

UCHWAŁA Nr IV/17/14
Rady Miejskiej w Czaplinku
z dnia 30 grudnia 2014 r.

w sprawie przyjęcia Gminnego Programu Promocji Zdrowia na 2015 rok

Na podstawie art. 7 ust. 1 pkt. 5 i art. 18 ust. 1 ustawy z dnia 8 marca 1990 roku o samorządzie gminnym (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 2015 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
Wacław Mierzejewski

Załącznik do uchwały Nr IV/17/14
Rady Miejskiej w Czaplinku
z dnia 30 grudnia 2014 r.

GMINNY PROGRAM PROMOCJI ZDROWIA NA ROK 2015



Czaplinek, grudzień 2014 r.

I. WSTĘP

Gminny Program Promocji Zdrowia na rok 2015 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 2015, 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 (Dz. U. z 2008 r. Nr 164, poz. 1027, z późn. zm.), ustawy z dnia 15 kwietnia 2011 r. o działalności leczniczej (Dz. U. z 2014 r. poz. 1491 z późn. zm.) oraz ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (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 CHORÓB 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 przerzucie 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 2014 z badań skorzystało 210 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 były 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 roku 2014 w terminie 8-12 września przeprowadzono badania wad postawy ciała oraz rozwoju fizycznego i psychomotorycznego sześciolatków, szóstoklasistów oraz uczniów klas III Gimnazjum. Z badań skorzystało blisko 368 dzieci i młodzieży. W dniu 13 września br. zorganizowano jednodniową Konferencję Naukowo-Metodyczną pt. „W trosce o nasze dzieci”. Odzyskanie uśpionego kapitału w regionach popegeerowskich poprzez zapewnienie optymalnego rozwoju dzieci w długofalowej perspektywie dla rodziców, nauczycieli i innych zainteresowanych, podczas której zostały zaprezentowane dotychczasowe wyniki badań w układzie zbiorczym.

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

Zachorowania na gripę 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, osierdza, 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 2014 Gmina sfinansowała szczepienia dla 175 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 2014 akcja poboru krwi została przeprowadzona z inicjatywy Ochotniczej

Straży Pożarnej w Czaplinku z poparciem Gminy Czaplinek w porozumieniu z Regionalnym Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w Szczecinie. Akcja przeprowadzona została 20 września 2014 r., Do akcji zarejestrowało się 46 osób, z czego wyniki badań pozwoliły oddać krew 40 osobom. W sumie uzbierano 18 litrów zyciodajnego płynu.

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 ww. 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.

Z okazji Światowego Dnia Chorych na Padaczkę, który przypada 14 lutego zorganizowano marsz Nordic Walking po terenie Gminy Czaplinek. Marsz odbył się 8 lutego 2014 r. i prowadził poprzez następujące miejscowości: CZAPLINEK → BROCYNO → ŁYSININ → CZARNE MAŁE (ognisko) → CZAPLINEK.

Akcja miała na celu zwrócenie uwagi na potrzeby osób cierpiących na epilepsję, których w Polsce mieszka blisko 400 000 osób.

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 i 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 mogą bezpłatnie zarejestrować się w centralnej bazie potencjalnych dawców komórek macierzystych przychodząc do czaplineckiego Ratusza. Rejestracja polega na wypełnieniu formularza z danymi osobowymi i pobraniu wymazu ze śliny z wewnętrznej strony policzka, potrzebnej do określenia antygenów HLA. Na chwilę obecną zarejestrowało się około 30 osób z naszej gminy.

10. Sprawdź historię swojego leczenia – zakładanie konta w ZIP.

Gmina Czaplinek nawiązała współpracę z Zachodniopomorskim Oddziałem NFZ w Szczecinie w celu umożliwienia mieszkańcom skorzystania z mobilnego stanowiska do zakładania kont w ZIP.

Zintegrowany Informator Pacjenta to nowoczesny, stale aktualizowany, dostępny w Internecie poradnik Narodowego Funduszu Zdrowia - łatwy w użytkowaniu i przyjazny. Poza częścią ogólnodostępną, proponuje wszystkim zainteresowanym osobom dostęp do własnego konta zdrowotnego, w którym można znaleźć dane o swoim leczeniu, wykonanych badaniach, zapisanych lekach i ich kosztach od 2008 roku. Dane dostępne do konta, tj. login i hasło, wydawane są w Oddziale Funduszu za okazaniem dowodu osobistego lub paszportu, na podstawie informacji zawartych w Centralnym Wykazie Ubezpieczonych. Cała procedura zakładania konta trwa kilka minut.

W 2014 roku mobilne stanowiska do zakładania kont w ZIP gościło dwa razy w Czaplinku, z możliwości założenia konta skorzystało łącznie 350 osób.

11. Akcja „Pudełko życia”.

Gmina Czaplinek przyłączyła się do akcji „Pudełko życia”. To kampania, której celem jest podniesienie poczucia bezpieczeństwa w zakresie zdrowia i życia. Polega na ratowaniu życia człowieka poprzez przechowywanie najważniejszych informacji o stanie zdrowia pacjenta w opatrzonym naklejką pudełku, umieszczanym w lodówce. Dzięki temu przybywający z pomocą ratownik medyczny od razu dowie się o kluczowych informacjach o stanie zdrowia osoby, której będzie udzielał pomocy. W ramach akcji w 2014 roku zakupiono 1000 sztuk naklejek, które były przekazane do MOPS-u i dwóch ośrodków zdrowia oraz rozdawane podczas Happeningu – Pudełko życia. Naklejki są do nabycia w Referacie Planowania Rozwoju Gospodarczego Turystyki i Promocji. W 2015 roku zaplanowano kolejne akcje promocyjne „Pudełka życia”.

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 następnego roku.


PRZEWODNICZĄCY RADY
Wacław Mierzejewski