

12 maja 2016



Akcja profilaktyczno-edukacyjna WOMP

Wojewódzki Ośrodek Medycyny Pracy w czwartek, 12 maja, zorganizował w Urzędzie

Tekst pochodzi ze strony www.swietokrzyskie.pro Akcja profilaktyczno-edukacyjna WOMP |

Marszałkowskim Województwa Świętokrzyskiego akcję profilaktyczno-edukacyjną, podczas której bezpłatnie można było wykonać podstawowe badania. Obecny personel medyczny doradzał także, w jaki sposób dbać o zdrowie. Akcja trwała od godziny 9 do 13, wzięło w niej udział ponad 100 osób.

Podczas czwartkowej kampanii profilaktycznej wszyscy chętni mogli zmierzyć sobie poziom cukru we krwi oraz tlenu węgla w wydychanym powietrzu. Nie zabrakło aparatów do zmierzenia ciśnienia, a także fantomów, na których panie mogły przećwiczyć samobadanie piersi. Obecny personel medyczny z Wojewódzkiego Ośrodka Medycyny Pracy i Świętokrzyskiego Centrum Onkologii w Kielcach doradzał w kwestii dbania o zdrowie oraz profilaktyki. Specjalista ds. promocji zdrowia ŚCO, Jadwiga Zapała wykonywała badanie mierzenia poziomu tlenu węgla w wydychanym powietrzu, które przeznaczone jest szczególnie dla palących papierosy, a także dla przebywających w otoczeniu takich osób.

- Jest to pomiar - popularnie zwanego - czadu, który jest zawarty w tradycyjnych papierosach. Jeśli chodzi o edukację to możemy przede wszystkim wskazać palaczom jak trują swój organizm poprzez poziom czadu w wydychanym powietrzu - mówi **Jadwiga Zapała**. Dodaje, że najczęściej w badaniu udział biorą palacze zmotywowani, czyli tacy, którzy chcą rzucić palenie. Nie brakuje osób, które już pozbyły się nałogu ale przychodzą, aby skontrolować czy wszystko jest w porządku.

Z badań skorzystał także Piotr Żołądek, członek Zarządu Województwa Świętokrzyskiego, który regularnie kontroluje zdrowie i zachęca do tego mieszkańców regionu: - To jest nam wszystkim bardzo potrzebne, bo czasami w codziennym pędzie nie zdajemy sobie sprawy, że mogą pojawiać się już pierwsze sygnały o pewnych nieprawidłowościach zdrowotnych. Ja doświadczyłem tego na własnej skórze, kiedy cztery lata temu zmierzyłem ciśnienie - właśnie tu w urzędzie - i stwierdzono u mnie nadciśnienie tętnicze. Od tego czasu kontroluję swoje zdrowie. Dzięki takim badaniom w bardzo prosty i przyjazny sposób możemy zdiagnozować podstawowe dysfunkcje, które się w organizmie pojawiły - mówi **Piotr Żołądek**. - Musimy też robić wszystko, by promować szeroko pojętą profilaktykę tak, aby później nie była potrzebna głęboka interwencja medyczna - dodał.

Czwartkowe wydarzenie to kolejna profilaktyczna akcja organizowana przez WOMP. Dr n. med. **Monika Szymocha**, kierownik Działu Promocji Zdrowia tej placówki zachęcała do wykonywania bezpłatnych badań:

- Bardzo szybko żyjemy, mamy dużo obowiązków i na co dzień nie zajmujemy się myśleniem

o swoim zdrowiu. Wydaje się nam, że będziemy wiecznie młodzi i zdrowi, a choroba nas nie dotknie, jednak ona przychodzi nagle – wtedy nie ma już czasu na profilaktykę. Dlatego warto chociaż raz w roku zrobić przegląd swojego organizmu, korzystać z bezpłatnych badań, jak dziś – mówi lekarz Monika Szymocha. Podkreśla, że największe żniwo – w setkach tysięcy – zbierają choroby cywilizacyjne: choroby układu krążenia, nowotwory, choroby związane z permanentnym stresem dotykające coraz młodsze osoby.

www.wrota-swietokrzyskie.pl



