

UCHWAŁA Nr XXXIV/439/13
Rady Miejskiej w Czaplinku
z dnia 27 listopada 2013 r.

w sprawie przyjęcia Gminnego Programu Promocji Zdrowia na 2014 rok

Na podstawie art. 7 ust. 1 pkt. 5 i art. 18 ust. 1 ustawy z dnia 8 marca 1990 roku o samorządzie gminnym (tekst jedn. Dz. U. z 2013 r. poz. 594 z późn. zm.) Rada Miejska w Czaplinku uchwala się, co następuje:

§ 1

Przyjmuje się Gminny Program Promocji Zdrowia na 2014 rok w brzmieniu ustalonym w załączniku do niniejszej uchwały.

§ 2

Wykonanie uchwały powierza się Burmistrzowi Czaplinka.

§ 3

Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

PRZEWODNICZĄCY RADY

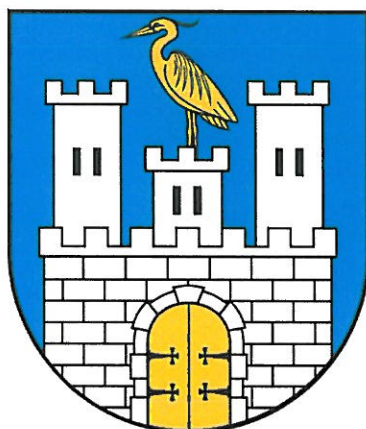

Bogdan Kalina

Załącznik do uchwały nr XXXIV/439/13

Rady Miejskiej w Czaplinku

z dnia 27 listopada 2013 r.

GMINNY PROGRAM PROMOCJI ZDROWIA NA ROK 2014



Czaplinek, październik 2013 r.

I. WSTĘP

Gminny Program Promocji Zdrowia na rok 2014 jest programem zdrowotnym służącym poprawie stanu zdrowia, zwiększaniu świadomości zdrowotnej i promowaniu zdrowego trybu życia wśród mieszkańców Gminy Czaplinek. Program jest zgodny z założeniami i celami Narodowego Programu Zdrowia na lata 2007 – 2015 uchwalonego uchwałą Nr 90/2007 Rady Ministrów z dnia 15 maja 2007 r. stanowiącego dokument ustalający strategię państwa w zakresie zdrowia. Realizacja Gminnego Programu Promocji Zdrowia na rok 2014, zwanego dalej „Programem” odbywa się zgodnie i w oparciu o przepisy ustawy z dnia 27 sierpnia 2004 r. o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych (tj. Dz. U. z 2008 r. Nr 164, poz. 1027, z późn. zm.), ustawy z dnia 30 sierpnia 1991 r. o zakładach opieki zdrowotnej (tj. Dz. U. z 2007 r. Nr 14, poz. 89, z późn. zm.) oraz ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (tekst jedn. Dz. U. z 2013 r. poz. 594 z późn. zm.)

PROMOCJA ZDROWIA jest procesem umożliwiającym ludziom zwiększenie kontroli nad własnym zdrowiem, jego poprawę i utrzymanie. Największy, bo 53% wpływ na zdrowie człowieka ma styl życia, na który składają się między innymi takie elementy: aktywność fizyczna, sposób odżywiania się, umiejętności radzenia sobie ze stresem, stosowanie używek (nikotyna, alkohol, środki psychoaktywne). Środowisko fizyczne warunkuje stan zdrowia człowieka w około 21%. Korzystny wpływ na zdrowie ma czyste powietrze, woda, zdrowa i bezpieczna szkoła oraz zakład pracy. Negatywne oddziaływanie środowiska na zdrowie wynika w znacznym stopniu z degradacji środowiska naturalnego, promieniowania jonizującego, hałasu, szkodliwych substancji chemicznych oraz czynników biologicznych. Zdrowie człowieka w 16% uwarunkowane jest przez czynniki genetyczne, zaś jedynie 10%, czyli w najmniejszym stopniu poprzez opiekę zdrowotną, jej strukturę, organizację, funkcjonowanie czy też dostępność do świadczeń medycznych i ich jakość. Promocja zdrowia ma obejmować wszystkich ludzi i dotyczyć ich codziennego życia.

II. ZADANIA GMINY CZAPLINEK W ZAKRESIE PROMOCJI ZDROWIA ORAZ PROFILAKTYKI CHOROÓB I ODPOWIADAJĄCE IM PROGRAMY ZDROWOTNE REALIZOWANE DLA MIESZKAŃCÓW GMINY CZAPLINEK

1. Upowszechnianie umiejętności udzielania pierwszej pomocy w ratowaniu życia wśród mieszkańców gminy.

W ramach programu „Upowszechnianie umiejętności udzielania pierwszej pomocy w ratowaniu życia wśród mieszkańców gminy Czaplinek” planuje się organizację cyklu szkoleń, w których zakres przekazywanej wiedzy dostosowany zostanie do grupy szkolonej, specyfiki miejsca pracy i związanego z nią ewentualnego zagrożenia. Zadanie zostanie zrealizowane z grupą ratowników medycznych Wojewódzkiej Stacji Pogotowia Ratunkowego w Szczecinie Filia w Drawsku Pomorskim oraz Grupą Ratowniczą Rescue- ZDR Team, działającym przy Zespole Szkół Ponadgimnazjalnych w Czaplinku. Zadanie będzie również realizowane w ramach zawieranej corocznie umowy na zapewnienie bezpieczeństwa na

kąpielisku i miejscu wykorzystywanym do kąpieli, w ramach której planowane są również akcje edukacyjne dla dzieci i młodzieży w szkołach.

2. Program zdrowotny „Zdrowie Kobiet”- wczesne wykrywanie i profilaktyka raka piersi wśród mieszkanek gminy Czaplinek.

Zachorowania na nowotwory piersi stanowią 24% wszystkich zachorowań na nowotwory złośliwe wśród kobiet.

Badania mammograficzne pozwalają na uwidocznienie nawet małych zmian rakowych zanim staną się one wyczuwalne przez lekarza lub samą kobietę. Nowotwory piersi są chorobami postępującymi, a więc guzki o niewielkich rozmiarach częściej oznaczają wczesną fazę choroby, w której jest lepsze rokowanie, większa szansa na pełne wyleczenie oraz większy odsetek operacji oszczędzających piersi. Badania kliniczne dowodzą, że kobiety, które regularnie poddają się badaniom dużo rzadziej umierają z powodu raka piersi.

Mając na uwadze powyższe Gmina Czaplinek umożliwia mieszkankom gminy wykonanie bezpłatnych badań mammograficznych. Z badań skorzystać będzie mogła populacja kobiet objęta Populacyjnym Programem Wczesnego Wykrywania Raka Piersi finansowanym przez Narodowy Fundusz Zdrowia.

3. „Razem wygramy z rakiem prostaty” – program profilaktyczny dla mężczyzn powyżej 45 roku życia.

Najczęstszym nowotworem urologicznym u mężczyzn w Polsce jest rak gruczołu krokowego, a spośród wszystkich nowotworów zajmuje trzecie miejsce co do częstotliwości występowania. Rak prostaty dotyczy głównie mężczyzn po 60 roku życia, jednak coraz więcej zachorowań notuje się wśród osób młodszych. Gruczoł krokowy wytwarza swoisty antygen – PSA, którego stężenie w surowicy krwi zwiększa się w przypadku nowotworu stercza, w łagodnym przerście oraz w stanach zapalnych. Zwiększenie poziomu antygenu PSA w surowicy krwi wyprzedza się pojawieniem objawów raka stercza, dlatego dzięki niemu można ocenić ryzyko istnienia choroby wśród zdrowych mężczyzn.

Zalecane jest, aby stężenie poziomu PSA we krwi oceniane było raz do roku u wszystkich mężczyzn po 50 roku życia, a w przypadku rodzinnego występowania tego nowotworu, po 40 roku życia. Wcześniej wykryty nowotwór gruczołu krokowego daje duże szanse na pełne wyleczenie.

Gmina Czaplinek proponuje mężczyznom powyżej 45 roku życia, w ramach programu bezpłatne badania profilaktyczne przeciwko rakowi prostaty, na które składa się: oznaczenie poziomu PSA w surowicy krwi. W roku 2013 z badań skorzystało 150 mężczyzn.

4 . Program „Badanie wad postawy u dzieci uczęszczających do szkół podstawowych”.

W 2008 roku po raz pierwszy we współpracy ze specjalistami Politechniki Radomskiej zostały przeprowadzone badania wad postawy u dzieci uczęszczających do szkół podstawowych na terenie Gminy Czaplinek. Wyniki badań wykazały, że blisko 95% dzieci ma problemy z prawidłową postawą ciała. U 486 zbadanych dzieci wykryto ogółem 1223 wady postawy ciała. W tej liczbie 256 to wady znaczne, a 967 wady o nasileniu nieznacznym. Z faktu tego wynika jednoznacznie, że częste były przypadki występowania kilku wad u jednego dziecka. Raport z przeprowadzonych badań został przekazany Dyrektorom szkół gminnych oraz Kierownikom Niepublicznych Zakładów Opieki Zdrowotnej, prowadzących

działalność na terenie Gminy. W roku 2012 r. Gmina zorganizowała profesjonalne, nieinwazyjne i bezpieczne badania jakości postawy ciała oraz rozwoju psychomotorycznego dzieci przedszkolnych. Badania będą pomocne w monitorowaniu i stymulowaniu optymalnego poziomu rozwoju fizycznego i psychomotorycznego dzieci oraz ewentualnym kierowaniu ich na gimnastykę korekcyjną, jak również w planowaniu i prowadzeniu tych ćwiczeń. Badania były prowadzone również przez pracowników naukowych Politechniki Radomskiej. Zakres badań obejmował: ocenę somatopową jakości postawy ciała, określenie poziomu rozwoju fizycznego, określenie poziomu rozwoju psychomotorycznego (testy sprawności motorycznej B. Sekity, test TMK Ravena, testy wybranych koordynacyjnych zdolności motorycznych, komputerowy test koordynacji wzrokowo-ruchowej. Zakres badań u poszczególnych dzieci był zróżnicowany i uzależniony od wieku badanych dzieci. Największy zakres wykonano u dzieci 6-letnich. W roku 2013 kontynuowano badania pod hasłem „W trosce o zdrowie naszych dzieci” i objęto nimi sześciolatków oraz uczniów klas I-III gminnych szkół podstawowych. Z badań skorzystało blisko 400 dzieci. Po wykonanych badaniach zorganizowano spotkanie dla rodziców i opiekunów, podczas którego zespół badawczy omówił wstępne wyniki badań. W ramach programu planuje się dalszy monitoring przebadanych dzieci. W roku 2014 planuje się zorganizowanie jednodniowej Konferencji Naukowo- Metodycznej dla rodziców, nauczycieli i innych zainteresowanych, podczas której zostaną zaprezentowane dotychczasowe wyniki badań w układzie zbiorczym. Badania dzieci zaplanowano na termin 08-12 września 2014 r. i badaniami zostaną objęte sześciolatki, szóstoklasiści i trzecie klasy gimnazjum. Taki cykl badawczy i konferencyjny planuje się kontynuować w przyszłych latach. Taki układ zapewni monitorowanie dzieci w trzech głównych momentach rozwoju.

5. Program zdrowotny „Dbamy o zdrowie naszych seniorów” - program szczepień ochronnych przeciw grypie dla osób z grupy szczególnego ryzyka.

Zachorowania na grypę w naszym klimacie są odnotowywane przez cały rok, choć apogeum choroby przypada na czas od jesieni po wiosnę. Powikłania po grypie można podzielić na lekkie, które także leczy się w domu: zapalenie krtani, tchawicy czy oskrzeli. Drugą grupę stanowią bardziej niebezpieczne powikłania, takie jak zapalenie płuc, mięśnia sercowego, osierdzia, opon mózgowych, mózgu, nerek oraz zaostrzenie przewlekłych chorób. Już dziś wiadomo, że szczepienie przeciw grypie pozwala uniknąć nie tylko gorączki, ale wiele groźniejszych dla zdrowia i życia powikłań. Światowa Organizacja Zdrowia określa, iż szczepieniu powinny się poddać przede wszystkim osoby pracujące w miejscach o zwiększonym kontakcie z ludźmi, dzieci od 6-tego miesiąca życia do lat 5, osoby, które ukończyły 65 rok życia oraz osoby przewlekłe chore bez względu na wiek. Te grupy są szczególnie narażone zarówno na zachorowanie, jak i powikłania, które po niewłaściwie leczonej grypie lub sprzężonej z istniejącymi już chorobami, mogą doprowadzić do tragedii w każdym wieku.

W trosce o zdrowie seniorów zlecone zostaną bezpłatne szczepienia przeciwko grypie dla osób powyżej 65 roku życia. W ramach programu w roku 2013 Gmina sfinansowała szczepienia dla 170 osób.

6. Krzewienie idei krwiodawstwa na terenie Gminy Czaplinek.

W ramach programu „Krzewienie idei krwiodawstwa na terenie Gminy Czaplinek” zorganizowane zostaną otwarte akcje poboru krwi, w celu zapewnienia jej wszystkim potrzebującym oraz prowadzona będzie edukacja zdrowotna wśród mieszkańców gminy Czaplinek. Działania realizowane w ramach programu obejmować będą:

- a. organizowanie zbiorowego poboru krwi podczas imprez kulturalno- rekreacyjnych,
- b. propagowanie i popularyzowanie idei krwiodawstwa.

Zadanie to Gmina Czaplinek będzie realizować we współpracy z Polskim Czerwonym Krzyżem. W roku 2013 akcja poboru krwi została przeprowadzona 27 maja 2013 r., a krew oddało 30 mieszkańców naszej Gminy.

7. „Jak aktywnie żyć z cukrzycą” – program edukacyjno-integracyjny.

Cukrzyca jest przewlekłą chorobą, której przyczyną jest zaburzenie wydzielania insuliny. Cukrzyca nieleczona lub niewłaściwie leczona jest jedną z głównych bezpośrednich lub pośrednich przyczyn inwalidztwa oraz wczesnej umieralności.

Według danych Światowej Organizacji Zdrowia, w 1998 roku było na świecie 140 mln diabetyków, zaś obecnie na tę chorobę choruje ponad 200 milionów ludzi na całym świecie. Prawie 160 milionów choruje na cukrzycę typu 2. Wiąże się to z coraz powszechniejszą otyłością, która może nawet w 80% przyczynić się do powstania i rozwoju choroby. W Polsce na cukrzycę cierpi ponad 2 miliony Polaków. Szacuje się, że ok. 40% chorych w Polsce w ogóle nie wie o swojej chorobie. Pacjenci zgłaszają się do lekarza, gdy jest ona już bardzo zaawansowana. Celem w/w programu jest poprawa jakości życia diabetyków szczególnie przez działania edukacyjne oraz integrację środowiska osób chorych na terenie Gminy Czaplinek.

Edukacja w zakresie właściwego postępowania w cukrzycy oraz wymiana doświadczeń osób chorujących na tę chorobę daje możliwość wykorzystania wszystkich życiowych perspektyw oraz szansę na aktywne codzienne życie, zmniejsza ryzyko wystąpienia późnych powikłań cukrzycowych, a tym samym kosztowne i długotrwałe leczenie. W ramach programu zostaną przeprowadzone badania poziomu cukru, cholesterolu oraz trójglicerydów we krwi. Badania będą wykonywane przez członków Polskiego Stowarzyszenia Diabetyków koło w Czaplinku, podczas większych imprez plenerowych organizowanych w mieście, takich jak „Dni Czaplinka”, „Święto Radości”, „Dożynki” oraz podczas imprez organizowanych przez sołectwa.

8. Obchody Światowego Dnia Chorych na Padaczkę.

W ramach obchodów tego święta Gmina Czaplinek włączy się we współorganizację akcji pn. „Zauważ mnie. Chodź (p) o zdrowie”. Głównym organizatorem akcji jest Polskie Stowarzyszenie Ludzi Cierpiących na Padaczkę, Oddział Okręgowy w Sławnie. Akcja polega na przejściu trasy z Wrocławia do Koszalina marszem Nordic Walking, w terminie 1- 14 lutego 2013 r. W tej niecodziennej inicjatywie wezmą udział osoby cierpiące na tę właśnie chorobę, osoby z inną niepełnosprawnością i miłośnicy aktywnego trybu życia. W każdym z kilkunastu mijanych po drodze miast odbędą się interesujące happeningi z udziałem mieszkańców i lokalnych mediów. Organizator akcji w ten sposób chce zwrócić uwagę na potrzeby osób cierpiących na epilepsję, których w Polsce mieszka blisko 400 000 osób. W tym celu w centralnych punktach każdego z mijanych miast przeprowadzone ciekawe

akcje edukacyjne dla mieszkańców. Instruktorzy, wolontariusze i przedstawiciele Polskiego Stowarzyszenia Ludzi Cierpiących na Padaczkę oraz innych organizacji w Polsce zajmujących się pomocą tym osobom zaprezentują między innymi, w jaki sposób należy się zachować, gdy chory dostaje ataku padaczkowego.

9. Rejestracja dawców szpiku.

Gmina Czaplinek nawiązała współpracę z **Fundacją DKMS Baza Dawców Komórek Macierzystych** w celu podjęcia wspólnych działań na rzecz promocji, popularyzacji i organizacji akcji rejestracji potencjalnych **dawców szpiku**. Fundacja DKMS Polska zarejestrowana została 28 listopada 2008 roku, jako niezależna organizacja typu non-profit. Swoje korzenie ma w Niemczech, gdzie działa od 24 lat. W tym czasie DKMS stał się największą bazą potencjalnych dawców na świecie liczącą ponad 3 800 000 potencjalnych dawców. Swoje komórki oddało ponad 50 000 dawców. Każdy z dawców zarejestrowanych w Fundacji DKMS jest ubezpieczony, każdy przez pięć lat od momentu pobrania jest monitorowany pod kątem stanu zdrowia. W Polsce nadal bardzo mało ludzi decyduje się na to by zostać dawcą szpiku. Wynika to przede wszystkim z niewiedzy. Większość osób, które chcą pomóc innym boi się, że ratując komuś życie, narażają swoje. Istnieje stereotyp związany z oddaniem szpiku kostnego. Duża strzykawka, zastrzyk w kręgosłup i paraliż. Tymczasem jest to nieprawda. Drugim czynnikiem są oczywiście finanse. Badania potencjalnych dawców kosztują i nie są finansowane przez Ministerstwo Zdrowia, tylko ze środków własnych Fundacji (darowizny od instytucji i osób prywatnych). Od października 2013 r. potencjalni dawcy szpiku będą mogli bezpłatnie zarejestrować się w centralnej bazie potencjalnych dawców komórek macierzystych przychodząc do czaplineckiego Ratusza. Rejestracja polega na wypełnieniu formularza z danymi osobowymi i pobrania wymazu ze śliny z wewnętrznej strony policzka, potrzebnej do określenia antygenów HLA. Już wkrótce poinformujemy o szczegółach prowadzonej akcji pn. „ZOSTAŃ DAWCĄ SZPIKU”.

III. METODY REALIZACJI

Gmina Czaplinek promować będzie realizację programów zdrowotnych poprzez rozpowszechnianie informacji wśród mieszkańców miasta w formie plakatów informacyjnych, umieszczanych w zakładach opieki zdrowotnej, ulotek, zamieszczanych informacji na stronie internetowej Czaplinka oraz przekazywanych informacji do lokalnych mediów.

IV. KOORDYNACJA PROGRAMU

Koordinację programu prowadzi będzie Referat Planowania Rozwoju Gospodarczego Turystyki i Promocji. W realizację programu włączone będą: Gmina Czaplinek, podmioty lecznicze, szkoły, organizacje pozarządowe, w tym Polskie Stowarzyszenie Diabetyków, Polskie Stowarzyszenie Ludzi Cierpiących na Padaczkę, specjaliści i wolontariusze, media.

V. FINANSOWANIE PROGRAMU

Środki finansowe na realizację zadań wydzielane są w budżecie Gminy Czaplinek w dziale 851 Ochrona zdrowia, rozdział 85149 Programy polityki zdrowotnej. Sprawozdania z realizacji Programu przedstawi Radzie Miejskiej w Czaplinku Burmistrz Czaplinka w terminie do 31 marca każdego roku.

PRZEWODNICZĄCY RADY


Bogdan Kalina