

# Programy profilaktyczne realizowane w hajnowskim szpitalu

*Szanuj zdrowie należycie, bo jak umrzesz, stracisz życie* – pisał w słynnej komedii „Dożywocie” Aleksander Fredro. Aforyzm ten – choć wyrwany z żartobliwego kontekstu – niesie „na serio” ważne przesłanie. Bo zdrowie jest wartością najcenniejszą, umożliwiającą człowiekowi rozwój i godne życie. I co najważniejsze – utrzymanie dobrej kondycji organizmu nie wymaga dużych nakładów finansowych. Wręcz przeciwnie – nie trzeba łykać kilkunastu suplementów dziennie oraz katować mięśnie na siłowni raz w tygodniu aby cieszyć się nienagannym zdrowiem. Często wystarczy zmiana stylu życia – modyfikacja codziennego menu, regularny ruch i rezygnacja z używek. Ale przede wszystkim – profilaktyka. Regularne badanie się pozwala wykryć choroby we wczesnym stadium, kiedy zmiany chorobowe są niewielkie i całkowicie uleczalne. Tym bardziej warto zapoznać się z ofertą programów profilaktycznych realizowanych przez hajnowski SP ZOZ. Placówka realizuje zarówno programy finansowane przez NFZ, ale także własne. „Dbam o zdrowie” – to program obejmujący szereg bezpłatnych badań, skierowany do osób w wieku 55-60 lat objętych Podstawową Opieką Zdrowotną przy SP ZOZ w Hajnówce – aby mieć możliwość udziału w programie, wystarczy – obok wieku – być pacjentem Przychodni Rejonowych Nr 1 lub Nr 2, funkcjonujących przy SP ZOZ.

Badania zaproponowane przez hajnowski SP ZOZ ukierunkowane są na wykrywanie chorób w zakresie: tarczycy, schorzeń nowotworowych w obrębie jamy brzusznej, gruczołu krokowego oraz narządów rodnych – czyli chorób, na które szczególnie narażona jest grupa wiekowa objęta programem. SP ZOZ zaprasza swoich pacjentów imiennie, badania wykonywane są Pracowni USG, a także Medycznym Laboratorium Diagnostycznym przy placówce. Dzięki wykorzystaniu nowoczesnego sprzętu, dostępnego na miejscu, bez konieczności transportowania próbek, pacjenci otrzymają wiarygodny wynik badania w bardzo szybkim czasie. Pakiet badań profilaktycznych dostępny w ramach programu realizowany jest ze środków SP ZOZ.

Obecnie programem objęci są pacjenci POZ z Hajnówki, jego realizacja potrwa do końca listopada. W kolejnych miesiącach imienne zaproszenie w skrzynce na listy będą mogli znaleźć pacjenci z terenu powiatu hajnowskiego. Program „Dbam o zdrowie” cieszy się na tyle dużą popularnością, iż Dyrektor szpitala Grzegorz Tomaszuk planuje jego kontynuację w kolejnym roku.

Program „Dbam o zdrowie” to cenna inicjatywa, która za sprawą bezpośredniego kontaktu z pacjentem skutecznie wspiera osoby starsze. Ale to nie jedyna działość SP ZOZ w zakresie realizacji programów profilaktycznych – placówka uczestniczy także w inicjatywach finansowanych przez NFZ. Jednym z nich jest „Program profilaktyki chorób układu krążenia”. Jest on skierowany do osób w wieku 35, 40, 45, 50, 55. Co pięć lat bezpłatnie, bez skierowania można wykonać pakiet badań w kierunku chorób układu krążenia. Przykładowo **26 października br.** w ramach „Programu profilaktyki chorób układu krążenia” SP ZOZ zaprasza osoby w wieku 45 lat na bezpłatne badania. W ramach programu, refundowanego przez NFZ, będą wykonane badania pod kątem poziomu cholesterolu i cukru we krwi, pomiar ciśnienia krwi i określenie BMI. Pakiet oferowanych badań SP ZOZ w Hajnówce uzupełnił dodatkowo o EKG. Badania w ramach programu wykonywane są w Przychodni Rejonowej nr 1 przy ul. Piłsudskiego 10 oraz Przychodni Rejonowej nr 2 przy ul. Dowgirda 9. Na badania może zgłosić się każda osoba, która ukończyła 35, 40, 45, 50, 55 lat, u której nie została dotychczas rozpoznana choroba układu krążenia i która w ciągu ostatnich 5 lat nie korzystała ze świadczeń udzielanych w ramach bezpłatnych badań profilaktycznych.

Kolejną inicjatywą, w którą zaangażowany jest SP ZOZ jest „Program profilaktyki raka szyjki macicy”. Program skierowany jest do kobiet w wieku od 25 do 59 lat (przy określaniu wieku należy wziąć pod uwagę rok urodzenia). Badania przeprowadza się raz na 3 lata, a u kobiet obciążonych czynnikami ryzyka (zakażonych wirusem HIV, przyjmujących leki immunosupresyjne, zakażonych HPV – typem wysokiego ryzyka) – co 12 miesięcy. Na badanie nie trzeba mieć skierowania, jest bezbolesne i trzeba na nie poświęcić jedynie kilka minut. Można je bezpłatnie wykonać w Poradni Ginekologicznej – Położniczej (rejestracja - 85 682 91 60). Regularne wykonywanie cytologii jest o tyle ważne, gdyż to jedyny sposób by wykluczyć raka szyjki macicy, który wykryty w początkowym stadium daje większe szanse na całkowite wyleczenie.

Ostatnim z trzech programów realizowanych przez SP ZOZ ze środków NFZ jest „Program profilaktyki gruźlic”. Program skierowany jest osób dorosłych, nie posiadających w dotychczasowym wywiadzie rozpoznanej gruźlicy, w tym – w szczególności: które miały bezpośredni kontakt z osobami z już rozpoznaną gruźlicą, które charakteryzuje przynajmniej jedna z cech: bezrobotny, niepełnosprawny, obciążony długotrwałą chorobą, obciążony problemem alkoholowym, narkomanią, bezdomny. Program realizują pielęgniarki Podstawowej Opieki Zdrowotnej u których pacjent złożył deklarację wyboru.

Regularne wykonywanie badań profilaktycznych ratuje zdrowie a nawet życie. Oczywiście nie napisaliśmy nic odkrywczego – niestety często wzrost wiedzy nie idzie w parze z działaniami. Nie badamy się regularnie – bo praca, bo brak czasu, bo ..., - w zasadzie powodów jest wiele. Nie powinniśmy jednak zaniechać tego obowiązku, bo stawką jest zdrowie, a nawet życie. Poddawajmy się badaniom, zwłaszcza, że skuteczny dostęp do nich gwarantują programy profilaktyczne.

Katarzyna Miszczuk

Załącznik:

[Ulotka informacyjna - Program profilaktyczny „Dbam o zdrowie”](#)