

2. számú Szadai Felnőtt Háziiorvosi Szolgálat éves beszámolója

2022.08.31.

1. Lakosság katasztrofális egészségi állapota látványosan javult az elmúlt 2 év során

A szadai lakosság egészségi állapota továbbra is igen rossz helyzetben van, habár a helyzet sokat javult a 2020-as év statisztikájához képest:

* a létszám utáni százalék mutatja az adott betegek arányát a körzethez tartozó összes lakoshoz képest

- Magasvérnyomás (hypertensív) betegség: 518 fő: 27% (2020 – 593 fő: 41%) **-75 fő csökkenés**
- Ischaemiás szívbetegség: 246 fő: 13% (2020 – 321 fő: 22%) **-75 fő csökkenés**
- Zsír anyagcsere rendellenességei: 229 fő: 12% (2020 – 339 fő: 23%) **-110 fő csökkenés**
- Spondylopathiák és egyéb dorsopathiák (gerinc porckorong sérv): 241 fő: 12% (2020 – 272 fő: 19%) **-31 fő csökkenés**
- Diabetes mellitus (cukorbetegség): 182 fő – 9% (2020 – 225 fő: 15%) **-38 fő csökkenés**
- Pajzsmirigy rendellenességei: 138 fő: 7% (2020 – 151 fő: 10%) **-13 fő csökkenés**
- Rosszindulatú daganatok: 69 fő: 4% (2020 – 98 fő: 7%) **-29 fő csökkenés.**

Összesen 2 227 krónikus gondozott betegséget kezelünk, ami statisztikailag azt jelenti, hogy minden egyes bejelentett lakosnak átlagosan 1,1 krónikus betegsége van ($2\,227/1\,950 = 1,14$).

Ez a szám 2 éve (2020-ban) még 2 887 volt, ami az akkori létszámhoz képest (1.460 fő) azt jelentette, hogy minden egyes betegnek átlagosan 2,0 krónikus betegsége volt.

2 év alatt a praxisba bejelentett lakosok létszáma +490 fővel nőtt (+33%-os növekedés), addig a krónikus betegségek teljes száma 660 darabbal csökkent (-23%-os csökkenés).

Alábbi táblázat tartalmazza a praxisban gondozott összes krónikus betegségcsoport előfordulását, nemi eloszlását és százalékos arányát a teljes praxishoz képest (1 950 fő).

Betegség csoportok	Férfi	Nő	Összesen	% (1950 fő)
01. Rosszindulatú daganatok (C00-C97)	31	38	69	4%
02. A Vér és Vérbepzõ szervek betegségei	7	30	37	2%
03. Vashiányos anaemia (D50)	0	12	12	1%
04. Pajzsmirigy rendellenességei (E00-E07)	23	115	138	7%
05. Diabetes mellitus (E10-E14)	85	97	182	9%
06. Egyéb endocrin mirigyek rendellenességei (E20-E350)	1	5	6	0%
07. Lipoprotein anyagcsere rendellenességei és egyéb lipidaemiák	114	115	229	12%
08. Pszichoaktív szer használata által okozott viselkedészavarok (F10-19)	13	2	15	1%
09. Ebbõl: Alkohol okozta mentális és viselkedészavarok (F10)	9	2	11	1%
10. Schizophrenia, schizotipiás és paranoid rendellenességek (F20-F29)	2	1	3	0%
11. Mentális retardatio (F70-F79)	4	1	5	0%
12. Extrapyramidalis és mozgási rendellenességek (G200-G26)	4	2	6	0%

13. Ebből: parkinson-kór (G20)	3	2	5	0%
14. Alzheimer-kór (G30)	0	1	1	0%
15. Sclerosis multiplex (G35)	0	1	1	0%
16. Epilepsia (G40)	8	7	15	1%
17. Átmeneti agyi ischaemiák és cerebrovascularis betegségek (G45.)	1	8	9	0%
18. A szemlencse betegségei (H25-H28)	5	16	21	1%
19. Zöldhályog (glaucoma) (H40-H42)	12	21	33	2%
20. Vakság és csökkenlátás (H54)	0	0	0	0%
21. Vezetékes típusú, idegi eredetű és egyéb hallásvesztés (H900-H91)	2	3	5	0%
22. Idült rheumás szívbetegségek (I05-I09)	0	0	0	0%
23. Magasvérnyomás (hypertensív) betegségek (I10-I15)	282	236	518	27%
24. Ischaemiás szívbetegségek (I20-I25)	121	125	246	13%
25. Szívbetegségek egyéb formái közül (I34-I39)	11	7	18	1%
26. Cerebrovascularis betegségek (I60-I69)	16	31	47	2%
27. Idült alsó légúti betegségek közül (J40-J47)	45	60	105	5%
28. Asthma (J45)	25	35	60	3%
29. Gyomor-, nyombél-, gastrojejunális fekély (K25-K29)	3	0	3	0%
30. Nem fertőzőes vékony- és vastagbél gyulladás (K52-K57)	15	15	30	2%
31. A máj betegségei (K70-K77)	20	10	30	2%
32. Ebből: alkoholos májbetegség (K70)	3	3	6	0%
33. Seropositív és egyéb rheumatoid arthritis (M05,M06)	1	8	9	0%
34. Fiatalkori ízületi gyulladás (M08)	0	1	1	0%
35. Köszvény (M10)	21	3	24	1%
36. Deformáló hátgerinc-elváltozások (M40-M43)	5	9	14	1%
37. Spondylopathiák (M45-M49) Egyéb dorsopathiák (M50-M54)	105	136	241	12%
38. A csontsűrűség és csontszerkezet rendellenességei (M80-M85)	5	59	64	3%
39. Glomerularis és renális betegségek (N00-N08),(N10-N16)	1	3	4	0%
40. Veseelégtelenség (N17-N19)	3	1	4	0%
Összesen (2022):	1 006	1 221	2 227	114%
Összesen (2021):	1 189	1 455	2 644	84%
Összesen (2020):	1 357	1 530	2 887	92%

2. Lakosság életmód változtatásának első hatásai

Az előző pontban részleteztem, szadai lakosság lesújtó egészségi állapotának javításában, a szakszerű orvosi ellátás mellett, az egészséges életmódra nevelésben látom a fő megoldást és most már bizonyítékom is van rá.

A civilizációs betegségek, valójában életmód betegségek – a jelenkori, modern életmódunk okozza őket. A tapasztalatom az, hogy a civilizációs betegségeket nem lehet gyógyszerekkel megoldani. Az életmód betegségeket - csak életmód változtatással lehet megoldani, megelőzni és kezelni!

Az egészséges életmód 3 alappilléren nyugszik:

- egészséges táplálkozás, amely ellentétes azzal, amit a hivatalos propaganda sulykol,
- rendszeres testmozgás, valamint
- vitamin, ásványi anyag és omega-3 zsírsav pótlás.

2 év alatt közel 300 betegnél sikerült jelentős életmód váltást elérnem, ezek a betegek egészségesebben táplálkoznak, többet mozognak, rendszeresen szedik a szükséges táplálék kiegészítőket – így sokkal egészségesebbek lettek, csökkent a testsúlyuk, ami lehetővé tette több gyógyszer adagjának csökkentését, vagy akár teljes elhagyását – mindezt javuló közérzet, hangulat, munkabírás és labor leletek mellett. Ezt a munkát a jövőben is szeretném folytatni, a klasszikus háziorvosi feladatok ellátása mellett.

A Szadai Önkormányzat segítségével sikerült egy alkalommal előadást tartanom a Faluházban, amely után sok pozitív visszajelzést kaptam a lakosoktól (volt, hogy az utcán állítottak meg, hogy megköszönjék az ott közölt információkat). A jövőben is hasznosnak és szükségesnek tartom a hasonló felvilágosító, egészségnevelő előadások tartását, de jobb időpont kiválasztással és hatékonyabb hallgatóság beszerzésével. Ugyan a Youtube-n a mai napig összesen 1.609 fő látta a fenti előadást, de a Faluházban csak alig 30 fő hallgató jelent meg.

Őszintén hiszek abban, hogy az emberek egészségének megőrzéséhez az egészségügyi tájékoztatáson, egészséges életmódra nevelésen, valamint a krónikus betegségek szakszerű gondozásán keresztül vezet az út, így a mindenkori háziorvos tud a legtöbbet tenni a szadai lakosság testi és lelki egészségéért.

Ezzel is magyarázható, hogy **amíg még 2020-ban átlagosan 1,97 krónikus betegsége volt minden egyes bejelentett lakosnak, addig az idén már „csak” 1,14!** Természetesen még van hova fejlődnünk.

3. COVID járvány csökkenő hatása a rendelő működésére

A COVID járvány 2022-ben kisebb hatással volt a háziorvosi rendelőnk működésére:

- Covid fertőzéstől való félelem jelentősen csökkent a lakosság körében – így sokkal kevesebb a felesleges telefonhívás, felesleges teszt kérés, felesleges orvos-beteg találkozás, mint 2021-ben volt. A betegeket már nem kell feleslegesen nyugtatgatni, hogy nem lesz semmi baj, mert az elmúlt 2,5 év alatt már gyakorlatilag mindenki átesett a Covid fertőzésen, akár többször is – és saját bőrén tapasztalta, hogy ugyan nem kellemes az első 1-2 nap, de messze nem halálos fertőzésről van szó.
- 2022 január-februárban volt az 5. hullám Szadán, majd néhány hónapos szünet után 2022 július-augusztusban jött a 6. hullám. A jelentős Covid-os beteglétszám ellenére – heti 50-100 fő – minden egyes hullámmal a terhelés a rendelőre csökkent – a betegeket már nem kell nyugtatgatni, „csak” fel kell venni táppénzre és bejelenteni a Covid nyilvántartó országos rendszerbe, majd gyógyulásuk után kiírni a táppénzből és Covid nyilvántartásból.
- a praxisba bejelentkezett kb. 1.950 betegből 1.395 beteg részesült Covid oltásban, ami azt jelenti, hogy a **felnőtt lakosság 71,5%-a már beoltott.**

- a fenti 1.395 lakosból, aki részesült Covid oltásban (71,5% az összlakosságnak) csak 843 fő kérte a 3. ismétlő oltást, azt is 2021 szeptember- 2022 január időszakban, így a **felnőtt lakosság csak 43,2%-a 3x oltott**.
- a fenti statisztikából látszik, hogy a Szadai lakosság oltási kedve lényegesen megcsappant 2021- második felében – a kezdeti 71,5% után az ismétlő oltást csak a lakosság 43,2%-a kért (2021 szeptember- 2022 januárban). A fenti oltási kedv tovább látványosan romlott 2022 folyamán: így azt az 1-2 lakost, aki szeretné magát tovább oltatni oltópontra irányítottuk.
- az oltási kedv fent részletezett hanyatlásának magyarázataként, az szolgál, hogy részben kevésbé fél a lakosság a Covid fertőzéstől, mert gyakorlatilag mindenki már legalább 1x volt Covid-os és nem halt bele, másrészt sokan személyesen is meggyőződtek a Covid oltások csekély hatékonyságában, mert mind az oltott, mind az oltatlan lakosság ugyanúgy elkapja a Covid fertőzést, és a betegség lefolyásában sem tapasztal senki lényeges eltérést.
- 2022 második felében kezd visszatérni a háziorvosi ellátás a Covid előtti szintre – ismét van megfelelő idő az életmód tanácsadásra, általános szűrésre, vérnyomás beállításra, szükséges gyógyszer változtatásra, labor eredmények kiértékelésére, stb.