



**Širdies ir kraujagyslių ligomis sergančių pacientų draugija**  
Įm. kodas 305627885, Buveinės adresas: Pušyno g.42, LT-45185 Kaunas  
Tel. +370 68631339, el.p. [draugijasirdis@gmail.com](mailto:draugijasirdis@gmail.com)  
a.s. SEB bankas Nr. LT 217044090101046025  
[www.sveikasirdis.com](http://www.sveikasirdis.com)

## **METINIS PRANEŠIMAS** **Prie 2024 m. metinės ataskaitos**

2025-01-28

Kaunas

### **I. Draugijos veiklos tikslai ir uždaviniai**

Širdies ir kraujagyslių ligomis sergančių pacientų draugija SVEIKA ŠIRDIS buvo įsteigta 2020 metų rugsėjo 22 d. Kaune. Draugija įvairiomis formomis ir metodais siekia šviesti visuomenę širdies ir kraujagyslių ligų rizikos veiksnių, jų valdymo, prevencijos bei sveikos gyvensenos klausimais; taip pat atstovauti bendriesiems Draugijos narių interesams santykiuose su visomis valstybinės valdžios, taip pat savivaldybių institucijomis Lietuvos Respublikoje; skatinti draugijos *Sveika širdis* ir Lietuvos Respublikos medicinos institucijų, giminingų tarptautinių organizacijų, kitų įstaigų bendradarbiavimą, sprendžiant problemas, susijusias su pacientų medicininio švietimu, aprūpinimu medikamentais, gydymu, psichologine ir socialine adaptacija, pan.

### **II. Atlikti darbai**

2024 metų pavasarį įgyvendintas draugijos **projektas** „ŠKL IR LĖTINIŲ NEINFEKCINIŲ LIGŲ PREVENCIJA“. Tarpininkaujant miesto seniūnijoms, buvo organizuoti renginiai Kauno m. V. Kudirkos viešosios bibliotekos padaliniuose, Panemunės bendruomenės centre, kt. Projektą parėmė įmonė Mediochemie.

**Projekto tikslas:** šviesti visuomenės narius informuojant juos apie galimybes užkirsti kelią širdies problemoms, kitoms lėtinėms neinfekcinėms ligoms, o susirgus, kaip valdyti ligą, jos padarinius, kaip užsitikrinti kuo ilgesnį visavertį gyvenimą. Vykdam draugijos projektą, organizavome paskaitų ciklus miesto bendruomenei įvairiose Kauno vietose, kurių metu lektoriai medikai - kardiologas **prof. Rimvydas Šlapikas** ir mokslininkas **dr.**

**Kristupas Žegunis** skaitė paskaitas ir atsakinėjo į klausytojų klausimus.

Renginiuose dalyvavo virš 120 klausytojų.

Projekto renginių kalendorius:

Kovo 13 d. – Šančių seniūnija, Šančių biblioteka;

Balandžio 9 d. – Žaliakalnio seniūnija, LASS Kauno padalinys;

Balandžio 17 d. – Eigulių seniūnija, Parko biblioteka;

Balandžio 24 d. – Šilainių seniūnija, Šilainių biblioteka;

Gegužės 7 d. – Panemunės seniūnija, Panemunės bendruomenės centras;

Gegužės 14 d. – Centro seniūnija, V. Kudirkos biblioteka, Meno ir muzikos skyrius.

Ligų prevencijos projektą pacientams pristatė draugijos pirmininkė Rasa Šemiotienė.

Rudenį, nuo rugsėjo iki gruodžio, buvo vykdomas kitas draugijos projektas „**3 D: dislipidemija, diabetas ir hormonų disbalansas**“. Parengiamasis darbas truko jau nuo pavasario – kreipėmės dėl finansinės paramos į įmones, buvo kuriama paskaitų programa ir tvarkaraštis, renginių skelbimai, telkiami dalyviai, perduodant informaciją e-paštu ir telefonu bei per socialines medijas (Facebook). Derinome susitikimų vietą ir laiką, kad kuo didesnė miesto bendruomenės dalis turėtų galimybę išklausti specialistų pranešimus.

Projekto **3 D** tikslas - organizuoti šviečiamąją programą, kuri leistų pacientams daugiau sužinoti apie padidėjusio cholesterolio, 1 ir 2 tipo cukrinio diabeto bei endokrininės sistemos sutrikimo grėsmes. Projekto renginiai vyko Kauno mieste, šešiose vietose – V.Kudirkos viešosios bibliotekos padaliniuose, seniūnijose ir Panemunės bendruomenės centre. Projektas įtraukė tokias priemones:

1. **Nuotolinė vaizdo konferencija „3 D“ (rugsėjo 26 d.)**, kurioje pranešimus skaitė Vilniaus Santaros klinikų ir Kauno klinikų gydytojai kardiologai, endokrinologai: prof. J. Badarienė, med. m. dr. D. Šimonienė, gyd. G. Stanienė. Pabaigoje renginio klausytojai prelegentėms pateikė klausimų.
2. **Paskaitos** projekto tematika 6-iose Kauno m. viešose vietose draugijos nariams ir visuomenei, kurias skaitė medikai kardiologai, reabilitologai ir Teritorinių ligonių kasų specialistai.
3. Išleistas **lankstinukas** projekto temomis, dalijamas renginių metu ir medicinos įstaigose.
4. Projekto medžiaga patalpinta į internetinę draugijos svetainę [www.sveikasirdis.com](http://www.sveikasirdis.com).
5. Renginiuose dalyvavo per 140 žmonių, buvo vykdoma jų apklausa.
6. Informacija buvo viešinama per socialines medijas ir skelbimuose vietose bei elektroniniu paštu.

Projektą įgyvendinome suteikus finansinę paramą tokioms įmonėms, kaip AMGEN ir SERVIER PHARMA, už ką esame nepaprastai dėkingi. Gautas iš rėmėjų lėšas panaudojome pagal iš anksto numatytą ir mūsų prašyme (2024-05-22) nurodytą išlaidų planą projekto tikslams įgyvendinti.

	Paskaitos pavadinimas	Vieta, data, laikas
1.	“DAR KARTĄ APIE DISLIPIDEMIJĄ IR CUKRINĮ DIABETĄ” (Gdyt. G. Stanienė)	Šančių biblioteka Spalio 22 d. 17 val.
2.	“KĄ ŽINOME APIE DISLIPIDEMIJĄ IR CUKRINĮ DIABETĄ” (prof. R. Šlapikas)	Aleksoto seniūnija spalio 23 d. 17 val.
3.	„PRIVALOMOJO SVEIKATOS DRAUDIMO GARANTIJOS SERGANTIEMS CUKRINIŲ DIABETU“ (KTL kasos Gyventojų aptarnavimo skyriaus vedėja Rasa Valinskaitė-Barščevičienė).	V.Kudirkos Centro biblioteka lapkričio 13 d. 18 val.
4.	“KAIP GYVENTI SVEIKAI IR JAUSTIS LAIMINGAM” (gydyt. A. Keizeris)	Parko biblioteka Lapkričio 20 d. 17 val.
5.	“DAR KARTĄ APIE DISLIPIDEMIJĄ IR CUKRINĮ DIABETĄ” (prof. R. Šlapikas)	Šilainių biblioteka Gruodžio 4 d. 16 val.
6.	“KAIP GYVENTI SVEIKAI IR JAUSTIS LAIMINGAM” (gydyt. A. Keizeris)	Panemunės bendruomenės centras Gruodžio 5 d. 18 val.

Esame tikri, kad tokie projektai, kai perteikiama svarbi informacija, vyksta tiesioginis bendravimas su medicinos specialistais, gali pagelbėti pacientams rūpintis savo sveikata, išvengti rimtų ligos padarinių.

Kasmet Registrų centrui rengiamos ir teikiamos draugijos veiklos ataskaitos, kuriami veiklos plėtojimo planai. Prieš pateikiant metinę ataskaitą Registrų centrui, ji yra tvirtinama pacientų draugijos Sveika širdis **ataskaitiniame susirinkime**, kuris įvyko kovo 28 dieną. Renginys vyko Google Meet platformoje, kvorumas buvo. Draugijos pirmininkė pristatė *metinę draugijos veiklos ataskaitą* už 2023 metus, kuri, kaip ir draugijos Revizoriaus ataskaita, susirinkime buvo patvirtinta bei draugijos nariai supažindinti su kitų (2024) metų priemonių planu, veiklos perspektyvomis.

Rugsėjo 20 d. buvo sušauktas **ataskaitinis - rinkiminis Draugijos susirinkimas** Google Meet platformoje, kadangi praėjus 4-iems veiklos metams, baigėsi draugijos pirmininkės kadencija. Rasa Šemiotienė pristatė draugijos ir savo veiklos ataskaitą už ketverius metus, pasidalijo planais ateičiai bei pakvietė rinkti ir balsuoti už naują Draugijos pirmininką. Buvo iškelta ta pati R.Šemiotienės kandidatūra, kuriai nuotolinio susirinkimo metu

pritarė ir vienbalsiai balsavo „už“ draugijos nariai, išreiškė savo sprendimą telefonu bei nuotolinės rašytinės procedūros būdu. Kворumas buvo. Kitų kandidatų iškelta ar pasiūlyta nebuvo. Revizorius neperrenkamas. (*Visuotinio draugijos narių susirinkimo Protokolas Nr.6, 2024-09-20*).

Draugijos pirmininkė R. Šemiotienė nuolat dalyvauja tarptautinių pacientų organizacijų veikloje – seminaruose, kur yra aptariamos aktualios pacientams temos ir problemos. 2024 m. kovo 7 d. vyko **FH Europe Foundation** webinaras „Make it or Break it“ (skirtas retoms ligoms ir šeiminei hipercholesterolemijai).

Kovo 13 d. Pasaulinis širdies aljansas (**GHH**) organizavo seminarą „Mental Health and Wellness while Living with Cardiovascular Disease“. Rugsėjo 19 d. R.Šemiotienė taip pat dalyvavo GHH seminare „A Patient’s Guide to Shared Decision- Making for Heart Valve Disease“. Gruodžio 10 d. dalyvavo webinare „Introduction to Fund-raising.“ Spalio 21 d. pirmininkė dalyvavo nuotoliniame seminare IFPA PICO system (apie elektroninį pakuotės lapelį).

### **III. Ateinančių finansinių metų veiklos tikslai, uždaviniai ir planuojami atlikti darbai**

2025-ais finansiniais metais Draugija planuoja ir toliau šviesti visuomenę širdies ir kraujagyslių ligų rizikos veiksnių, jų valdymo, prevencijos bei sveikos gyvensenos klausimais; atstovauti Draugijos narių interesams santykiuose su visomis valstybinės valdžios, valdymo, taip pat savivaldybių institucijomis Lietuvos Respublikoje; plėtoti Draugijos narių ir Lietuvos Respublikos institucijų, giminingų tarptautinių organizacijų, medicinos, mokslo ir kitų įstaigų bendradarbiavimą, taip pat gilintis į problemas, susijusias su pacientų aprūpinimu medikamentais, gydymu, psichologine ir socialine adaptacija bei reabilitacijomis; reklamuoti ar kitaip propaguoti Draugijos veiklą ir jos tikslus; gauti paramą (piniginių lėšų, bet kokio kito turto, suteiktų prekių ar paslaugų ir pan.) iš Lietuvos Respublikos ar užsienio valstybių fizinių ar juridinių asmenų, paramos ar labdaros fondų, projekto lėšų ir kitų organizacijų, kurios turi teisę suteikti paramą, Draugijos veiklos vykdymui.

#### **Planuojami darbai:**

1. 2025 metų pavasarį ir rudenį planuojame vykdyti projektą „MOBILUS PACIENTŲ KLUBAS – NORIU PASITARTI“. Projekto **tikslas** – šviesti ŠKL pacientus bei visuomenę kardiologinių susirgimų bei jų prevencijos tematika ir motyvuoti dalyvius gyventi sveikai ir aktyviai.

Projekto **turinys** – organizuoti pacientų susitikimus įvairiose Kauno m. V. Kudirkos viešosios bibliotekos padaliniuose ir kitose tinkamose viešose erdvėse, kurių metu vyktų pokalbiai prie apskrito stalo tarp pacientų ir gydytojų kardiologų. Planuojama suskirstyti dalyvius į grupes pagal ligos pobūdį (pacientai po miokardo infarkto, su aukštu kraujospūdžiu, padidėjusiu MTL cholesteroliu, prieširdžiu virpėjimu ir sutrikusiu širdies ritmu, širdies nepakankamumu, turinčius implantuotus stentus, stimulatorius, kt.). Renginio dalyviai galės pasidalinti savo, kaip ligonių, patirtimi, motyvuoti vienas kitą optimistiškai žvelgti į gyvenimą, o dalyvaujantys medicinos specialistai pakonsultuos, atsakys į pacientams rūpimus klausimus. Vieno susitikimo trukmė – 1,5 – 2 valandos (iš viso vyks 5-6 susitikimai). Renginių metu bus galima pasimatuoti kraujospūdį, prisiminti leistinas kraujo spaudimo pagal amžių, gliukozės kraujyje, cholesterolio ribas (bus parengtos skrajutės su lentelėmis).

Vykdytų apklausų metu paaiškėjo, kad ŠKL pacientams kyla daug neaiškumų dėl ligos eigos, reabilitacijos, dėl ligos išylančių problemų buityje, medikamentų vartojimo tvarkos. Todėl toks „mobilus klubas“ sudarytų galimybę betarpiškai pabendrauti ir gauti atsakymus, rekomendacijas ar paskatinimą kaip prisitaikyti prie ligos, išmokti gyventi su ja, neprarasti optimizmo.

2. Rugsėjo 25 d. organizuosime nuotolinę konferenciją, skirtą **Pasaulinei širdies dienai** paminėti. Kviesime medikus kardiologus pristatyti naujus gydymo metodus ŠKL srityje, taip pat kalbėsime apie naujus LR Sveikatos ministerijos priimtus nutarimus ir įstatymus, liečiančius sveikatos apsaugą bei gydymo paslaugų prieinamumą Lietuvoje.

3. Gruodžio mėn. - Adventinis renginys - vakaronė „Dainuok, širdie, gyvenimą“ (drauge su Panemunės bendruomenės centru), pagal atskirą programą.

Numatome ir toliau kviesti žmones, kurie domisi sveika gyvensena bei ŠKL prevencija, tapti draugijos nariais. Aktyviai dalyvauti europinių ir pasaulinių ŠKL, diabeto ir susijusių pacientų organizacijų veikloje, siekiant išspręsti Draugijos nariams išskylančias problemas bei viešinant Lietuvos vardą. Plėtoti aktyvias į pacientus nukreiptas veiklas, renginius, ieškoti galimybių dalyvauti projektuose dėl ŠKL pacientų gyvenimo kokybės gerinimo. Ieškoti rėmėjų draugijos veiklai palaikyti. Vykdyti projektų sklaidą bei Draugijos narių apklausas sveikatos klausimais. Parengti veiklos ataskaitą.

#### **IV. Draugijos narių skaičius finansinių metų pabaigoje ir praėjusių finansinių metų pabaigoje**

Narių skaičius finansinių metų pabaigoje – 165, o praėjusių finansinių metų pabaigoje - 134.

#### **V. Kita informacija**

2024 m. draugija samdomų darbuotojų neturėjo.

ŠKL pacientų draugijos SVEIKA ŠIRDIS pirmininkė

**Rasa Šemiotienė**