

HEILSA

Nógv færri doyggja av hjartasjúkum

Tað er ikki bara í Danmark, at færri doyggja av hjartasjúkum. Soleiðis er eisini í Føroyum, og orsøkirnar er helst tær somu

Fyri stuttum skrivaði danska tíðarritið Ugeskrift for Læger, at tey seinastu tjúgu árin er talið á dønum, sum doyggja av sjúku í hjartanum, minkað heili 75 prosent.

Tíðarritið legði afturat, at onga aðrastaðni í Evropa er talið á fólki, ið doyggja av hjartasjúku, minkað so nógv sum í Danmark.

Tað sama her

Men tað er ikki bara í Danmark, at færri og færri

Í hagtølunum sæst eisini, at minkingin er heldur størri hjá kvinnum enn hjá monnum. Í 1998 doyðu 63 menn og 55 kvinnur av hjartasjúkum. Í 2011 vóru tøluni ávikavist 29 og 22 og minkingin ávikavist 54 og 60 prosent.

Gongdin tey seinnu árin hevur havt við sær, at ein munandi minni partur av teimum, sum doyggja, doyggja av hjartasjúkum. Av teimum 363 froyingunum, sum doyðu í 1998, doyðu 118

eru tær hjartasjúkurnar, sum standast av, at hjartað fær ov lítið av blóði, tí at hjartaæðrarnar eru vorðnar ov trongar orsakað av ov nógvum feitti, kolesteroli, í blóðinum.

Tølini hjá Landslækninum vísa, at av teimum 118 froyingunum, sum doyðu av hjartasjúkum í 1998, doyðu teir 92 av iskæmiskum hjartasjúkum. Men hetta er nógv broytt síðani, tí av teimum 51, sum doyðu av hjarta-

sent og hjá kvinnunum 80 prosent.

Hinvegin stendur talið á teimum, sum doyggja av øðrum hjartasjúkum í stað. Í 1998 var tað 26, og í 2011 var tað 25. Býtið millum kynini er heldur ikki broytt her. Í 1998 doyðu 12 menn og 14 kvinnur av øðrum hjartasjúkum. Í 2011 vóru tey tilsvarandi tøluni 11 og 14.

Fleiri orsøkir

Í Danmark eru granskararnir ikki heilt vísir í, hví so nógv færri fólk doyggja av hjartasjúkum. Ein orsøk kann vera, at rættiliga nógv fólk hava lagt av at roykja í hesum tíðarbilinum, og ein onnur orsøk kann vera, at fólk eta sunnari mat og røra seg meiri.

Ein triðja orsøk, sum granskararnir nevna sum ein møguleika, er, at í 2003 setti Danmark sum tað fyrsta landið í heiminum forboð fyri at brúka eftirgjørt transfeitt í matvørur. Hetta feittslagið er sera ósunt, og forboðið kann hava havt seta stóran týdning, siga granskararnir.

At enda er tað ein partur av frágreiðingini hjá teimum donsku granskarunum, at læknávisindin er vorðin munandi betri til at viðgera fólk, sum eru sjúk í hjartanum. Við verandi gongd er tað ikki óhugsandi, at um eini fimm

ár verður tað sjáldsamt, at nakar dani um miðjan aldur fer at doyggja av hjartasjúku.

Ein sólskynssøga

Jenis av Rana, kommunulækni, ivast ikki í, at ein meginorsøk til tey nógv fækkaðu deyðsføllini av hjartasjúkum í Danmark og Føroyum eru úrslit av, at danir avmarkaðu nýtsluna av transfeittsýrum fyri 10 árum síðani.

Hann vísir á, at næstan allur matur, sum vit eta, kemur úr Danmark, og tí hevur gongdin verið at kalla tann sama her sum har, sigur hann.

Transfeittsýrur eru ómettaðar framleiddar sýrur, sum verða koyrdar í matvørur, fyri at tær skulu halda sær betur.

- Men hesar transfeittsýrurnar økja vandan fyri æðrakálking og harav komnum blóðtøppum 10 ferðir, um vit samanbera við vanligar mettaðar feittsýrur. Transfeittsýrurnar økja um

tað vandamikla kolesterolið (LDL) og minka um tað gagnliga kolesterolið (HDL). Hendan marksetanin, sum í 2004 varð sett fyri nýtsluni av transfeittsýrum, er ein fantastisk sólskinssøga, sigur Jenis av Rana.

Eins og teir donsku granskararnir er Jenis av Rana sannførdur um, heilivágur og tey nógvu átøkini ímóti feitti og yvirvekt eins og meiri tilvitan um týdningin av rørslu eiga teirra part av æruni av, at tilburðirnir av hjartatilburðum av iskæmi eru so nógv fækkaðir.



doyggja av sjúku í hjartanum. Hagtøluni hjá Landslækninum vísa, at gongdin hevur verið tann sama í Føroyum.

Tølini hjá Landslæknaum vísa, at í 1998 doyðu 118 fólk í Føroyum av hjartasjúkum. 13 ár seinni, í 2011, var talið 51 ella 57 prosent minni.

ella 32,6 prosent av hjartasjúkum. Í 2011 doyðu 377 fólk í Føroyum og 51 teirra av hjartasjúkum. Tað svarar til 13,6 prosent.

Iskæmi

Tað eru serliga tilburðirnir av iskæmiskum hjartasjúkum, sum eru nógv fækkaðir. Hetta

sjúkum 2011, doyðu 26 tey av iskæmiskum hjartasjúkum

Hyggja vit at, hvussu gongdin hevur verið hjá teimum báðum kynunum, doyðu 51 menn og 41 kvinnur av iskæmiskum hjartasjúkum í 1998. Í 2011 vóru tey tilsvarandi tøluni 18 og 8. Hjá monnunum var minkingin 65 pro-

Avgerðin hjá dønum at avmarka nýtsluna av transfeittsýrum hevur havt sína sjónligu ávirkan í Føroyum, sigur kommunulæknin Jenis av Rana



Kvinnur skulu út at renna

Ov lítil rørsla er høvuðsorsøkin til hjartasjúkur hjá kvinnum oman fyri 30 ár

Tað er niðurstøðan í einari stórarri kanning, sum avstralskir granskarar hava gjørt. Granskararnir, sum arbeiða á lærda háskúlanum í Queensland, siga í niðurstøðuni, at tað er alt, sum bendir á, at um allar kvinnur í 40'árunum og eldri høvdu rørt seg regluliga, hevði tað bjargað

næstan 3.000 mannalívum um árið. Og hetta talið umfatar bara Avstralia. Granskararnir hava hildið eygað við heilsuni hjá meiri enn 30.000 kvinnum, sum eru føddar í 1930'unum, 1950'unum og í 1980'unum.

Í niðurstøðuni skriva granskararnir millum ann-

að, at hjá kvinnum niðan fyri 30 ár er roykingin tann størsti trupulleikin, men so hvørt sum kvinnurnar eldast, og fleiri leggja av at roykja, er vantandi rørsla tann stórsta orsøkin til, at kvinnur fáa hjartasjúkur, sigur BBC, sum hevur hugt í frágreiðingina.



Mynd Dávur Winther