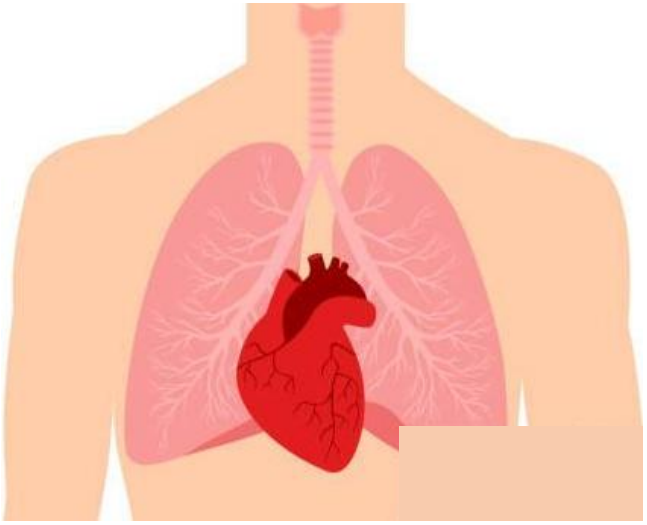
Mesiac o srdcových témach (MOST)

*Srdce v tom nie je samo*

SLOVENSKÁ NADÁCIA SRDCA

# Keď dych nestačí - môže za to srdce alebo pľúca?



MUDr. **Ivana Šoóšová**, PhD, MPH, FESC.

**NÚSCH, a.s. Bratislava**

Tlačová konferencia pri príležitosti Svetového dňa srdca a 20. výročia založenia Slovenskej nadácie srdca | 16. 9. 2026 o 9.00 h | Jurkovičova tepláreň, Bottova 1, Bratislava

# Príčiny smrti v Európe

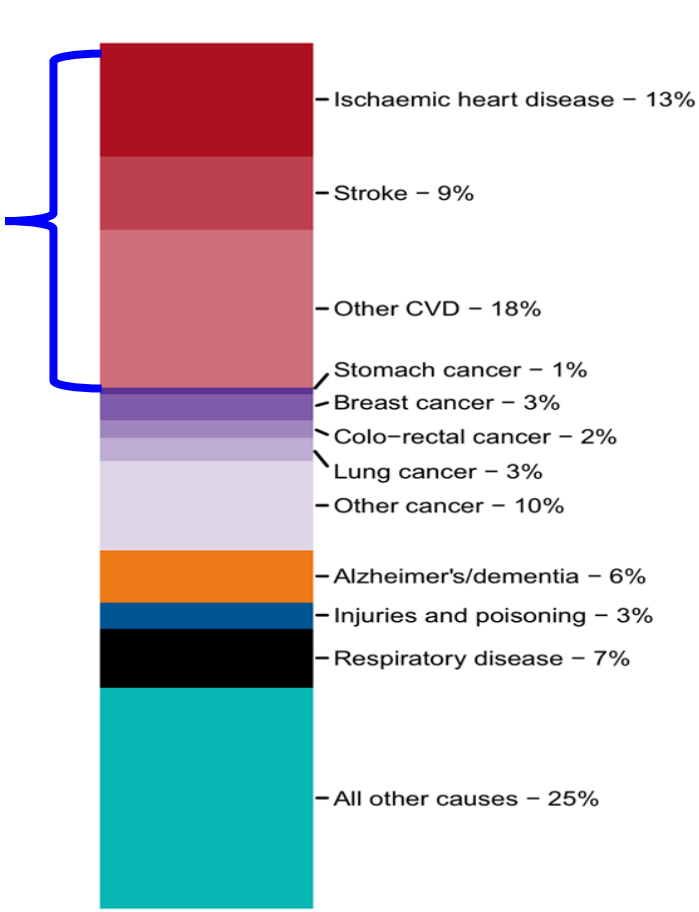
**European Society of Cardiology: cardiovascular disease statistics 2023**

## Ženy

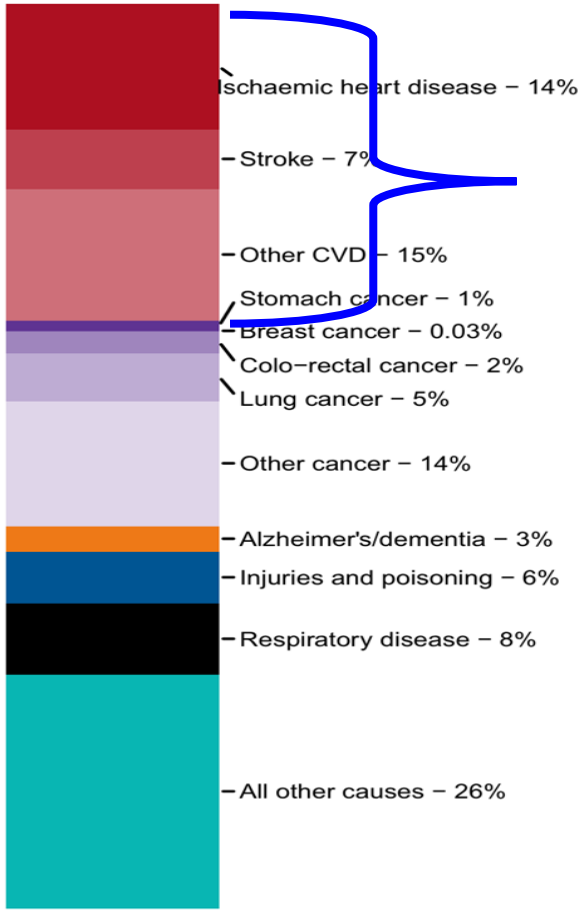
**40%**

**KV úmrtia**

KV mortalita:
KCH 33 %
CMP 22 %




Female
4.1 million




Male
4.3 million

## Muži

**36%**

**všetky KV úmrtia**

KV mortalita:
KCH 39 %
CMP 19 %

*European Heart Journal (2024) 45, 4019–4062*
*https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehae466*

# Mesiac o srdcových témach (MOST)

*Srdce v tom nie je samo*

SLOVENSKÁ NADÁCIA SRDCA

**45 %**
úmrtí na Slovensku v roku 2024

**32 %**
všetkých úmrtí vo svete (2022)

**19,8 milióna**
KV úmrtí vo svete v roku 2022

## DOBRÁ SPRÁVA

Veľkej časti KV ochorení možno predchádzať ovplyvnením rizikových faktorov.

**Na Slovensku sú choroby obehovej sústavy najčastejšou príčinou smrti**

Zdroj: Štatistický úrad SR. Demografia – zomretí a príčiny úmrtí v SR 2024 (publ. 3. 4. 2025); WHO. Cardiovascular diseases, 31. 7. 2025.

**Tlačová konferencia pri príležitosti Svetového dňa srdca a 20. výročia založenia Slovenskej nadácie srdca | 16. 9. 2026 o 9.00 h | Jurkovičova tepláreň, Bottova 1, Bratislava**

# Mesiac o srdcových témach (MOST)

## Dýchavica je príznak – nie diagnóza

Dôležitá je zmena oproti tomu, čo bolo pre človeka bežné.

*Srdce v tom nie je samo*

SLOVENSKÁ NADÁCIA SRDCA

### PRI NÁMAHE

Schody, kopec či rýchlejšia chôdza sú zrazu problém. Často prvý signál.

### V POKOJI

Dýchavica pri obliekaní, rozprávaní alebo minimálnej aktivite je vážna situácia.

### V ĽAHU / V NOCI

Viac vankúšov, nutnosť posadiť sa alebo nočné budenie pre nedostatok vzduchu.

**Srdce • pľúca • anémia • obezita • nízka kondícia • ďalšie príčiny**

Zdroj: McDonagh TA et al. Eur Heart J. 2021;42:3599–3726; Heidenreich PA et al. Circulation. 2022;145:e895–e1032.

Tlačová konferencia pri príležitosti Svetového dňa srdca a 20. výročia založenia Slovenskej nadácie srdca | 16. 9. 2026 o 9.00 h | Jurkovičova tepláreň, Bottova 1, Bratislava

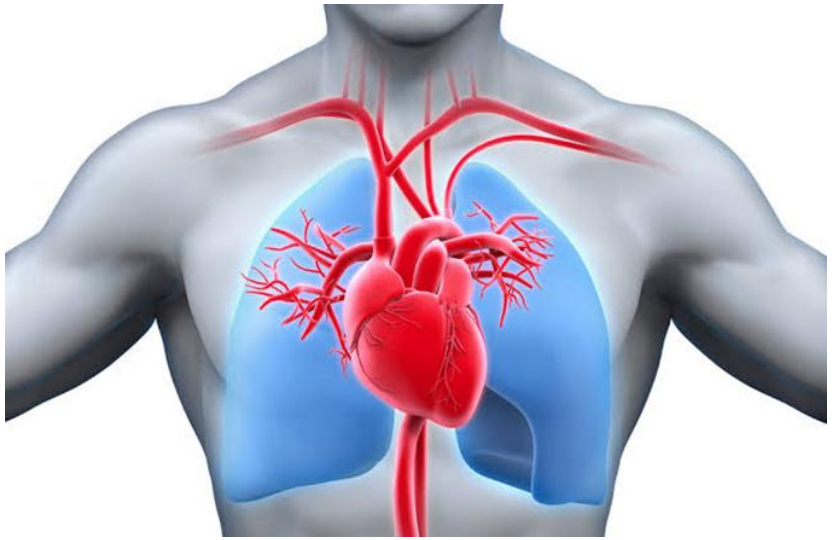
# Mesiac o srdcových témach (MOST)

*Srdce v tom nie je samo*

SLOVENSKÁ NADÁCIA SRDCA

Srdce sa horšie plní alebo pumpuje → Rastie tlak v ľavom srdci → Tlak sa prenáša do pľúcnych ciev → Pľúca sú preťažené → **DÝCHAVICA**

## Prečo choré srdce berie dych?



Zdroj: McDonagh TA et al. Eur Heart J. 2021;42:3599–3726 (ESC HF Guidelines); Bozkurt B et al. J Card Fail. 2021;27:387–413.

# Mesiac o srdcových témach (MOST)

*Srdce v tom nie je samo*

SLOVENSKÁ NADÁCIA SRDCA

## Ktoré srdcové ochorenia najčastejšie spôsobujú dýchavicu?

### Srdcové zlyhávanie

Typický príznak: námahová dýchavica, ortopnoe, opuchy.

### Chlopňové chyby

Aortálna stenóza, mitrálna regurgitácia či stenóza.

### Koronárna choroba

Dýchavica môže byť ekvivalentom angíny – aj bez typickej bolesti.

### Arytmie

Fibrilácia predsiení a iné tachy-/bradyarytmie znižujú výkonnosť.

### Kardiomyopatie / pľúcna hypertenzia / pľúcna embólia

Porucha srdcového svalu alebo zvýšený tlak v pľúcnom riečisku.

**Často nejde o jednu príčinu – najmä vo vyššom veku sa ochorenia kombinujú**

Zdroj: McDonagh TA et al. Eur Heart J. 2021;42:3599–3726; ESC/EACTS Valvular Heart Disease Guidelines 2025; ESC AF Guidelines 2024.

Tlačová konferencia pri príležitosti Svetového dňa srdca a 20. výročia založenia Slovenskej nadácie srdca | 16. 9. 2026 o 9.00 h | Jurkovičova tepláreň, Bottova 1, Bratislava

# Mesiac o srdcových témach (MOST)

*Srdce v tom nie je samo*

SLOVENSKÁ NADÁCIA SRDCA

## Šesť signálov, že príčinou môže byť srdce

1. Nová alebo jednoznačne zhoršená dýchavica
2. Dýchavica alebo zhoršenie v ľahu - viac vankúšov
3. Budenie sa v noci na nedostatok vzduchu
4. Opuchy členkov alebo rýchly nárast hmotnosti
5. Bolesť na hrudníku alebo búšenie srdca
6. Nezvyčajná únava a pokles výkonnosti

**Najdôležitejšia otázka: „Je to pre mňa nové alebo sa to výrazne zhoršuje?“**

Zdroj: McDonagh TA et al. Eur Heart J. 2021;42:3599–3726; Heidenreich PA et al. Circulation. 2022;145:e895–e1032.

Tlačová konferencia pri príležitosti Svetového dňa srdca a 20. výročia založenia Slovenskej nadácie srdca | 16. 9. 2026 o 9.00 h | Jurkovičova tepláreň, Bottova 1, Bratislava

# Kedy nečakať: 155 / 112

**Náhla alebo výrazná dýchavica môže znamenať akútny, život ohrozujúci stav.**

### BOLESŤ NA HRUDNÍKU

Dýchavica + tlak/zvieranie na hrudníku, potenie, nevoľnosť alebo výrazná slabosť.

### DÝCHAVICA V POKOJI

Neschopnosť hovoriť súvisle, modranie pier, zmätenosť alebo výrazné vyčerpanie.

### NÁHLE ZHORŠENIE

Kolaps, výrazné palpitácie alebo príznaky akútneho pľúcneho edému.

**Pri uvedených príznakoch nečakajte, či „to prejde“.**

Zdroj: ESC Guidelines for Acute Coronary Syndromes 2023; McDonagh TA et al. Eur Heart J. 2021;42:3599–3726.

# Ako zistíme, či je za dýchavicou srdce?

| | | |
|---|---|---|
| 1 | **Rozhovor + vyšetrenie** | priebeh, tlak, pulz, opuchy, posluch |
| 2 | **EKG** | rytmus, prevod, ischemické zmeny |
| 3 | **Krvné testy** | krvný obraz, obličky, NT-proBNP, štítna žľaza, … |
| 4 | **Echokardiografia** | EF, chlopne, veľkosť dutín, diastolická funkcia |
| 5 | **Ďalšie testy** | RTG, Holter, záťaž, CT/MR, pľúcne vyšetrenie podľa nálezu |

**Echokardiografia je kľúčová, ale diagnóza vzniká spojením kliniky, EKG, biomarkerov a zobrazovania**

Zdroj: Køber L, et al. 2026 ESC Guidelines for the management of heart failure. European Heart Journal, 2026;, ehag100, https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehag100

# Prevencia: päť vecí s najväčším efektom

**NEFAJČIŤ** — Tabak patrí medzi hlavné ovplyvniteľné KV riziká.

**KRVNÝ TLAK** — Poznať svoj krvný tlak a liečiť hyper

**CHOLESTEROL** — LDL cholesterol: čím vyššie ce

**POHYB** — 150–300 min/týždeň strednej intenzi



**STRAVA + HMOTNOSŤ** — Mediterránsky typ stravy, menej soli, primeraná hmotnosť.

**Aj malé, dlhodobo udržateľné zmeny sú lepšie než žiadne.**

Zdroj: Visseren FLJ et al. Eur Heart J. 2021;42:3227–3337 (ESC CVD Prevention); ESC Cardiopractice – Physical activity for cardiovascular prevention.

# Mesiac o srdcových témach (MOST)

*Srdce v tom nie je samo*

SLOVENSKÁ NADÁCIA SRDCA

| | | |
|---|---|---|
| 1 | **Dýchavicu neignorovať** | Nová alebo zhoršujúca sa dýchavica si zaslúži vysvetlenie. |
| 2 | **Myslieť aj na srdce** | Srdcové zlyhávanie, chlopne, ischémia aj arytmie. |
| 3 | **Poznať urgentné príznaky** | Dýchavica v pokoji, bolesť na hrudníku či kolaps = 155/112. |
| 4 | **Prevencia funguje** | Nefajčenie, kontrola TK, cholesterolu, cukrovky, dostatočný pohyb, zdravá strava a hygiena ústnej dutiny menia budúce riziko. |

Zdroj: ESC Heart Failure Guidelines 2026; ESC CVD Prevention Guidelines 2021; WHO Cardiovascular diseases 2025.

**Tlačová konferencia pri príležitosti Svetového dňa srdca a 20. výročia založenia Slovenskej nadácie srdca | 16. 9. 2026 o 9.00 h | Jurkovičova tepláreň, Bottova 1, Bratislava**