąży, przyjmowanie doustnych pigułek antykoncepcyjnych czy hormonalna terapia zastępcza. Specjalistka zwróciła uwagę, że istnieją też genetyczne przyczyny zakrzepicy. Istotnym czynnikiem ryzyka jest też długotrwały brak ruchu, np. w podróży samolotem, pociągiem, samochodem.

Prof. Tomkowski zaznaczył, że w ramach profilaktyki zakrzepicy powinno się unikać siedzenia z nogą założoną na nogę, nie dopuszczać do odwodnienia, nie nosić rzeczy wznajających się w brzuch czy w nogę. Podczas długiej podróży samolotem powinniśmy regularnie się ruszać, wykonywać jakieś ćwiczenia i nie nadużywać alkoholu, który odwadnia. Można też zabezpieczyć się, ubierając podkolanówki czy pończochy uciskowe.

Zasięg: 12 000
AVE: 2 500 pln

wiadomości.gazeta.pl, 14.05.2014 r.

Eksperci: obrzęk nogi może być objawem groźnej dla życia choroby

Spuchnięcie jednej nogi, ból w łydce i jej zaczerwienienie nie powinny być bagatelizowane przez pacjentów i lekarzy. Mogą to być objawy żyłnej choroby zakrzepowo-zatorowej, która w ciągu kilku sekund może doprowadzić do śmierci - przypominają eksperci.

W razie pojawienia się objawów pacjent powinien udać się do lekarza pierwszego kontaktu, a ten powinien ocenić prawdopodobieństwo występowania zakrzepicy - przekonywali specjaliści w środę na konferencji prasowej w Warszawie. Zainaugurowano na niej pierwszą edycję Kampanii na Rzecz Walki z Żylną Chorobą Zakrzepowo-Zatorową, której przyświeca hasło "Jak nie być jedną nogą w grobie".

Jak wyjaśnił prezes Fundacji do Walki z Zakrzepicą Thrombosis prof. Witold Tomkowski, schorzenie to polega na powstawaniu skrzepin w żyłach głębokich - najczęściej w łydkach, ale też w udach czy żyłach miednicy. Ich fragmenty mogą się oderwać i powędrować z prądem krwi do tętnicy płucnej, powodując jej zator. "Sadowiąc się w tętnicy płucnej fragmenty skrzepilny mogą powodować minimalne objawy, takie jak nieznacznie zwiększona duszność, bóle w klatce piersiowej, przyspieszenie oddechu, objawy identyczne jak w zawałe serca. A jeśli objętość skrzepin jest duża, mogą też spowodować natychmiastową śmierć" - wyjaśnił prof. Tomkowski.

Prof. Tomkowski zaznaczył, że żylna choroba zakrzepowo-zatorowa stanowi poważny problem epidemiologiczny. Na podstawie badań prowadzonych w innych krajach Unii Europejskiej eksperci szacują, że rocznie w naszym kraju z powodu zatoru tętnicy płucnej umiera 40 tys. osób. "Tymczasem liczba zgonów z powodu zawału serca, uważanego za

Zwrócił uwagę, że w Polsce liczba rozpoznawanych co roku przypadków zakrzepicy jest kilkakrotnie niższa niż faktyczna liczba osób, które na nią cierpią. Wśród najważniejszych przyczyn tego zjawiska specjalista wymienił niewielką świadomość na temat schorzenia nie tylko w społeczeństwie, ale nawet wśród samych lekarzy.

Obecna na spotkaniu prezes Fundacji Mito Aleksandra Kaszuba, która jest organizatorem kampanii, wspominała, że kilka lat temu, gdy miała 27 lat, zdiagnozowano u niej żylną chorobę zakrzepowo-zatorową. Gdy leciała samolotem do Afryki, spuchła jej nagle noga. Po powrocie udała się do lekarza pierwszego kontaktu, ale podejrzewała jakąś chorobę tropikalną - opowiadała. Dopiero wizyta na izbie przyjęć i tomografia komputerowa wykazała, że ma zator tętnicy płucnej.

Prof. Tomkowski wśród najważniejszych objawów zakrzepicy żył głębokich wymienił obrzęk nogi, ból w łydce przy zginaniu, chodzeniu, podwyższona ciepota nogi lub zaczerwieniona skóra na jednej nodze, bolesność wyczuwana wzdłuż przebiegu żyły powierzchownej. Przy tych objawach należy niezwłocznie udać się do lekarza pierwszego kontaktu.

Eksperci zapewniali, że leczenie żyłnej choroby zatorowo-zakrzepowej jest bardzo skuteczne i bezpieczne. Jego podstawę stanowią leki przeciwzakrzepowe.

Prawdopodobieństwo występowania żyłnej choroby zakrzepowo-zatorowej rośnie wraz z wiekiem. Do najważniejszych czynników ryzyka tego schorzenia prof. Tomkowski zaliczył poważne zabiegi chirurgiczne, jak np. wymiana stawu biodrowego czy kolannowego, choroby wymagające dłuższego leżenia w łóżku, urazy, a także choroby nowotworowe.

Zasięg: 5 300
AVE: 1 000 pln

Fakty.interia.pl, 14.05.2014 r.

Eksperci ostrzegają: To może być objaw groźnej choroby

Spuchnięcie jednej nogi, ból w łydce i jej zaczerwienienie nie powinny być bagatelizowane przez pacjentów i lekarzy. Mogą to być objawy żyłnej choroby zakrzepowo-zatorowej, która w ciągu kilku sekund może doprowadzić do śmierci - przypominają eksperci.

W razie pojawienia się objawów pacjent powinien udać się do lekarza pierwszego kontaktu, a ten powinien ocenić prawdopodobieństwo występowania zakrzepicy - przekonywali specjaliści w środę na konferencji prasowej w Warszawie. Zainaugurowano na niej pierwszą edycję Kampanii na Rzecz Walki z Żylną Chorobą Zakrzepowo-Zatorową, której przyświeca hasło "Jak nie być jedną nogą w grobie".

Jak wyjaśnił prezes Fundacji do Walki z Zakrzepicą Thrombosis prof. Witold Tomkowski, schorzenie to polega na powstawaniu skrzepin w żyłach głębokich - najczęściej w łydkach, ale też w udach czy żyłach miednicy. Ich fragmenty mogą się oderwać i powędrować z prądem krwi do tętnicy płucnej, powodując jej zator. "Sadowiąc się w tętnicy płucnej fragmenty skrzepiny mogą powodować minimalne objawy, takie jak nieznacznie zwiększona duszność, bóle w klatce piersiowej, przyspieszenie oddechu, objawy identyczne jak w zawale serca. A jeśli objętość skrzepin jest duża, mogą też spowodować natychmiastową śmierć" - wyjaśnił prof. Tomkowski.

Z tego powodu zmarła w lutym 2009 r. Kamila Skolimowska, mistrzyni olimpijska w rzucie młotem - przypomniał obecny na spotkaniu ojciec lekkoatletki Robert Skolimowski.

Prof. Tomkowski zaznaczył, że żylna choroba zakrzepowo-zatorowa stanowi poważny problem epidemiologiczny. Na podstawie badań prowadzonych w innych krajach Unii Europejskiej eksperci szacują, że rocznie w naszym kraju z powodu zatoru tętnicy płucnej umiera 40 tys. osób. "Tymczasem liczba zgonów z powodu zawału serca, uważanego za poważny problem zdrowotny, wynosi 12 tys." - przypomniał ekspert.

Zwrócił uwagę, że w Polsce liczba rozpoznawanych co roku przypadków zakrzepicy jest kilkakrotnie niższa niż faktyczna liczba osób, które na nią cierpią. Wśród najważniejszych przyczyn tego zjawiska specjalista wymienił niewielką świadomość na temat schorzenia nie tylko w społeczeństwie, ale nawet wśród samych lekarzy.

Obecna na spotkaniu prezes Fundacji Mito Aleksandra Kaszuba, która jest organizatorem kampanii, wspominała, że kilka lat temu, gdy miała 27 lat, zdiagnozowano u niej żylną chorobę zakrzepowo-zatorową. Gdy leciała samolotem do Afryki, spuchła jej nagle noga. Po powrocie udała się do lekarza pierwszego kontaktu, ale podejrzewał jakąś chorobę tropikalną - opowiadała. Dopiero wizyta na izbie przyjęć i tomografia komputerowa wykazała, że ma zator tętnicy płucnej.

Zasięg: 20 000
AVE: 4 000 pln

abcZdrowie.pl, 14.05.2014 r.

Jak nie być jedną nogą w grobie? Inauguracja Pierwszej Kampanii na Rzecz Walki z Żylną Chorobą Zakrzepowo-Zatorową

25% Polaków nie wie, jakie mogą być konsekwencje nieleczenia żyłnej choroby zakrzepowo-zatorowej. W celu podniesienia naszej świadomości w tym zakresie 14 maja 2014 roku odbyła się konferencja prasowa inauguracyjna pierwszej edycji Kampanii na Rzecz Walki z Żylną Chorobą Zakrzepowo - Zatorową - "Jak nie być jedną nogą w grobie".

Spośród wszystkich chorób układu krążenia, najmniej znana jest **zakrzepica**. Wymienia ją 66% badanych. Prawdopodobnie z tego względu, wielu z nas nie zdaje sobie sprawy z powagi sytuacji i konsekwencji, jakie może ze sobą nieść.

1. Czym jest choroba zakrzepowo-zatorowa?

Czym zatem jest **choroba zakrzepowo-zatorowa** i jakie mogą być jej skutki? Zakrzepica polega na powstaniu w żyłach głębokich skrzepów. Fragmenty tych skrzepów mogą w każdej chwili się oderwać i "powędrować" wraz z prądem krwi do tętnicy płucnej, czego konsekwencją może być natychmiastowa śmierć człowieka. Zakrzepy najczęściej tworzą się w kończynach dolnych: łydkach i udach, ale również w żyłach miednicy. Schorzenie najczęściej dotyka osoby po 40. r.ż., a czynnikami ryzyka jest: unieruchomienie ciała, np. z powodu obłożnej choroby; długa podróż; okres ciąży i porodu; przebyte operacje chirurgiczne czy **otyłość** - mówi prof. dr hab. Witold Tomkowski, prezesa Fundacji THROMBOSIS.

2. Co oznacza opuchlizna na jednej nodze?

Choroba zakrzepowo-zatorowej może przez dłuższy czas nie dawać o sobie znać. Są jednak pewne objawy, które powinny wzbudzić naszą czujność i sprawić, że niezwłocznie udamy się do właściwego specjalisty. Do tych objawów należą: obrzęk, widoczny w okolicach kostki, łydki lub całej jednej nogi; ból nogi nasilający się podczas chodzenia, ale mijający przy unieruchomieniu; podwyższona ciepłota nogi lub zaczerwieniona skóra na jednej nodze. W przypadku pojawienia się któregokolwiek z powyższych objawów, powinniśmy natychmiast udać się do lekarza specjalisty, który zleci nam **USG żył** głębokich. Szybkie działania jest w tym przypadku kluczowe. Dzięki niemu mamy szansę zmniejszyć śmiertelność spowodowaną schorzeniem - dodaje prof. Tomkowski.

3. Świadomość i profilaktyka choroby zatorowo-zakrzepowej

W celu podniesienia świadomości Polaków w zakresie choroby zatorowo-zakrzepowej przygotowany został krótki film instruktażowy, dotyczący tego jak przygotować się do długiej podróży. Pokazuje on ćwiczenia, które można wykonywać w ramach profilaktyki, szczególnie przez osoby ze skłonnością do zakrzepicy. Organizatorem Kampanii "Jak nie być jedną nogą w grobie" jest Fundacja MITO, która wraz ze wsparciem merytorycznym Fundacji THROMBOSIS, jako pierwsza podjęła się realizacji kampanii społecznej na temat zakrzepicy. W ramach jej działań, została stworzona strona internetowa **Wolne Żyły**, na której będzie można znaleźć materiały edukacyjne poświęcone prewencji i odpowiedniemu działaniu w sytuacji wystąpienia żyłnej choroby zakrzepowo - zatorowej.

Rynekzdrowia.pl, 14.04.2014 r.

Specjaliści o czynnikach ryzyka żylnej choroby zakrzepowo-zatorowej

Spuchnięcie jednej nogi, ból w łydce i jej zaczerwienienie nie powinny być bagatelizowane przez pacjentów i lekarzy. Mogą to być objawy żylnej choroby zakrzepowo-zatorowej, która w ciągu kilku sekund może doprowadzić do śmierci - przypominają eksperci. Z jej powodu zmarła w lutym 2009 r. Kamila Skolimowska, mistrzyni olimpijska w rzucie młotem.



W razie pojawienia się objawów pacjent powinien udać się do lekarza pierwszego kontaktu, a ten powinien ocenić prawdopodobieństwo występowania zakrzepicy - przekonywali specjaliści w środę (14 maja) na konferencji prasowej w Warszawie. Zainaugurowano na niej pierwszą edycję Kampanii na rzecz Walki z Żylną Chorobą Zakrzepowo-Zatorową, której przyświeca hasło "Jak nie być jedną nogą w grobie".

Jak wyjaśnił prezes Fundacji do Walki z Zakrzepicą Thrombosis prof. Witold Tomkowski, schorzenie to polega na powstawaniu skrzepin w żyłach głębokich -

najczęściej w łydkach, ale też w udach czy żyłach miednicy. Ich fragmenty mogą się oderwać i powędrować z prądem krwi do tętnicy płucnej, powodując jej zator.

- Siedząc się w tętnicy płucnej fragmenty skrzepiny mogą powodować minimalne objawy, takie jak nieznacznie zwiększona duszność, bóle w klatce piersiowej, przyspieszenie oddycha, objawy identyczne jak w zawału serca. A jeśli objętość skrzepin jest duża, mogą też spowodować natychmiastową śmierć - wyjaśnił prof. Tomkowski.

Z tego powodu zmarła w lutym 2009 r. Kamila Skolimowska, mistrzyni olimpijska w rzucie młotem - przypomniał obecny na spotkaniu ojciec lekkoatletki Robert Skolimowski.

Prof. Tomkowski zaznaczył, że żylna choroba zakrzepowo-zatorowa stanowi poważny problem epidemiologiczny. Na podstawie badań prowadzonych w innych krajach Unii Europejskiej eksperci szacują, że rocznie w naszym kraju z powodu zatoru tętnicy płucnej umiera 40 tys. osób. - Tymczasem liczba zgonów z powodu zawału serca, uważanego za poważny problem zdrowotny, wynosi 12 tys. - przypomniał ekspert.

Zwrócił uwagę, że w Polsce liczba rozpoznawanych co roku przypadków zakrzepicy jest kilkakrotnie niższa niż faktyczna liczba osób, które na nią cierpią. Wśród najważniejszych przyczyn tego zjawiska specjalista wymienił niewielką świadomość na temat schorzenia nie tylko w społeczeństwie, ale nawet wśród samych lekarzy.

Prof. Tomkowski wśród najważniejszych objawów zakrzepicy żył głębokich wymienił obrzęk nogi, ból w łydce przy zginaniu, chodzeniu, podryżniona ciepota nogi lub zaczerwieniona skóra na jednej nodze, bolesność wyczuwana wzdłuż przebiegu żyły powierzchownej. Przy tych objawach należy niezwłocznie udać się do lekarza pierwszego kontaktu.

Tech.money.pl, 14.05.2014 r.

Eksperti: obrzęk nogi może być objawem groźnej dla życia choroby

Spuchnięcie jednej nogi, ból w łydce i jej zaczerwienienie nie powinny być bagatelizowane przez pacjentów i lekarzy. Mogą to być objawy żyłnej choroby zakrzepowo-zatorowej, która w ciągu kilku sekund może doprowadzić do śmierci - przypominają eksperci.

W razie ich pojawienia się pacjent powinien udać się do lekarza pierwszego kontaktu, a ten powinien ocenić prawdopodobieństwo występowania zakrzepicy, przekonywali specjaliści w środę na konferencji prasowej w Warszawie. Zainaugurowano na niej pierwszą edycję Kampanii na Rzecz Walki z Żylną Chorobą Zakrzepowo-Zatorową, której przydźwięca hasło „Jak nie być jedną nogą w grobie”.

Jak wyjaśnił prezes Fundacji do Walki z Zakrzepicą Thrombosis prof. Witold Tomkowski, schorzenie to polega na powstawaniu skrzepin w układzie żył głębokich - najczęściej w łydkach, ale też w udach czy żyłach miednicy. Ich fragmenty mogą się oderwać i powędrować z prądem krwi do prawego przedsionka, a następnie do prawej kłosa serca i do tętnicy płucnej, powodując jej zator. „Badając się w tętnicy płucnej fragmenty skrzepiny mogą powodować minimalne objawy, takie jak nieznacznie zwiększona duszność, bóle w klatce piersiowej, przyspieszenie oddechu, objawy identyczne, jak w zawałe serca. A jeśli ich objętość jest duża, mogą też spowodować natychmiastową śmierć” - wyjaśnił prof. Tomkowski.

U 4 proc. pacjentów z zatorami tętnicy płucnej rozwija się poważne schorzenie - przewlekłe zakrzepowo-zatorowe nadciśnienie płucne. Powikłaniem zakrzepicy żyłnej może być i kłosa tzw. zespół pozakrzepowy, który objawia się brązowymi przebarwieniami na podudziach, a czasem nieogojącymi się owrzodzeniami, które w konsekwencji mogą doprowadzić do inwalidzka.

Prof. Tomkowski zaznaczył, że żylna choroba zakrzepowo-zatorowa stanowi poważny problem epidemiologiczny, i podstawie badań prowadzonych w innych krajach Unii Europejskiej eksperci szacują, że zakrzepicę żył głębokich powinno się w Polsce rozpoznawać u ok. 60 tys. osób, natomiast zatorowości płucną - u ok. 40 tys. „Rocznie w naszym kraju umiera 40 tys. osób z powodu zatoru tętnicy płucnej. Tymczasem, liczba zgonów z powodu zawału serca, uważanego za poważny problem zdrowotny wynosi 12 tys.” - zaznaczył prof. Tomkowski.

Zwrócił uwagę, że w Polsce liczba rozpoznawanych co roku przypadków zakrzepicy jest kilkakrotnie niższa niż faktyczna liczba osób, które na nią cierpią. Wśród najważniejszych przyczyn tego zjawiska specjalista wymienił niewielką świadomość na temat schorzenia nie tylko w społeczeństwie, ale nawet wśród samych lekarzy.

Obecna na spotkaniu prezes Fundacji MITO Aleksandra Kaszuba, która jest organizatorem kampanii, wspominała, że kilka lat temu, gdy miała 27 lat zdiagnozowano u niej żylną chorobę zakrzepowo-zatorową. Podczas podróży samolotem do Afryki jedna jej noga nagle spuchła.

„W drodze powrotnej poczułam ogromny ból w klatce piersiowej, miałam płytki oddech i problemy z oddychaniem. Po powrocie udałam się do lekarza pierwszego kontaktu, ale podejrzewał jakąś chorobę tropikalną” - opowiadała. Dopiero kuzynka jej męża, która usłyszała o objawach kazała jej natychmiast jechać do szpitala na izbę przyjęć. „Tomografia komputerowa wykazała, że mam zator tętnicy płucnej. Wtedy nie zdawałam sobie sprawy, że spuchnięta noga może być objawem choroby tak niebezpiecznej dla życia” - powiedziała.

Prof. Tomkowski przyznał, że w wielu przypadkach żylna choroba zakrzepowo-zatorowa może nie dawać żadnych objawów, a nawet jeśli symptomy występują to są przez ludzi bagatelizowane. Wśród najważniejszych objawów zakrzepicy żył głębokich eksperci wymienili: obrzęk nogi, ból w łydce przy zginaniu, chodzeniu, podwyższona ciepłota nogi lub zaczerwieniona skóra na jednej nodze, bolesność wyczuwana wzdłuż przebiegu żyły powierzchownej.

Podkreślił, że każda osoba, która ma takie objawy powinna natychmiast udać się do lekarza pierwszego kontaktu, a ten powinien ocenić prawdopodobieństwo zakrzepicy, stosując specjalną skalę. Osoby, które mają wysokie ryzyko powinny być skierowane na USG żył głębokich. Pacjentem, u których ryzyko jest niskie lub umiarkowane należy zlecić oznaczenie we krwi stężenia D-dimeru. Gdy wynik jest dodatni konieczne jest wykonanie USG żył głębokich.

Prof. Tomkowski przypomniał, że w Polsce lekarz pierwszego kontaktu nie może zlecić wykonania USG żył głębokich bezpłatnie w ramach Narodowego Funduszu Zdrowia. Może to zrobić jedynie lekarz z odpowiednią specjalizacją, np. angiolog lub chirurg naczyniowy, do których pacjent musi nieśpiesznie czekać w kolejce. Zdaniem eksperta powinno to zostać zmienione - na badanie USG żył powinien móc skierować każdy lekarz, również pierwszego kontaktu. Obecnie, szybszym rozwiązaniem dla pacjenta może być udanie się na izbę przyjęć do szpitala lub wykonanie badania USG żył prywatnie (średni koszt takiego badania to ok. 150 zł).

Eksperti podkreślili, że leczenie żyłnej choroby zatorowo-zakrzepowej jest bardzo skuteczne i bezpieczne. Jego podstawą stanowią leki przeciwzakrzepowe. Pacjenci bez względu na płeć powinni również nosić wyroby uciskowe, jak podkolanówki czy pończochy.

Prawdopodobieństwo występowania żyłnej choroby zakrzepowo-zatorowej rośnie wraz z wiekiem. Do najważniejszych czynników ryzyka tego schorzenia prof. Tomkowski zaliczył poważne zabiegi chirurgiczne, jak np. wymiana stawu biodrowego czy kolanowego, choroby wymagające dłuższego leżenia w łóżku, urazy, a także choroby nowotworowe.

Stooq.pl, 14.05.2014 r.

Eksperci: obrzęk nogi może być objawem groźnej dla życia choroby

14.05. Warszawa (PAP) - Spuchnięcie jednej nogi, ból w łydce i jej zaczerwienienie nie powinny być bagatelizowane przez pacjentów i lekarzy. Mogą to być objawy zylnej choroby zakrzepowo-zatorowej, która w ciągu kilku sekund może doprowadzić do śmierci - przypominają eksperci.

W razie pojawienia się objawów pacjent powinien udać się do lekarza pierwszego kontaktu, a ten powinien ocenić prawdopodobieństwo wystąpienia zakrzepicy - przekonali specjaliści w śróde na konferencji prasowej w Warszawie. Zainaugurowano na niej pierwszą edycję Kampanii na Rzecz Walki z Żyłą Chorobą Zakrzepowo-Zatorową, której przywódcą hasło "Jak nie być jedną nogą w grobie".

Jak wyjaśnił prezes Fundacji do Walki z Zakrzepicą Thrombosis prof. Witold Tomkowski, schorzenie to polega na powstawaniu skrzepin w żyłach głębokich - najczęściej w łydkach, ale też w udach czy żyłach miednicy. Ich fragmenty mogą się oderwać i powędrować z prądem krwi do tętnicy płucnej, powodując jej zator. "Badając się w tętnicy płucnej fragmenty skrzepiny mogą powodować minimalne objawy, takie jak nieznacznie zwiększona duszność, bóle w klatce piersiowej, przyspieszenie oddechu, objawy identyczne jak w zawałe serca. A jeśli objętość skrzepin jest duża, mogą też spowodować natychmiastową śmierć" - wyjaśnił prof. Tomkowski.

Z tego powodu zmarła w lutym 2009 r. Kamil Skolimowska, mistrzyni olimpijska w rzucie młotem - przypomniał obecny na spotkaniu ojciec lekkoatletki Robert Skolimowski.

Prof. Tomkowski zaznaczył, że żylna choroba zakrzepowo-zatorowa stanowi poważny problem epidemiologiczny. Na podstawie badań prowadzonych w innych krajach Unii Europejskiej eksperci szacują, że rocznie w naszym kraju z powodu zatoru tętnicy płucnej umiera 40 tys. osób. "Tymczasem liczba zgonów z powodu zawału serca, uważanego za poważny problem zdrowotny, wynosi 12 tys." - przypomniał ekspert.

Zwrócił uwagę, że w Polsce liczba rozpoznawanych co roku przypadków zakrzepicy jest kilkakrotnie niższa niż faktyczna liczba osób, które na nią cierpią. Wśród najważniejszych przyczyn tego zjawiska specjalista wymienił niewielką świadomość na temat schorzenia nie tylko w społeczeństwie, ale nawet wśród samych lekarzy.

Obecna na spotkaniu prezes Fundacji Mito Aleksandra Kaszuba, która jest organizatorem kampanii, wspominała, że kilka lat temu, gdy miała 27 lat, zdiagnozowano u niej zylną chorobę zakrzepowo-zatorową. Gdy leciała samolotem do Afryki, spuchła jej noga. Po powrocie udała się do lekarza pierwszego kontaktu, ale podejrzewała jakąś chorobę tropikalną - opowiadała. Dopiero wryta na izbie przyjęć i tomografia komputerowa wykazała, że ma zator tętnicy płucnej.

Prof. Tomkowski wśród najważniejszych objawów zakrzepicy żył głębokich wymienił: obrzęk nogi, ból w łydce przy zginaniu, chodzeniu, podwyższona ciepłota nogi lub zaczerwieniona skóra na jednej nodze, bolesność wyczuwana wzdłuż przebiegu żyły powierzchownej. Przy tych objawach należy niezwłocznie udać się do lekarza pierwszego kontaktu.

Eksperci zapewniali, że leczenie zylnej choroby zatorowo-zakrzepowej jest bardzo skuteczne i bezpieczne. Jego podstawę stanowią leki przeciwzakrzepowe.

Prawdopodobieństwo wystąpienia zylnej choroby zakrzepowo-zatorowej rośnie wraz z wiekiem. Do najważniejszych czynników ryzyka tego schorzenia prof. Tomkowski zaliczył: poważne zabiegi chirurgiczne, jak np. wymiana stawu biodrowego czy kolanowego, choroby wymagające dłuższego leżenia w łóżku, urazy, a także choroby nowotworowe.

Dr Małgorzata Dybowska z Instytutu Gruźlicy i Chorób Płuc w Warszawie powiedziała, że u kobiet do zakrzepicy mogą przyczynić się zmiany hormonalne w trakcie ciąży, przyjmowanie doustnych pigułek antykoncepcyjnych czy hormonalna terapia zastępcza. Specjalistka zwróciła uwagę, że istnieją też genetyczne przyczyny zakrzepicy. Istotnym czynnikiem ryzyka jest też długotrwały brak ruchu, np. w podróży samolotem, pociągiem, samochodem.

Prof. Tomkowski zaznaczył, że w ramach profilaktyki zakrzepicy powinno się unikać siedzenia z nogą założoną na nogę, nie dopuszczać do odwodnienia, nie nosić rzeczy wrzynających się w brzuch czy w nogę. Podczas długiej podróży samolotem powinniśmy regularnie się ruszać, wykonywać jakieś ćwiczenia i nie nadużywać alkoholu, który odwadnia. Można też zabezpieczyć się, ubierając podkolanówki czy pończochy uciskowe.

Social media

14.05.2014 r. - 04.07.2014 r.



flywheel

Facebook.pl



Marketing przy Kawie

Czerwone skarpetki i spinacze, i trochę odwagi, by namawiać podróżnych do ćwiczeń
<http://www.marketing-news.pl/message.php?art=41944>

Akcja na Dworcu Centralnym w ramach kampanii na rzecz Walki z Żylną Chorobą Zakrzepowo-Zatorową.



Know Health

Dzisiaj zaskoczyła nas Warszawa! Czerwone skarpetki rozdawane na Dworcu Centralnym zachęcały podróżnych do ruszania stopami, zginania nóg, przysiadów. Film instruktażowy pokazuje ćwiczenia profilaktyczne przeciwko żyłnej chorobie zakrzepowo-zatorowej. Może ktoś z naszych fanów uczestniczył w tej akcji?

<https://www.youtube.com/watch?v=z21mam6F4AA>



Jak nie być jedną nogą w grobie

Z powodu zakrzepicy, każdego dnia umiera w Polsce średnio 130 osób. Każdy jest zagrożony, zwłaszcza podróżni, osoby starsze i kobiety ciężarne, a wystarczy k...

Wed, 28 May 2014 22:02:50



Dariusz Gozłinski

Sanofi Polska patronem kampanii „Jak nie być jedną nogą w grobie”. Czy grozi ci #zakrzepica? <https://twitter.com/SanofiPolska/status/466906040442040320/photo/1>



Cinerella

Film jest elementem większej kampanii, stworzonej przez fundację Mito i agencję Crazy Mouse. Jeśli ktoś chce zgłębić temat to na www.volnezyty.pl



NowyMarketing

Z powodu zakrzepicy, każdego dnia umiera w Polsce średnio 130 osób. Każdy jest zagrożony, zwłaszcza podróżni, osoby starsze i kobiety ciężarne, a wystarczy kiwnąć palcem... u nogi.

Fundacja MITO na warszawskim dworcu przekonywała podróżnych do ćwiczeń profilaktycznych i rozdawała czerwone skarpetki.



Jak nie być jedną nogą w grobie? - edukacyjny ambient inaugurujący Kampanię na Rzecz Walki z...
nowymarketing.pl

Z powodu zakrzepicy, każdego dnia umiera w Polsce średnio 130 osób. Każdy jest zagrożony, zwłaszcza podróżni, osoby starsze i kobiety ciężarne, a...



NowyMarketing

Z powodu zakrzepicy, każdego dnia umiera w Polsce średnio 130 osób. Każdy jest zagrożony, zwłaszcza podróżni, osoby starsze i kobiety ciężarne, a wystarczy kiwnąć palcem... u nogi.

Fundacja MITO na warszawskim dworcu przekonywała podróżnych do ćwiczeń profilaktycznych i rozdawała czerwone skarpetki.



Dariusz Gozłinski

Udostępniony publicznie - 15.05.2014

Sanofi Polska patronem kampanii „Jak nie być jedną nogą w grobie”. Czy grozi ci #zakrzepica? <https://twitter.com/SanofiPolska/status/466906040442040320/photo/1>



Twitter / SanofiPolska:
[@SanofiPolska](https://twitter.com/SanofiPolska) patronem kampanii...

Instantly connect to what's most important to you. Follow your friends, experts, favorite celebrities, and breaking news.

Twitter.com

#dziennik Jak nie być jedną nogą w grobie? Wyprzedź zakrzepicę: Z powodu zakrzepicy pięć lat temu nagle zmarł...
<http://t.co/loQZoHllKX>

11:26 PM May 24th twitterfeed

Jak nie być jedną nogą w grobie?
Wyprzedź zakrzepicę
<http://t.co/bwfaBqTls9> via @DziennikPL

0:11 AM May 28th Tweet Button



Podsumowanie

14.05.2014 r. - 04.07.2014 r.



flywheel

Podsumowanie

Wszystkie opublikowane materiały:

35

Dotarcie publikacji:

977 500 os.

Ekwiwalent reklamowy publikacji:

229 750 pln



Dziękujemy

Kontakt:

Flywheel Public Relations s.c.
ul. Wiejska 9/87
00-480 Warszawa
biuro@flywheel.pl

Iwona Siwek, 692-872-067
iwona.s@flywheel.pl

Marta Gür, 512-600-646
marta.g@flywheel.pl

© *Wszelkie prawa zastrzeżone* Flywheel Public Relations s.c. 2014



flywheel
idee które poruszają