

Portal Województwa Lubuskiego



O profilaktyce podczas Dni Otwartych



Kategoria - Archiwum

Data publikacji -21 października 2013 godz. 12:43

Czym jest nowotwór, jak ważne jest wczesne wykrywanie raka, jaki wpływ na rozwój choroby ma styl życia? Tego wszystkiego można było się

dowiedzieć 19 października w Wielospecjalistycznym Szpitalu w Gorzowie Wlkp. Odbły się tam Dni Otwarte. Akcję zorganizowano w ramach miesiąca walki z rakiem, jakim jest październik. Od godziny 10.00 do 13.00 w holu szpitala mieszkańcy mogli skorzystać z porad specjalistów.

W ramach dnia otwartego można było dowiedzieć się wszystkiego na temat profilaktyki raka szyjki macicy, profilaktyki raka jelita grubego i umówić na badanie w ramach darmowego programu, posłuchać porad, jak skutecznie rzucić palenie papierosów i zobaczyć szkodliwe skutki palenia na lalce palącej papierosy „smoke soue”. Specjaliści tłumaczyli, jak racjonalnie się odżywiać, by nie zachorować, a jaką stosować dietę, gdy już jesteśmy chorzy. Mieszkańcy mogli także nauczyć się samobadania skóry i piersi pod kątem wykrywania zmian nowotworowych. Był też punkt, przy którym badano poziom tkanki tłuszczowej, poziom cukru we krwi, mierzono ciśnienie tętnicze krwi. Można było także dowiedzieć się, jakie szkodliwe skutki ma promieniowanie UV, jak zapobiegać chorobom zakaźnym, zatruciom pokarmowym, uzależnieniom i jakie zasady zapisano w Europejskim Kodeksie Walki z Rakiem. - Od początku października staramy się wychodzić z informacją o profilaktyce do Lubuszanek. Przeszliśmy w marszu pod hasłem „Badam się, więc mama pewnoś”, uczestniczymy w konferencjach tematycznych, organizujemy spotkania dla mieszkank. Takie Dni Otwarte mają na celu namówienie do badań profilaktycznych. Przypominamy, że tylko wczesne wykrycie zmian nowotworowych to szansa na całkowitą wygraną z rakiem – podkreślał Mariusz Stępień, koordynator populacyjnego programu profilaktyki raka szyjki macicy. Mieszkańcy chętnie korzystali z porad specjalistów. – Poziom cukru we krwi, czy to, jakie mamy ciśnienie, często są pierwszymi oznakami, że z naszym organizmem dzieje się coś niedobrego, warto wtedy pomyśleć o stylu życia i zadbać o siebie. Wszystko po to, żeby nie było za późno - tłumaczyła Grażyna Małozieć z wojewódzkiej poradni onkologicznej działającej przy gorzowskim szpitalu. Podczas Dni Otwartych po raz pierwszy można było także dowiedzieć się, w jaki sposób skorzystać z unijnych funduszy, a także o tym, jak z tych pieniędzy skorzystały szpitale. W holu szpitala ustawiony był Główny Punkt Informacyjny o Funduszach Europejskich. Organizatorzy przygotowali też materiały edukacyjne: ulotki, broszury, komiksy, książki. Lekarze i specjaliści czekają na wszystkich, którzy chcą się zbadać i dowiedzieć, jak zdrowo żyć.

W październiku przypomina się również wszystkim kobietom, że ich styl życia decyduje o wystąpieniu raka piersi. Świadomość konieczności samobadania i półrocznych kontroli ginekologicznych to duży krok ku zdrowiu. Zapomnieć nie można także o właściwej diecie, bogatej w antyoksydanty, przeciwdziałające rozwojowi komórek nowotworowych oraz ruchu fizycznym i rzuceniu palenia.

Informację przygotowała Katarzyna Kozińska.