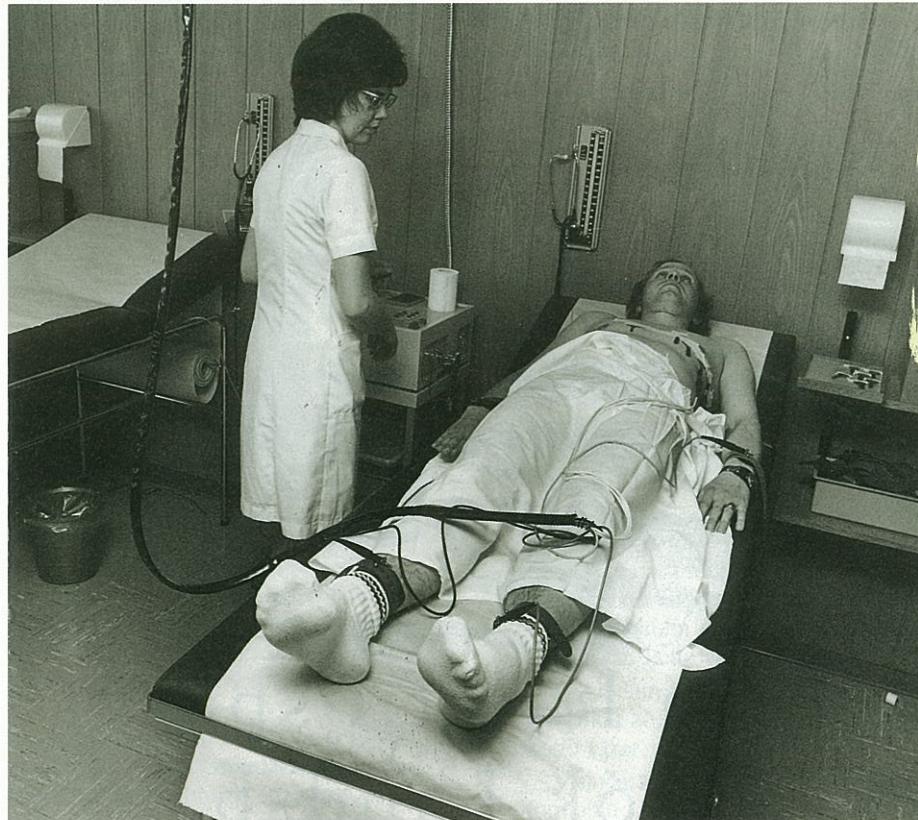


HJARTAVERND



26. ÁRGANGUR
1. TÖLUBLAÐ JÚNÍ 1989

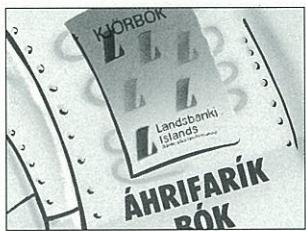


RANNSÓKNIR ERU GRUNDVÖLLUR FORVARNA

Skráning kransæðastíflu – Varnir gegn æðakölkun – Endurhæfing hjartasjúkra



...kjörin leið til sparnaðar er Kjörbók Landsbankans



Betri, einfaldari og öruggari leið til ávöxtunar sparifjár er vandfundin. Háir grunnvextir og verðtryggingarákvæði tryggja góða ávöxtun. Að auki koma afturvirkar vaxtahækkanir eftir 16 og 24 mánuði. Samt er innstæða Kjörbókar alltaf laus.

**Landsbanki
Íslands**
Banki allra landsmanna

HJARTAVERND



26. ÁRGANGUR
1. TÖLUBLAÐ JÚNÍ 1989

Útgefandi:

Hjartavernd, Landssamtök hjarta- og æðaverndarfélaga á Íslandi.

Ritstjórn:

Snorri P. Snorrason, Nikulás Sigfússon, Stefán Júlíusson, Guðmundur Þorgeirsson og Þórður Harðarson.

Afgreiðsla blaðsins:

Skrifstofa Hjartaverndar, Lágmúla 9, 3. hæð – Sími 83755

Setning, umbrot, filmuvinnna og prentun:

Svansprent hf.

Kápa: Auglýsingastofan hf. Gísli B. Björnsson, Lágmúla 5.

EFNI:

Nýskipan í stjórnarháttun	1
Skráning bráðrar kransæðastíflu	3
Inga Ingibjörg Guðmundsd.	3
Æðakölkun og varnir gegn henni	6
Uggi Agnarsson	6
Árskýrlsa Rannsóknarstöðvar	9
Nikulás Sigfússon	9
Fréttir og pistlar	2,8,13,14,15

Nýskipan í stjórnarháttum og framkvæmdatilhögun Hjartaverndar

Á síðastliðnu ári fóru fram í framkvæmdastjórn Hjartaverndar miklar umræður um skipulagsmál, stjórnarhætti og framkvæmdatilhögun á málefnum samtaka og rannsóknarstöðvar. Segja má að upphaf þessara umræðna hafi verið tillaga formanns um breytta skipan úrvinnslustjórnar sem nú heitir rannsóknarstjórn. Lagði formaður til að í rannsóknarstjórn skyldu vera 5 menn í stað 3 áður. Þessi tillaga var rædd á nokkrum fundum og síðan samþykkt. Í rannsóknarstjórnina voru kosnar þessir 5 læknar: Davíð Davíðsson, Guðmundur Þorgeirsson, Gunnar Sigurðsson, Nikulás Sigfússon og Uggi Agnarsson. Formaður er Guðmundur Þorgeirsson.

Í umræðum um rannsóknarstjórnina kom til tals að ef til vill væri tímabært og æskilegt að kjósa sérstakt vísindaráð sem yrði rannsóknarstjórn og framkvæmdastjórn til halds og trausts, setti fram hugmyndir og legði til hvernig haga skyldi rannsóknum og vinnu úr þeim. Það var Guðmundur Þorgeirsson sem fyrst impræði á þessu á einum fundinum en formaður tók fljótegla undir þetta og lagði til að Guðmundi yrði falið að koma fram með ákvæðnar ábendingar í þessum efnum. Var það samþykkt.

Guðmundur lagði á næsta fundi fram eins konar skipurit um stjórnarhætti og framkvæmdatilhögun en lagði þó áherslu á að hér væri aðeins um ábendingar að ræða, alls ekki fastmótaðar tilögur. Skipurit Guðmundar er þannig uppyggjt að efst er að sjálfsgöðu 15 manna aðalstjórn Hjartaverndar (og 5 til vara), þá 5 manna framkvæmdastjórn, ásamt tveimur varamönnum. Þá koma 5 nefndir eða stjórnir, kosnar af framkvæmdastjórn, ein

sem áður var, þ.e. rannsóknarstjórn, en fjórar nýjar. Þær eru vísindaráð, stjórn rannsóknar- og leitarstöðvar, stjórn rannsóknarstofu, stjórn upplýsinga- og útgáfu.

Í tillögum Guðmundar og umræðum um þær kom rekilega fram að rannsóknarstjórn væri þýðingarmest af undirnefndum framkvæmdastjórnar. Þar færir fram það starf sem mestu ætti að skila í rannsóknar- og fræðslumálefnum. Því væri eðlilegt og sjálf sagt að í hinum 4 nefndunum ætti einn fulltrúi úr rannsóknarstjórn sæti. Þetta var samþykkt.

Á fundum framkvæmdastjórnar í febrúar síðastliðnum var samþykkt að kjósa þessar nefndir til þriggja ára og jafnframt var kosið í þær.

Vísindaráð skipa þessir menn: Þórður Harðarson prófessor, formaður, Atli Dagbjartsson læknir, Árni Kristinsson yfirlæknir, Gestur Þorgeirsson læknir, Guðmundur Þorgeirsson yfirlæknir, Jón Sigurðsson framkvæmdastjóri, Laufey Steingrimsdóttir næringarfræðingur, Sigmundur Guðbjarnason háskólastecktor, Vilhjálmur Rafnsson yfirlæknir og Pórólfur Pórlindsson félagsfræðingur.

Stjórn rannsóknar- og leitarstöðvar skipa: Nikulás Sigfússon yfirlæknir, formaður, Hrafn Tulinius prófessor og Uggi Agnarsson læknir.

Stjórn rannsóknarstofu skipa: Davíð Davíðsson prófessor, formaður, Nikulás Sigfússon yfirlæknir og Þorsteinn Þorsteinsson lífefnafræðingur.

Upplýsinga- og útgáfustjórn skipa: Stefán Júlíusson formaður, Ulli Agnarsson læknir og Þorsteinn Blöndal yfirlæknir.

Pegar Guðmundur Þorgeirsson lagði fram tillögur sínar fylgdi frá hans hendi þessi greinargerð um 3 nefndirnar:

Vísindaráð. Hlutverk þess er ráðgjöf til handa framkvæmdastjórn og rannsóknarstjórn Hjartaverndar. Sérstaklega er því ætlað að fjalla á breiðum grundvelli um faraldsfræðilegar rannsóknir, setja fram hugmyndir um ný verkefni fyrir Rannsóknarstöð Hjartaverndar, nýjar spurningar og gera tillögur um úrvinnslu gagna.

Stjórn Rannsóknarstofu er skipuð 3 mönnum og er einn þeirra

forstöðumaður rannsóknarstofunnar. Einn stjórnarmanna á sæti í rannsóknarstjórn Hjartaverndar. Hlutverk stjórnarinnar er yfirumsjón með rekstri rannsóknarstofunnar. Hún gerir tillögur til framkvæmdastjórnar um tækjakaup, ráðningu starfsmanna og gerir fjárhagsáætlun fyrir hvert ár. Hún ber ábyrgð á gæðaeftirliti og annast „hreinsun“ og frágang mælinganiðurstaðna.

Stjórn upplýsingamiðlunar og útgáfustarfsemi er skipuð 3 mönnum og á einn þeirra sæti í rannsóknarstjórn Hjartaverndar. Hún skipuleggur í samráði við framkvæmdastjórn kynningar- og fræðslustarf samtakanna og annast útgáfustarfsemi fyrir almennинг. Sérstök áhersla er lögð á kynningu á gögnum og rannsóknarniðurstöðum Hjartaverndar.

Frá Hjarta- og æðaverndarfélagi Akureyrar:

Skýrsla til stjórnar Hjartaverndar

Aðalfundur Hjarta- og æðaverndarfélags Akureyrar var haldinn laugardaginn 26/11'88 í Mánasal Sjallans á Akureyri. Virkni í féluginu undanfarin misseri hefur ekki verið mikil og ljóst að þar yrði að verða bragarbót á. Féluginu var kosin ný stjórn og sitja hana Gunnlaugur Jóhannsson, rafvirki, formaður, Friðrik E. Yngvason, læknir, ritari, Kristín Sigfúsdóttir, hússtjórnarkennari, gjaldkeri, Ingvar Þóroddsson, læknir, meðstjórnandi og Jón Pór Sverrisson, læknir, meðstjórnandi. Í varastjórn voru kosin Sigríður Jónsdóttir, hjúkrunarfræðingur, og Skúli Flosason, húsvörður.

Á fundinum var ákveðið að breyta nafni félagsins í Hjarta- og æðaverndarfélag Akureyrar og nágrennis og ákveðið að efla mjög starfið á Akureyri og teygja það til nágrannabyggðalaganna.

Í anda þessa var almennur fundur strax að loknum aðalfundi og sóttu þann fund 43 fundargestir. Fundurstjóri var Ragnar Steinbergsson, hæstaréttarlögmaður. Fundarefnini var kynning á hjarta- og æðasjúkdómum og talaði þar Jón Pór Sverrisson, hjartasérfræðingur, um nýjungrar í meðferð kransæðasjúkdóma og síðar á fundinum um háar blóðfitur og kransæðasjúkdóma. Friðrik E. Yngvason, lungnasérfræðingur, flutti erindi sem nefndist „Hvers vegna reykja menn gegn betri vitund?“. Kristín Sigfúsdóttir, hússtjórnarkennari, talaði um viðhorf til matarædis og manneldis. Að lokum rætti Porkell Guðbrandsson, yfirlæknir, dr. med., um rannsóknir á hjarta- og æðasjúkdómum á Akureyri. Nokkrar umræður og fyrirspurnir urðu um fundarefni. Allmargir nýir félagar skráðu sig á fundinum. Það er ætlan Hjarta- og æðaverndarfélags Akureyri og nágrennis að þetta verði upphaf sóknar á félagssvæðinu, félagatala verði stóraukin og markmiðum félagsins fylgt harðar fram en verið hefur.

Akureyri, 15. mars 1989

Gunnlaugur Jóhannsson, formaður.
Friðrik E. Yngvason, ritari.

Skráning bráðrar kransæðastíflu

Monica-rannsókn Hjartaverndar á Íslandi



Alþjóðaheilbrigðisstofnunin (WHO) hóf árið 1979 undirbúning að fjölbjóðlegri rannsókn á orsökum breytinga á tíðni hjarta- og æðasjúkdóma og var henni gefið nafnið MONICA sem er dregið af lykilorðum rannsóknarinnar, "Monitoring of trends and determinants in cardiovascular diseases".

Arið 1981 fór landlæknir þess á leit við Rannsóknarstöð Hjartaverndar að kanna möguleika á samvinnu við Alþjóðaheilbrigðisstofnunina um þetta verkefni og hóf Hjartavernd undirbúning að henni í maí 1982. Pessi fjölbjóðaskráning fer fram samtímis á 39 stöðum í 27 löndum í Evrópu, Norður-Ameríku, Asíu, Ástralíu og Nýja Sjálandi.

Markmið rannsóknarinnar er að skýra orsakir breytinga á tíðni hjarta- og æðasjúkdóma innan sérhvers rannsóknarsvæðis með því að kanna áhættuþætti og meðferð sjúkdómsins. Einnig gefur rannsóknin tilefni til landfræðilegs samanburðar þar sem svæðin eru mörg afar ólík mannfræði- og menningarlega. Rannsóknartímabilið er 10 ár og spannar skráningin allt landið og íbúa þess á aldrinum 25-74 ára.

Allir samstarfsaðilar MONICA WHO rannsóknarinnar byggja rannsóknir sínar og niðurstöður á eftirtöldum heimildum:

1. Opinberum mannfjöldaskýrslum.
2. Rannsókn á tilfellum lifandi og látt-

inna skráðum með kransæðastíflu (ICD* 410 og 411), dánarvottorðum (ICD 410-414) og krufningaskýrslum samkvæmt skilmerkjum MONICA-rannsóknarinnar.

3. Skráningu á neyðarþjónustu og meðferð bráðrar kransæðastíflu á sjúkrahúsum í upphafi og við lok rannsóknarinnar.
4. Premur úrtakskönnunum á áhættuþáttum kransæðastíflu þ.e. blóðþrýstingi, reykingum og blóðfitu, við upphaf aðalrannsóknar, á miðju tímabili og í lokin.

Niðurstöður fjögurra ára liggja þegar fyrir úr skráningunni um tíðni bráðrar kransæðastíflu (coronary event register study), fyrri bráðarþjónustuskráningunni (acute care of coronary events) og fyrstu áhættuþáttakönnuninni (population risk factors survey).

RANNSÓKNARAÐFERÐ

Allt Ísland er vettvangur MONICA-rannsóknarinnar en jafnframt er landinu skipt upp í þrjú svæði til að fá samanburð á milli dreifbýlis og þéttbýlis.

Svæðin eru aðgreind í (01) Reykjavík, (02) Árnessýslu ásamt Selfossi og (03) allt landið að frádregnum tveimur fyrri svæðunum.

Skráning og öflun upplýsinga fer í

öllu eftir ströngum skilmerkjum sem MONICA WHO Manual of Operation (1) setur öllum þátttökuaðilum að fara eftir og er að finna í MONICA handbók Hjartaverndar (2).

Pjálfun og eftirlit með að kröfum MONICA WHO við skráningu sé framfylgt er í höndum The Cardiovascular Epidemiology Unit, Ninewells Hospital and Medical School í Dundee í Skotlandi. Kennslu og pjálfun í úlestri hjartalínurita sér The Hungarian Institute of Cardiology í Budapest um og eftirlit með gæðakröfum við rannsóknir á blóðsýnum fer fram við The WHO Collaborating Lipid Reference Centre í Prag.

Heimildir skráðra tilfella kransæðastíflu og bráðameðferðar á sjúkrahúsum eru samræmd tölvuskrá sjúkrahúsa á landinu öllu skv. ICD-9 alþjóðaskráningu sjúkdóma, dánarvottorð og krufningaskýrslur. Rakið er ferli hvers tilfellis frá því að fyrstu einkenni koma í ljós allt til útskriftar og skráð ópersónubundið á sérstök þar til gerð eyðublöð. Farið er á öll sjúkrahús landsins til gagnasöfnunar. Við skyndidauða utan sjúkrahúsa er auk þess aflað upplýsinga hjá aðstandendum og lækni er annaðist viðkomandi síðast.

Hér á landi munu allir, sem greindir eru með bráða kransæðastíflu, lagðir inn á sjúkrahús til meðferðar og byggir MONICA-rannsóknin á heimildum um

* Alþjóðleg dánarmeinaskrá 9. útgáfa.

meðferð þeirra. Til að tryggja að upplýsingar um bráða kransæðastíflu við skyndidauða utan sjúkrahúsa skráist eru öll dánarvottorð yfirfarin.

Öll tilfelli bráðrar kransæðastíflu lifandi og látinna eru flokkuð í MONICA greiningarstig (MS) ("MONICA diagnostic categories") eftir sérstökum skilmerkjum. Til að ákvárd MS er fyrir hvert skráð tilfelli aflað upplýsinga um bráð einkenni, niðurstöður mælinga hjartaensíma, breytingar í hjartalínuritum (Minnesota code*) og krufninganiðurstöður. Pessi flokkun (MS) er eftirfarandi:

- 1 = bráð kransæðastífla staðfest með dæmigerðri sögu einkenna, ensímmælingum, úlestri hjartalínurita og við dauða einnig með krufninganiðurstöðum
 - 2 = hugsanleg bráð kransæðastífla eða hjartadauði byggð á sömu skilmerkjum og 1, en ekki eins ákveðnum ensím- og hjartalínuritsbreytingum
 - 3 = hjartastopp með árangursríki endurlífgun þar sem skilmerkjum 1 og 2 er ekki fullnægt
 - 4 = hvorki bráð kransæðastífla né hjartadauði
 - 9 = ófullnægjandi upplýsingar
- *Alþjóðleg skráningarskilmerki fyrir hjartalínuritsbreytingar.

NIÐURSTÖÐUR OG SAMANBURÐUR ÁRANNA 1981 - 1984.

Safnað hefur verið heimildum og unnið úr upplýsingum fjögurra ára um bráða kransæðastíflu (3). Skráð tilfelli skv. MONICA skilmerkjum (MS) 1, 2, 3, 4 og 9 fyrir árin 1981-1984 eru eftirfarandi (Tafla 1, 2, 3 og 4):

Dánartölum karla og kvenna á aldrinum 25-27 ára skv. MONICA skilmerkjum (MS) 1, 2, 3, og 9 tölum frá Hagstofu Íslands ber ve saman (Tafla 2). Aftur á móti ef aðeins eru tekin með MONICA skilmerki 1 og 2, þ.e. staðfest eða hugsanleg bráð kransæðastífla, þá fækkar MONICA tilfellunum, þar sem inni í hinum skilmerkjunum eru ófullnægjandi upplýsingar sem þá einnig eru í tölu Hagstofu Íslands.

Eins og fyrr greinir frá er einn megin tilgangur MONICA-rannsóknarinnar að kanna tíðni bráðrar kransæðastíflu óháð hvort um fyrsta eða endurtekið tilfelli er að ræða, en 28 dagar verða að

líða á milli tilfella skv. skilmerkjum MONICA WHO. Sögu og upplýsingum um fyrrí kransæðastíflu er því einnig safnað og sýnir eftirfarandi tafla fjölda og hlutfall fyrsta og endurtekins tilfellis þeirra sem fullnægjandi heimildir eru til um skv. MONICA skilmerkjum. Tafla 3.

MONICA-rannsókn Hjartaverndar er um það bil hálfnuð og eins og fyrr er greint frá liggja fyrir niðurstöður fjögurra ára um bráða kransæðastíflu, en vinna við skráningu tveggja ára til viðbótar er vel á veg komin. Einnig er lok-íd fyrrí bráðapjónustuskráningunni og fyrstu áhættuþáttakönnuninni og verið

TAFLA 1.

Tala og hlutfall (%) lifandi og látinna 25-74 ára karla og kvenna úr kransæðastíflu á Íslandi skv. skilmerkjum MONICA RANN-SÓKNAR WHO árið 1981-1984

	lifandi						dánir					
	alls	%	ka	ko	alls	%	ka	ko				
Ákveðin kransæðastífla	(1)	226	62	178	48	102	40	73	29			
Hugsanleg kransæðastífla	(2)	90	25	59	31	130	52	111	19			
Hjartastopp með												
árangursríki endurlífgun	(3)	1	0	1	0	0	0	0	0			
Ekki bráð kransæðastífla	(4)	46	13	35	11	8	3	4	4			
Ófullnægjandi upplýsingar	(9)	0	0	0	0	13	5	10	3			
Samtals		363	100	273	90	253	100	198	55			

	lifandi						dánir					
	alls	%	ka	ko	alls	%	ka	ko				
Ákveðin kransæðastífla	(1)	254	64	188	66	86	38	67	19			
Hugsanleg kransæðastífla	(2)	70	18	50	20	110	48	84	26			
Hjartastopp með												
árangursríki endurlífgun	(3)	5	1	5	0	0	0	0	0			
Ekki bráð kransæðastífla	(4)	68	17	47	21	27	12	17	10			
Ófullnægjandi upplýsingar	(9)	0	0	0	0	5	2	5	0			
Samtals		397	100	290	107	228	100	173	55			

	lifandi						dánir					
	alls	%	ka	ko	alls	%	ka	ko				
Ákveðin kransæðastífla	(1)	211	66	167	44	67	28	55	12			
Hugsanleg kransæðastífla	(2)	50	16	36	14	135	58	112	23			
Hjartastopp með												
árangursríki endurlífgun	(3)	5	1	5	0	0	0	0	0			
Ekki bráð kransæðastífla	(4)	54	17	37	17	16	7	11	5			
Ófullnægjandi upplýsingar	(9)	0	0	0	0	16	7	13	3			
Samtals		320	100	245	75	234	100	191	43			

	lifandi						dánir					
	alls	%	ka	ko	alls	%	ka	ko				
Ákveðin kransæðastífla	(1)	250	69	193	57	80	36	62	18			
Hugsanleg kransæðastífla	(2)	65	18	49	16	121	54	97	24			
Hjartastopp með												
árangursríki endurlífgun	(3)	5	1	4	1	0	0	0	0			
Ekki bráð kransæðastífla	(4)	42	12	27	15	7	3	6	1			
Ófullnægjandi upplýsingar	(9)	0	0	0	0	17	7	13	4			
Samtals		362	100	273	89	225	100	178	47			

TAFLA 2

Tala kransæðastíflutilfella lifandi og látinna karla og kvenna 25-74 ára skv. (MS) MONICA skilmerkjum samanborið við opinberar tölur og hlutfall % krufninga.

	MO MS 1.2.3.9			MO MS 1.2.			Hagstofa ICD 410-414				
Ár	alls	dánir	krufn	%	alls	dánir	krufn	%	dánir	krufn	%
1981	562	245	128	52	548	232	128	55	246	128	52
1982	530	201	93	46	520	196	93	47	211	93	44
1983	484	218	101	46	463	202	101	50	226	101	45
1984	538	218	89	41	516	201	89	44	220	89	40

TAFLA 3

Fyrsta eða endurtekið tilfelli kransæðastíflu kvenna og karla 25-74 ára í MONICA RANNSÓKN HJARTAVERNDAR 1981-84 með fullnægjandi heimildir skv. MONICA-skilmerkjum.

Ár	alls	fyrsta tillf.	%	endurt. tillf.	%
1981	520	329	63	191	37
1982	512	351	69	161	31
1983	452	294	65	158	35
1984	520	341	66	179	34

að vinna að þeiri næstu. Mikil vinna er eftir við tölvusetningu og úrvinnslu gagna úr öllum þrem þáttum þessarar viðamiklu rannsóknar sem verður fram haldið svo hratt sem aðstæður Rannsóknarstöðvar Hjartaverndar leyfa.

Heimildir:

1. World Health Organisation: MONICA Manual, Version 1.1, Genf 1986.
2. Rannsóknarstöð Hjartaverndar: MONICA PROJECT, ICELAND, Manual of Operation, Nikulás Sigfússon, Inga Ingibjörg Guðmundsdóttir, Reykjavík 1985.
3. Rannsóknarstöð Hjartaverndar: MONICA ICELAND STUDY 1981-1984, Nikulás Sigfússon, Inga Ingibjörg Guðmundsdóttir, Ingibjörg Stefánsdóttir, Helgi Sigvaldason, Reykjavík 1989.

Rannsóknarstöð Hjartaverndar 10. mars 1989.

The advertisement features a large, stylized sunburst mouth at the top right, with a woman in the foreground eating cereal from a bowl. To the left is a box of Cheerios cereal. The text reads:

Cheerios®
Sólargeisli
i hverri skeið

GENERAL MILLS

CHEERIOS

FREE

NATHAN & OLSEN HF.

ARGUS

Uggi Agnarsson læknir:

Æðakölkun og varnir gegn henni



Langvinnir sjúkdómar af ýmsu tagi eru algengir í þróuðum löndum. Margir þessara sjúkdóma eru þess eðlis að þeir eru líklegri til að svara fremur fyrirbyggjandi aðgerð en meðferð á sjúkdóminum sjálfum a.m.k. áður en einkenni sjúkdómsins fara að koma fram.

Pannig er t.d. farið um kransæðasjúkdóma sem um þessar mundir eru leiðandi dánarorsök í þróuðum löndum. Á Íslandi eru kransæðasjúkdómar langalgengasta dánarorsök meðal karlmannna og einnig algengasta dánarorsök meðal kvenna þótt aldurs dreifingin sé nokkuð önnur.

Faraldsfræðilegar rannsóknir, svo sem sú sem gerð hefur verið í Framingham í Massachusettsfylki í Bandaríkjum, hafa bent á ýmsa áhættuþætti sem auka líkur á þessum sjúkdómi. Hækkun blóðfitu, s.s. kólesteróls í blóðvökvum umfram meðalgildi, hefur reynst vera einn þessara áhættuþáttta, a.m.k. meðal karla en samband þess við æðakölkun meðal kvenna er ekki eins ákveðið enda eru rannsóknir þar skemmra á veg komnar.

Ljóst er að mjög er mismunandi eftir búsetu og þjóðflokkum hverjar líkur á hjarta- og æðasjúkdómum eru. Í sumum tilvikum er verulegur munur á blóðfitugildum, t.d. eru íbúar í Mið-Afríku

að jafnaði miklu lægri í kólesteróli en Vesturlandabúar. Þessi munur er talinn hluti af skýringu á mun lægri tíðni kransæðasjúkdóma meðal t.d. Kenyamanna.

Hins vegar verður ekki allur munur á tíðni æðasjúkdóma skilinn ef einungis er horft á kólesterólgildi eða aðra þekkta áhættuþætti. Pannig er dánartíðni úr kransæðasjúkdómum meðal eskimóa lægri en nágrannabjóðanna þrátt fyrir að blóðfitugildin séu svipuð. Skýringin á þessum mun er e.t.v. fólgin í að eskimóar neyta fæðu sem inniheldur vissar fitusýrur í óvenju miklum mæli. Fiskur veiddur úr köldum sjó og lýsi sem unnið er úr fiskinum ásamt sel-spiki inniheldur mikið af omega fitusýrum sem talið er að hafi áhrif til að draga úr æðakölkun.

BLÓÐFITA

Fita í blóðvökvum er borin í svo nefndum lipópróteinum sem gerir fitunni kleift að ferðast um vatnsfasa líkamans. Lipópróteinin eru flokkuð eftir þéttleika sínum sem aftur ræðst af hlutfalli fitu og próteins í lipopróteininu. Í stórum dráttum skiptast lipopróteinin í lipoprótein með miklu magni af þríglýseríðum, s.s. kýlomikron og mjög lág-

þétt lipóprótein (VLDL) og lípoprótein með miklu magni af kólesteróli, þ.e. lágbétt (LDL) og hápétt (HDL) lipóprótein.

Við rannsóknir hefur komið í ljós að LDL er sá blóðfituþáttur sem hefur hvað mesta fylgni við kransæðasjúkdóma og myndun æðakölkunar bæði í kransæðum og öðrum slagæðum. Þá hefur einnig komið í ljós að HDL virðist hafa verjandi áhrif á æðakerfið og draga úr æðaskemmdum eftir LDL. Við mælingar á HDL og útreikningi á LDL fer saman lækkun á HDL og hækkun á LDL, miðað við meðalgildi m.t.t. aldurs, hjá kransæðasjúkum.

LDL ber mest af kólesteróli sem finnst í blóðvökvum og er sú náma sem vefir fá kólesterol úr sér til uppbyggingar og viðhalds. Pannig hafa vefir og æðar sérstakan LDL móttaka á yfirborði frumanna sem þekkast apo-B 100 og apo-E, sem er hluti af lipopróteininu sem LDL er gert úr og gerir það vefjunum kleift að nálgast kólesterólið í LDL. Lifrin hefur mótttaka á frumum sínum og leitast hún við að stýra magninu af LDL í sermi með upptöku á því í vaxandi mæli ef LDL-þáttur blóðfitunnar hækkar.

HDL bindur apo-C og frítt kólesteról sem losnar frá vefjum eða við niðurbrot

á kýlómíkrónum, VLDL og LDL. HDL tekur einnig við kólesteróli frá frumuhimnu. HDL berst a.m.k. að hluta til með blóði aftur til lifrarinnar þar sem það útskilst í gallvökva og er hér komin ein leið fyrir líkamann að losna við umfram kólesteról, auk þess sem gallvökvinn er nauðsynlegur fyrir frásog á fitu úr meltingarvegi.

s.s. eicosapentaenoic(EPA)-fitusýrur og docosahexaenoic(AHA)-fitusýrur draga úr virkni ýmissa kemiskra boðefna, sem stuðla að iferð hvítra blóðkorna og annarra blóðkorna í æðaveggi og valda einnig aukinni þykkunum á æðaveggnum. Í þessu samhengi hefur mælst minnuð virkni á interleukin 1 og tumor necrotic faktor sem e.t.v. eru mikilvægir við myndun atheroma, þ.e. forstig að æðakölkun.

ATHEROSCLEROSIS (ÆÐAKÖLKUN)

Hvað er æðakölkun eða atherosclerosis og hvernig verður hún?

Prátt fyrir margra ára rannsóknarstörf fer því fjarri að fullnægjandi skýring sé fengin á þessari spurningu. Pannig er talið að skemmdir verði á endoþeli, þ.e. innsta hluta slagæðaveggja, fyrir áhrif margþætts áreitis, sem verður einkum ef áhættuþættir, s.s. reykningar, háþrystingur, blóðfituhækkan og vissir ónæmisþættir, auk annarra þátta af óvissari þýðingu, eru fyrir hendi.

Æðaveggurinn verður fyrir áverka fyrir tilstuðlan áhættuþáttanna, blóðflögur og hvít blóðkorn eru virkjast og safnast að áverkanum. Undir venjulegum kringumstæðum framleiðir æðin prostacyclin, sem hefur það hlutverk að bægja blóðflögum og öðrum blóðkornum frá æðaþelinu. Fyrir tilstuðlan aukins LDL-þáttar kólesteróls dregur úr myndun á prostacyclini og fituútfelling myndast innan á aðaþeli og áðurnefndar blóðflögur og hvít blóðkorn virkjast til að valda meiri áverkum á æðaþelið. Hvít blóðkorn og blóðflögur losa vaxtarþátt (PDGF), sem aftur örvar sléttu vöðva í æðaþelinu til vaxtar og þykkunar. Pannig þrengist og harðnar æðin og sár geta myndast í æðaþelið. Petta er æðakölkun.

HDL-hluti blóðfitunnar dregur hins vegar úr magni LDL í æðaþelinu og er talið að því sé fölginn varnarmáttur þess.

Ýmsar fitusýrur koma við sögu í myndun atheroma þ.e. fituútfellingar í æðum. Arachidón-sýran er forstig að myndun thromboxan A2 sem myndast í blóðflögum og virkjar þær til samloðunar og til að festast við æðaveggi. Aðrar fitusýrur eru fremur hagstæðar, þ.e. þær stuðla að því að æðaveggurinn verjist betur ásókn fituútfellinga. Í ljós hefur komið að omega(n-3)-fitusýrur,

VARNIR GEGN ÆÐAKÖLKUN

Í framhaldi af rannsóknum sem benda til þess að fitusýrur í matarædi eskimóa og annarra fiskneysluþjóða dragi úr dánartíðni hjarta- og æðasjúkdóma hafa verið gerðar rannsóknir þar sem reynt hefur verið að sýna fram á að neysla á lýsi og lyfjum sem innihalda ómegafitusýrur dragi úr æðakölkun.

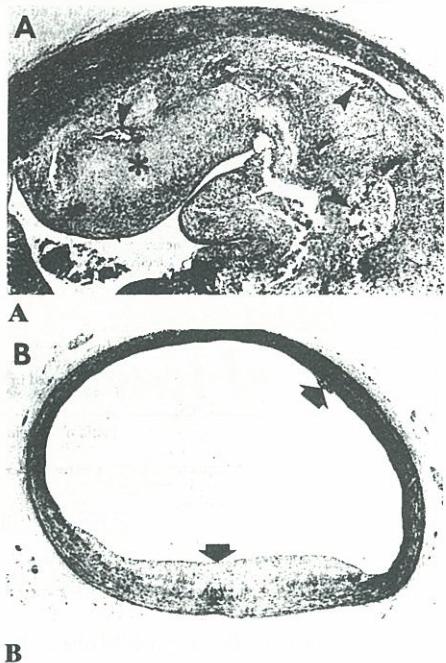
Weiner og félagar sýndu fram á í rannsóknum gerðum á svínum að borskalýsi ver æðaveggi fyrir myndun atheroma. Í þeirri rannsókn fengu svínin hákólesterólfæði og að auki fékk helmingur svínanna lýsi. Svínin sem fengu lýsi urðu fyrir mun minni æðaskemmdum en hin sem ekkert lýsi fengu.

- Sjá nánar á mynd. Mynd A sýnir kransæð svíns sem fékk hákólesterólfæði og er æðin verulega þrengd vegna æðakölkunar. Mynd B sýnir annað svín á sama fæði sem einnig fékk lýsi og eru nær engin merki um æðakölkun í kransæðum þessa svíns. Pótti rannsóknin lofa góðu um árangur af lýsistöku til varnar æðakölkun.

Aðrar rannsóknir hafa sýnt fram á að lyf sem innihalda Omega 3-n fitusýrur lengja mjög endingu kransæðagræðlinga eftir kransæðahjáveituadgerð. Betri ending græðlinga þýðir hins vegar mun betri horfur fyrir þessa hjartasjúklinga.

Í þessum rannsóknum og öðrum hefur þessi hagstæði árangur af töku lýsis og Omega 3-n lyfja verið settur í samband við áhrif sem komu í ljós á fitusamsetningu blóðsins hjá neytendumum. Fitusýrur eins og arachidón-sýran sem aður hefur verið nefnd lækkar að gildistölu og EPA- og DHA-fitusýrur aukast að vægi.

Í rannsóknum gerðum á Íslendingum hefur komið í ljós að EPA- og DHA-fitusýrur eru um 5% af fitusýrum í



blóðvökva. Pessar tölur eru hærri en samsvarandi fitusýrur meðal Bandaríkjumanna og íbúa Vestur-Evrópu en lægri en meðal eskimóa. E.t.v. er hér kominn hluti af skýringunni á því hvers vegna kransæðasjúkdómatíðin á Íslandi er ekki enn hærri en hún í rauninni er miðað við að meðalkólesterol-gildi okkar eru með þeim hæstu sem þekkjað. Pannig getur verið að fiskmetis- og lýsineysla Íslendinga dragi úr æðaskemmandi áhrifum hákólesterols. Pessar spurningar og aðrar skyldar eru meðal verkefna Hjartaverndar um þessar mundir og er vonast til að aukin þekking muni bæta skilning okkar á samhengi þessara þátta og gera mönnunum kleift að gefa ráðleggingar um venjur og matarædi sem standist. Um varnir gegn háu kólesteroli verður ekki frekar fjallað í þessu erindi en þó má benda á að nýlega er farið að nota ný og virk lyf sem beinast einkum að því að lækka LDL og hækka HDL í blóðvökva og einnig að því að lækka þríglyceríða. Eru vonir bundnar við að meðferð af þessu tagi muni draga enn frekar úr hjarta- og æðasjúkdónum á næstu árum. Hins vegar er ljóst að aðeins einstaklingar með verulega hækkaða blóðfitu munu fá þessa meðferð og er því mikil áhersla lögð á fyrirbyggjandi starf með breytingum á matarædi og væntanlega notkunar á lýsi.

Hjartavernd fær arf

Sigurjón K. Þorbjörnsson
arfleiddi Hjartavernd
að öllum eignum sínum.



Hinn 13. september 1988 andaðist í Sundhöllinni í Reykjavík Sigurjón K. Þorbjörnsson, Mímisvegi 2. Varð hann bráðkvaddur þegar hann var að iðka venjulegt sund. Hann hafði gert erfðaskrá sem geymd var hjá lögmanni og þegar hún var opnuð kom í ljós að hann hafði arfleitt Hjartavernd að öllum eignum sínum, íbúð að Mímisvegi 2, innbúi og nokkrum fjármunum. Hann hafði látið svo um mælt að Hjartavernd væri vegna starfa sinna vel að þessum arfi komin.

Sigurjón K. Þorbjörnsson var fæddur 11. október 1916 og var því tæpra sjötíu og tveggja ára þegar hann lést. Hann var verkamaður og starfaði lengst af í Áburðarverksmiðjunni í Gufunesi. Hann var ókvæntur og barnlaus og bjó frá æskuárum að Mímisvegi 2 í Reykjavík. Hann var yfirlætislaus maður og barst lítt á en vissi hvað hann vildi og stóð við sitt.

Hugarfar Sigurjóns til Hjartaverndar verður best þakkað með meira og betra starfi að rannsóknum, fræðslu og forvörnum. Vel þegið fé kemur ætíð að gagni og verður afl góðra hluta sem gera skal.

Eldri arfur.

Pess er þá einnig vert að geta að á síðasta ári fékk Hjartavernd greiddar 2 millj. kr. úr dánarbúi Vilhjálms Þorsteinssonar, Álfheimum 54 Reykjavík. Vilhjálmur dó fyrir nokkrum misserum og hafði ánafrnað Hjartavernd ásamt þremur öðrum líknarfélögum eigur sínar. Dánarbú hans er enn í höndum lögmanns.

Minningargjöf.

Í aprílþyrjun fékk Hjartavernd einnig rausnarlega minningargjöf um Halldóru Ólafsdóttur, Ljósheimum 8A Reykjavík, sem lést í september slíðastliðnum. Sambýlismaður hennar, Haukur Guðmundsson, afhenti Hjartavernd 400 þús. kr. til minningar um hana og ættingjar hennar 100 þús. kr. til viðbótar, samtals 500 þús. kr.

Pessir fjármunir munu að vonum efla starfsemi Hjartaverndar og veita styrk til meira átaks í forvörnum gegn hjarta- og æðasjúkdómum. Hugur gefenda hefur verið bundinn því verkefni. Um leið og þakkar eru látnar í té er skyt að minnast gefenda með betra og meira starfi.

Ársskýrsla

Rannsóknarstöðvar Hjartaverndar
Starfsárið 1/1 - 31/12 1988

Dr. Nikulás Sigfússon yfirlæknir tók saman

Yfirlit.

Petta er tuttugasta og fyrsta starfsár stöðvarinnar. Hóprannsókn Hjartaverndar á höfuðborgarsvæðinu er aðalverkefni stöðvarinnar og stendur nú yfir 5. áfangi kvennar-rannsóknar. Hófst hann í apríl 1987 og er nú tæplega hálfnáður.

Eins og áður hefur verið skoðað fólk á stöðinni, sem ekki er í hóprannsókn, en er vísað til stöðvarinnar af læknum eða leitar sjálf. Fjöldi þessara gesta hefur farið vaxandi, var á s.l. ári um 150 á mánuði en á þessu starfsári um 200.

S.k. MONICA-rannsókn miðar vel. Lokið er skráningu allra kransæðastíflutilfella árin 1981, 1982, 1983 og 1984. Áhættuþáttakönnun 3000 manna úrtaks á aldrinum 25-74 ára hófst í september. Um 700 einstaklingar höfðu verið rannsakaðir um áramót. Petta er önnur áhættuþáttakönnun sem gerð er í tengslum við MONICA-rannsókn, hin fyrsta var gerð árið 1983.

Nokkrar breytingar urðu á starfsliði. Ráðinn var til stöðvarinnar Sigurbjörn Björnsson, læknir, sérfræðingur í ellisjúkdónum, í hálfa stöðu. Edda Emilsdóttir hætti störfum og einnig Jóhanna Svavarsdóttir en í stað þeirra voru ráðnar Björk Snorradsdóttir og Margrét Björgvinsdóttir. Í nóvember létt af störfum Ottó J. Björnsson, docent, sem verið hefur tölfræðilegur ráðgjafi rannsóknarstöðvarinnar frá upphafi. Sérstök ástæða er til að þakka Ottó fyrir ómetanlegan þátt hans í skipulagningu og framkvæmd Hóprannsóknar Hjartaverndar og úrvinnslu á gögnum en Ottó átti sæti í Úrvinnslustjórn alla tíð og var formaður hennar fyrstu árin.

Nokkur tæki voru endurnýjuð á árinu, m.a. var fengin nýr efnamælir af gerðinni „Cobas-Mira“ í stað þess sem fyrir var og reynst hafði illa. Hefur reynsla af hinu nýja tæki hingað til verið mjög góð. Keyp特 var nýtt hjartalínu ritstæki en tvö tæki eru fyrir á stöðinni. Keyptr var leysi-prentari ásamt tölvu til þess að vinna betur handrit fyrir rit og greinar stöðvarinnar.

Unnið var að úrvinnslu gagna undir stjórn Úrvinnslustjórn- ar þar til Rannsóknarstjórn tók við. (Sjá nánar skýrslu Úrvinnslustjórnar).

Rannsóknir.

Fimmti áfangi Hóprannsóknar kvenna á Reykjavíkur-svæðinu.

Í mars 1987 hófst undirbúningur að boðun kvenna í fimmta áfanga Hóprannsóknar kvenna á Reykjavíkur-svæðinu. Í þessum áfanga eru konur í s.k. b-hóp, sem boðið hefur verið til rannsóknar í öllum áföngum til þessa og til samanburðar er boðið s.k. e-hóp sem ekki hefur verið rannsakaður áður á stöðinni. Upphaflega (1967) voru í b-hóp 3.154 konur og í e-hóp 2.227. Pegar rannsóknin hófst þ. 27. 4. 1987 voru látnar 375 konur úr b-hóp en 310 úr e-hóp. Alls var því boðið til rannsóknar 4.696 konum. Árið 1987 voru rannsakaðar 733 konur og árið 1988 691 (Tafla I). Alls hafa því verið skoðaðar á stöðinni 1424 konur í fimmta áfanga Hóprannsóknar kvenna á Reykjavíkur-svæðinu. Sömu rannsóknir eru gerðar og í fyrra áföngum, en auk þess er gerð mæling á HDL-blóðfitu. Ljóst er að með sömu afköstum og verið hafa síðan þessi áfangi hófst, mun rannsókninni ekki ljúka fyrr en seint á næsta ári (1990).

Monica-rannsókn.

Pessari rannsókn, sem er fjölbjóðarannsókn undir yfir-umsjón Alþjóðaheilbrigðisstofnunarinnar, hefur áður verið lýst í árskýrslum. Rannsóknin er í aðalatriðum tvíþætt: könnun áhættuþáttu og skráning kransæðastíflutilfella.

Skráning kransæðastíflutilfella var haldið áfram á árinu. Pessi skráning hófst með árinu 1981 og er nú lokið skráningu áranna 1981, 1982, 1983 og 1984. Skráningargögön hafa verið send til sameiginlegrar vinnslu í „MONICA DATA CENTRE“ í Helsinki. Gert er ráð fyrir að kynna fyrstu niðurstöður íslenzku skráningarinnar á þingi Skandinaviska hjartalækna er haldið verður í Reykjavík í júní 1989.

Lokið var skráningu á „acute coronary care“ þ.e. meðferð kransæðastíflu í upphafi rannsóknartímabilsins. Sams konar skráning mun fara fram í lok þess.

A þessu ári hófst önnur áhættuþáttakönnunin af þremur sem fyrirhugaðar voru. Í þessa áhættuþáttakönnun er val-

ið tilviljunarúrtak 1500 karla og 1500 kvenna í Reykjavík og Árnessýslu. Pessi rannsókn hófst í september. Alls höfðu verið rannsakaðir 690 einstaklingar um áramót (Tafla I). Rannsóknin er fólgin í könnun á reykingavenjum, mælingum á líkamshæð og þyngd, og mælingu á heildar-kólesteróli, þríglyseríðum og HDL í blóði. Auk þess er mælt thiocyanat í blóði til sannprófunar á upplýsingum um reykingavenjur.

Rannsóknir fólks utan kerfisbundinna skoðana.

Eins og áður hefur verið rannsakað fólk utan hinna kerfisbundnu skoðana, sem ýmist er vísað á stöðina af læknum eða leitar þangað sjálf.

Alls voru rannsakaðir 2.131 einstaklingar í þessum flokki sem er nokkur aukning frá fyrra ári (1.826).

Aðrar rannsóknir.

1. Rannsókn á hjartavöðvasjúkdómi (*cardiomyopathy*).

Uggi Agnarsson, læknir hefur í samvinnu við Lyflæknisdeild Landspítalans halddi áfram rannsókn á hjartavöðva sjúkdómi meðal þátttakenda í Hóprannsókn Hjartaverndar, sem áður hefur verið lýst. Hefur Uggi lokið rannsókn karlahóps og vinnur nú að samsvarandi rannsókn á kvennahóp; jafnframt úrvinnslu á gögnum karlarannsóknar. Hefur Uggi kynnt fyrstu niðurstöður þessara rannsókná á læknaþingum bæði innanlands og erlendis (sjá Skýrslu Úrvinnslustjórnar).

2. Rannsókn á tannheilsu.

Í samvinnu við Tannlæknadeild Háskóla Íslands (Einar Ragnarsson, lektor, Sigfús Pór Elíasson, prófessor, og Sigurjón H. Ólafsson, lektor) hefur verið unnið að könnun á tannheilsu þátttakenda í „MONICA“-áhættuþáttakönnun. Hefur Tannlæknadeildin lagt til starfslið og séð um framkvæmd þessarar rannsóknar.

3. Rannsókn á gitgarþætti.

Á árinu 1986 var lokið mælingum á gitgarþætti (RF) í blóði allra þátttakenda úr Hóprannsókn Hjartaverndar í 3. og 4. áfanga. Árið 1987 fór fram sérstök rannsókn á liðum og liðaeinkennum þeirra sem reyndust jákvædir fyrir RF og á samanburðarhóp. Unnið er að úrvinnslu gagna, og hafa nokkrar niðurstöður verið kynntar (sjá Skýrslu Úrvinnslustjórnar).

4. Samvinna við Krabbameinsskrá.

Í samvinnu við próf. Hrafn Tulinius, yfirlækni Krabba meinsskrár, hefur verið unnið að könnun nokkurra á-hættuþáttu þeirra þátttakenda í Hóprannsókn Hjartaverndar er greinst hafa með krabbamein. Svo virðist sem sumir áhættuþættir hjarta- og aðasjúkdóma og krabba-meins geti verið sameiginlegir. Fyrstu niðurstöður þessara rannsóknna hafa verið birtar í tímaritum og kynntar á læknaþingum.

5. Söfnun viðmiðunarsýna.

Í sambandi við ýmsar rannsóknir sem gerðar eru hér-lendis hefur verið skortur á góðum viðmiðunarsýnum frá óvöldu úrtaki þjóðarinnar. MONICA-rannsóknin, sem hófst á árinu, er heppileg til þessara hluta og hefur verið safnað nokkrum blóðsýnum fyrir Krabbameinsfélögð (Helgu Ógmundsdóttur), Rannsóknarstofu Landspítalans (Valgarð Egilsson) og Lyflækningsadeild Borgarspítalans (Gunnar Sigurðsson).

6. Skjaldkirtilsrannsókn.

Í samvinnu við Lyflækningsadeild Landspítalans (Ást-ráður B. Hreiðarsson) og Aarhus Amtssygehus í Danmörku (Dr. Peter Laurberg) hefur verið gerð athugun á skjaldkirtli um 50 þátttakenda í MONICA-rannsókn, til þess að kanna hvort samband er milli joðneyslu og mótnamyndunar (auto-immunitet).

7. Samanburðarrannsóknir á Íslendingum og Vestur-Íslendingum.

Eins og getið hefur verið í fyri ársskýrslum hefur um nokkura ára skeið verið unnið að samanburðarrannsókn á Íslendingum búsettu á Héraði og Vestur-Íslendingum búsettu á Inter-Lake-svæðinu í Kanada. Í þessu verkefni eru íslenskir, kanadiskir og bandarískir samstarfsaðilar. Þáttur Rannsóknarstöðvar Hjartaverndar hefur aðallega verið að mæla blóðfitur í þeim einstaklingum sem hafa verið rannsakaðir.

Rannsókn er lokið hér á Íslandi og niðurstöður hafa verið birtar í nokkrum tímaritsgreinum sbr. fyri ársskýrslur. Unnið er að undirbúningi næsta áfanga þessara rannsóknna sumarið 1989 í Kanada en fyri áfangi þessara rannsóknna á Vestur-Íslendingum fór fram á s.l. ári.

TAFLA I.

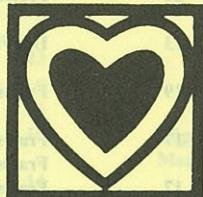
Fjöldi einstaklinga, sem rannsakaðir voru á starfsárinu 1988 eftir mánuðum:

Mánuðir	V. afangi Hópranns. í Reykjav.	„MONICA“ áhættu- þáttaranns.	Utan hópsk.	Aðsend blóðsýni	Einst. í einst. prófum
	ka. ko.	ka. ko.	ka. ko.	ka. ko.	
Jan.	1988	83	127	81	1
Febr.	=	120	110	69	1
Marz	=	127	109	70	
April	=	76	94	74	1
Maí	=	72	138	82	1
Júní	=	45	167	100	
Júlí	=		106	92	
Ágúst	=	53			
Sept.	=	84 20 24	99	93	
Okt.	=	19 123 107	93	80	
Nóv.	=	10 160 161	103	58 2	1
Des.	=	2 53 42	131	55	
Alls		691 356 334	1277	854 2	6

Karlar	Konur	Alls	
Einst. rannsakaðir á árinu:	1633	1879	3512

HUARTAVERND

Efnisyfirlit 16.-25. árgangs Árin 1979–1988



Ritstjórn:

Snorri Páll Snorrason, Nikulás Sigfússon,

Stefán Júlíusson, Guðmundur

Porgeirsson, Þórður Harðarson

Útgefandi:

Hjartavernd, landssamtök hjarta- og œðaverndarfélag á Íslandi

	Árg.	Tbl.	Bls.
Aðalfundur Hjarta- og æðaverndarfélags Akureyrar.			
Frétt	23	1	5
Aðalfundur Hjarta- og æðaverndarfélags Reykjavíkur.			
Frétt	16	1	3
Aðalfundur Hjartaverndar 1979. Frétt	16	2	21
Aðalfundur Hjartaverndar 1980. Frétt	17	1	4
Aðalfundur Hjartaverndar 1983. Frétt	20	2	20
Afmælisár. Stefán Júliusson	21	2	1
Algengi skerts sykurpols. Gunnar Sigurðsson	16	2	12
Alkóhol, lípóprótin og kransæðasjúkdómar.			
P.D. Wood. Pýdd grein. S.J.	23	1	15
Andersen, S.M.: Heilsuræktarskólinn Stíflan.			
Pýðing S.J.	22	2	14
Asperín og kransæðastífla. Fréttagrein	25	2	18
Atli Árnason og Guðmundur Sveinsson læknar:			
Fréttatilkynning frá Sjúkrahúsi Seyðisfjarðar	23	1	17
Á endurhæfingarstofnun í Pýskalandi. Viðtal við Björn Jónsson. Stefán Júliusson	16	2	5
Áhrif tóbaksreyks á lungu og líkama og þörfin á gagnaðerðum. Þorsteinn Blöndal	20	2	3
Áhættuþættir kransæðasjúkdóma meðal Íslendinga. Guðmundur Porgeirsson	25	2	15
Áhættuþættir kransæðasjúkdóms og varnaraðgerðir vestraennum þjóða. Sigurður Samúelsson	21	1	7
Dr. Árni Kristinsson yfirlæknir: Endurhæfing hjartasjúklinga	16	2	4
- Hjartabilunarlyf	19	1	11
Ársskýrsla Rannsóknarstöðvar Hjartaverndar 1979. Nikulás Sigfússon	16	2	15
Ársskýrsla Rannsóknarstöðvar Hjartaverndar 1980. Nikulás Sigfússon	17	2	19
Ársskýrsla Rannsóknarstöðvar Hjartaverndar 1981. Nikulás Sigfússon	18	2	13
Ársskýrsla Rannsóknarstöðvar Hjartaverndar 1982. Nikulás Sigfússon	19	2	21
Ársskýrsla Rannsóknarstöðvar Hjartaverndar 1983. Nikulás Sigfússon	20	2	13
Ársskýrsla Rannsóknarstöðvar Hjartaverndar 1984. Nikulás Sigfússon	21	2	19
Ársskýrsla Rannsóknarstöðvar Hjartaverndar 1985. Nikulás Sigfússon	22	2	17
Ársskýrsla Rannsóknarstöðvar Hjartaverndar 1986. Nikulás Sigfússon	24	1	17
Ársskýrsla Rannsóknarstöðvar Hjartaverndar 1987. Nikulás Sigfússon	25	1	18
Ávaxta- og grænmetisneysla og heilablóðfall. Fréttagrein	22	1	15
Ávarp (á fræðslufundi 1988) Sigurður Samúelsson	25	2	9
Baldvin P. Kristjánsson og Guðmundur Björnsson læknar: Breytingar á reykingavenjum karla í hóprannsókn Hjartaverndar 1967-'76	20	1	8
Baldwin, M. læknir: Lágur blöðsykur. Pýðing. Jóhanna G. Frímanns.	18	2	19
Blöðbankar - ný tæki í blöðgjöf. Fréttagrein	24	1	2
Blöðfita eftir kransæðaðerð. Fréttagrein	24	1	21
Blöðfita mæld á þremur mínumútum. Fréttagrein	22	1	3
Blöðtappi í lungum (lungnarek). Snorri P. Snorrason	16	2	9
Blöðþrýstingur á Siglufirði 1978. Skýrla um könnun Breytingar á reykingavenjum karla í Hóprannsókn Hjartaverndar 1967-'76. Baldvin P. Kristjánsson og Guðmundur Björnsson	20	1	8
Brjósak ú dýrum flutt í folk. Fréttagrein	23	1	19
Byrjun forvarnir á börnum. Leiv Ose. Pýtt S.J.	25	1	16
Dagfar A-manngerðar og kransæðastífla. M. Friedman. Pýðing S.J.	19	2	15
Davíð Davíðsson, Nikulás Sigfússon og Ottó J. Björnsson: Samanburður á reykingum karla og kvenna á aldrinum 40-70 ára	21	2	15
Doktorsritgerð Nikulásar Sigfússonar, fylgirit Acta Medica Scandinavica. Frétt	23	1	5

	Árg.	Tbl.	Bls.
Einar Ragnarsson, Sigfús Pór Eliasson og Sigurjón H. Ólafsson tannlæknar: Könnun á munneheilsu fullorðinna í Hópskoðun Hjartaverndar	24	1	4
Ekki lengur borð í tennur. Fréttagrein	23	1	19
Elín Ólafsdóttir læknir: Fáum við nóg af B- og C-vítamínum?	19	2	5
Endurhæfingardeild fyrir hjartasjúka á Reykjavíundi. Fréttagrein	18	1	1
Endurhæfingarstöð fyrir hjarta- og lungnasjúklinga. Frásögn og skipulagsskrá	25	2	23
Endurhæfing hjartasjúklinga. Árni Kristinsson	16	2	4
Endurhæfing hjartasjúkra. Stefán Júliusson	16	2	1
Endurhæfing hjartasjúkra á Reykjavíundi. Viðtal við Karl Friðrik Kristjánsson og Magnús B. Einarsson. Stefán Júliusson	19	1	7
Endurlifsgun úr dauðadái með aðstoð leikmanna (Landlæknir)	22	2	8
Er haegt að koma í veg fyrir kransæðasjúkdóm? Nikulás Sigfússon	17	2	9
Eru hjarta- og æðasjúkdómar á undanhaldi? Ný rannsókn. Nikulás Sigfússon	18	2	1
Eru tilvisanir heimilislækna gagnslausar? Greinargerð frá séfræðingum og framkvæmdastjórn Hjartaverndar	20	1	1
Fáum við nóg af B- og C-vítamínum? Elín Ólafsdóttir	19	2	5
Feit börn og hjarta- og æðasjúkdómar. Fréttagrein	23	1	19
Fita og heilsufar. Jón Óttar Ragnarsson	17	2	7
Forvarnir. Fréttagrein	22	1	1
Forvarnir - heilsugæsla almennings. Stefán Júliusson	24	1	1
Framfar í greiningartækni hjartasjúkdóma á Íslandi. Þórdur Harðarson	22	1	4
Framleidiðir hjartað hormón? Fréttagrein	21	2	3
Fréttatilkynning frá sjúkrahúsi Seyðisfjarðar Atli Árnason og Guðmundur Sverrisson	23	1	17
Dr. Friedman, M. læknir: Dagfar A-manngerðar og kransæðastífla. Pýðing S.J.	19	2	15
Fræðslufundir Hjarta- og æðaverndarfélags Reykjavíkur. Stefán Júliusson	17	2	19
Fræðslufundur fyrir almenning (10. 3. 1984) Frétt	21	1	1
Fræðslufundur fyrir almenning (29. 10. 1988) Frétt	25	2	8
Fræðslufundur í Keflavík. Frétt	8	2	11
Fræðslu- og kynningarfundur á Akureyri. Stefán Júliusson	23	1	1
Fræðslufundur hjartaverndarfélaga í Danmörku Stefán Júliusson	22	2	13
Fræðslufundur um hjartasjúkdóma og hjartaverndar-mál (28. 10. 1982). Frétt	19	2	1
Fæðutegundir - næringargildi, kólesteról, fita. Skrá yfir fæðutegundir. Pýtt S.J.	17	1	15
Geðheilsa sjúklinga eftir hjartaáfall. Pýðing: Björn Bjarmar	16	1	13
Gestur Porgeirsson læknir: Um horfur eftir kransæðastíflu	21	2	3
Gjafir til Hjartaverndar	16	1	25
Gott fyrir hjartað. R. Mastroni. Pýðing S.J.	16	1	5
Góður liðsauki í ritstjórn. Frétt	21	2	5
Góður studningsmaður genginn. Minningarorð um Guðröð Jónsson. Stefán Júliusson	16	2	27
Guðmundur Jónmundsson læknir: Mataræði ungbarna	16	1	7
Dr. Guðmundur Porgeirsson yfirlæknir: Áhættuþættir kransæðasjúkdóma meðal Íslendinga	25	2	15
- Um orsakir og meingerð æðakölkunar	20	1	4
- Vikkun. Ný aðferð í meðferð kransæða-sjúkdóma	19	2	2
Guðrún Guðlaugsdóttir: Vághestur tuttugustu aldar. Viðtal við Nikulás Sigfússon	23	2	17
Dr. Gunnar Pór Jónsson yfirlæknir: Skurðlæknigar við arthrosu	18	2	3

	Árg.	Tbl.	Bls.
Dr. Gunnar Sigurðsson yfirlæknir: Algengi skerts sykurpols meðal fullorðinna á Reykjavíkursvæði. (Hóprannsókn Hjartaverndar)	16	2	12
- Nýjungar í meðferð hækkaðrar blóðfitu	25	2	14
Gyllinæð og mataraði. Fréttagrein	23	1	19
Hafa ber gát á kölesteróli. Þýtt S.J.	16	2	19
Hamlar fiskneysla blóðtappamyndun? Þýtt S.J.	22	1	9
Dr. Hammerschmidt, Dale: Vígreibar blóðflögar - hjartaáföll og heilablóðfall. Þýtt S.J.	21	1	13
Hár blóðþrýstingur. Snorri Páll Snorrason	19	1	3
Háþrýstingur af pekktri orsök. Jóhann Ragnarsson	22	2	3
Hegðun A-mangerðar. Fréttagrein	23	1	21
Heilsufarsrannsóknir starfshópa. Stefán Júlíusson	17	2	1
Heilsuræktaðarskólinn Stíflan. Steen M. Andersen. Pýðing S.J.	22	2	14
Heimlich-aðferðin. Meðferð þegar stendur í folki. Þýtt S.J.	17	2	16
Helga Hreinsdóttir næringarfræðingur: Vannæring á spítolum? Könnun á mataraði sjúklinga á Landspítala	19	1	13
Helgi Þorláksson fyrrv. skólastjóri: Leikmannspankar	22	1	11
Hjartabilunarlyf. Árni Kristinsson	19	1	8
Hjartaendurhæfing. Valgerður Gunnarsdóttir	23	2	2
Hjartaflutningar í sjúkrahúsi Stanfordháskóla Pýtt S.J.	16	1	21
Hjartakveisa. Kattus, A.A. læknir. Þýtt S.J.	18	1	6
Hjartakveisa ísl. karla 34-61 árs. Nikulás Sigfusson	18	2	13
Hjarta- og æðasjúkdómar. Sérprent. Frétt	20	2	23
Hjarta- og æðasjúkdómar. Sérprent II. Frétt	23	2	19
Hjartaskrá. Inga I. Guðmundsdóttir	19	2	19
Hjartsásonritun. Kristján Eyjólfsson	17	2	3
Hjartavernd fær arf og höfðinglegar gjafir. Frétt	25	2	7
Hjartavernd fær engan arf eftir Sigurliða Kristjánsson. Frétt	23	2	23
Hjartavernd fær góða gjöf. Frétt	18	1	9
Hjartavernd fær höfðinglega gjöf. Frétt	20	1	6
Hjartavernd gefur út færðslubækling. Frétt	25	1	15
Hjartavernd og erfðaskrá hjónannana Helgu Jónsdóttur og Sigurliða Kristjánssona. Stefán Júlíusson	22	1	14
Hjartavernd - stefna og starf. Stefán Júlíusson	16	1	1
Hjörtur Sigurðsson læknir: Svæfingar við kransæðaðgerðir	23	1	3
Hlutverk Hjartaverndar. Nokkrir leikmannspankar. Stefán Júlíusson	25	2	19
Holdafar og heilsufar. Laufey Steinþimsdóttir	17	1	3
Hormón og sjúkdómar í öndunarfarum. Örn Eliasson	22	1	2
Hóprannsókn Hjartaverndar hafin á Austurlandi Frétt	16	2	25
Dr. Hrafn V. Friðriksson: „Heilbrigði allra árið 2000“. Alþjóðleg heilbrigðisstefna	24	1	8
Hvenær á að ráðleggja skurðaðgerð og framhjáleidlu við kransæðastiflu? Þýtt S.J.	24	1	12
Hvers má vænta af Hjartavernd? Málpíng á aðalfundi 1980. Kjarni úr erindum. Páttakendur: Bjarni Pjóðleifsson, Gunnar Sigurðsson, Jón Óttar Ragnarsson, Magnús Karl Pétursson, Nikulás Sigfusson og Pórður Harðarson	17	1	11
Iðkun íþróttu meðal karla með tiliti til kransæða-sjúkdóms. Ólafur Ólafsson	22	2	6
Inga I. Guðmundsdóttir B.Sc.: Hjartaskrá	19	2	9
Ingólfur S. Sveinsson læknir: Vöðvagigt. Sjúkdómur eða sjálfskaparvíti?	16	1	18
Í hjartaskurðaðgerð á Landspítala sumarið 1986. Viðtal við Porgils Georgsson. Stefán Júlíusson	23	2	7
Í sátt við sitt hjarta. Endursögð grein eftir Anders Tybjærg-Hansen dr. med. S.J.	17	2	1

	Árg.	Tbl.	Bls.
Jóhann Ragnarsson læknir: Háþrýstingur af pekktri orsök	22	2	3
Jón Gíslason næringarfærðingur: Mataræði og neysluvenjur	25	2	2
Dr. Jón Óttar Ragnarsson matvælafræðingur: Fita og heilsufar	17	2	7
Jón Þorsteinsson yfirlæknir: Um arthrosur	18	1	3
Dr. Kattus, A.A. læknir: Hjartakveisa. Einkenni, rannsóknir, aðgerðir. Þýtt S.J.	18	1	6
Kiwanisklúbburinn Nes færði Rannsóknarstöð Hjartaverndar hjartalínuritsteki að gjöf. Frétt	20	1	7
Krabbaheimi í þvagblöðru. Fréttagrein	24	1	14
Kransæðasjúkdómar. Horfur og meðferð. Uggí Agnarsson	25	2	16
Kristján Eyjólfsson læknir: Hjartsásonritun	17	2	3
Könnun á munnheilsu fullorðinna í hópskoðun Hjartaverndar. Einar Ragnarsson, Sigfús Pór Elíasson, Sigurjón H. Ólafsson	24	1	4
Dr. Laufey Steinþimsdóttir næringarfræðingur: Holdafar og heilsufar	17	1	3
Lágur blöðsyku. Baldwin, M. læknir, Jóhanna G. Frímanns hjúkrunarfræðingur þyddi	18	2	19
Leiðbeiningar um B-vítamín. Þýtt. S.J.	20	1	15
Leiðréttar villur	23	2	19
Leikmannspankar. Helgi Þorláksson	22	1	11
Líkamsþjálfun hamlar gegn hrörnum. Fréttagrein	23	1	19
Líkamsþjálfun og hjartasjúkdómar. Fréttagrein	22	1	12
Lyfjameðferð við háþrýstingu. Uggí Agnarsson	23	1	7
Læknaráðstefna Rannsóknarstöðvar Hjartaverndar á 20 ára afmæli. Kjarni úr erindum. Páttakendur: Sigurður Samúelsson, Páll Sigurðsson, Zhynek Pisa, Nikulás Sigfusson, F.H.Epstein, A.Tybjærg-Hansen, Högni D. Joensen, Ólafur Ólafsson, Pekka Puska, Dag S. Telle, S.P. Fortmann, L. Wilhelmsen, S.J.Pocock, Davíð Davíðsson, Guðmundur Sigurðsson, Hrafn Tulinius, Pórður Sverrisson, Gunnar Sigurðsson, Baldvin P.Kristjánsson, Jón Porsteinsson, Gunnar Guðmundsson	25	1	1
Lög Hjartaverndar	17	1	24
Mancini, Riccardi og Rivellese læknar: Mataræði og kransæðastifla. Heartbeat 1987. Þýtt. S.J.	25	2	6
Mataræði og neysluvenjur. Jón Gíslason	25	2	2
Mataræði ungbarna. Guðmundur K. Jónmundsson	16	1	7
Meðferð háþrýstings án lyfja. Snorri Páll Snorrason	25	1	14
Meðferð reykingu. Porsteinn Blöndal	23	1	10
Megrun. Fréttagrein	25	2	13
Monica-rannsókn Alþjóðaheilbrigðisstofnunarinnar. Nikulás Sigfusson	22	2	1
Morgunverður er mikili virði. Fréttagrein	23	1	9
Dr. Nikulás Sigfusson yfirlæknir:			
Ársskýrla Rannsóknarstöðvar Hjartaverndar			
- 1979	16	2	15
- 1980	17	2	19
- 1981	18	2	17
- 1982	19	2	21
- 1983	20	2	19
- 1984	21	2	19
- 1985	22	2	17
- 1986	24	1	14
- 1987	25	1	18
- Er hægt að koma í veg fyrir kransæðastiflu?	17	2	19
- Eru hjarta- og æðasjúkdómar á undanhaldi?			
- Ný rannsókn	18	2	1
- Hjartakveisa meðal ísl.karla. Ný rannsókn	18	2	17
- Monica-rannsókn Alþjóðaheilbrigðisstofnunarinnar	22	2	1
- Rannsóknir Hjartaverndar á áhættupáttum hjarta- og æðasjúkdóma. Breytingar á 20 árum	25	2	10

	Árg.	Tbl.	Bls.
- Starfsemi Rannsóknarstöðvar Hjartaverndar í 15 ár	19	2	11
- Öndunarpróf	23	1	13
Nýjar sannanir. Baráttá gegn kransæðastíflu ber árangur. Þýtt. S.J.	20	2	19
Nýjungar í meðferð hækkaðrar blóðfitu. Gunnar Sigurðsson	25	2	14
Nýr hjartasérfræðingur ráðinn að Rannsóknarstöð Hjartaverndar - Uggí Agnarsson. Frétt	23	2	9
Dr. Ochsner, John, L. yfirlæknir: Ohljóð í hállslagæð - fyrirboði heilablóðfalls. Þýtt. S.J.	20	2	8
Offita og afleiðingar hennar. Fréttagrein	23	2	23
Offita og matarkúrar. Fréttagrein	23	2	21
Dr. Ose, Leiv: Byrjun forvarnir á börnum. Þýdd grein úr Nordisk Medicin. S.J.	25	1	17
Ottó J. Björnsson: Rannsóknir Hjartaverndar í tuttugu ár og næstu verkefni	21	2	9
Ohljóð í hállslagæð - fyrirboði heilablóðfalls. John L. Ochsner. Þýtt. S.J.	20	2	8
Ólafur Ólafsson landlæknir: Iðkun íþróttá meðal karla með tilliti til kransæðasjúkdóms	22	2	6
- Um áhrif streitu á heilsufar	23	2	11
- Um vinnustreitu á Íslandi	23	2	14
Dr. Puska, Pekka, prfessor: Samfélagsátak gegn kransæðastíflu. Frá árangri í Finnlandi. Þýtt. S.J.	20	1	11
Rannsóknir	20	2	21
Rannsóknir Hjartaverndar á áhættupáttum hjarta- og æðasjúkdóma. Breytingar á 20 árum. Nikulás Sigfusson	25	2	10
Rannsóknir Hjartaverndar í 20 ár og næstu verkefni. Ottó J. Björnsson	21	2	9
Rannsóknir Hjartaverndar 20 ára 1987. Læknaráðstefna í tilefni afmælisins. Frétt	23	2	1
Ráðstefna um hjartaverndarmál í Hollandi. Stefán Júliusson	20	2	2
Reykingar og hjarta- og æðasjúkdómar. Þýding. Björn Bjarman	17	2	23
Samanburður á reykungum karla og kvenna á aldrinum 40-70 ára. Davíð Davíðsson, Nikulás Sigfusson og Ottó J. Björnsson	21	2	15
Dr. Sigurður Samúelsson fyrv. prf.: Áhættupættir kransæðasjúkdóms og varnaraðgerðir vestrænna þjóða	21	1	7
- Ávarp (á fræðslufundi Hjartaverndar)	25	2	9
- Páttur Hjartaverndar í heilbrigðispjónustunni	22	2	9
Skurðlæknigar við arthrosu. Gunnar Pór Jónsson	18	2	3
Skyndidauði. Uggí Agnarsson	25	1	2
Snorri Pál Snorrason prfessor:			
Blóðtappi í lungum (lungnarek)	16	2	9
- Hár blóðþrýstingur	19	1	3
- Meðferð háprýstings án lyfja	25	1	14
Spenntar hjartataugar. Þýtt. S.J.	16	2	23
Staðreyndir um trefjar. Fréttagrein	23	2	23
Starfsemi Hjartaverndar - stutt yfirlit. Stefán Júliusson	21	1	3
Starfsemi Rannsóknarstöðvar Hjartaverndar í 15 ár.			
Nikulás Sigfusson	19	2	11
Stefán Júliusson: Afmælisár	21	2	1
- Á endurhæfingarstofnun í Þýskalandi	21	2	1
Viðtal við Björn Jónsson	16	2	5
- Endurhæfing hjartasjúkra	16	2	1
- Endurhæfing hjartasjúkra á Reykjalandi.			
Viðtol við Karl Friðrik Kristjánsson og Magnús B. Einarson	19	1	7
- Forvarnir - heilsugæsla almenninga	24	1	1
- Fræðslufundir Hjarta- og æðaverndarfélags Reykjavíkur	17	2	19
- Góður studningsmaður genginn. Guðröður Jónsson	16	2	27

	Árg.	Tbl.	Bls.
- Heilsufarsrannsóknir starfshópa	17	1	1
- Hjartavernd og erfðaskrá hjónanna Helgu Jónsdóttir og Sigurlíða Kristjánssonar	22	1	14
- Hjartavernd - stefta og starf	16	1	1
- Hlutverk Hjartaverndar. Nokkrir leikmannabankar	25	2	19
- Í hjartaskurðaðgerð á Landspítala sumarið 1986. Viðtal við Þorgils Georgsson	23	2	7
- Ráðstefna um hjartaverndarmál í Hollandi	20	2	2
- Starfsemi Hjartaverndar	21	1	3
- Takið á með Hjartavernd. Eflið forvarnir	23	1	18
- Timaritið Hjartavernd 20 ára. Viðtal við Snorra Pál Snorrason	20	2	6
- Um Hjartavernd og hjartaverndarmál. Viðtal við Sigurð Samúelsson, sjötugan	18	2	7
- Varnaraðgerðir bera árangur. Rannsókn í Oslo	19	1	1
Svæfingar við kransæðaðgerðir. Hjörtur Sigurðsson	23	1	1
Sykurski erfist fremur frá föður en móður. Frétt	22	1	3
Takið á með Hjartavernd. Eflið forvarnir. Stefán Júliusson	23	1	18
Timaritið Hjartavernd 20 ára	20	1	3
Timaritið Hjartavernd 20 ára	20	2	1
Timaritið Hjartavernd 20 ára. Viðtal við Snorra Pál Snorrason. Stefán Júliusson	20	2	6
Timaritið Hjartavernd 25 ára. Frétt	25	2	1
Tvær félagslæknisræðilegar skýrslur. Fréttagrein	18	1	3
Uggi Agnarsson laeknir: Kransæðasjúkdómar. Horfur og meðferð	25	2	16
- Lyfjameðferð við háþrýstingi	23	1	7
- Skyndidauði	25	1	2
Um arthrosur. Jón Porsteinnsson	18	1	3
Um áhrif streitu á heilsufar. Ólafur Ólafsson	23	2	2
Um Hjartavernd og hjartaverndarmál. Viðtal við Sigurð Samúelsson sjötugan. Stefán Júliusson	18	2	7
Um horfur eftir kransæðastíflu. Gestur Þorgeirsson	21	2	3
Um orsakir og meiningarð æðakökunar. Guðmundur Þorgeirsson	20	1	4
Um vinnustreitu á Íslandi. Ólafur Ólafsson	23	2	14
Úr slysa- og sjúkraskýrslum í Bandaríkjunum. Frétt	24	1	3
Valgerður Gunnarsdóttir, sjúkrapjálfari: Hjarta-endurhæfing	23	2	2
Vannæring á spítolum? Helga Hreinsdóttir	19	1	3
Vágester tuttgustu aldar. Viðtal við Nikulás Sigfusson. Guðrún Guðlaugsdóttir	23	2	17
Velunnarar Hjartaverndar. Frétt	22	2	7
Vígreibar blóðflögur - hjartaáföll og heilablóðfall.			
Hammerschmidt, Dale, dr. Þýtt. S.J.	21	1	13
Víkkun - ný aðferð í meðferð kransæðasjúkdóma			
Guðmundur Þorgeirsson	19	2	2
Vöðvagigt. Sjúkdómur eða sjálfskaparvíti? Ingólfur S. Sveinsson	16	1	15
Dr. Williams, Roger R. laeknir: Ættgengi og hjarta-áföll. Þýtt. S.J.	18	1	10
Wood, Peter D. laeknir: Alkóhól, lípóprótín og kransæðasjúkdómar. Þýtt. S.J.	23	1	15
Yfirlæknir Hjartaverndar ver doktorsritgerð við Háskóla Íslands. Viðtal við Nikulás Sigfusson.			
Stefán Júliusson	21	2	6
Páttur Hjartaverndar í heilbrigðispjónustunni Sigurður Samúelsson	22	2	9
Pegar hjartað stansar. Leiðbeiningar. Þýtt. S.J.	7	2	16
Dr. Þorsteinn Blöndal: Áhrif tóbaksreyks á lungu og líkama og þörfin á gagnaðgerðum	20	2	3
- Meðferð reykings	23	1	10
Prengsli skafin úr kransæðum. Fréttagrein	23	1	16
Pórf. og verkanir B-vítamína. Þýtt. S.J.	20	1	14
Ættgengi og hjartaáföll. R. Williams. Þýtt. S.J.	18	1	10
Örn Elíasson: Hormón og sjúkdómar í öndunar-færum	22	1	2

Skýrsla úrvinnslustjórnar.

Á þessu starfsári var haldið áfram úrvinnslu gagna undir umsjón Úrvinnslustjórnar. Kom stjórnin saman til fundar og úrvinnslustarfa 39 sinnum á árinu.

Sú hagnýta þýðing sem Hóprannsókn Hjartaverndar getur haft fyrir forvarnir á svíði hjarta- og ædasjúkdóma byggist á því að geta metið á sem öruggastan hátt áhrif hinna ýmsu „áhættuþátt“ á sjúkdóma og dánartíðni.

Tvennt hefur öðru framar verið nauðsynlegt að gera til þess að ná þessu marki:

- Nákvæmt uppgjör á helstu áhættuþáttum og þeim breytingum sem orðið hafa á þeim á rannsóknatímum.
- Nákvæmt uppgjör á dánarorsökum þeirra sem láttist hafa. Með útgáfu heimildarrita hefur Úrvinnslustjórn í samræmi við markaða stefnu nú að mestu lokið fyrra atriðinu.

Nákvæm skráning dánarorsaka hefur frá árinu 1982 verið í höndum Guðmundar Porgeirssonar sem til þessa starfs var ráðinn í hlutastöðu, en einnig hafa unnið að þessu verkefni Páll Þórhallsson og s.l. 2 ár í hlutastöðu Guðmundur Björnsson.

Pessari skráningu, sem verið hefur geysimikið verk, er nú lokið fyrir karlahóp til 1. des. 1985 og langt komin fyrir kvennahóp. Unnið er að skráningu dánarorsaka fyrir árin 1986 og 1987. Einnig er nú verið að vinna að skráningu kransæðastíflu sem ekki var banvæn í Hóprannsókn Hjartaverndar frá upphafi (Emil Sigurðsson).

Pað verkefni sem nú er aðallega unnið að er mat á áhrifum hinna ýmsu áhættuþáttá á ævilíkur (survival analysis and competing risks) samkvæmt þeim tölfræðilíkönnum sem kennið eru við próf. D.R. Cox og sett voru fram 1971. Pessi líkön hafa sannað gildi sitt og verið mikil framför í geiningu áhættuþáttum sjúkdóma með tilkomu þeirra.

Úrvinnslustjórn og ráðgjafi Hjartaverndar í tölvunotkun, Helgi Sigvaldason, hafa sérstaklega kynnt sér framan greindar aðgerðir, útvegað nauðsynlegan hugbúnað erlendis frá og hafið tölvukeyrslu. Pað er ljóst að miklum tíma og fé þarf að verja til þessara hluta á næstu mánuðum og árum.

Hóprannsókn Hjartaverndar lýkur væntanlega á næsta ári, en þá er áætlað að fimmta áfanga kvennarannsóknar ljúki. Þar með verður lokið gagnasöfnun. Búið er að „hreinsa“ öll gögn nema 5. áfanga kvennarannsóknar, sem er ekki lokið, og prenta skrár með niðurstöðum hvers einstaklings.

Mikilvægustu heimildarrit bæði karla- og kvennahóps hafa þegar verið gefin út, alls 23. Í vinnslu eru allmög rit til viðbótar, einkum um niðurstöður úr kvennahóp. Þar af eru 4 sem eru til í handriti, tvö þeirra eru á lokastigi vinnslu: Um „blóðstatus“ kvenna (Rit XXIX) og um blóðþrysting kvenna (Rit XXXI).

Unnið er að fyrstu grein um áhrif nokkurra áhættuþáttá á ævilíkur. Hefur Guðmundur Porgeirsson umsjón með því verki.

Ljóst er að næstu verkefni verða framhald á uppgjöri áhættuþáttu. Slíkt uppgjör krefst mjög sérhæfðar tölfræðilegrar kunnáttu. Rannsóknastjórn verður því að tryggja

sér sérfraðilega aðstoð á þessu sviði áður en lengra er haldið við þennan þátt úrvinnslu.

Par sem Úrvinnslustjórn var lögð niður í október og ný stjórn (Úrvinnslunefnd - Rannsóknastjórn) tók við þykir rétt að gefa stutt yfirlit yfir störf Úrvinnslustjórnar.

Úrvinnslustjórn þriggja manna var skipuð af Framkvæmdastjórn í júní 1971 og tók við af fimm manna úrvinnslunefnd sem þá hafði starfað um 1 árs skeið. Framkvæmdastjórn setti Úrvinnslustjórn starfsreglur en samkvæmt þeim var stjórninni m.a.a ætlað að:

- gera áætlun um framkvæmd úrvinnslu
- úthluta verkefnum til verktaka
- fylgjast með því að verkefni séu unnin í samræmi við þá stefnu, sem úrvinnslustjórn hefur markað
- taka ákvárdanir um notkun rafreiknis í samráði við ráðgjafa Hjartaverndar
- meta hvort handrit fullnægi vísindalegum kröfum og gera tillögur um breytingu á þeim, ef hún telur ástæðu til og annast útgáfu þeirra
- gera tillögur til framkvæmdastjórnar um ráðningu manna við úrvinnslu.

Í Úrvinnslustjórn hafa átt sæti Ottó J. Björnsson, tölfaræðingur, Davíð Davíðsson, prfessor, og og Nikulás Sigfusson, yfirlæknir. Formaður stjórnarinnar var Ottó J. Björnsson til ársins 1976 en síðan Nikulás Sigfusson.

Til leiðbeininga höfundum við ritsmíðar voru samdar og gefnar út 1974 „Leiðbeiningar um skýrslugerð“ en í þeim leiðbeiningum er reynt að staðla sem flest atriði ritsmíða til að flýta fyrir og auðvelda gerð þeirra.

Ottó J. Björnsson beitti sér fyrir þátttöku Helga Sigvaldasonar, lic. tech., Nikulásar Sigfussonar og Ottós J. Björnssonar í samnorraðu námskeiði í tölfræðilegri úrvinnslu gagna er snerta ævilíkur („Statistisk analyse af overlevelsedata“) sem haldið var í Gautaborg 1983 á vegum ráðherranefndar Norðurlandaráðs.

Úrvinnslustjórn hefur í samræmi við starfsreglur sínar um varktaka og ráðningu manna til úrvinnslustarfa fengið fjölda innlendra og erlendra sérfræðinga til ákveðinna úrvinnsluverkefna. Fjöldi þeirra sem skilað hafa af sér einu eða fleiri verkefnum er um 80. út hafa komið 23 ítarleg (100-150 bls.) heimildarrit. Prjú þeirra hafa verið birt sem fylgirit við erlend læknarit. Út hafa komið á prenti 147 fræðilegar greinar í læknaritum innlendum og erlendum. Alls hafa þannig komið út 170 fræðileg ritverk sem fjalla um niðurstöður úr Hóprannsókn Hjartaverndar.

Á s.l. starfsári komu út 23 ritverk og haldnir voru 13 fyrirlestrar á læknaþingum um niðurstöður úr rannsóknum Hjartaverndar. (Sjá nánar skrár yfir rit og erindi)

Skýrslur, rit, greinar og erindi lækna og ráðgjafa Rannsóknars töðvar Hjartaverndar

Starfsárið 1988

Skýrslur, rit og greinar.

1. Ársskýrsla Rannsóknars töðvar Hjartaverndar.

Starfsárið 1/1 1987 - 31/12 1987.

Reykjavík, 1987.

- Ottó J. Björnsson, Davíð Davíðsson, Baldvin P. Kristjánsson, Nikulás Sigfusson, Þorsteinn Þorsteinsson: **Serum Total Cholesterol and Triglycerides in Icelandic Females Aged 34-61 Years.**

- Health Survey in the Reykjavík Area. Report a XI. Reykjavík, 1988.
3. Ólafur Ólafsson: **Atvinna, húsnæði, heilsufar og félags legar aðstæður 16 starfsflokka karla á höfuðborgarsvæðinu á aldrinum 41-68 ára.** Hóprannsókn Hjartaverndar 1974-76. Rit C XXI. Reykjavík, 1988.
 4. A. Pajala, K. Kuulasmaa, S. Tuomilehto, E. Ruokokoski: **Geographical variation in the major risk factors of coronary heart disease in men and women aged 35-64 years. The WHO MONICA Project.** World Health Stat. Q. 41: 115-140, 1988.
 5. Gudrun Skuladóttir, Elsa Benediktsdóttir, Thordur Hardarson, Jonas Hallgrímsson, Guðmundur Oddsson, Nikulás Sigfusson and Sigmundur Gudbjarnason: **Arachidonic Acid Level of Non-esterified Fatty Acids and Phospholipids in Serum and Heart Muscle of Patients with Fatal Myocardial Infarction.** Acta Med. Scand. 223: 233-238, 1988.
 6. Einar Ragnarsson, Sigurjón H. Ólafsson, Sigfús Pór Elíasson: **Tennur og tannleysi 52ja-79 ára karla í Hóprannsókn Hjartaverndar 1985-1986.** Læknablaðið 74: 57-65, 1988.
 7. Einar Ragnarsson, Sigurjón H. Ólafsson, Sigfús Pór Elíasson: **Munnferli karla 52ja-79 ára í Hóprannsókn Hjarta verndar 1985-1986.** Læknablaðið 74: 403-409, 1988
 8. Ársæll Jónsson: **Heilsufar aldraðra höfuðborgarbúa.** Heilbrigðismál 1: 403-409 1988.
 9. T. Jónsson, J. Thorsteinsson, A. Kolbeinsson, E. Jónasdóttir, B. Sigurgeirsson, N. Sigfusson, O.J. Björnsson, H. Valdimarsson: **A population study of the prognostic significance of rheumatoid factor.** Scand. J. Rheumatology, Suppl. 72, 1988
 10. Nikulás Sigfusson: **Rannsóknarstöð Hjartaverndar.** Árskýrsla Vísindaráðs og Rannsóknarráðs ríkisins 1986 og 1987. Rannsóknir á Íslandi (bls. 94 og 130), Nóv. 1988.
 11. Nikulás Sigfusson: **Offita.** Manneldi og neysla. Rit Heilbrigðis og tryggingamálaráðuneytisins 1/1989 bls. 71-81.
 12. Ugo Agnarsson, Thordur Hardarson, Nikulas Sigfusson: **Hypertrophic Cardiomyopathy identified by ECHOscreening. Prevalence and clinical significance (Abstract).** Circulation Monographs No. 10. Abstracts from the 61st scientific sessions, American Heart Association, November 14-17, Washington, DC.
 13. U. Agnarsson, T. Hardarson, N. Sigfusson: **Prevalence of hypertropic cardiomyopathy in men. (Abstract).** Europ. Heart J. Abstract Supplement I Vol. 9, p. 294, Xth Congress of the European Society of Cardiology, 1988.
 14. Ugo Agnarsson, Pórður Harðarson, Nikulás Sigfusson: **Algengi hjartavöðvasjúkdóms meðal íslenskra karlmannna (Abstract).** Læknablaðið, 75, 43, 1989.
 15. Ársæll Jónsson, Helgi Sigvaldason, Nikulás Sigfusson, Guðjón Magnússon: **Áhættupættir aldraðs fólk í Reykjavík. Framvirk fjölpáttá ferilrannsókn (Abstract).** Ráðstefna um rannsóknir í læknadeild 11. og 12. nóvember 1988. Reykjavík 1988.
 16. Porbjörn Jónsson, Jón Porsteinsson, Arinbjörn Kolbeinsson, Erna Jónasdóttir, Nikulás Sigfusson, Ottó J. Björnsson, Bárður Sigurgeirsson og Helgi Valdimarsson: **Forspárgildi hækkaðra gigtarþáttta (RF) í einkennalausum Íslendingum.** Ráðstefna um rannsóknir í læknadeild 11. og 12. nóvember 1988. Reykjavík 1988.
 17. Nikulás Sigfusson: **The Reykjavík Study: Changes in hypertension control in men and women during a 12 year follow-up.** IX. Scandinavian Symposium on Atherosclerosis Research, 9-10 june 1988, Reykjavík (Book of Abstracts)
 18. Davíð Davíðsson, Ottó J. Björnsson, Hörður Filippusson, Nikulás Sigfusson, Porsteinn Porsteinsson: **The Reykjavík Study: Serum total cholesterol and triglycerides - 8 year follow-up study of men and women.** IX. Scandinavian Symposium on Atherosclerosis Research, 9-10 june 1988, Reykjavík (Book of abstracts).
 19. Nikulás Sigfusson, Davíð Davíðsson, Ottó J. Björnsson, Porsteinn Porsteinsson: The Reykjavík Study: Aims and organization. IX. Scandinavian Symposium on Atherosclerosis Research, 9-10 june 1988, Reykjavík (Book of Abstracts).
 20. O.J. Björnsson, D. Davíðsson, B.P. Kristjánsson, N. Sigfusson: **The Reykjavík Study: Changes in smoking habits over 2 decades.** IX. Scandinavian Symposium on Atherosclerosis Research, 9-10 june 1988, Reykjavík (Book of Abstracts).
 21. J. Axelsson, G. Pétursdóttir, N. Sigfusson, S.B. Sigurðsson and A.B. Way: **Cardiovascular risk factors in genetically comparable populations.** IX. Scandinavian Symposium on Atherosclerosis Research, 9-10 june 1988, Reykjavík (Book of Abstracts).
 22. J. Axelsson, G. Pétursdóttir, N. Sigfusson, S.B. Sigurðsson and A.B. Way: **Cardiovascular risk factors in genetically comparable youngsters living in Iceland and Canada: Body morphology and blood lipids.** IX. Scandinavian Symposium on Atherosclerosis Research, 9-10 june 1988, Reykjavík (Book of Abstracts).
 23. Gunnar Sigurdsson and Thorsteinn Thorsteinsson: **Experience with LOVASTATIN HMG-CoA reductase inhibitor in hyperlipoproteinemia.** IX. Scandinavian Symposium on Atherosclerosis Research, 9-10 June 1988, Reykjavík (Book of Abstracts).

Erindi:

1. Ugo Agnarsson, Thordur Hardarson, Nikulás Sigfusson: **Hypertrophic cardiomyopathy identified by ECHO-screening. Prevalence and clinical significance.** Erindi flutt á 61st Scientific Sessions, American Heart Association, Nov. 14-17, 1988, Washington, DC.
2. U. Agnarsson, T. Hardarson, N. Sigfusson: **Prevalence of hypertrophic cardiomyopathy in men.** Erindi flutt á Xth Congress of the European Society of Cardiology, Aug. 28-Sept. 1, 1988, Vín
3. Ársæll Jónsson, Helgi Sigvaldason, Nikulás Sigfusson, Guðjón Magnússon: **Áhættupættir aldraðs fólk í Reykjavík. Framvirk fjölpáttá ferilrannsókn.** Erindi flutt á Ráðstefnu um rannsóknir í læknadeild 11. og 12. nóv. 1988.
4. Porbjörn Jónsson, Jón Porsteinsson, Arinbjörn Kolbeinsson, Erna Jónasdóttir, Nikulás Sigfusson, Ottó J. Björnsson, Bárður Sigurgeirsson og Helgi Valdimarsson: **Forspárgildi hækkaðra gigtarþáttta (RF) í einkennalausum Íslendingum.** Erindi flutt á Ráðstefnu um rannsóknir í læknadeild 11. og 12. nóv. 1988.
5. T. Jónsson, J. Thorsteinsson, A. Kolbeinsson, E. Jónasdóttir, B. Sigurgeirsson, N. Sigfusson, O.J. Björnsson, H. Valdimarsson: **A population study of the prognostic significance of rheumatoid factor.** Erindi flutt á XXII. Scandinavian Congress of Rheumatology, Reykjavík, 31. maí - 3. júní 1988.
6. Nikulás Sigfusson: **The Reykjavík Study: Changes in hypertension control in men and women during a 12 year follow-up.** Erindi (poster) á IX. Scandinavian Symposium on Atherosclerosis Research, Reykjavík, 9.-10. júní 1988.
7. Davíð Davíðsson, Ottó J. Björnsson, Hörður Filippusson, Nikulás Sigfusson, Porsteinn Porsteinsson: **The Reykjavík Study: Serum total cholesterol and triglycerides - 8 year follow-up study of men and women.** Erindi (poster) á IX. Scandinavian Symposium on Atherosclerosis Research, Reykjavík, 9.-10. júní 1988.
8. Nikulás Sigfusson, Davíð Davíðsson, Ottó J. Björnsson, Porsteinn Porsteinsson: **The Reykjavík Study: Aims and organization.** Erindi (poster) á IX. Scandinavian Symposium on Atherosclerosis Research, Reykjavík, 9.-10. júní 1988.
9. O.J. Björnsson, D. Davíðsson, B.P. Kristjánsson, N. Sigfusson: **The Reykjavík Study: Changes in smoking habits over 2 decades.** Erindi (poster) á IX. Scandinavian Symposium on Atherosclerosis Research, Reykjavík, 9.-10. júní 1988.
10. J. Axelsson, G.A. Kristjánsson, J.Ó.P. Pálsson, G. Pétursdóttir, N. Sigfusson, S.B. Sigurðsson and A.B. Way: **Cardiovascular risk factors in genetically comparable populations.** Erindi (poster) á IX. Scandinavian Symposium on Atherosclerosis Research, Reykjavík, 9.-10. júní 1988.
11. J. Axelsson, G. Pétursdóttir, N. Sigfusson, S.B. Sigurðsson and A.B. Way: **Cardiovascular risk factors in genetically comparable youngsters living in Iceland and Canada: Body morphology and blood lipids.** Erindi (poster) á IX. Scandinavian Symposium on Atherosclerosis Research, Reykjavík, 9.-10. júní 1988.

12. Uggí Agnarsson, Þórður Harðarson, Nikulás Sigfússon: **Algengi hjartavöðvasjúkdóms meðal íslenskra karlmannna.** Erindi flutt á VIII. þungi Félags íslenskra lyflækna á Ísafirði 3.- 5. júní 1988.
13. Gunnar Sigurdsson and Thorsteinn Thorsteinsson: **Experience with LOVASTATIN HMG-CoA reductase inhibitor in hypolipoproteinæmias.** Erindi flutt á IX. Scandinavian Symposium on Atherosclerosis Research, Reykjavík, 9.-10. júní 1988.

Starfsfólk á Rannsóknarstöð Hjartaverndar í Reykjavík.

	Vinnutími
Björk Snorradóttir, meinatæknir	1/2 daginn (frá jan. '68)
Edda Emilsdóttir, meinatæknir	1/2 b (lét af störfum 1/2)
Edda Imsland, móttaka	1/2 –
Elínborg Sveinbjarnardóttir, ritari	1/1 –
Guðrún S. Jóhannsdóttir, hjúkrunarfr.	1/2 –
Helga Helgadóttir, meinatæknir	1/2 –
Inga I. Guðmundsdóttir, "Monica"-ranns.	1/2 –
Ingibjörg Stefánsdóttir, "Monica"-ranns.	1/1 –
Jóhanna Svavarssdóttir, rannsóknarst.	1/2 – (lét af störfum 1/2)
Linda Wendel, meinatæknir	1/2 –
Margrét Björgvinsdóttir, móttaka	1/2 – (frá 1/1)

María Másdóttir, rannsóknarst.	1/2 –
Nikulás Sigfússon, yfirlæknir	1/1 –
Sigurbjörn Björnsson, læknir	1/2 – (frá 10/10)
Stefanía Kemp, ritari	1/2 –
Svandís Jónsdóttir, hjúkrunarforstjóri	1/2 –
Uggi Agnarsson, læknir	1/2 –
Porsteinn Porsteinsson, lifefnafr.	1/2 –
Pórunn Jensen, rannsóknarst.	1/2 –

Dr. Sigurður Samúelsson, próf. emeritus, vann við kliniska skoðun einu sinni í viku í janúar og febrúar.

Ráðgjafar:

Sigurður Samúelsson, prófessor emeritus	
Davíðsson, prófessor, yfirlæknir	
Snorri P. Snorrason, prófessor, yfirlæknir	
Guðmundur Björnsson, prófessor, yfirlæknir	
Örn Smári Arnalds, yfirlæknir	
Helgi Sigvaldason, verkfraðingur	
Ottó J. Björnsson, tölfræðingur	
Porkell Bjarnason, yfirlæknir	
Guðmundur Þorgeirsson, læknir	

Aðalfundur Hjartaverndar 1989

Aðalfundur Hjartaverndar var haldinn fimmtudaginn 16. mars síðastliðinn.

Formaður, dr. Sigurður Samúelsson, setti fundinn og minntist í upphafi Eyþórs Tómassonar á Akureyri og annarra fallinna félaga.

Fundarstjóri var kosinn Stefán Júlíusson og fundarritari Hjördís Kröyer.

Formaður flutti skýrslu stjórnar og greindi frá helstu verkefnum á árinu 1988. Hann vísaði til skýrslu Rannsóknarstöðvar og reikninga samtakanna en þessi plögg lágu fjörlituð fyrir fundinum. Hann benti á óvenjulegan fjárhag að þessu sinni sem stafaði frá erfðafé og gjöfum sem Hjartavernd hefði hlotnast á árinu. Væri það þakkarvert og hvetti til dáða. Hann rakti helstu þætti í fræðslustarfsemi á árinu, útgáfu skýrslna, tímarits og lýsti fræðslufundi sem haldinn var fyrir allmenning. Hann greindi frá umræðum og ákvörðunum um skipulagsbreyting-

ar í stjórnarháttum samtakanna, nýjum nefndum og ráðum. Lét hann í ljós þá von að þessar breytingar yrðu til eflingar starfinu. Endurhæfingarstöð fyrir hjarta- og lungnasjúklinga tæki til starfa í næsta mánuði og væri Hjartavernd stofnaðili að stöðinni. Þá þakk-aði formaður starfsfólk samtalokanna, félögum og velunnurum góð störf, velvilja og hlýhug.

Dr. Nikulás Sigfússon yfirlæknir gerði nánari grein fyrir ýmsum þáttum í skýrslu Rannsóknarstöðvar. Hjördís Kröyer skýrði reikninga.

Í aðalstjórn Hjartaverndar eru 15 menn og ganga 5 úr árlega en stjórnarmenn eru kosnir til þriggja ára í senn. Þá eru 5 varamenn kosnir árlega. Eftir þennan aðalfund eiga eftirtaldir 15 menn sæti í aðalstjórn Hjartaverndar: Davíð Davíðsson, Eyjólfur Konráð Jónsson, Geir Hallgrímsson, Guðmundur Þorgeirsson, Helgi Þorláksson, Karl Friðrik Kristjánsson, Magnús Karl Pétursson, Páll Gíslason, Páll Sigurðs-

son, Ragnar S. Halldórsson, Sigurður Samúelsson, Snorri Páll Snorrason, Stefán Júlíusson, Porkell Guðbrandsson og Pórarinn Pórarinsson. Í varastjórn eiga sæti: Gunnlaugur Jóhannesson, Akureyri, Jón Gíslason, Reykjavík, Knútur Höriis, Keflavík, Svein Guðmundsson, Akranesi og Þórður Harðarson, Reykjavík. Endurskoðendur eru: Brynhildur Andersen og Sigríður Valdimarsdóttir, til vara Haukur Þorleifsson.

Að loknum aðalfundi var fundur haldinn í aðalstjórn. Var verkefni fundarins að kjósa framkvæmdastjórn lögum samkvæmt. Í framkvæmdastjórn eiga nú sæti: Sigurður Samúelsson formaður, Snorri Páll Snorrason varastjóri, Davíð Davíðsson ritari, Helgi Þorláksson gjaldkeri og Stefán Júlíusson. Varamenn: Guðmundur Þorgeirsson og Magnús Karl Pétursson. Varamenn eru jafnan boðaðir á fundi framkvæmdastjórnar og taka þátt í störfum hennar.

Endurhæfingarstöð fyrir hjarta- og lungnasjúklinga í Reykjavík

Eins og skýrt var frá í síðasta blaði var sett á stofn endurhæfingarstöð fyrir hjarta- og lungnasjúklinga á síðastliðnum vetri. Tók hún til starfa í æfingastöð Styrktarfélags lamaðra og fatlaðra að Háaleitisbraut 11-13 1. apríl síðastliðinn.

Hinn eiginlegi stofnfundur fulltrúaráðsins sem stendur að starfrækslu stöðvarinnar, samkvæmt skipulagsskrá, var haldinn í húsakynnum Hjartaverndar að Lágmúla 9 fimmudaginn 12. desember 1988. Þar var kosin stjórn fulltrúaráðsins. Hana skipa: Stefán Júlfusson formaður, Davíð Gíslason varaformaður og Guðmundur K. Steinbach ritari. Því næst var kosin framkvæmdastjórn endurhæfingarstöðvarinnar. Hana skipa: Haraldur Steinþórsson formaður, Björn Magnússon ritari og Karl Friðrik Kristjánsson gjaldkeri. Í varastjórn voru kjörin: Kristín Fenger, Magnús Karl Pétursson og Valgerður Gunnarsdóttir. Varastjórn er boðuð á fundi framkvæmdastjórnar og starfar með henni.

Endurhæfingarstöð fyrir hjarta- og lungnasjúklinga var formlega opnuð með samkomu í húsakynnunum á Háaleitisbraut 1. apríl. Gestum var fyrst boðið upp á veitingar en síðan var safnast saman í æfingasal. Formaður fulltrúaráðs, Stefán Júlfusson, bauð gesti velkomna og skýrði samkomunni.

Formaður framkvæmdastjórnar, Haraldur Steinþórsson, lýsti aðdraganda að stofnun stöðvarinnar, starfs-

mannaráðningum og starfstilhögum. Hann greindi frá því að Magnús B. Einarson hefði verið ráðinn yfirlæknir fyrst í stað og svaraði starf hans til rúmlega fjórða hluta úr stöðu. Fleiri læknar yrðu ráðnir í hlutastöður, hjarta- og lungnasérfraeðingar. Yfirsjúkraþjálfari hefði verið ráðin Soffía Steinunn Sigurðardóttir í hálf starf. Fleiri þjálfarar yrðu einnig ráðnir. Þá gat hann þess að starfsleyfi væri fengið frá Heilbrigðis- og tryggingamálaráðuneyti og Tryggingarstofnun hefði samþykkt greiðslur til stöðvarinnar.

Karl Friðrik Kristjánsson skýrði frá tækjakaupum til viðbótar þeim tækjum sem fyrir voru í æfingasalnum. Alls höfðu verið keypt tæki fyrir rúmlega 5 millj. kr. Stofnaðilarnir þrír, Hjartavernd, Landssamtök hjartasjúklinga og SÍ.B.S. lögðu fram kr. 500 þús. hvert, Landssamtokin 2 millj. kr. að auki og sumt var fengið að láni.

Magnús B. Einarson hjartaendurhæfingarlaeknir skýrði frá fyrirhuguðu starfi á stöðinni, flokkaskiptingu þátttakenda í þjálfun, fyrirkomulagi á starfsemi o.s.frv.

Soffía Steinunn Sigurðardóttir yfirsjúkraþjálfari skýrði frá æfingatínum, þjálfunarpáttum og stigum endurhæfingar.

Þá ávarpaði heilbrigðis- og tryggingaráðherra, Guðmundur Bjarnason, samkomugesti, óskaði forsvarsmönnum til hamingju með opnun stöðvarinnar og þakkaði framtakið. Hann sagðist vera þess fullviss að hér væri stigið merkilegt spor í heilbrigðismálum, væntanlegum þátttakendum í endurhæfingu til bóta og blessunar og þjóðinni allri til heilla.

Aðsókn að endurhæfingarstöðinni var mjög góð frá upphafi, svo að færri komust að en vildu. Ætlunin er að tímabilið fram á hausið sé reynslutími hvað starf og rekstur áhrærir. Síðan verði athugað um framhald og áætlun lögð til frambúðar.

Aðsókn að endurhæfingarstöðinni var mjög góð frá upphafi. Ætlunin er að tímabilið fram á haustið sé reynslutími hvað starf og rekstur áhrærir. Síðan verði athugað um framhald og áætlun lögð til frambúðar.

Aðalfundur fulltrúaráðs stöðvarinnar var haldinn 25. maí síðastl. samkvæmt stofnskrá. Var hann haldinn á Háaleitisbraut 13-15. Fundurinn var nánast framhaldsstofnfundur og voru sömu menn kjörnir í stjórn fulltrúaráðsins og framkvæmdastjórn og varastjórn. Stjórn fulltrúaráðs er kosin til tveggja ára en framkvæmdastjórn og varamenn hennar til þriggja ára.



Framkvæmdastjórin, aðalstjórn og varastjórn: Karl Friðrik Kristjánsson, Valgerður Gunnarsdóttir, Haraldur Steinþórsson, Magnús Karl Pétursson, Kristín Fenger og Björn Magnússon.



Eybór Tómasson



Formaður Hjartaverndar,
Sigurður Samúelsson, minntist Eyþórs á
aðalfundinum 1989 á þessa lund:

Eybór Tómasson, forstjóri sælgætis verksmiðjunnar "Lindu", Akureyri, dó í lok s.l. árs, 85 ára að aldri.

Hann var mikill athafnamaður um ævina á ýmsum sviðum, lærður trésmiður, rak verslun, en hæst bar störf hans er hann á miðjum starfsferli sínum stofnaði sælgætisverksmiðjuna "Lindu", sem hann rak með glæsibrag til æviloka. Var hann þar mikill fráúrsteftumaður. Komu þar best í ljós mannkostir hans: dugnaður, framsýni og hagkvæmni, þegar hann, maður lítt þekktur eða kunnugur þessum atvinnuvegi, reisti á fáum árum vönduðustu og nýtískulegstu verksmiðju þessarar atvinnugreinar á Íslandi.

Ég minnist þessara atriða vegna þess að ég kynntist Eyþóri heitnum gegnum sameiginlegan vin fyrir 25-30 árum. Var það engin tilviljun að ég leitaði til hans um framkvæmd alla við stofnun Hjartaverndarfélags Akureyrar. Hann reyndist líka sá bústólpí í starfi félags-

ins að segja má að hann hafi af eigin dáð haldið lífi í félagsskapnum alla tíð sem gjaldkeri þess. Hefur Eyþór heittinn með því starfi sínu skipað sér í fremstu línu forvígismanna Hjartaverndarsamtakanna.

Í þessu sambandi verð ég að geta hins mikla dugnaðar og framkvæmda hans þegar hópskoðun karla og kvenna var sett af stað á Akureyrar- og Eyjafjarðarsvæðinu. Er mér kunnugt um að Eyþór hringdi til hinna ýmsu hreppsnefndarmanna kringum allan Eyjafjörð, kynnti þá rannsókn sem til stæði og bað um fjárhagslega aðstoð. Tókst honum að fá fjárfamlög frá öllum hreppum sýslunnar. Auk þess útvegaði hann tæki og húsnaði til rannsóknarinnar. Að henni lokinni vildi svo til að húsnaði þetta var tekið til notkunar heilsuverndarstöðvar Akureyrar.

Eyjafjarðar- og Akureyrarrannsóknin er sú langstærsta utan Reykja-

víkursvæðisins, sem farið hefir fram á vegum Hjartaverndarsamtakanna. Rannsóknin var framkvæmd febr. 1971 til maí 1973. Komu til skoðunar 2170 eða 83% af boðuðum.

Sem áður var getið var Eyþór gjaldkeri félagsins alla tíð og hélt Týrarhendi yfir fjárhag þess. Hann létt af þeim störfum á aðalfundi í nóv. sl. og viku síðar lést hann.

Hjartaverndarsamtökin hafa átt því láni að fagna að eignast marga og góða frumkvöðla í byrjun starfsemi sinnar, sem nú eru margir gengnir til feðra sinna. Sómir nafn Eyþórs Tómassonar sér þar vel.

Forsvarsmenn Hjartaverndarsamtakanna þakka honum giftudrjúg störf í þágu samtalanna sem vonandi gleymast eigi á næstunni í hans heimabyggð.

Ég flyt Eyþóri alúðarfyllstu þakkir fyrir mikilvæg störf til handa Hjartaverndarsamtökunum.

Ritgerðir skólanemenda

Skólanemendur í ýmsum grunnskólum skrifa ritgerðir um hjarta- og æðasjúkdóma í líffræðinámi sínu. Byggja þeir þá á upplýsingum sem þeir lesa sér til um í bæklingum Hjartaverndar og öðrum ritum. Sumir leita sér upplýsinga hjá yfirlæknir Rannsóknarstöðvar Hjartaverndar eða hann heldur erindi í skóla þeirra.

Hér eru þrjú sýnishorn af forsíðum þriggja ritgerða nemenda úr Ölduselsskóla. Að ritgerðunum stunda tveir nemendur saman, þrír eða fjórir. Höfundar ritgerðarinnar efst á síðunni eru: Jóhann B. Fjalldal, Júlíus Fjeldsted, Benedikt Stefánsson og Pórir A. Karlsson.

ÖLDUSELSSKÓLI
HEIMILISRITGERÐ

7.12.'88

HJARTA- OG KRANSÉDA-
SJÚKDÓMAR

Silja Rún Guðmundsdóttir
og
Hjörðis Þóra Ingþorsdóttir
S.S.B.

Hjarta- og æðasjúkdómar

Hjartavernd
Hjartavernd
Hjartavernd
Hjartavernd
Hjartavernd
Hjartavernd

Heimilistræði

Ölduselsskóli
Vetur'88-9

TENGSL MATARADÍS OG
HJARTA- OG KRANSÉDASJÚKDÓMA

Björnvin Skúli Sigurðsson,
Indriði Freyr Indriðason,
Guðmundur Róðmar Sigríðsson,
S.S.B.

Koffein og heilbrigði

Koffeinmagn í algengum neysluvörum

Efnisflokkur:

	Koffein, mg:
1 bolli kaffi úr kaffivél	100-150
1 bolli pokasíð kaffi	100-120
1 bolli skyndikaffi	86-99
1 bolli koffinslaust kaffi	2-4
1 bolli te	60-72
1 bolli kakó	50
1 dl. kóladrykkur	45-75
30 mg. mjólkursúkkulaði	4-7
30 g. sætveiskt súkkulaði	30
1 hóstatafla af ýmsum gerðum	30
1 örvinartafla án lyfseðils	100-200

Vísindamenn hafa komist að raun um að koffein er skaðlaust heilsu manna sé þess neytt í hófi. Mikil neysla koffeins snögglega getur þó haft áhrif á þá sem því eru óvanir. Eða eins og segir í leiðara British Medical Journal á árinu 1987: „Koffein virðist vera skaðlaust mannslíkamanum nema þá í geysistórum skömmum.“

Fjórði fulltrúafundur hjartaverndarfélaga í Evrópu

Dagana 31. maí-3. júní 1989 var haldinn í Lysebu við Osló fundur fulltrúa frá hjartaverndarfélögum í tólf Evrópulöndum, þ.e. frá Belgíu, Bretlandi, Danmörku, Finnlandi Hollandi, Írlandi, Íslandi, Noregi, Portúgal, Spáni og Pýskalandi. Auk þess hélt erindi á fundinum fulltrúi frá Hjartaverndarfélagi Bandaríkjanna.

Norðmennirnir höfðu vandað mjög til þinghaldsins, bæði hvað varðar umræduefni og fræðsluerindi. Gestrisni var frábær en fulltrúar voru gestir norsku samtakanna mótsdagana.

Viðfangsefni fundarins var **forvarnir og fjároflun í págu þeirra**. Kom fram í umræðum að forvarnir skiliðu því að eins árangri að áhugasamir sjálfbaliðar og fulltrúar í stöðum hjá því opinbera, í sveitarfélögum og ráðuneytum, tækju höndum saman við sérfræðinga og vektu almenning til meðvitundar um þýðingu mataræðis og líkamsþjálfunar í baráttunni við hjarta- og aðasjúkdóma.

Mikið var rætt um kólesteról á fundinum. Hjartaverndarfélögin í Danmörku og Hollandi, sem bæði eru mjög öflug samtök, höfðu gert áreið í heimalöndum sínum til að vekja almenning til umhugsunar um þá hættu sem stafaði af of mikilli blóðfitu. Norsku samtökini höfðu sömuleiðis gert út herferð í sama tilgangi. Var auðheyrt á sérfræðingum og leikmönnum sem lögðu orð í belg að kólesteról er mjög í brennidepli um þessar mundir þegar rætt er um forvarnir gegn hjarta- og aðasjúkdómum og þá ekki síst kransæðastíflu.

Mjög skýrt kom fram í umræðum að oft er við ramman reip að draga þegar vekja þarf áhuga stjórnvalda á sjálfssögðstu viðbrögðum í forvörnum. Pau vilja daufheyrist við í lengstu lög og liggja til þess margar og mismunandi ástæður. Feitmeti er víða varhugavert umræðuefni.

Fróðlegt var að heyra um þau miklu vinnubrögð sem Hjartaverndarfélag

Bandaríkjanna leggur í viðureign sinni við yfirvöld í Washington, D.C., bæði þingmenn og stjórnarráðsstarfsmenn. Félagið hefur skrifstofu í höfðuborginni sem einungis fæst við það verkefni að hafa áhrif á þing og stjórn. Pótt þetta sé allt í minna mæli í starfi félaganna í Evrópu mátti vel merkja að stjórnvöld skipta miklu málí þegar um forvarnir gegn sjúkdóum er að ræða. Fulltrúar allra félaganna greindu frá helstu verkefnum og störfum í sínu landi. Pað vekur mikla athygli að Hjartavernd skuli reka eigin rannsóknarstöð. Öll félögin safna miklu fé til rannsókna en veita það á margvíslegan hátt til ýmissa stofnana og einstaklinga. Yfirleitt eru þær rannsóknir sem þannig eru styrktar af félögunum af svipuðum toga og þær rannsóknir sem Hjartavernd hefur haft með höndum síðastliðin tuttugu ár. Fulltrúi Hjartaverndar á fundinum í Osló var Stefán Júlfusson.

Eftirtalin fyrirtæki hafa styrkt bessa útgáfu Hjartaverndar

Alþýðusamband Íslands
Grensásvegi 16 – Sími 83044

Apótek Austurbæjar
Háteigsvegi – Sími 621044

Árbæjarapótek
Hraunbæ 102 – Sími 75200

A. Karlsson hf.
Brautarholti 28 – Sími 27444 og 27780

**Ásbjörn Ólafsson
heildverslun**
Borgartúni 33 – Sími 24440

Áburðaverksmiðjan
Gufunesi – Sími 673200

Bílaklæðningar hf.
Kársnesbraut 100 Kópavogi
Sími 40040

**Bílaverkstæðið
hemlastilling hf.**
Súðarvogi 14 – Sími 30135

**Björn & Halldór hf.
vélaverkstæði**
Síðumúla 19 – Sími 36030

**Bókabúð
Máls og menningar**
Laugavegi 18 – Sími 24240

B.S.R.B.
Grettisgötu 89 – Sími 26688

Bæjarleiðir
Langholtsvegi 115 – Sími 33500

Endurprent sf. offsetprentsm.
Egilsgötu 18 – Sími 21818

**Endurskoðunarskrifstofa
Porkels Skúlasonar**
Hamraborg 5, Kópavogi – Sími 43666

Endurskoðun hf.
Suðurlandsbraut 18 – Sími 686533

Efnagerðin Valur
Dalshrauni 11 – Sími 53866

Farmasía hf.
Brautarholti 2 – Sími 25933

**Fjölrítunarstofa
Daniels Halldórssonar**
Ránargötu 19
Skeifunni 6 – Sími 12280 og 688280

**G.J. Fossberg
vélaverslun hf.**
Skúlagötu 63 – Sími 18560

Gúmmisteypa P. Lárussonar
Hamarshöfða 9 – Sími 674467

Gamla Kompanið hf.
Bíldshöfða 18 – Sími 36500

Garðsapótek
Sogavegi 108 – Sími 33090

Gleraugnaverslunin Optic
Hafnarstræti 20 – Sími 11828

**Harpa hf.
lakk og málningarverskm.**
Stórhöfða 44 – Sími 674400

Háaleitis apótek
Háaleitisbraut 68 – Sími 82100

Hurðaiðjan sf.
Kársnesbraut 98, Kópavogi
Sími 43411

Ingólfss Apótek
Kringlunni 8-12 – Sími 689970

Iðja félag verksmiðjufólks
Skólavörðustíg 16 – Sími 12537



KASSAGERÐ REYKJAVÍKUR HF.
KLEPPSVEGI 33 105 REYKJAVÍK SÍMI 38383

**Ljósprentstofa
Sigr. Zöega & co.**
Austurstræti 10 – Sími 13466

Löggildir endurskoðendur hf.
Ármúla 40 – Sími 686377

Mjólkurfélag Reykjavíkur
Laugavegi 164 – Sími 11125

Mögnun sf.
Ármúla 32 – Sími 681322

Prentsmiðjan Oddi hf.
Höfðabakka 7 – Sími 83366

Radioþjónusta Bjarna
Síðumúla 17 – Sími 83433

Spindill hf.
Vagnhöfða 8 – Sími 83900

**Sparisjóður Reykjavíkur
og nágrennis**

Samábyrgð Íslands á fiskiskipum
Lágmúla 9 – Sími 681400

Skil sf.
Löggiltur endurskoðendur
**Bjarni Bjarnason, Birgir
Ólafsson og Pórdís K.
Guðmundsdóttir**
Borgartúni 24 – Sími 28399

Steypustöðin hf.
Sævarhöfða 4 – Sími 680300

Vélsmiðja Heiðars hf.
Vesturvör 26 – Sími 42570

Örn og Örygur
Síðumúla 11 – Sími 84866

Verslunarmannafélag Reykjavíkur
Húsi Verslunarinnar – Sími 687100

Ogurvík hf.
Týsgötu 1 – Sími 25466

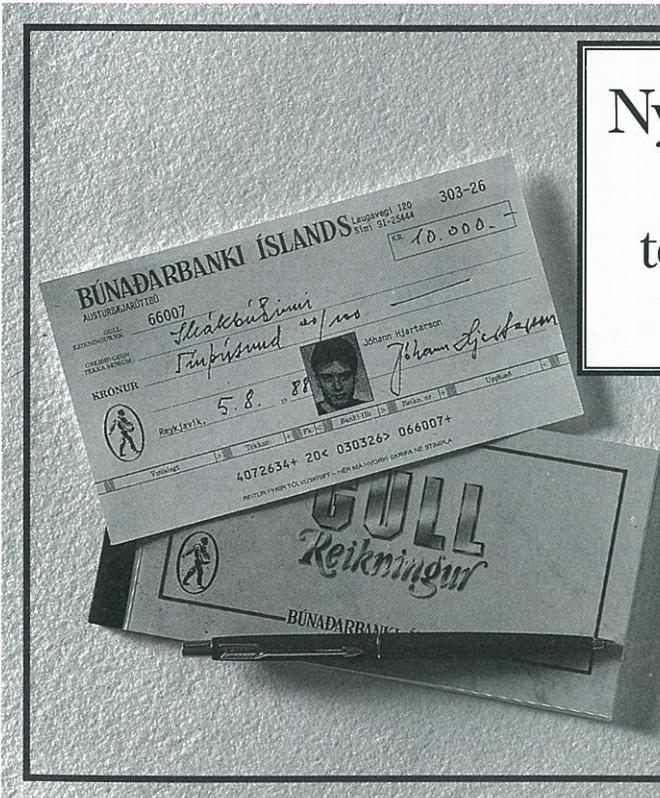
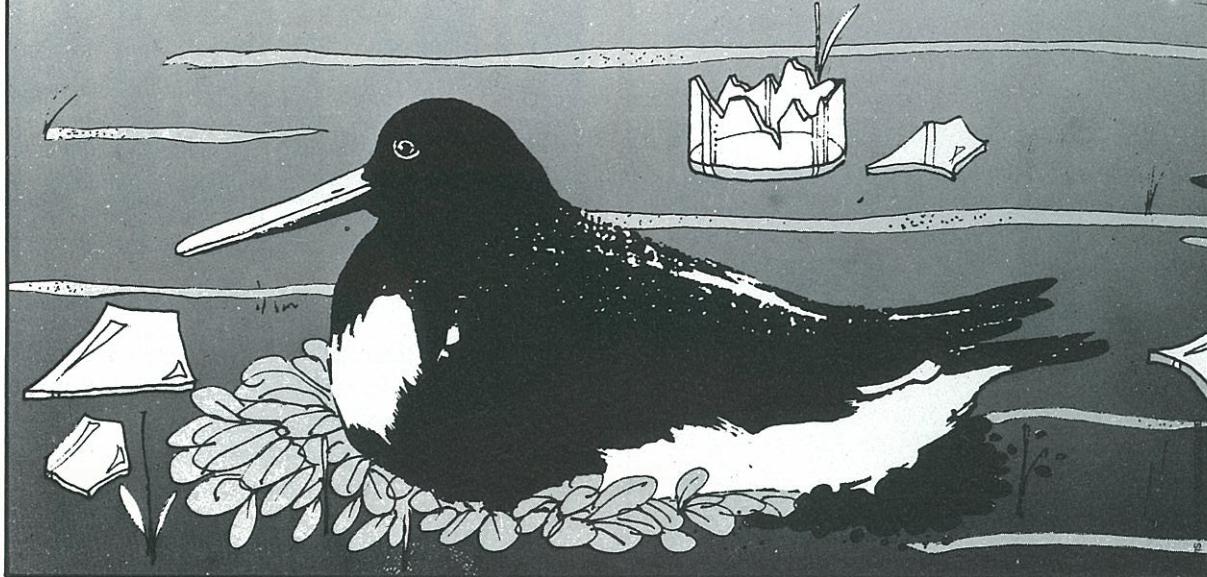
Hafnarfjörður

Síld og fiskur
Dalshrauni 98 – Sími 54711

LÁTUM LANDÍÐ Í FRÍÐI

Hendum ekki sígarettustubbum
eða flöskubrotum á víðavangi.

ATV



Nýjung: Tékkaábyrgð
án bankakorts á
tékkum með mynd
af reikningshafa.

Nú ábyrgist Búnaðarbækinn tékka, útgefna
af eigendum Gullreiknings að upphæð allt að
kr. 10.000,- án framvísunar bankakorts.

Til þess þarf tékkinn að bera mynd af
reikningshafa en slikt stendur eigendum
Gullreiknings til boða.

Það fer ekki milli mála hver þú ert.

 BUNADARBANKINN
TRAUSTUR BANKI

Réttur binn...

til bóta
Tryggingastofnunar Ríkisins.
Hver er hann?
Svarið er að finna í
bæklingum okkar. Blöðið um þá.



TRYGGINGASTOFNUN RÍKISINS



FLATKÖKUR

Innhald: Rúgmjöl,
heilhveiti, hveiti, feiti og salt.

Bakarí
Friðriks Haraldssonar sf
Kársnesbraut 96, Kópavogi 13 01

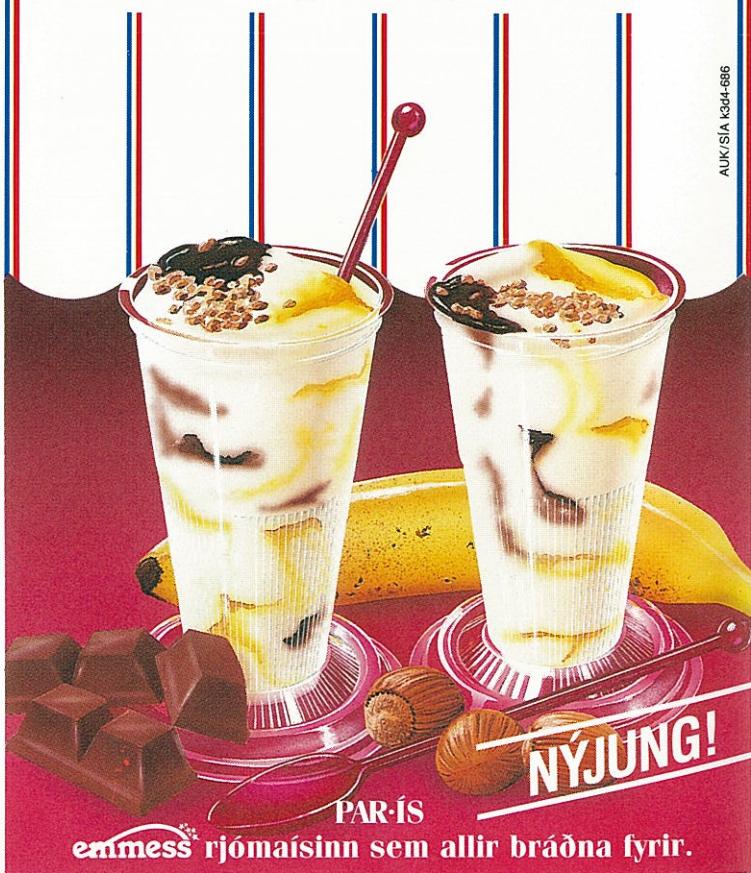


emmess PARÍS

FYRIR PIG OG ELSKUNA PÍNA.

Bjóðdu henni í heimsókn,
settu ljúfa tónlist á fóninn, dempaðu
ljósin og leyfðu rómantíkinni að blómstra.
Á rétta augnablikinu skaltu
bjóða henni PARÍS.

PARÍS er rjómaís með banana- og
súkkulaðisósu og hnetum. Í einum pakka:
Tveir ísbikarar með loki sem jafnframt
er fótur og tvær langar skeiðar.



emmess rjómaísinn sem allir bráðna fyrir.

1964 25 ÁRA 1989

AFMÆLISHAPPDRÆTTI HJARTAVERNDAR 1989



Vinningar eru:

1. Til íbúðarkaupa	kr. 1.500.00,-
2. Bifreið Audi, sjálfsk. árgerð 1990	kr. 1.500.000,-
3. Til íbúðarkaupa	kr. 1.000.000,-
4.-5. Til íbúðarkaupa, hvor vinn. á kr. 500.000,-	kr. 1.000.000,-
6.-10. 5 vinningar til bifreiðakaupa hjá Heklu/Brimborg á kr. 350 þúsund hver	kr. 1.750.000,-
11.-15. 5 ferðavinningar á kr. 200 þús. hver að vali frá Samvinnuferðum/Útsýn	kr. 1.000.000,-
16.-20. 5 ferðavinningar á kr. 116 þús. hver að vali frá Samvinnuferðum/Útsýn	kr. 580.000,-

20 skattfrjálsir vinningar að verðmæti kr. 8.330.000,-

Dregið 13. október 1989

Upplýsingasími 83947

Vinninga ber að vitja innan árs.



MINNINGARKORT HJARTAVERNDAR

fást á þessum stöðum:

Reykjavík:

Skrifstofa Hjartarverndar
Lágmúla 9
3. hæð, sími 83755

Reykjavíkur Apótek
Austurstræti 16

Dvarlarheimili aldraðra
Lönguhlíð

Garðs Apótek
Sogavegi 108

Bókabúð Glæsibærar
Álfheimum 74

Vesturbæjar Apótek
Melhaga 20-22

Kirkjuhúsið
Klapparstíg 27

Hafnarfjörður:

Bókabúð Olivers Steins
Strandgötu 31

Kópavogur:

Kópavogs Apótek
Hamraborg 11

Keflavík:

Rammar og gler
Sólvallagötu 11

Samvinnubankinn
Hafnargötu 62

Akranes:

Bókabúð
Andrésar Níelssonar
Skólabraut 2

Borgarnes:

Verslunin Ísbjörninn

Stykkishólmur:

Hjá Sesselju Pálsdóttur
Silfurgötu 36

Ísafjörður:

Póstur og sími

Strandasýsla:

Hjá Rósu Jensdóttur
Fjarðarhorni

Siglufjörður:
Verslunin Ögn

Akureyri:

Bókabúðin Huld
Hafnarstræti 97

Bókval

Kaupvangsstræti 4

Húsavík:

Blómabúðin Björk
Héðinsgötu 1

Raufarhöfn:

Hjá Jónu Ósk Pétursdóttur
Ásgötu 5

Egilsstaðir:

Hannyrðarversunin Agla

Eskifjörður:
Póstur og sími

Vestmannaeyjar:

Hjá Arnari Ingólfssyni
Hrauntúni 16

Selfoss:

Selfoss Apótek
Austurvegi 44

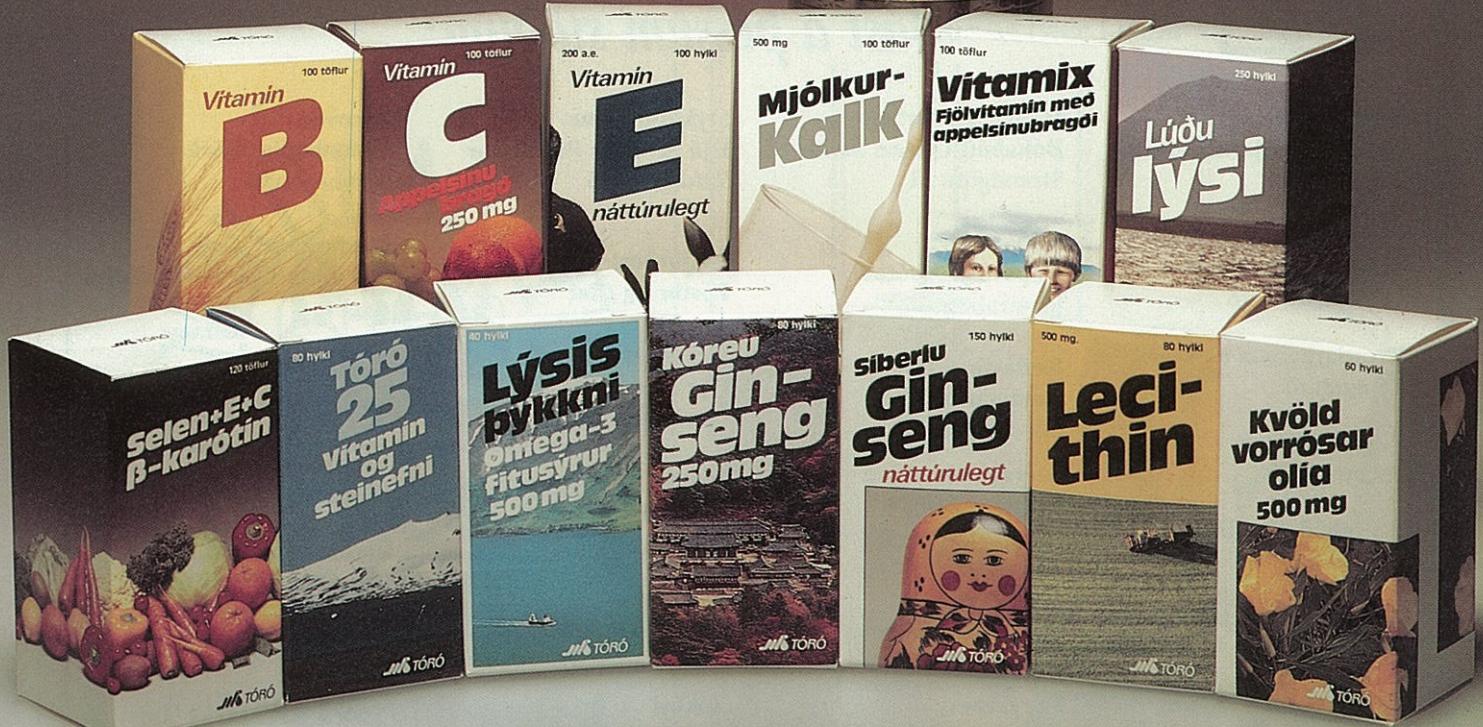
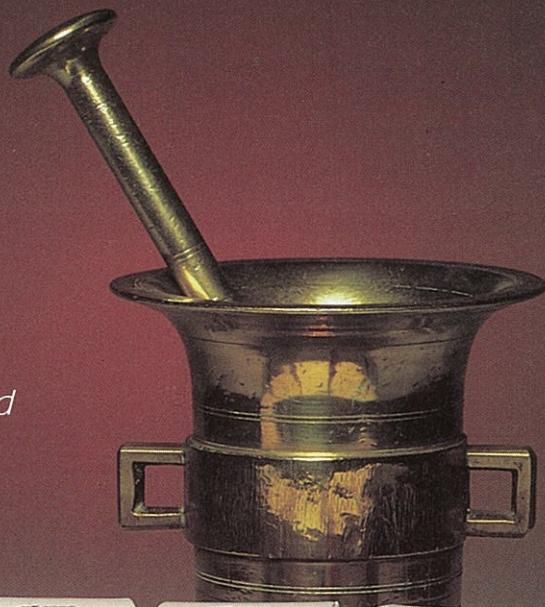
Tóró byggir á hálfarar aldar
reynslu við framleiðslu lyfja
og vítamína á Íslandi.

Strangt gæðaeftirlit tryggir
í öllum tilvikum
bestu fáanleg hráefni.

Gerið verðsamanburð
á vörumerkjum með því að
athuga heildarinnihald
pakkanna!

Innihald pakkans = innihald
hverrar töflu × fjöldi taflna.

**Tóró gæði, reynsla og
gott verð.**



TÓRÓ HF
SÍDUMÚLA 32, 108 REYKJAVÍK ☎ 68 69 64