



Vilniaus universiteto
Medicinos fakulteto
Sveikatos mokslų institutas



Išsėtinės sklerozės
draugija "Feniksai"

MOKSLINĖ-PRAKTINĖ KONFERENCIJA „FIZINIO AKTYVUMO REIKŠMĖ ŠIRDIES IR KRAUJAGYSLIŲ LIGOMIS SERGANČIŲJŲ SVEIKATAI“

Data: 2022 m. rugsėjo mėn. 21 d.

Laikas: 9:00-15:30 val.

Vieta: Vilniaus universiteto Medicinos fakultetas, M. K. Čiurlionio g. 21/27, Vilnius, 203 auditorija.

Skirta: visų specialybių gydytojams, visų specializacijų bendrosios praktikos slaugytojams, išplėstinės praktikos slaugytojams, akušeriams, biomedicinos technologams, radiologijos technologams, visuomenės sveikatos priežiūros specialistams, kineziterapeutams, ergoterapeutams, masažuotojams, socialiniams darbuotojams.

Maksimalus dalyvių skaičius – 100, jį pasiekus registracija stabdoma.

Konferencija nemokama. Norintiems gauti kvalifikacinį pažymėjimą mokestis - **10,00 Eur.**

Mokestis mokamas į Vilniaus universiteto A/S:

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| L | T | 2 | 4 | 7 | 0 | 4 | 4 | 0 | 6 | 0 | 0 | 0 | 1 | 1 | 0 | 1 | 3 | 9 | 2 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|

AB SEB bankas, banko kodas 70440, mokėjimo paskirtis " MF-2022-09-0012".

Sumokėjusiems konferencijos dalyviams bus išduodami **6 val.** trukmės Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto kvalifikacijos tobulinimo pažymėjimai (*PDF versija, originalas nesiunčiamas*).

Pasiteiravimui: Ana Staševičienė, tel. +370 6 552 7700.

Registracijos nuoroda: <https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSed14fSDB99bm2AoODYagRP5-dz-xCE4kNdYQ7erVKi0aJT6A/viewform>

Konferencijos tikslas – sustiprinti medicinos specialistų žinias apie tai, kas svarbu žinoti pacientui.

Aktualumas: Širdies ir kraujagyslių ligos yra pagrindinė mirties priežastis Europoje. Medikai skaičiuoja, kad dėl širdies ir kraujagyslių ligų mirštama dažniau nei dėl visų vėžio formų kartu paėmus, t. y. 17,5 mln. gyvybių per metus. Manoma, kad 2030 m. šis skaičius gali išaugti iki 23 mln.

Širdies ir kraujagyslių ligos Lietuvoje kasmet nusineša tūkstančius gyvybių. Remiantis Higienos instituto Sveikatos informacijos centro 2019 metų statistika - 61,7 % moterų, 47 % vyrų mirė būtent nuo kraujotakos sistemos ligų. Lietuvos gyventojų mirties priežasčių struktūra jau daugelį metų išlieka nepakitusi - Kraujotakos sistemos ligos 54,6 %, piktybiniai navikai 21 %, išorinės mirties priežastys 6,3 %.

Pasaulinės sveikatos organizacijos (PSO) statistika:

- ✓ 1 iš 4 pasaulio gyventojų yra nepakankami fiziškai aktyvūs. Dėl to didėja širdies-kraujagyslių ligų, 2-ojo tipo diabeto ir vėžinių susirgimų atsiradimo rizika.
- ✓ Reguliarus fizinis aktyvumas sumažina netrauminės mirties riziką net iki 30%.
- ✓ Fizinis aktyvumas padeda mažinti depresijos ir nerimo simptomus; taip pat gerina mąstymo, mokymosi ir sprendimų priėmimo kokybę.



KONFERENCIJOS PROGRAMA

| | |
|---------------|--|
| 8.30 – 9.00 | Registracija |
| 9.00 – 9.20 | Sveikinimo žodis <i>Prof. dr. Natalja Fatkulina, Vilniaus universiteto Medicinos fakultetas</i> <i>Giedrius Drukteinis, etiketo specialistas, rašytojas, žurnalistas, labdaros ir paramos fondo „Po infarkto“ vadovas</i> |
| 9.20 – 9.50 | Asmenų, priskirtinų širdies ir kraujagyslių ligų didelės rizikos grupei, atrankos ir prevencijos programa <i>LR SAM atstovas</i> |
| 9.50 – 10.20 | Laboratorinių tyrimų reikšmė širdies ir kraujagyslių ligų prevencijai, diagnostikai ir gydymui <i>Elena Šukė, šeimos gydytoja, Affidea šeimos klinika</i> |
| 10.20 – 10.50 | Gyvenimo būdo pokyčių būtinumas po širdies ir kraujagyslių įvykių <i>Dr. Valerija Maneikienė, kardiologė, Vilniaus universiteto ligoninės Santaros klinikų Kardiologijos ir angiologijos centras</i> |
| 10.50 – 11.20 | Sveikos mitybos įtaką širdies ir kraujagyslių sistemos funkciniai būklei <i>Jonas Lapinskas, dietistas</i> |
| 11.20 – 11.40 | Kavos pertrauka |
| 11.40 – 12.10 | Fizinio aktyvumo poveikis sergančiųjų širdies ir kraujagyslių ligomis fizinei būklei ir gyvenimo kokybei <i>Vilius Montvidas, Vilniaus universiteto ligoninės Santaros klinikos</i> |
| 12.10 – 12.40 | Ergoterapijos vaidmuo sergančiųjų širdies ir kraujagyslių ligomis fizinei būklei ir gyvenimo kokybei <i>Monika Makutienė, Vilniaus universiteto Medicinos fakultetas</i> |
| 12.40 – 13.10 | Fizinio aktyvumo poreikis ir jo kontrolė sergantiems širdies ir kraujagyslių ligomis bei būklių pablogėjimų prevencija <i>Mantvydas Šilkūnas, sporto medicinos gydytojas Affidea šeimos klinika</i> |
| 13.10 – 13.40 | Streso įtaka ir jos valdymas, kaip širdies ir kraujagyslių ligų prevencinė priemonė <i>Aneta Railienė, UAB „Panerio klinika“ gydytoja psichiatrė</i> <i>Giedrius Drukteinis, etiketo specialistas, rašytojas, žurnalistas, labdaros ir paramos fondo „Po infarkto“ vadovas</i> |
| 13.40 – 15.30 | Pirmosios pagalbos suteikimo praktinis užsiėmimas <i>Šarūnas Maciulevičius, skubiosios medicinos gydytojas, Vilniaus universiteto ligoninės Santaros klinikos</i> |
| 15.30 | Konferencijos uždarymas |

PARTNERIS

SPORTO
RĖMIMO
FONDAS

