

Tlačová konferencia k 5. ročníku Týždňa prevencie  
a k Svetovému dňu všeobecných lekárov

# Žena ako PÍLIER ZDRAVIA

19.5.2026 o 9:00 h



**Týždeň prevencie**

- edukačná platforma zameraná na prevenciu a podporu zdravého životného štýlu

*zdravie ženy nie je luxus, ale nevyhnutnosť*



Park Inn  
by Radisson  
Danube, sála  
Pressburg,  
Bratislava



MUDr. Šimková Adriana, PhD.  
všeobecná lekárka a internistka,  
Pezinok

# Žena ako **PILIER** **ZDRAVIA**

 **Týždeň prevencie**

*Zdravie ženy nie je luxus,  
ale nevyhnutnosť*



## Veková štruktúra obyvateľstva



Obyvateľstvo k 31. 12. (osoby)  
podľa ekonomických vekových skupín

2020 2021 2022 2023 2024

2 793 295 2 776 809 2 773 698 2 771 470 2 768 502

2020 2021 2022 2023 2024

2 666 486 2 657 903 2 655 094 2 653 217 2 650 949



**5 419 451 obyvateľov**  
**51% žien**  
**49 % mužov**

# Žena ako **PILIER** **ZDRAVIA**

 **Týždeň prevencie**

*Zdravie ženy nie je luxus,  
ale nevyhnutnosť*



**53 ročná - OLD TV Hviezda  
v roku 1987**



**53 ročná - OLD TV Hviezda  
v roku 2025**





# Artériová hypertenzia v dámskych šatách

MUDr. Šimková Adriana, PhD.  
všeobecná lekárka a internistka, Pezinok



# Žena ako **PILIER** **ZDRAVIA**

Týždeň prevencie

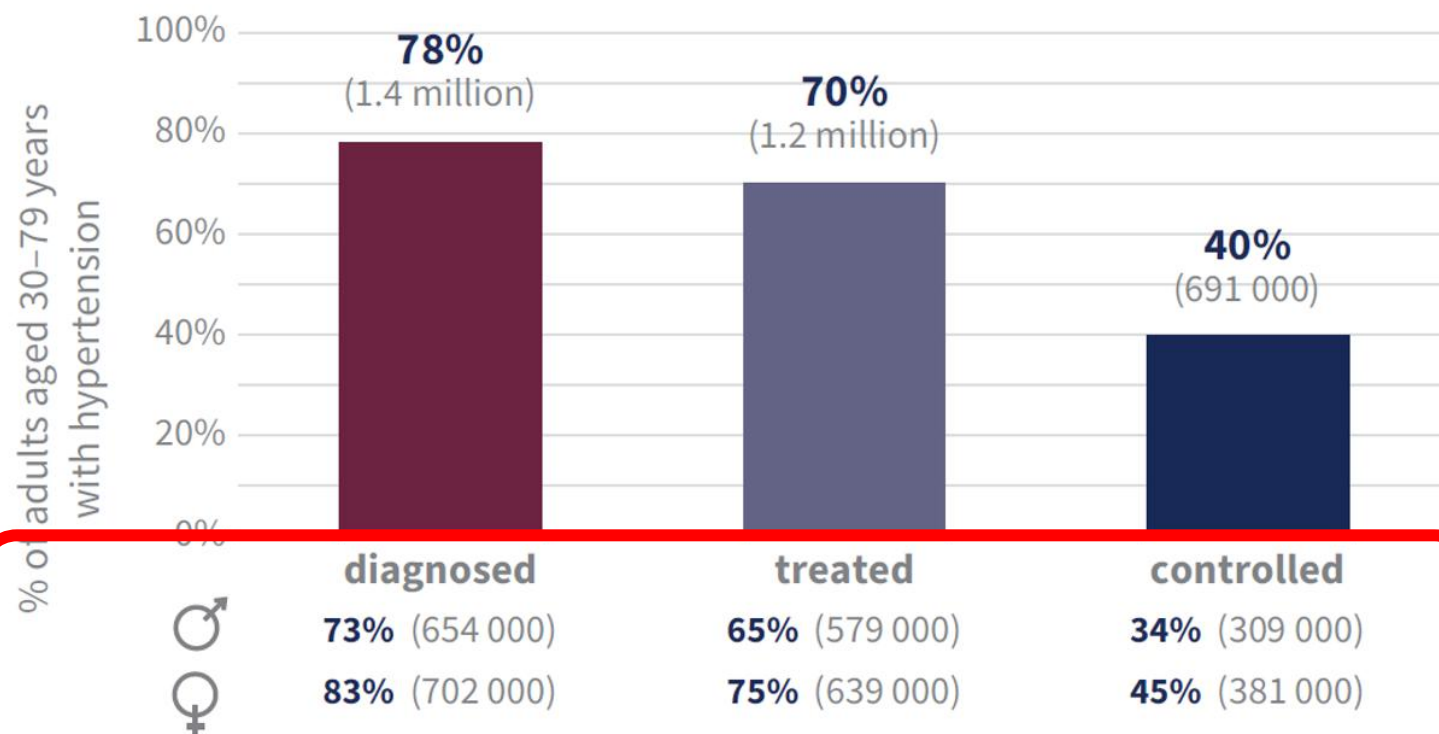
*Zdravie ženy nie je luxus,  
ale nevyhnutnosť*



## **ARTÉRIOVÁ HYPERTENZIA** na Slovensku



Of the 1.7 million adults aged 30–79 years with hypertension, approximately 1.1 million do not have the condition controlled<sup>b</sup>



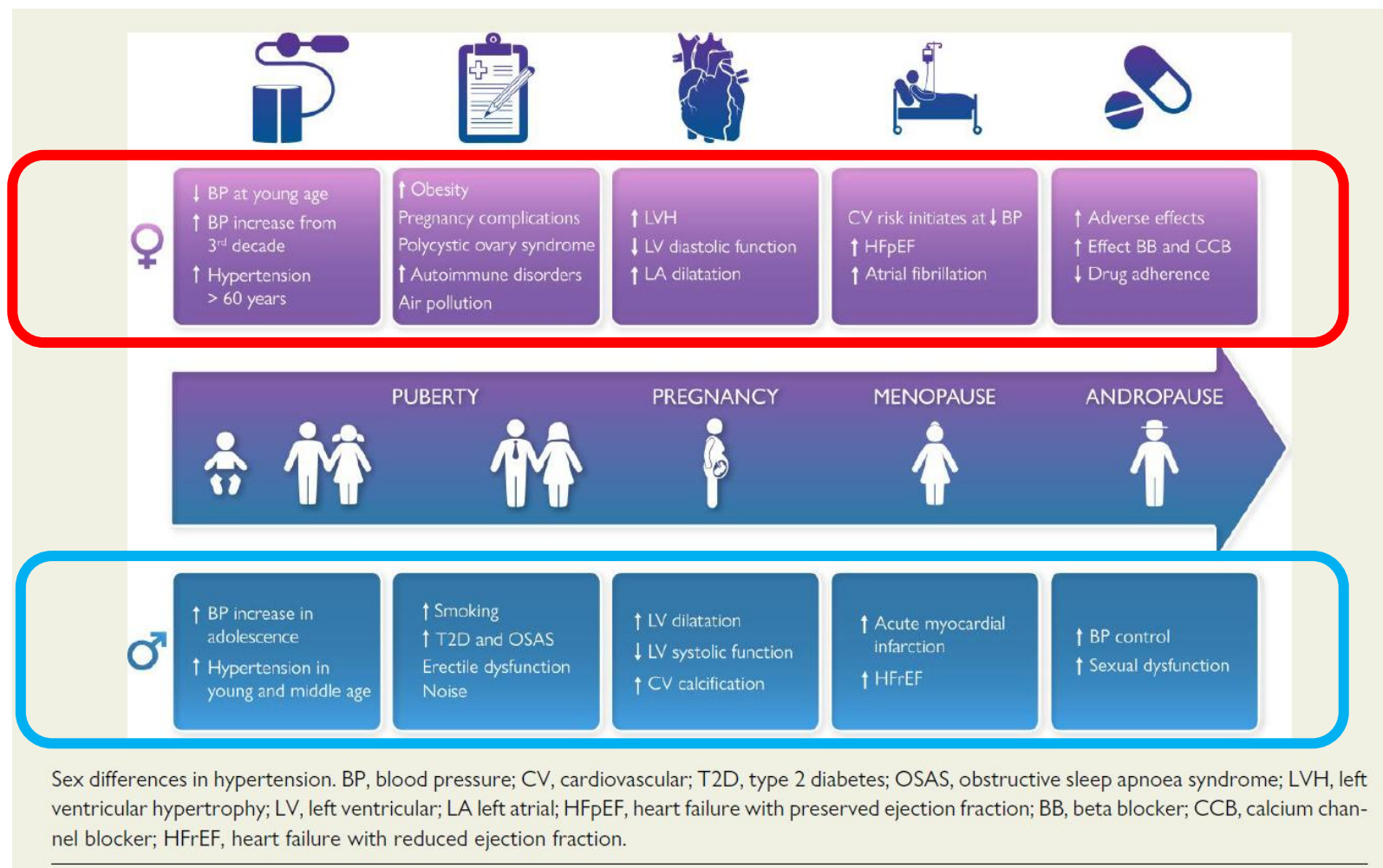
# Žena ako **PILIER** **ZDRAVIA**

Týždeň prevencie

*Zdravie ženy nie je luxus,  
ale nevyhnutnosť*



## Venuša vs. Mars



# Žena ako **PILIER** **ZDRAVIA**

 **Týždeň prevencie**

*Zdravie ženy nie je luxus,  
ale nevyhnutnosť*



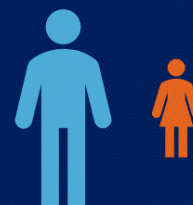
## **ARTÉRIOVÁ HYPERTENZIA**

postihuje ženy a mužov  
celosvetovo.



### **Hypertension** rates

**MEN > WOMEN**



high-income  
countries

**MEN = WOMEN**

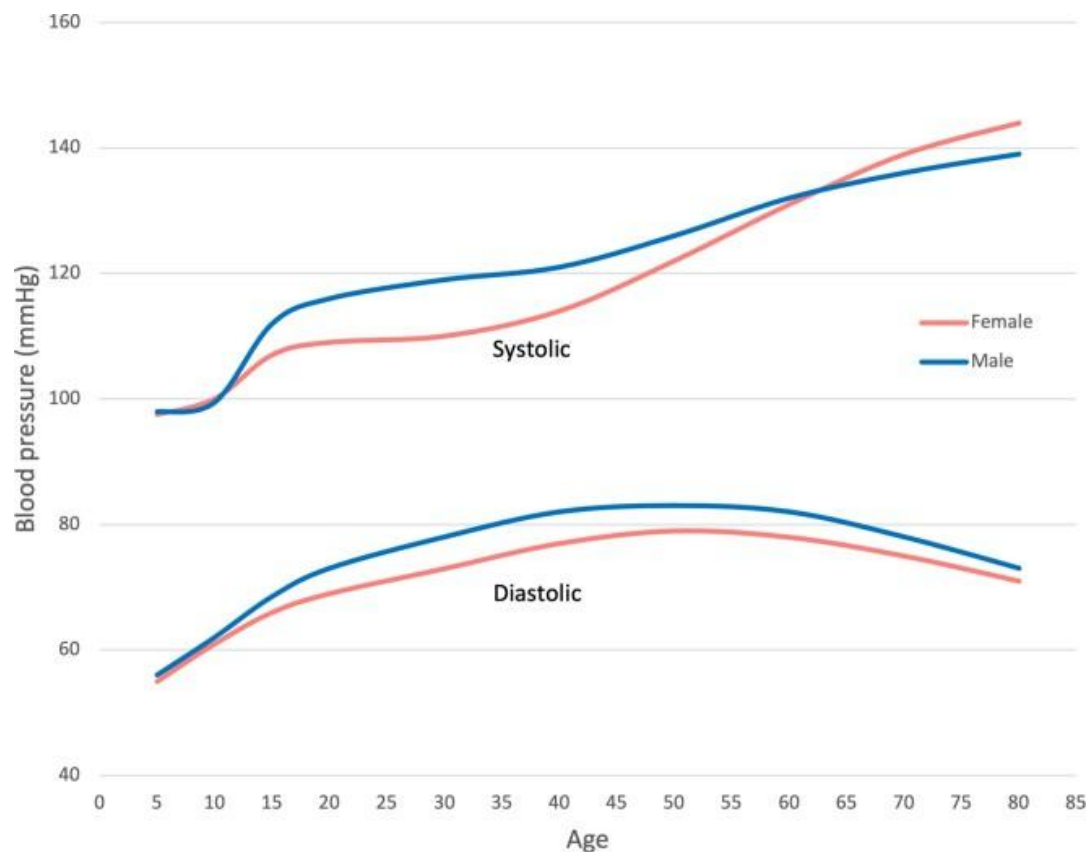


low-income  
countries

 World Health Organization **75** HEALTH FOR ALL

Based on data available in the  
*'Noncommunicable diseases and risk  
factors (WHO Global Health  
Observatory)'* dataset,  
1990-2019

McEvoy JW, 2024 ESC guidelines for the management of elevated blood pressure and hypertension.  
Eur Heart J. 2024 Oct 7;45(18):3912-4018. doi: 10.1093/eurheartj/eha178. PMID: 39219711

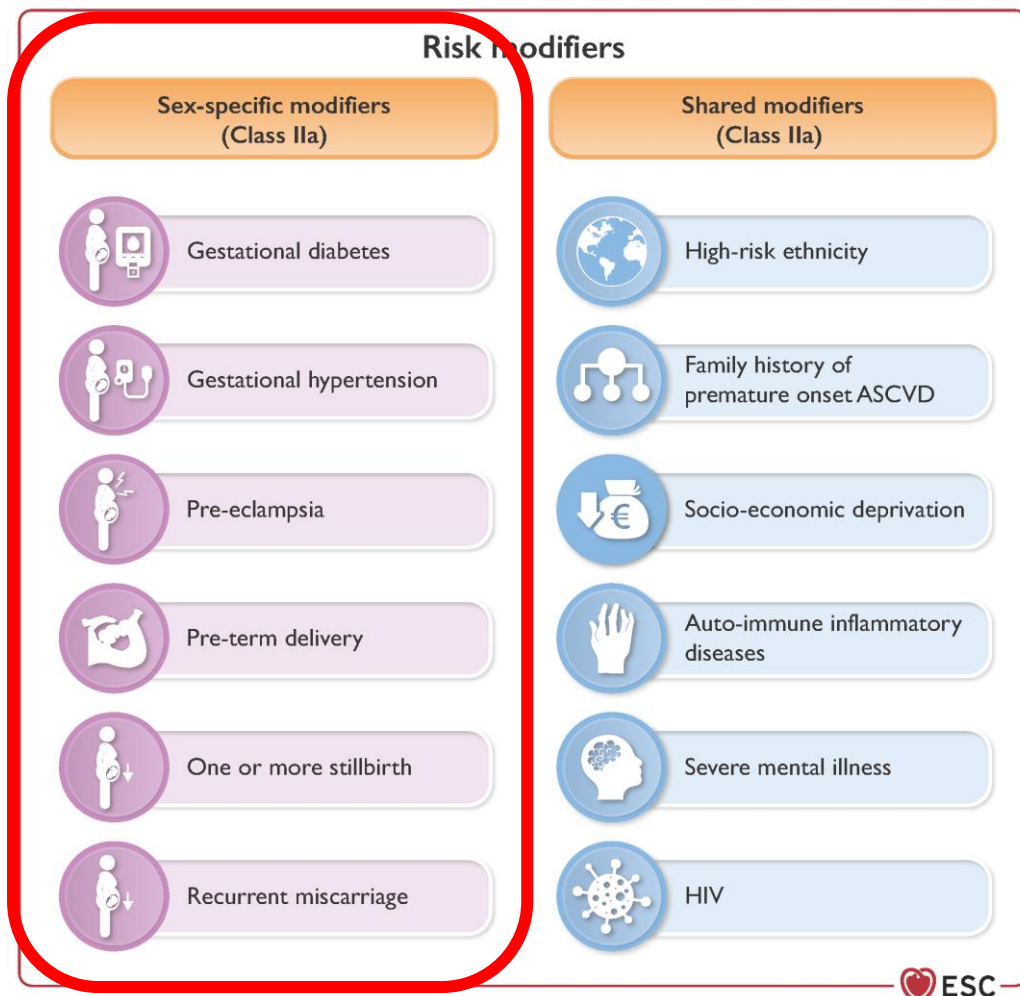


Nárast hodnôt tlaku krvi u dievčat a chlapcov počas detstva, dospievania a včasnej dospelosti.

## Vývoj krvného tlaku a hypertenzia

- Zdravé mladé ženy majú nižší tlak krvi ako muži v rovnakom veku.
- Od tretieho decénia života zaznamenávajú strmší nárast hodnôt TK.

Eur Heart J. 2022 Sep 22;43(46):4777–4788.



## **MODIFIKÁTORY RIZIKA**

kardiovaskulárnych  
ochorení u žien

2024 ESC Guidelines for the management of elevated blood pressure and hypertension  
(European Heart Journal; 2024 – doi: 10.1093/eurheartj/ehae178)



## Hypertenziou navodené orgánové poškodenia

Hypertenzia predstavuje u žien silnejší rizikový faktor pre vznik:

- ✓ infarktu myokardu,
- ✓ srdcového zlyhávania so zachovanou ejekčnou frakciou,
- ✓ cievnej mozgovej príhody,
- ✓ kognitívneho deficitu
- ✓ a periférneho ochorenia artérií dolných končatín.



Riziko kardiovaskulárnych ochorení začína u žien pri hodnotách systolického tlaku krvi približne **o 10 mmHg nižších** v porovnaní s mužmi !!!



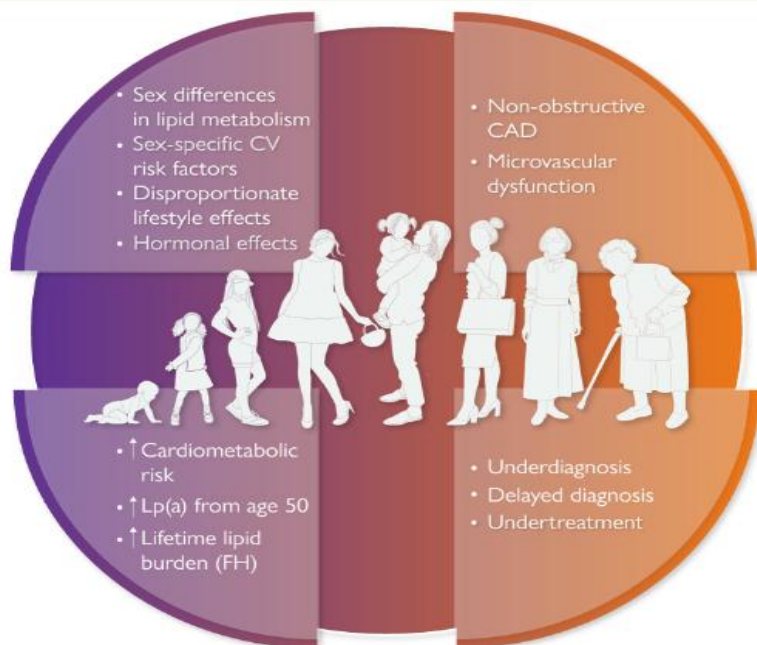
## **Koronárna choroba srdca**

**Ženy majú častejšie neobštruktívne ochorenie koronárnych artérií,**

**zatiaľ čo muži majú častejšie obštruktívne ochorenie koronárnych artérií.**



## Ženy a aterosklerotické ochorenia



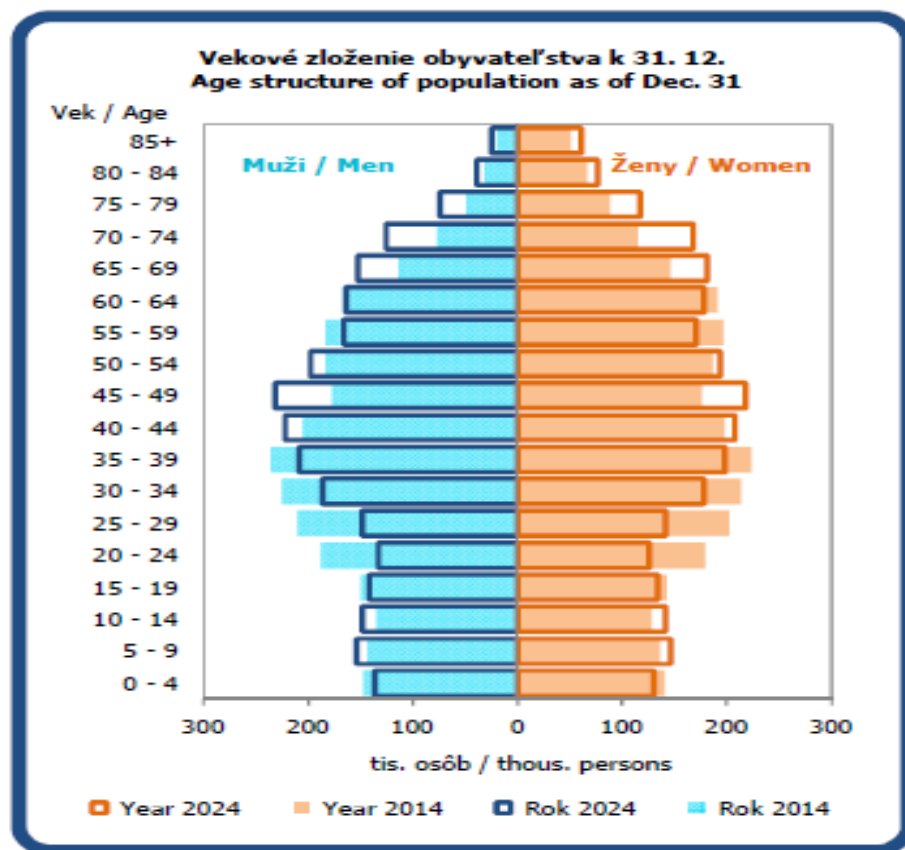
- Call to action**
- Assess risk factors; if high, start treatment early
  - Minimize time-off treatment after pregnancy and breastfeeding
  - Manage elevated risk factors as per guidelines from midlife
  - Treat risk factors in non-obstructive CAD

**Ženy**  
**Poddiagnostikované**  
**Oneskorená diagnostika**  
**Podliečené**

**Women, lipids, and atherosclerotic cardiovascular disease: a call to action from the European Atherosclerosis Society** Jeanine E Roeters van Lennep, Lale S Tokgözoğlu, Lina Badimon, Sandra M Dumanski, Martha Gulati, Connie N Hess, Kirsten B Holven, Maryam Kavousi, Meral Kayıkçioğlu, Esther Lutgens. *European Heart Journal*, ehad472, <https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehad472> Published: 23



## Ženy sa dožívajú o 6,62 r dlhšie v porovnaní s mužmi



### Stredná dĺžka života (roky)

2020	80,17	vs	73,47
2021	78,13	vs	71,16
2022	80,30	vs	73,57
2023	81,35	vs	74,73
<b>2024</b>	<b>81,64</b>	vs	<b>75,02</b>

**Krehkosť  
v starnutí žien ↑**



Správne rozhodnutie dnes môže mať následky aj o 20 rokov. Tlak krvi, pulz, cholesterol, glykémia, fajčenie a hmotnosť sú ovplyvniteľné rizikové faktory.

Hlavnou príčinou predčasných úmrtí je ignorancia. Rozhodnite sa správne!

**Charta**  
**70/2028**

**TK 120-129/70-79** mm Hg

**SF 60-70** úderov/min

**LDL-C < 2,6** mmol/l

**Glykémia < 5,5** mmol/l

**TK  $\geq$ 140/90** mm Hg

**SF > 80** úderov/min

**LDL-C > 3** mmol/l

**Glykémia > 7** mmol/l