

Powiatowe Centrum Zdrowia Sp. z o. o.
zaprasza do udziału w
„Programie promocji zdrowia i profilaktyki chorób układu krążenia dla Powiatu
Lwóweckiego „
badania odbędą się w dniu
17.03.2016 r. od godz. 8.00 w przychodni Gminnej we Wleniu.
Zapisy w rejestracji przychodni.
Ostatni termin !

REALIZATOR PROJEKTU:
POWIAT LWÓWECKI
z siedzibą we Lwówku Śląskim
ul. Szpitalna 4
59-600 Lwówek Śląski



REALIZATOR USŁUG MEDYCZNYCH:
**Powiatowe
Centrum
Zdrowia Sp. z o.o. w Lwówku Śląskim**
ul. Morcinka 7
59-600 Lwówek Śląski

Projekt dofinansowany w ramach Programu PL13
Ograniczanie społecznych nierówności w zdrowiu finansowanego
ze środków Norweskiego Mechanizmu Finansowego 2009-2014
oraz budżetu państwa.

Celem programu jest zapobieganie lub zmniejszanie
zachorowalności na choroby związane ze stylem życia.

PROGRAM PROMOCJI ZDROWIA I PROFILAKTYKI CHOROBY
UKŁADU KRAŻENIA DLA POWIATU LWÓWECKIEGO
Projekt dofinansowany w kwocie **1.925.470 zł**
www.powiatlwówecki.pl www.norwaygrants.powiatlwówecki.pl



PROGRAM PROMOCJI ZDROWIA I PROFILAKTYKI CHOROBY UKŁADU KRAŻENIA DLA POWIATU LWÓWECKIEGO

DZIECI I MŁODZIEŻ W WIEKU 10-19 LAT

Program zakłada objęcie dzieci i młodzieży z terenu Powiatu Lwóweckiego badaniami diagnostycznymi przeprowadzanymi w szkołach po uzyskaniu zgody opiekunów. W przypadku wystąpienia wskazań do dalszej diagnostyki lub do działań profilaktycznych dziecko zostanie również nimi objęte w ramach Programu.

Czy wiesz, że:

- jedną z przyczyn chorób układu krążenia u dzieci jest otyłość, która jak udowodniono wiąże się ze słabszymi wynikami w nauce,
- zmiany miażdżycowe i nadciśnienie tętnicze mogą rozwijać się już od wieku dziecięcego.

OSOBY W WIEKU 30 LAT I WIĘCEJ

Program umożliwia mieszkańcom Powiatu Lwóweckiego wykonanie wstępnej diagnostyki chorób układu krążenia, a w przypadku wskazań również diagnostyki specjalistycznej.

Czy wiesz, że:

- już jeden papieros dziennie powoduje, że Twoje tętno staje się szybsze,
- trening fizyczny nawet o niewielkim nasileniu, jak trzydziestominutowy spacer, powoduje obniżenie ciśnienia tętniczego,
- tłuszcz skupiony na brzuchu jest znacznie bardziej niebezpieczny niż w innych miejscach. Kontroluj otyłość brzusznej dokonasz mierząc stosunek obwodu talii do obwodu bioder tzw. WHR. Wielkość wskazująca na otyłość brzuszną u kobiet to WHR $\geq 0,8$; u mężczyzn WHR $\geq 1,0$.

PROFILAKTYKA CHOROBY UKŁADU KRAŻENIA W GRUPIE DZIECI I MŁODZIEŻY

Diagnostyka wstępna

- wywiad
- ankieta dla rodziców
- pomiary
- glikemia
- ocena czynników ryzyka
- edukacja

Diagnostyka specjalistyczna

- wykonanie EKG
- konsultacja kardiologiczna
- USG wraz z USG

Profilaktyka

- porada dietetyczna
- zajęcia nauki pływania
- turniej piłki nożnej
- piknik rodzinny

PROFILAKTYKA CHOROBY UKŁADU KRAŻENIA W GRUPIE OD 30 ROKU ŻYCIA

Diagnostyka wstępna

- wywiad
- pomiary
- badania biochemiczne
- badanie EKG
- ocena czynników ryzyka
- edukacja

Diagnostyka specjalistyczna

- konsultacja kardiologiczna
- USG serca
- badania holterowskie
- EKG wysiłkowe

Profilaktyka pierwotna i wtórna

- rehabilitacja kardiologiczna
- porada dietetyczna
- terapia psychologiczna
- spływ kajakowy
- rajdy rowerowe
- piknik rodzinny



BENEFICJENT PROJEKTU

POWIAT LWÓWECKI
ZAPRASZA MIESZKAŃCÓW



Diagnostyka i profilaktyka
CHOROBY UKŁADU KRAŻENIA
w tym bezpłatne
BADANIA SPECJALISTYCZNE

**Powiatowe
Centrum
Zdrowia Sp. z o.o. w Lwówku Śląskim**

PROGRAM PROMOCJI ZDROWIA I PROFILAKTYKI CHOROBY UKŁADU KRAŻENIA DLA POWIATU LWÓWECKIEGO

Program prowadzony w kierunku zmniejszenia zachorowalności i umieralności na choroby układu krążenia i zwiększenia świadomości społecznej w zakresie ochrony zdrowia i propagowania zdrowego stylu życia u mieszkańców Powiatu Lwóweckiego.

Beneficjentem Programu jest Powiat Lwówecki, którego projekt znalazł się w gronie laureatów konkursu na dofinansowanie projektów w ramach programu Ograniczenie Społecznych Nierówności w Zdrowiu finansowanego z Norweskiego Mechanizmu Finansowego i budżetu państwa. Realizatorem usług medycznych w Programie jest Powiatowe Centrum Zdrowia Sp. z o.o. z siedzibą w Lwówku Śląskim. Program będzie realizowany do 30 kwietnia 2016 r.

OCENA POTRZEB ZDROWOTNYCH

Program jest wynikiem oceny potrzeb zdrowotnych, która wykazała, że w Powie-

cie Lwóweckim występuje nadmierna zachorowalność na choroby układu krążenia, a umieralność z ich powodu stanowi główną przyczynę zgonów. Umieralność z powodu chorób układu krążenia plasuje Powiat Lwówecki na 32 miejscu w Polsce.

PROMOCJA I PROFILAKTYKA

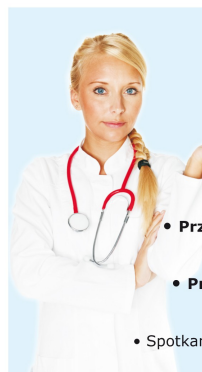
Program ma charakter kompleksowy, ponieważ skupia aspekty promocyjno edukacyjne i profilaktyczne, zawiera również formy integracji społecznej dla mieszkańców wsi i miast.

Promocja zdrowego stylu życia prowadzona będzie w oparciu o zaplanowane w Programie działania: turniej piłki nożnej, spływ kajakowy, rajdy rowerowe, zajęcia nauki pływania dla dzieci i młodzieży, piknik rodzinny.

Profilaktyczne badania zdrowotne mają na celu identyfikację chorób układu krążenia, określenie czynników ryzyka zachorowania, a także podjęcie działań interwencyjnych polegających na edukacji, uzyskaniu specjalistycznej porady kardiologicznej, rehabilitacji kardiologicznej, uzyskaniu porady dietetycznej i psychologicznej.

Profilaktyczne badania zdrowotne są **BEZPŁATNE** i skierowane do dwóch grup mieszkańców Powiatu Lwóweckiego:

- **dzieci i młodzież w wieku 10-19 lat**
- **osoby w wieku 30 lat i więcej**



REALIZATOR USŁUG MEDYCZNYCH
Powiatowe Centrum Zdrowia Sp. z o.o.
ul. Morcinka 7, 59-600 Lwówek Śląski
Informacje: tel. 75 782 0113 (od 7.30 do 15.30)

BADANIA:

**Poniedziałek – Piątek
od 8.00 do 18.00**

- **Przychodnia we Lwówku Śl.,** ul. Morcinka
tel. 75 782 0168 lub 75 782 0213
- **Przychodnia w Gryfowie Śl.,** ul. Rzeczna
tel. 75 781 3488 lub 75 781 3322
- Spotkania z opiekunem medycznym w terenie

AKCJE PROMOCJI ZDROWIA:

- trzy rajdy rowerowe
- spływ Bobrem
- piknik rodzinny
- nauka pływania dla dzieci
- turniej piłki nożnej

Biuro projektu i organizacja
akcji promocji zdrowia:

**Starostwo Powiatowe
w Lwówku Śląskim**

ul. Szpitalna 4
tel. 75 782 3650