



**SVJETSKI
DAN SRCA**

29. RUJNA

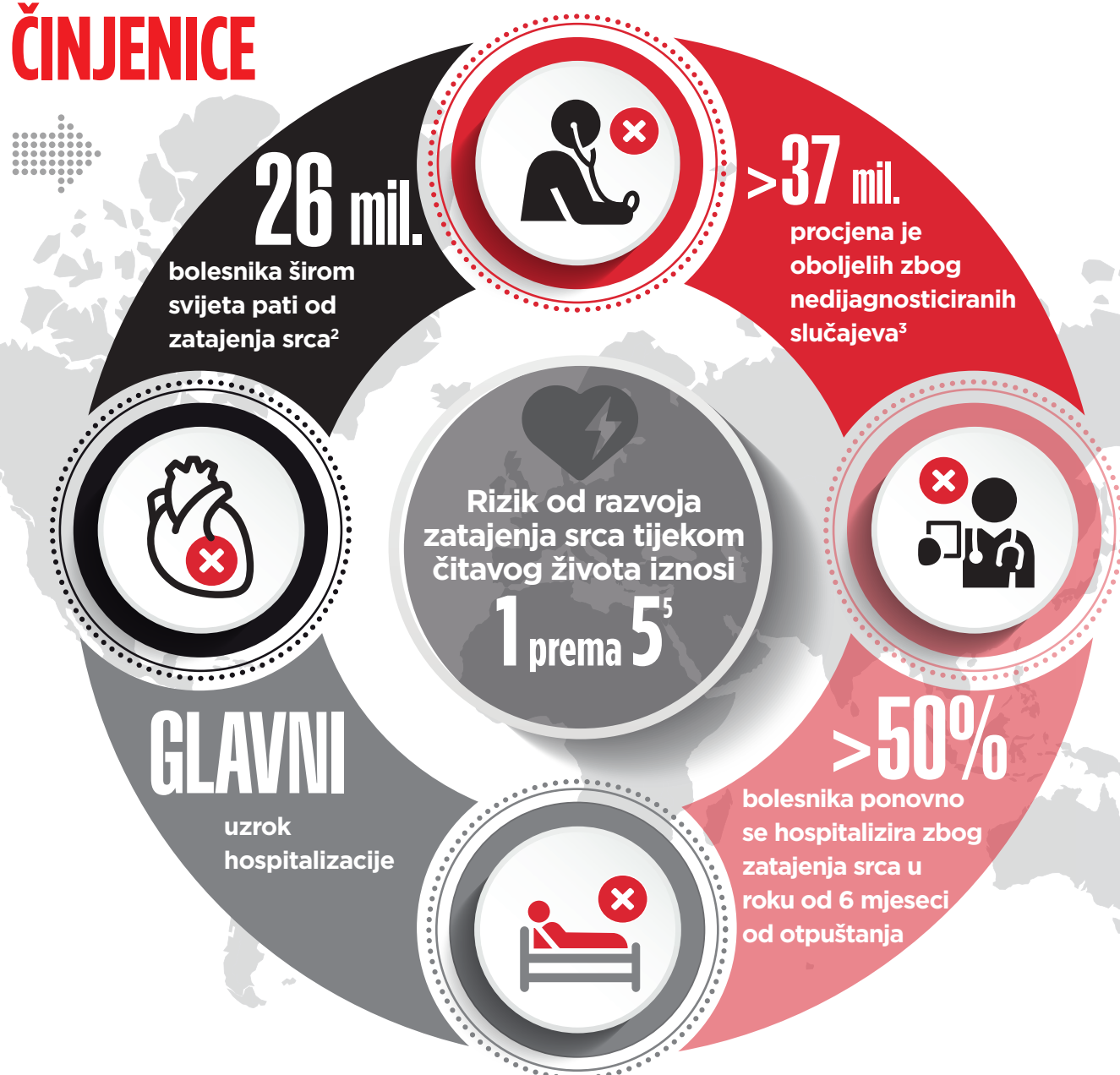
PODATCI O ZATAJENJU SRCA I BOLESTI COVID-19

**OSOBE KOJE BOLUJU OD ZATAJENJA SRCA
OSJETLJIVIJE SU NA BOLEST COVID-19.**

ŠTO JE ZATAJENJE SRCA?

Zatajenje srca ozbiljno je stanje koje nastupa kada srce ne može dovesti dovoljno kisika u druge dijelove tijela. Simptomi uključuju zaduhu (otežano disanje), umor i oticanje udova.

ČINJENICE



ŠTO MOŽETE UČINITI KAKO BISTE SPRIJEČILI ZATAJENJE SRCA?



Redovito vježbajte.

Pridržavajte se uputa o pravilnoj prehrani za zdravlje srca.

Ne pušite.

Pazite na tjelesnu težinu.



Snizite krvni tlak.

Držite dijabetes pod nadzorom.

Pazite na kolesterol.

Uzimajte lijekove za srce koje vam je propisao liječnik.

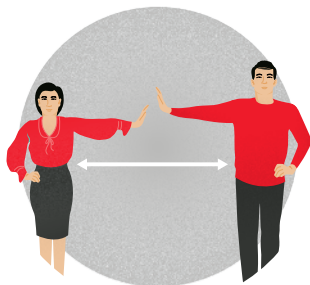


KAKO SE ZAŠTITITI OD BOLESTI COVID-19?



ČESTO PERITE RUKU

Perite ruke vodom i sapunom najmanje 20 sekundi.



PRIDRŽAVAJTE SE SOCIJALNOG DISTANCIRANJA

Držite razmak od najmanje 2 metra i izbjegavajte rukovanje.



IZBJEGAVAJTE DODIRIVANJE LICA

Posebno oči, nosa i usta.



PREKRIJTE USTA KAKO BISTE ZAŠTITILI DRUGE

Kada kašljete ili kišete, upotrijebite maramicu ili stavite lakat pred lice.



POTRAŽITE SAVJET LIJEČNIKA NA VRIJEME

Javite se svom liječniku ako imate temperaturu, kašljete ili teško dišete.



OSTANITE KOD KUĆE, INFORMIRAJTE SE

Slijedite savjete nadležnih tijela i zdravstvenih stručnjaka.

Izvori:

(1) Byty, J. and Bajraktari, G., 2015. Mortality in heart failure patients. *Anatolian journal of cardiology*, 15(1), p.63.

(2) Ponikowski, P., Anker, S.D., AlHabib, K.F., Cowie, M.R., Force, T.L., Hu, S., Jaarsma, T., Krum, H., Rastogi, V., Rohde, L.E. and Samal, U.C., 2014. Heart failure: preventing disease and death worldwide. *ESC Heart Failure*, 1 (1), pp.4-25.

(3) Ziaeian, B. and Fonarow, G.C., 2016. Epidemiology and aetiology of heart failure. *Nature Reviews Cardiology*, 13(6), p.368.

(4) Chun S, Tu JV, Wijeyesundera HC, Austin PC, Wang X, Levy D, Lee DS. Lifetime analysis of hospitalizations and survival of patients newly-admitted with heart failure. *Circ Heart Fail*. May 2, 2012. doi 10.1161/CRCHEARTFA.111.964791. <http://circheartfailure.ahajournals.org>. Accessed April 19, 2012

(5) Bui, A.L., Horwich, T.B. and Fonarow, G.C., 2011. Epidemiology and risk profile of heart failure. *Nature Reviews Cardiology*, 8(1), p.30.