



- Strona główna
- O nas
- Czynniki ryzyka
  - Wysokie ciśnienie krwi
  - Cukrzyca
  - Migotanie przedsionków
  - Wysoki poziom cholesterolu
  - Brak aktywności fizycznej
  - Złe nawyki żywieniowe
  - Alkohol
  - Otyłość
  - Palenie
  - Stres i depresja
- Zasoby
  - Filmy
  - Blog
  - Podcasty
  - Przydatne linki
  - Dodatkowa lektura
  - Komunikaty medialne

- Wiadomości
-  Polski
  -  English
  -  Português
  -  Русский
  -  Español
  -  Français
  -  Polski

- KONTAKT

DONATE

# Związek pomiędzy udarem mózgu i chorobami serca



Choroby serca i udar mózgu mają ze sobą wiele wspólnego. Nieprawidłowy rytm serca może powodować udar, a łączy je fakt, że znajdują się wśród głównych przyczyn zgonów na całym świecie i mają długą listę przyczyn, którym można zapobiec.

## **Oba schorzenia są głównymi przyczynami zgonów na świecie**

Największym zabójcą na świecie jest choroba serca, odpowiadająca za 16% wszystkich zgonów na świecie, a tuż za nią udar mózgu, który jest odpowiedzialny za 11% zgonów. Oprócz tego choroby serca i udar są główną przyczyną niepełnosprawności i rosnących kosztów opieki zdrowotnej.

(1) Badania pokazują, że całkowity koszt (opieka zdrowotna, opieka społeczna, opieka nieformalna i utrata produktywności) opieki poudarowej wyniósł w 2017 r. 60 mld EUR. Przyszłe koszty opieki poudarowej w Europie mogą wzrosnąć do 86 mld EUR w 2040 r., jeśli poniesiemy porażkę inwestować w zapobieganie udarom, leczenie i rehabilitację. (2)

## **Oba schorzenia występują powszechnie w krajach o niskich i średnich dochodach**

Wydaje się, że miejsce zamieszkania jest również związane z ryzykiem rozwoju chorób serca i udaru mózgu. W ciągu ostatnich dziesięciu lat zaobserwowaliśmy zmianę liczby przypadków w krajach o niskich i średnich dochodach, gdzie stała się ona poważnym problemem zdrowotnym. Największy wzrost bezwzględnych zgonów dotyczy chorób serca, które od 2000 r. wzrosły o ponad milion do 3,1 miliona. (1)

## **Oba schorzenia mają wspólną listę czynników ryzyka**

Choroby serca i udar mają wiele powszechnych czynników ryzyka, które można zmodyfikować, wprowadzając proste zmiany w stylu życia: bądź aktywny, utrzymuj prawidłową wagę, ucz się na temat cholesterolu, nie pal i nie używaj tytoniu bezdymnego, stosuj dietę zdrową dla serca, utrzymuj krew zdrowe ciśnienie i dowiedz się o poziomie cukru we krwi i cukrzycy. (2) (3)

*Źródła:*

1. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/the-top-10-causes-of-death>.
2. <https://www.safestroke.eu/economic-impact-of-stroke/>.
3. Salim S. Virani et al. Heart disease and stroke statistics 2021 update. A report from the American Heart Association. Originally published Jan 27 2021.

Zaktualizowano luty 2022

Następna recenzja 2024

## Opracowanie:



**Organizacja SAFE sprawuje pełną kontrolę redakcyjną nad zawartością serwisu.**

**Serwis wspierany przez grant edukacyjny**

## Linki

- Warunki korzystania z serwisu
  - Polityka prywatności
  - Polityka dotycząca plików cookie
  - Kontakt
- 
- Facebook

- X
- RSS