

Sprawozdanie z obchodów Światowego Dnia Serca w Krotoszynie.

Za nami drugi w historii naszego miasta i gminy „Spacer dla Serca”, będący integralną częścią obchodów Światowego Dnia Serca w Polsce. Zorganizowana w dniu 28 września 2013 roku impreza plenerowa była dotowana finansowo przez Urząd Miejski, Starostwo Powiatowe i Bank Spółdzielczy. W kosztach przygotowania i realizacji obchodów partycypowały także Stowarzyszenia: „Krotoszyńskie Centrum Przedsiębiorczości”, Centrum Wolontariatu Ziemi Krotoszyńskiej, „Pomóżmy Sobie”, „Razem” oraz anonimowy ofiarodawca. Organizatorów wspierali wolontariusze z Klubów Wolontariuszy Starszych z Zespołów Szkół Ponadgimnazjalnych nr 1 i 2 w Krotoszynie. Wszystkim dziękujemy dzisiaj za wsparcie i pomoc organizacyjną.

Organizatorzy podkreślają wagę pojęcia, które połączyło dorosłych, pedagogów i młodzież szkół ponadgimnazjalnych, gimnazjów i szkół podstawowych w realizacji idei obchodów. Jest nim WSPÓLDZIAŁANIE, podstawowe hasło „Strategi Promocji Miasta i Gminy Krotoszyn na lata 2012-2020”, które stało się jego marką i swoistą WARTOŚCIĄ.

W krotoszyńskiej imprezie uczestniczyli znakomici goście, przedstawiciele Polskiego Towarzystwa Kardiologicznego z Poznania i Wrocławia, którzy w trakcie pikniku prozdrowotnego podzielili się z mieszkańcami miasta swoją wiedzą i doświadczeniem z zakresu profilaktyki chorób sercowo-naczyniowych. Prof. dr hab. n. med. Piotr Dylewicz Kierownik Katedry Rehabilitacji Kardiologicznej Akademii Wychowania Fizycznego w Poznaniu i pracownik Instytutu Zdrowia i Kultury Fizycznej Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej im. Jana Amosa Komeńskiego w Lesznie mówił na temat zdrowego stylu życia, dr hab. Jacek Gajek prof. nadzw. Katedry i Kliniki Kardiologii Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu wygłosił krótki wykład na temat „Miażdżycy i jej profilaktyka”, a dr Przemysław Skoczyński udzielił praktycznych wskazówek jak postępować w przypadku ataku serca. Reprezentujący Wrocławski Oddział Polskiego Towarzystwa Kardiologicznego specjaliści udzielali także porad w zakresie rozpoznawania i leczenia chorób układu sercowo - naczyniowego.

W każdej z trzech części Światowego Dnia Serca w Krotoszynie tj.: „Spacerze dla Serca”, pikniku prozdrowotnym i panelu dyskusyjnym uczestniczyło łącznie ok. 100 mieszkańców Krotoszyna, w tym zaproszeni goście.

„Spacer dla Serca” wystartował z krotoszyńskiego rynku pod czujnym okiem pracowników Straży Miejskiej, którzy towarzyszyli spacerującym przez całą trasę. Podczas spaceru na krótko zatrzymano się przy siłowni zewnętrznej na promenadzie i stoku narciarsko-saneczkowym (w budowie) na Błoniach. Jan Pawlik prowadzący spacer - członek Zarządu Stowarzyszenia Centrum Wolontariatu Ziemi Krotoszyńskiej i członek Stowarzyszenia „Krotoszyńskie Centrum Przedsiębiorczości” - zachęcał do ruchu na świeżym powietrzu i aktywnego korzystania w ramach troski o swoje zdrowie ze wspomnianych wyżej urządzeń. Podczas spaceru, mając na uwadze popularyzację aktywnych form wypoczynku, trzykrotnie wzniesiono głośny okrzyk <spacer dla serca> informujący mieszkańców o trwającej właśnie imprezie. Po przejściu ok. 5 km uczestnicy dotarli na metę w hali sportowej na Błoniach gdzie każdy uczestnik otrzymał na wzmocnienie i odnowienie swojej kondycji jabłko i jogurt.

Piknik prozdrowotny prowadziła Pani Aleksandra Opalińska, Prezes dwóch Stowarzyszeń, a mianowicie „Krotoszyńskiego Centrum Przedsiębiorczości i „Pomóżmy Sobie”. Oficjalnego otwarcia tej części imprezy dokonał Burmistrz Krotoszyna Pan mgr inż. Julian Jokś. Uczestnicy imprezy mogli skorzystać z przygotowanych dla nich i świadczących usługi zdrowotne punktów badawczych. Cykl badań został przygotowany w taki sposób aby zainteresowani już z wynikami mogli skorzystać z konsultacji kardiologicznej.

Na każdym punkcie udzielano wyczerpujących informacji a zwłaszcza instruowano jak praktycznie wdrażać zdobytą wiedzę. Wykonywano pomiary ciśnienia, poziomu cukru, poziomu tkanki tłuszczowej. Można było wykonać badanie spirometryczne, spróbować zdrowych dań i produktów przygotowanych przez właścicieli krotoszyńskiego sklepu „Naturalnie”. Gabinety medyczne prowadziły: NZOZ „FAMILIA”, Stowarzyszenie „Pomóżmy Sobie” przy współdziałaniu Spółki z o.o. pod firmą Zakład Opieki Medycznej „ CER-MEDIC” oraz Centrum Promocji i

Profilaktyki Zdrowotnej SP ZOZ w Krotoszynie, które przy okazji edukowało panie jak prowadzić samobadanie piersi. Przed halą Prezes Stowarzyszenia „Razem” Pani Elżbieta Garsztko prowadziła gry i zabawy ruchowe, które cieszyły się ogromnym zainteresowaniem.

W panelu dyskusyjnym uczestniczyli kardiolodzy: prof. dr hab. n. med. Piotr Dylewicz, dr hab. Jacek Gajek, dr Przemysław Skoczyński. Dyrektor SP ZOZ Pan dr Paweł Jakubek, radny Sejmiku Województwa Wielkopolskiego Pan Franciszek Marszałek, radny Rady Miejskiej w Krotoszynie Ryszard Łopaczyk, Prezes Zarządu Spółki z o.o. pod firmą Zakład Opieki Medycznej „CER-MEDIC” Pani Anna Janiak, Właściciel NZOZ „FAMILIA” dr Maciej Hoffman, Aleksandra Opalińska, Jan Pawlik, Dyrektor CSiR Jacek Cierniewski, dziennikarze mediów lokalnych Informacji Regionalnych, Gazety Krotoszyńskiej i Portalu Krotoszyn.dlawas.info.

Tematem wiodącym panelu były tematy związane z rehabilitacją kardiologiczną a głównie zagadnienia związane ze współpracą niepublicznego i publicznego sektora ochrony zdrowia oraz organizacji pozarządowych w tym zakresie. Wstępnie przedyskutowano także praktyczne i przyszłościowe możliwości powstania i rozwoju Kompleksowej Ambulatoryjnej Rehabilitacji Kardiologicznej (KARK) na terenie ziemi krotoszyńskiej.

Panel prowadził prof. dr hab. n. med. Piotr Dylewicz, który wielokrotnie był Przewodniczącym Sekcji Rehabilitacji Kardiologicznej i Fizjologii Wysiłku Polskiego Towarzystwa Kardiologicznego.

Na podstawie dyskusji można sformułować kilka wniosków:

1. Biorąc pod uwagę obowiązujące aktualnie w sektorze ochrony zdrowia zasady, na dzień dzisiejszy nie ma możliwości powołania KARK a w szczególności spełnienia wszystkich obowiązujących w tej dziedzinie wymagań. Jest to temat wymagający jeszcze wielu przemyśleń i dyskusji a dotyczy to zarówno publicznej, jak i niepublicznej służby zdrowia.
2. Organizacje pozarządowe realizujące zadania prozdrowotne mogłyby realizować tylko jeden element KARK tzn. profilaktykę w jej najszerszym ujęciu szerząc wiedzę na ten temat przy współdziałaniu psychologa, dietetyka, muzykologa, stomatologa, Fitnes Klubu, w tym instruktora Nording Walking i innych specjalistów związanych z czynnikami ryzyka chorób sercowo-naczyniowych,
3. W grupie pacjentów kardiologicznych niezbędna jest szersza, prowadzona przez poszczególne poradnie kardiologiczne, edukacja w dziedzinie przestrzegania zasad procesu leczenia, systematycznego zażywania leków i prowadzenia aktywnego trybu życia.

Aktualnie nie potrafimy odpowiedzieć sobie na pytanie czy możliwe jest współdziałanie samorządów, publicznego i niepublicznego sektora ochrony zdrowia oraz organizacji pozarządowych przy powstaniu i rozwoju KARK. W Polsce nie ma takiego przykładu, nie ma metodologii liczenia wkładu finansowego, nikt do tej pory nie poszukiwał podobnych rozwiązań (organizatorzy nie znają takich opracowań). Z uwagi na liczbę osób chorych oraz występujące powszechnie czynniki ryzyka chorób układu sercowo-naczyniowego nie należy jednak naszym zdaniem rezygnować z idei powstania KARK. Wszystkie funkcjonujące i działające w sferze ochrony zdrowia jednostki winny poszukiwać jakościowo nowych możliwości, docierać do branż i sektorów, które mogłyby wspierać finansowo powstanie i funkcjonowanie KARK w możliwym dla poszczególnych podmiotów, z uwagi na przedmiot ich działania zakresie.

Zapraszamy mieszkańców miasta i gminy za rok i liczymy na Wasz liczny udział w kolejnym „Spacerze dla Serca”. Jest to propozycja dla wszystkich, dla osób dorosłych i młodzieży, dla emerytów i rencistów, dla osób chorych i osób potencjalnie zagrożonych z uwagi na występujące w środowisku czynniki ryzyka. Pamiętajmy, że warto troszczyć się o swoje zdrowie i dobre samopoczucie, że ważny jest dla nas zdrowy styl życia, właściwe odżywianie i ruch na świeżym powietrzu.

Całość imprezy została udokumentowana na krótkim edukacyjnym filmie wykonanym przez Pana Franciszka Kurzawę.

Opracowali: Aleksandra Opalińska i Jan Pawlik