

Dr. Clara Alexandrescu, fondator al
Centrului de Prevenție Cardiacă My Age Heart Otopeni:

Evaluati-vă riscul cardiovascular! Este esențial chiar și la vârste tinere, pentru a evita bolile grave ale inimii



Aveți peste 40 de ani, sunteți sedentar și proveniți dintr-o familie cu istoric de boală cardiovasculară, persoane care au suferit un infarct miocardic sau un accident vascular cerebral la vârste până-n 65 de ani? Nu trebuie să așteptați să aveți valori crescute ale tensiunii arteriale, să luați în greutate sau să constatați că aveți colesterolul mărit pentru a vă monitoriza sănătatea inimii. Dr. Clara Alexandrescu, fondator al Centrului de Prevenție Cardiacă My Age Heart, din Otopeni, vă explică în cele ce urmează, când și de ce trebuie să vă evaluați riscul cardiovascular.

Ionela CHIRCU

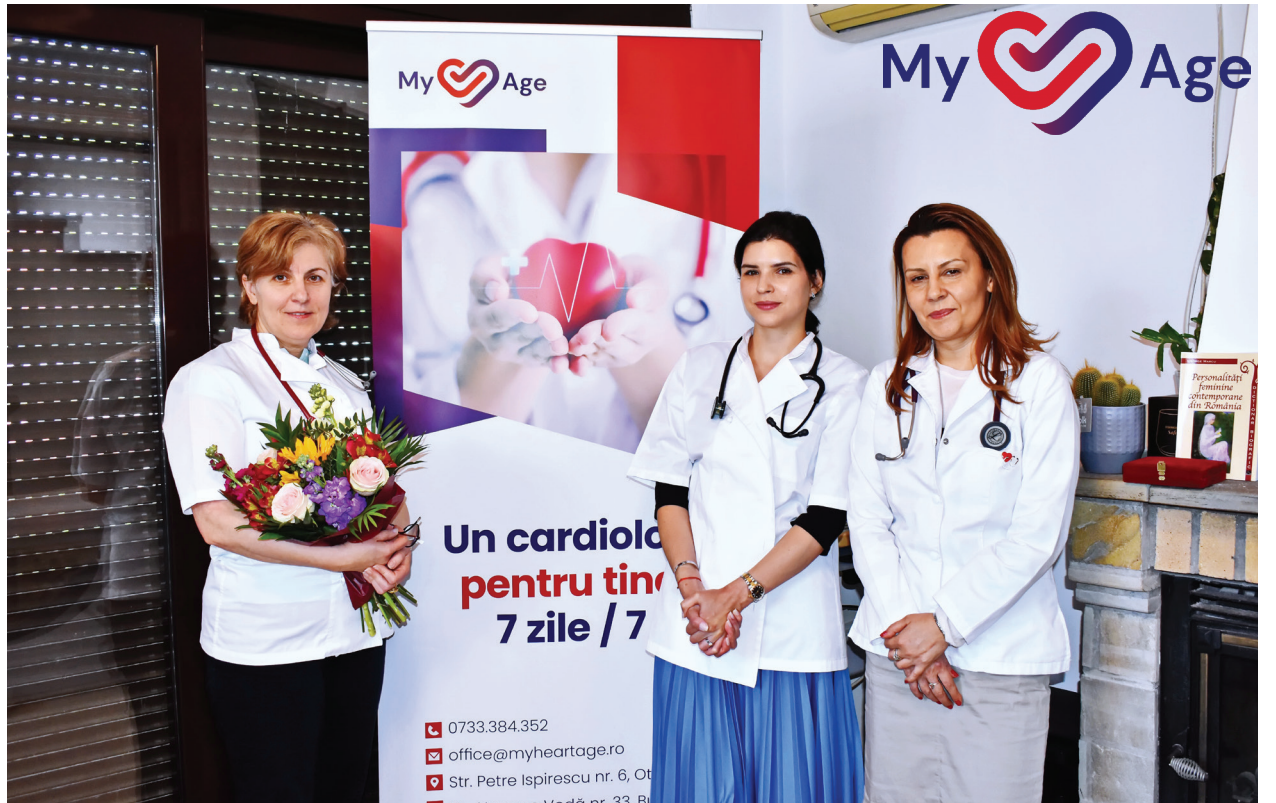
Evaluarea riscului de boli cardiovasculare este imperios necesară cât mai devreme în vederea controlului factorilor de risc atât prin tratament medicamentos, cât și prin alte metode nefarmacologice. Să nu uităm că bolile cardiovasculare cauzează aproximativ 60% din decesele înregistrate în țara noastră, potrivit datelor Societății Române de Cardiologie. Riscul cardiovascular poate fi mic, moderat, mare și foarte mare. Corecția factorilor de risc este extrem de importantă la oricare dintre aceste categorii și ea trebuie realizată timpuriu. Din păcate, majoritatea pacienților ajung la medic în stadii avansate de boală, atunci când controlul bolii este mult mai dificil.

Stilul de viață modern - stresul, alimentația și lipsa de mișcare, printre factorii de risc cardiovascular

În general, românii nu cunosc faptul că afecțiunile cardiovasculare pot fi prevenite. De aici și mortalitatea mare prin bolile de inimă, țara noastră ocupând locul I

în Europa ca mortalitate a populației cu o medie de 109 decese la o sută de mii de locuitori, comparativ cu o medie de 44 la suta de mii de locuitori în statele membre ale Uniunii Europene.

"Evaluarea sistematică a riscului global de boli cardiovasculare (BCV) este recomandată persoanelor cu oricare factor major de risc cardiovascular indiferent de vârstă (un singur factor de risc prezent înseamnă risc de boală coronariană sau vasculară). Factorii majori de risc cardiovascular sunt: diabetul, fumatul, un istoric familial de boli de inimă sau alte probleme cardiace - infarct miocardic, AVC, arterită etc., dislipidemie (colesterol LDL ridicat sau HDL scăzut), hipertensiune arterială și obezitate. De asemenea, evaluarea sistematică a riscului cardiovascular (CRV) la populația generală trebuie luată în considerare la bărbați cu vârste peste 40 de ani și la femeile de peste 50 de ani sau aflate în postmenopauză, chiar dacă nu au risc cardiovascular. În ultimii ani, lista factorilor de risc a fost mult lărgită cu noi factori de risc CV, insuficiența rena-



la cronică, microalbuminuria.

Tot aici intră și anumite obiceiuri în stilul de viață cum ar fi dieta, consumul de alcool, lipsa exercițiilor fizice, stresul. Pacienții cu HIV, sindromul metabolic, iradierea mediastinală predispun la apariția bolilor cardiovasculare grave. În plus, a apărut și lista factorilor de risc CV emergenți (factori care sunt descoperiți după controlul cardiologic de screening). Aceasta cuprinde: grosimea inimă-medie (n.r. - grosimea arterei carotide), rigiditatea vasculară, calcificări vasculare, disfuncția endotelială, frecvența cardiacă, boli de collagen, apneea în somn, greutatea mică la naștere, NASH - steatoza hepatică non alcoolică, modificările unor analize de laborator cum

ar fi - testosteronul, aldosteronul, leptina, BNP-ul, fosforul, acidul uric, homocisteina", explică dr. Clara Alexandrescu, medic primar cardiolog.

Prevenție, diagnosticare și monitorizare la cele mai înalte standarde de calitate, în orașul Otopeni

În funcție de rezultatul evaluării riscului cardiovascular, la nevoie, medicul vă poate recomanda schimbarea stilului de viață. Renunțarea la fumat, alimentația sănătoasă și realizarea exercițiilor fizice vor fi parte integrantă din recomandările medicale post evaluare. De asemenea, specialistul vă poate indica și

administrarea unui tratament medicamentos pe termen lung. Având în vedere importanța deosebită a depistării și menținerii sub control a tuturor factorilor de risc cardiovascular, specialiștii My Heart Age Otopeni vor oferi, în edițiile următoare ale Jurnalului de Ilfov, informații detaliate cu privire la acești factori, astfel încât dvs., dragi cititori, să vă puteți identifica personal riscul cardiovascular.

Dr. Clara Alexandrescu este medic primar în cardiologie, doctor în științe medicale și, totodată, membru fondator al My Age Heart, un centru de prevenție cardiovasculară dotat cu aparatură de ultimă generație, care oferă pacienților servicii medicale la cele mai înalte standarde de calitate. Aici, toate consultațiile

și investigațiile se efectuează cu programare stabilită în prealabil la numerele de telefon 0733.384.352 sau 0768.197.021. My Age Heart este un centru medical nou, dotat cu aparatură de ultimă generație, care oferă consultații și investigații medicale complexe, șapte zile din șapte. Acesta funcționează în cadrul Spitalului Oxxygene, din orașul Otopeni, care se află pe Str. Petre Ispirescu nr. 6, în zona în care sunt aproape toate clinicile din Otopeni. Centrul medical este înființat de dr. Clara Alexandrescu, medic primar cardiologie la Centre Thoracique de Monaco, împreună cu alți trei medici cardiologi români, din dorința de a reduce mortalitatea în România și de a le asigura pacienților din țara noastră servicii medicale la standarde internaționale.

