

Népegészségügyi Prevenció Magyarországon  
Magyarország átfogó egészségvédelmi szűrőprogramja 2010-2020-2030

## Gördülő egészségügy - 10 éve segít családok ezreinek Magyarország átfogó egészségvédelmi szűrőprogramja

1700 helyszínen, 7 millió elvégzett vizsgálat, 500 000 látogató, elkeserítő szűrési eredmények – ez az elmúlt kilenc év statisztikája. 2019-ben is tovább folytatódik Magyarország legnagyobb humanitárius átfogó egészségvédelmi szűrőprogramja, azzal a céllal, hogy javítson a lakosság kedvezőtlen egészségi állapotán. A felnőtt lakosság mellett idén már évi 75 000 gyermek integrációja is megkezdődik, melynek legfőbb üzenete: csak egészséges gyermekből lehet egészség felnőtt.

2019-ben is tovább folytatódik Magyarország legnagyobb humanitárius átfogó egészségvédelmi szűrőprogramja 74 szakmai szervezet összefogásával. Az elmúlt kilenc évben modellértékűen a világon egyedülálló kezdeményezés mind az elsődleges, mind pedig a másodlagos megelőzés szempontjából sikeresnek mondható. Közismert, hogy a magyarok átlag életkora elmarad az Európai Unió átlagától. Minden második ember szív-, és érrendszeri, valamint daganatos megbetegedésben hal meg, legalább három millió embernek magas a vérnyomása és a koleszterinszintje, egy millióan cukorbetegek, e mellett a lakosság 50 %-a túlsúlyos. Az uniós átlaghoz képest az emberek jóval többet dohányoznak és fogyasztanak alkoholt, kevés zöldséget és gyümölcsöt fogyasztanak, ugyanakkor mozgásszegény életmódot folytatnak. Számos betegség felismerése csak későn történik meg, amikor már nincs segítség. A halálzási statisztikák megváltoztatásához mindenképpen a lakosság tudatos felkészítésére és tájékoztatására van szükség. Mindenkinek meg kell értenie, hogy az időben felfedezett betegség sok esetben gyógyítható, a szűrővizsgálat pedig életet menthet. Ebben nyújt segítséget az immáron tizedik éve működő program.

Ha figyelembe vesszük a Magyarország átfogó egészségvédelmi szűrőprogramja 2010-2018 által feldolgozott adatait, egyértelműen megállapítható, hogy a magyaroknak van még hová fejlődniük az egészségmegőrzés terén. Egyértelműen kijelenthető, hogy a vizsgálatokon résztvevők közel fele a kiemelt kockázatú csoportba tartozik, és ha nem kezelik magukat, akkor néhány év múlva szívinfarktus, stroke fenyegetheti őket, nem beszélve a daganatos megbetegedésekről.

### A legfrissebb feldolgozott statisztikai adatok:

A Program 2010–2018 között több mint 1600 helyszínen közel 7 millió vizsgálat elvégzésével térképezte fel több mint 500 ezer ember egészségi állapotát.

---

## Magyarország átfogó egészségvédelmi szűrőprogramja 2010-2020-2030

European National Healthcare Program - Hungary  
Központi koordináció Magyarország - Dermatron Health Service:  
H-2000 Szentendre, Deli Antal utca 59.

Telefonszám: (+36) 20 318 4997, Email: programiroda@egeszsegprogram.eu

A résztvevők átlagos életkora nőknél 42 év, férfiaknál 40 év. Életkori megoszlás szerint a résztvevők 28%-a 26-35 év, 26%-a 36 és 45 év közötti. A legaktívabbak Budapesten és Pest megyében voltak az emberek. A kérdőíves válaszok száma kilenc év alatt elérte a 17 milliót. A családban előforduló betegségekre vonatkozó válaszokban a magas vérnyomás nőknél 62%-ban, férfiakban 56%-ban, a szívinfarktus 27% és 22%-ban, a stroke 19% és 14%-ban volt ismert. Daganatos betegség a családban 47%-ban, illetve 37%-ban fordult elő, anyagcsere-betegség 42%, illetve 34%-ban. Megdöbbentő adat, hogy a megkérdezettek 23 -35 százaléka még sosem vett részt sem laboratóriumi, sem szakorvosi vizsgálaton.

A résztvevők többségének napi életritmusában a sportnak egyáltalán nincs szerepe. A nők 46%-a, a férfiak 55%-a szakít időt naponta a mozgásra, noha jól tudják, hogy a rendszeres testmozgás nagyon fontos mind a kardiovaszkuláris, mind a daganatos betegségek prevenciójában. A rizikófaktorok csökkentésének valamint az egészséges életmód egyik fontos feltétele a gyümölcsökben és zöldségfélékben gazdag, sószegény táplálkozás. A kérdőíves felmérésnek köszönhetően fény derült arra is, hogy a résztvevők 62 százaléka naponta, míg 33 százalékuk hetente fogyaszt zöldség és gyümölcsféléket. Ugyanakkor a válaszadók 84.7 százaléka gondolja úgy, hogy a túlzott só fogyasztás árt az egészségnek. A statisztikai adatok feldolgozása során ugyanakkor kiderült, hogy a vérnyomásértékeket tekintve a nők esetén 20%, férfiakban 17%-ban normális, 18%-ban, illetve 22%-ban emelkedett értéket mértek. Az átlagos vérnyomás a nőknél 125/81 Hgmm, míg a férfiaknál 134/85 Hgmm volt. A vércukorszint vizsgálata a nők 6.3, férfiak 6.9 százalékban mutatott kóros értékeket. A résztvevők átlagos vércukorértéke 5,1 és 5,9 mmol/l között változott. Az emberek többsége tisztában van a magas koleszterin romboló hatásával, tudják, hogy komoly kockázati tényezőt jelent, mégsem tesznek semmilyen konkrét lépést a megelőzés érdekében. Mi sem bizonyítja ezt jobban, hogy a mért koleszterinérték nőkben 24.5, férfiakban 28 %-ban tért el a normál értéktől. A húgysavszint a látogatók 8,16%-ánál, mintegy 10 766 egyénnél mutatott eltérést.

A szív és érrendszeri vizsgálat értékelésekor nőknél 9,65%-ban, férfiakban 11,5%-ban tapasztaltak eltérést. Közöttük nőknél 7%-ban, férfiaknál 15%-ban ez pitvarfibrillációt jelentett, ami köztudott, hogy ötszörösére emeli a stroke kialakulásának veszélyét. A vénás doppler vizsgálat értékelése során nőkben 25%-ban, férfiakban 17%-ban volt kóros az eredmény. Az érfali rugalmasság vizsgálatakor nőknél 14%-ban, férfiaknál 22%-ban volt a normálistól eltérő a kapott eredmény.

Neuropathia-vizsgálat esetén a nők 8%-a, míg a férfiak 5,3%-a, 6844 fő volt a rizikót jelző kategóriában. Szemnyomás vizsgálat esetén a látogatók 5%-ánál, míg komputeres látásvizsgálat esetén a látogatók 56%-ánál találtak valamilyen eltérést. Spirometria vizsgálat esetén a nők 12%-ában, míg a férfiak 13%-ában, 16 746 főnél mutattak ki eltérést, míg COPD a látogatók 5,7%-ánál jelzett komoly eltérést. A vastagbél-daganat, irritábilis bél szindróma teszt elemzése is megtörtént. A nyelőcsőreflux-rizikóteszt nők esetében 21%, míg férfiaknál 15% észlelhető, ami igen gyakori felnőttkori panaszt okozó elváltozás. A visszérbetegség-kockázat a nők 25%-ában, férfiak esetében 14%-ban mutatott eltérést, ez 20 675 egyént jelent.

Laktózzintolerancia-rizikófel mérés keretében a látogatók 8,15%-a, 10 408 fő került a rizikóba sorolható kategóriába. A résztvevők átlagos testsúlya az elmúlt 9 évben alig változott, a nők átlagos testsúlya 69–71 kg, a férfiaké 85–88 kg között mozog, ugyanez vonatkozik az átlagos haskörfogat értékekre is. A nők átlagos haskörfogata 87–89 cm, a férfiaké 96–98 cm. A testzsírszázalék mérése során nőknél 61–65%-ban, férfiaknál 59–63%-ban találtunk a normálistól való eltérést.

Akik a szűréseken részt vesznek, kezükbe vehetik saját egészségkönyvüket, amely tartalmazza az összesített szűrési eredményeket egészségi állapotukról, és az adatok birtokában felkereshetik a házi orvosukat.

A gyermekek egészsége közös ügyünk. A 2018/2019. tanévtől a Magyarország átfogó egészségvédelmi szűrőprogramja kibővült a gyermek prevenció programmal „Utazás az egészség birodalmába” címmel. A gyermekek prevenció gondolkodásának, a betegségek megelőzésének tudatosítását tűzte ki a program. Legfontosabb üzenete, hogy csak egészséges gyermekből lehet egészséges felnőtt. A teljes körű intézményi egészségfejlesztés (TIE) keretén belül az egészséges táplálkozás, a testnevelés, a gyermekek lelki egészségének javítása és az egészségismeretek elősegítése, elsajátítása szerepel a programban. A résztvevők az általános iskola első osztályától az egyetemig és főiskoláig látványos anatómia bemutatókon, háromdimenziós virtuális „látványsátorban” ismerkedhetnek 15 perces filmekben az emberi test működésével. Dietetikai tanácsadás, rendőrségi bemutatók, újraélesztési ismeretek megszerzése mellett elsősegélynyújtásról is interaktívan hallgathatnak szakemberektől hasznos tanácsokat. Évente 75 ezer gyermek ingyenes részvételének lehetőségével járul hozzá a program az egészségismeretek bővítéséhez.

A program szakmai bizottsága lehetőséget kínál, hogy 2030-ig éves szinten közel 200 helyszínen minél többen látogassanak el a program helyszínekre, tegyék meg az első lépést egészségük érdekében. A programot ajánljuk mindazoknak, akik szeretnék ingyenesen egy átfogó vizsgálatot kapni saját egészségi állapotukról, és azoknak is, akik számára fontos a megelőzés, prevenció. Ne feledjük, a szűrővizsgálat életet menthet. Mindenki felelősséggel tartozik önmagáért és szeretteiért.

Magyarország átfogó egészségvédelmi szűrőprogramja 2010-2020-2030

Bővebb információ: [www.egeszsegprogram.eu](http://www.egeszsegprogram.eu)

# Magyarország átfogó egészségvédelmi szűrőprogramja 2010 – 2020 – 2030

www.egeszsegprogram.eu



## Magyarázat

1. Magyarország legnagyobb mobildiagnosztikai központja
2. Beléptető pont
3. Műfüves terület
4. Külső várórezs, hűtött-fűtött sátrak, életmód tanácsadás
5. stratégiai partner standok,
6. látványos anatómiai bemutatók (6 x 3 m)
7. Virtuális anatómiai mozi sátor, egyedi 3D látvány és hangelemek (6 m átmérő x 5 m magasság)
8. Gyermekek Prevenció Magyarországon (6x 3 m)
9. Tájékoztató látványfal (4 méteres magasságban)
10. MAESZ 2010-2020-2030 látványkapu
11. Logisztikai kísérő autó I.
12. Gyermekek Prevenció Magyarországon (3 x 3 m)
13. Gyermekek Prevenció Magyarországon (3 x 3 m)
14. Logisztikai kísérő autó II.
15. Központi koordináció kísérő autó

## Magyarország átfogó egészségvédelmi szűrőprogramja 2010-2020-2030

European National Healthcare Program - Hungary  
Központi koordináció Magyarország - Dermatron Health Service:  
H-2000 Szentendre, Deli Antal utca 59.

Telefonszám: (+36) 20 318 4997, Email: programiroda@egeszsegprogram.eu

www.egeszsegprogram.eu