

Den zdraví: Jaký byl?

Výrazem zájmu vedení naší městské části o posílení zdravotního stavu jejích obyvatel bylo již potřetí organizování akce, která se pod názvem Den zdraví pro občany uskutečnila 17. října 2001 v prostorách Polikliniky na Černém Mostě (Parník).

Realizační tým, složený z lékařů specialistů, psychologů a dalších odborných pracovníků, měřil zájemcům hodnoty celkového cholesterolu, glykemie, krevního tlaku a množství celkového tělesného tuku. Objektivní vyšetření doplňovalo odborné poradenství v oblasti zdravé výživy respondentům se zjištěnou nadhraniční hodnotou hladiny celkového cholesterolu, glykemie, se zvýšeným krevním tlakem, s nadváhou a obezitou. Kuřáci si mohli ověřit škodlivost svého návyku stanovením hladiny kysličníku uhelnatého ve vydechovaném vzduchu a zároveň byli informováni o možnostech terapie nikotinové závislosti. Ženám byl k dispozici fantom prsů a lékařka prováděla instruktáž o samovyšetřování prsu, jež je prostředkem prevence jednoho z nejčastějších nádorových onemocnění u žen. Respondenti měli možnost využít poradnu pohybové aktivity, kde jim lékař na základě pohovoru doporučil vhodný druh pohybové aktivity individuálně vzhledem k jejich možnostem, věku a zdravotnímu stavu. Součástí bloku poradenských služeb bylo rovněž odborné poradenství v oblasti prevence drogových závislostí a pohlavně přenosných nemocí včetně AIDS. V celém vstupním prostoru polikliniky byla vystavena řada posterů s informacemi z oblasti primární prevence chronických neinfekčních onemocnění, množství zdravotně výchovného materiálu a také stánek s výrobky racionální výživy, které si tu zájemci mohli i zakoupit.

Akce se zúčastnilo více než 250 občanů, tentokrát převažoval zájem osob mladšího a středního věku.

Podpora soustavného zvyšování všeobecné informovanosti o ukazatelích vlastního zdraví a možnostech, jak je ovlivnit, je nepochybně jednou z cest, jež vedou ke snížení výskytu častých onemocnění a ve svém důsledku ke zlepšení zdravotního stavu populace jako celku.

Pro informaci uveřejňuji několik grafů, vyjadřujících významný záchyt těch ukazatelů zdravotního stavu, které lze úpravou režimu a vhodnou terapií významně ovlivnit.

MUDr. Eva Stádníková, zdravotní rada