

satisfaction of their own health and emotional condition we also used some of questions from SF 36 questionnaire. Study was designed as cross sectional study.

**Results:** 77 people with type 1 and type 2 diabetes completed the questionnaire. The average age of the participants was 64.18 years. The majority of participants, 58 of them (75.3%) in this study have type 2 diabetes. There is no significant difference in the satisfaction of health among the participants who are physical active and those who are not ( $p>0.05$ ). The most common form of physical activity is walk, performed by 27 (31.2%) persons, 25 (32.5%) of participants are physical active every day. The level of education does not affect familiarity with the effects of physical activity on the level of blood sugar ( $p>0.05$ ). 36(46.8%) participants are not physical active. There is a significant difference in the frequency of response choices with respect to the age of participant ( $p=0.02$ ). Participants older than 60 years often choose answers like lack of interest, complications of illness and other reasons as a reason for not having physical activity as compared to the younger participants that mostly choose answer as having no time for physical activity. There are no significant differences in the duration of the disease due to the frequency of physical activity ( $p>0,05$ ). Regardless of being physical active the participants achieve equal results on scales that measure mental health and the expression of vitality.

**Conclusion:** Due to the large amount of people with diabetes that do not practice any type of physical activity it is necessary to implement educational and preventive activities in order to increase awareness of the importance of being physical active for health and quality of life.

**Keywords:** quality of life, diabetes, physical activity

### MOŽDANI UDAR - MOŽEMO LI GA SPRIJEČITI?

**Hrvoje Budinčević<sup>1,2</sup>**

<sup>1</sup>Klinička bolnica „Sveti Duh“, Klinika za neurologiju, Zavod za cerebrovaskularne bolesti i Intenzivnu neurologiju, Zagreb, Hrvatska

<sup>2</sup>Medicinski fakultet Sveučilišta Josipa Jurja Strossmayer u Osijeku, Hrvatska

#### **Sažetak**

Moždani udar jedan je od vodećih uzroka invaliditeta i mortaliteta u svijetu. Primarna i sekundarna prevencija moždanog udara usmjerena je na liječenje čimbenika rizika za moždani udar. Nedavna INTERSTROKE studija pokazala je da deset modificirajućih čimbenika rizika odgovorno za 90% moždanih udara. Prema Interstroke studiji deset modificirajućih čimbenika rizika koji su odgovorni za 90% moždanih udara su: arterijska hipertenzija, tjelesna neaktivnost, adekvatna dijeta, pretilost, pušenje, hiperlipidemija, srčane bolesti, konzumacija alkohola, stres i šećerna bolest. U prevenciji moždanog udara važnu ulogu imaju i antitrombotski lijekovi, poglavito acetilsalicilna kiselina u sekundarnoj prevenciji moždanog udara. Korištenje oralnih antikoagulantnih lijekova značajno smanjuje rizik od ishemijskog moždanog udara u osoba s fibrilacijom atrijske. Rezultati posljednjih istraživanja dovode u pitanje uporabu acetilsalicilne kiseline u primarnoj prevenciji moždanog udara prvenstveno zbog veće učestalosti hemoragijskih komplikacija bez evidentnog učinka na kardiovaskularni ishod.

**Ključne riječi:** moždani udar, prevencija, acetilsalicilna kiselina

### STROKE – CAN WE PREVENT IT?

**Hrvoje Budinčević<sup>1,2</sup>**

<sup>1</sup>Sveti Duh University Hospital, Department of Neurology, Stroke and Intensive Care Unit, Zagreb, Croatia

<sup>2</sup>School of Medicine, Josip Juraj Strossmayer University of Osijek, Croatia

#### **Abstract**

Stroke is one of the leading causes of disability and mortality in the world. Primary and secondary stroke prevention is focused on treating stroke risk factors. According to the Interstroke study, ten modifying risk factors responsible for 90% of stroke are: arterial hypertension, physical inactivity, inappropriate diet, obesity, smoking, hyperlipidemia, heart disease, alcohol consumption, stress and diabetes. Antithrombotic agents, especially acetylsalicylic acid in secondary stroke prevention, have an important role in the stroke prevention. The use of oral

anticoagulants significantly reduces the risk of ischemic stroke in persons with atrial fibrillation. The results of the recent researches question the use of acetylsalicylic acid in primary stroke prevention primarily due to higher incidence of hemorrhagic complications without statistically evident differences in cardiovascular outcome.

**Keywords:** stroke, prevention, acetylsalicylic acid

## UTJECAJ TJELESNE AKTIVNOSTI I TJELESNE MASE NA TEGOBE ŽENA U KLIMAKTERIJU

Silvija Marić<sup>1</sup>, Damir Matoković<sup>1,2</sup>, Katarina Hegol<sup>1</sup>, Božica Lovrić<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Opća županijska bolnica Požega, Osječka 107, Požega, Hrvatska

<sup>2</sup>Medicinski fakultet Osijek, Josipa Huttlera 4, Osijek, Hrvatska

silvijanikamaric@gmail.com

### Sažetak

**Uvod:** Klimakterij je prirodni, sastavni i neizbježni dio života svake žene. Nedvojbeno je velika prekretnica koja sa sobom nosi brojne fizičke, psihološke i emocionalne promjene koje se mogu uvelike ublažiti, ukoliko se na vrijeme započne s prevencijom.

**Cilj:** Ispitati utjecaj tjelesne aktivnosti i tjelesne mase na tegobe žena u klimakteriju.

**Metode:** U istraživanju je sudjelovalo 170 žena u klimakteriju u dobi od 45 do 60 godina. Istraživanje je provedeno anonimno, a kao instrument istraživanja korišten je anketni upitnik koji je sadržavao 55 pitanja. Kategorijski podatci su predstavljeni apsolutnim i relativnim frekvencijama.

**Rezultati:** Na osnovi provedenog istraživanja možemo zaključiti da je gotovo polovina ispitanica prekomjerne tjelesne mase, a jedna četvrtina ih je pretilo. U domeni tjelesne aktivnosti na poslu, znatno je veća aktivnost ispitanica koje žive na selu (Mann Whitney U test,  $P = 0,04$ ) i koje su ispodprosječnih primanja (Kruskal Wallis test,  $P = 0,006$ ) dok je u domenama tjelesne aktivnosti u sportu i u slobodno vrijeme veća aktivnost ispitanica koje žive u gradu (Mann Whitney U test,  $P = 0,02$ ). Najviše su izražene vazomotorne, a najmanje psihosocijalne tegobe. Ispitanice koje su izložene većoj tjelesnoj aktivnosti na poslu imaju izraženije psihosocijalne i seksualne tegobe, dok one koje su više izložene tjelesnoj aktivnosti u sportu imaju izraženije vazomotorne tegobe. Ispitanice koje se više bave tjelesnom aktivnosti u svoje slobodno vrijeme imaju manje izražene psihosocijalne ( $\rho = -0,267$   $P = 0,001$ ), fizičke ( $\rho = -0,164$   $P = 0,03$ ) i seksualne tegobe ( $\rho = -0,222$   $P = 0,02$ ) te im je kvaliteta života značajno bolja ( $\rho = -0,201$   $P = 0,009$ ) (Spearmanov koeficijent korelacije).

**Zaključak:** Rezultati dobiveni provedenim istraživanjem ukazuju na potrebu poticanja i uključivanja žena svih dobnih skupina u neki oblik sportske aktivnosti, a pravo vrijeme za to je odmah jer se samo pravodobnim djelovanjem mogu prevenirati mnogobrojne menopauzalne tegobe, a time i postići bolja kvaliteta života.

**Ključne riječi:** žene, klimakterij, tjelesna aktivnost, tegobe u klimakteriju

## THE INFLUENCE OF PHYSICAL ACTIVITY AND BODY MASS ON WOMEN'S DIFFICULTIES IN MENOPAUSE

Silvija Marić<sup>1</sup>, Damir Matoković<sup>1,2</sup>, Katarina Hegol<sup>1</sup>, Božica Lovrić<sup>1</sup>

<sup>1</sup>General county hospital Požega, Osječka 107, Požega, Croatia

<sup>2</sup>Faculty of Medicine Osijek, J. Hutlera 10, Osijek, Croatia

silvijanikamaric@gmail.com

### Abstract

**Introduction:** Menopause is a natural, integral and inevitable part of every woman's life. It is undoubtedly a major milestone that carries with it numerous physical, psychological and emotional changes that can be greatly alleviated if it starts on prevention time.

**Aim:** To examine the influence of the physical activity and body mass on women's difficulties in menopause.

**Methods:** The study included 170 women in the menopausal age of 45 to 60 years. The research was conducted anonymously, and as a survey instrument a questionnaire was used that contained 55 questions. Category data are