

Portal Województwa Lubuskiego



Samorząd województwa i lubuskie szpitale zapraszają w marcu do Kawiarenek Zdrowia



© lubuskie.pl

Kategoria - Zdrowie

Data publikacji -26 lutego 2024 godz. 11:14

- Chcemy zaproponować Lubuszanom białe weekendy, dbanie o swoje zdrowie, podkreślanie wartości profilaktyki. Wzmacniamy to tzw. kawiarenkami zdrowia, do których zapraszamy w marcowe soboty i niedziele - zachęca członek Zarządu Województwa Lubuskiego Grzegorz Potęga.

Kawiarenki Zdrowia to cykl marcowych wydarzeń w 8 lubuskich szpitalach, których celem jest podniesienie świadomości o profilaktyce i własnym dobrostanie. Kawiarnia przecież każdemu kojarzy się dobrze – stąd idea utworzenia kawiarenek w szpitalach. „Biała sobota” i „biała niedziela” to również hasła, które w ostatnich latach utrwaliły się w społecznym odbiorze, dlatego łączymy dwa w jednym!

Dodatkowo marzec to idealna pora, by zadbać o zdrowie. Profilaktyka polega właśnie na tym, żeby badać się zanim cokolwiek nam dolega. Jest wiele chorób, które nie dają na początku żadnych objawów, a wykryte w porę – są całkowicie uleczalne.

Warto zadbać o swoje zdrowie. Właśnie na wiosnę!

Członek Zarządu Województwa Lubuskiego Grzegorz Potęga podczas poniedziałkowej (26 lutego 2024 r.) konferencji prasowej w urzędzie marszałkowskim w Zielonej Górze, podkreślał, że to ważna sprawa, aby mówić o profilaktyce i zachęcać do niej wszystkich Lubuszan. Podziękował za pozytywny odzew na zaproszenie samorządu województwa w związku z tą akcją. - Idzie wiosna. W sferze ochrony zdrowia również chcemy państwu zaproponować wiosenną postawę i wyjście z domu. Nawiązując do pogody, wielu z nas jeździ samochodami, więc niebawem przyjdzie czas zmiany opon. Co niektórzy pojedą do warsztatów, aby zbadać, jak ten samochód wygląda po zimie. Trochę tak jest też chyba z nami. Warto by było, aby nie wymieniać niczego, ale sprawdzić stan swojego zdrowia i dlatego przygotowaliśmy akcje profilaktyczne w 8 lokalizacjach – mówił członek zarządu Grzegorz Potęga.

Wyraził zadowolenie z obecności na konferencji prasowej przedstawicieli jednostek ochrony zdrowia w województwie lubuskim, które wezmą udział w organizowanych wraz z Departamentem Ochrony Zdrowia UMWL kawiarenkach zdrowia. Oprócz tych jednostek, z którymi samorząd województwa współpracuje co dzień, były również przedstawicielki szpitali powiatowych.

W kawiarenkach w przyjaznej atmosferze zadbasz o zdrowie

Ideą akcji jest profilaktyka chorób i konsultacje ze specjalistami poza formułą tradycyjnych wizyt lekarskich, możliwość wykonania badań w ramach „białego weekendu”

- Chodzi nam o to, abyśmy uczynili w tych kawiarenkach atmosferę bardziej przyjazną w kontekście relacji pacjent-lekarz, pacjent-pielęgniarka. Zazwyczaj spotykamy się w gabinetach, a może przy kawie czy herbacie będzie łatwiej podzielić się spostrzeżeniami o stanie swojego zdrowia, o samopoczuciu. To wszystko jest bardzo istotne, dlatego zachęcamy również nieco młodszych Lubuszan do tego, aby porozmawiali ze swoimi rodzicami, dziadkami, wujkami, ciociami i namówili ich do tego, aby wybrali się na kawiarenkowy weekend do szpitali, które będą oferowały białą sobotę czy białą niedzielę. W każdej lokalizacji stanie dentobus – gabinet stomatologiczny na kółkach. Oczywiście to niejedyna atrakcja, którą przewidujemy - mówił **członek zarządu województwa Grzegorz Potęga**.

Zaczynamy już w najbliższą sobotę, 2 marca 2024 r. – zapraszamy do Zielonej Góry, 3 marca 2024 r. widzimy się w Gorzowie, a więc na dzień dobry – dwie stolice województwa lubuskiego. Następnie 9 marca - Krosno Odrzańskie, 10 marca – Nowa Sól, 16 marca – Słubice, 17 marca – Sulechów. Kończymy cykl w Lubuskim Centrum Ortopedii w Świebodzinie 23 marca oraz 24 marca w Szpitalu na Wyspie w Żarach.

Profilaktyka przede wszystkim

Sebastian Ciemnoczołowski – radny Województwa Lubuskiego, główny specjalista ds. rozwoju Szpitala Uniwersyteckiego w Zielonej Górze

nawiązał do metafory związanej z warsztatem samochodowym. – Nie tylko wiosna powinna być takim terminem, ale profilaktyką powinniśmy zajmować się cały czas – dbać o „silnik”, czyli serce i wszystko, co nas napędza. Więc po pierwsze – profilaktyka, czyli badania, a przede wszystkim – zdrowy tryb życia i ruch. Jeżeli nie będziemy się dobrze „naoliwiać”, czyli odpowiednio odżywiać, to będziemy musieli się leczyć. Tak naprawdę to jest czas, kiedy jest już za późno, bo coś nawaliło. Leczenie jest najdroższe. Na to idą największe pieniądze i często nie jest to tak skuteczne, jak to, co robimy wcześniej, by być zdrowym. Białe weekendy, teraz pod nazwą kawiarenki, która – mamy nadzieję – pokaże, że nie ma dystansu między pacjentem a lekarzem, ma nas sprawdzić – mówił radny województwa.

Co będzie w Zielonej Górze?

Do dyspozycji będzie 5 poradni, do których można się już zapisywać. Numer telefonu to [68 32 96 204](tel:683296204). Można rejestrować się od 8:30 do 14:00 w środę 28 lutego. W sobotę, 2 marca 2024 r. poradnie będą do dyspozycji od 10:00 do 14:00. Będzie to poradnia urologiczna (badania będą realizowane w kierunku guza jądra u mężczyzn w wieku 18-35 lat), poza tym poradnia diabetologiczna (pomiar cukru, masy ciała, ciśnienia, konsultacje), poradnia nefrologiczna (szpital razem ze stowarzyszeniem „Nerka” będzie realizował działania – na miejscu będzie oczywiście lekarz nefrolog).

Kolejna rzecz ważna w dobie po pandemii to poradnia pulmonologiczna – badania spirometrem i konsultacje. – Będzie do dyspozycji 4 lekarzy, planujemy przebadać ok. 100 osób. I poradnia kardiologiczna – choroby kardiologiczne są chorobami cywilizacyjnymi, dotyczą ludzi w różnych kategoriach wiekowych. Będziemy oceniać ryzyko chorób sercowo-naczyniowych. Będzie dwóch lekarzy. Szczególnie oczekujemy na osoby z wykonanym wcześniej profilem lipidów. Będzie również dostępny dentobus oraz bus, w którym będzie można wykonać badania dermatoskopowe – to akcja organizowana przez Akademię Czerniaka. Oczywiście liczba miejsc jest zawsze ograniczona, ale mam nadzieję, że jeżeli ktoś będzie chciał się dłużej skonsultować, to poradnie będą czynne tak długo, aż wszystkich obsłużymy. Badania i konsultacje będą odbywać się w jednym miejscu, przy ulicy Podgórnej. Jeżeli coś by się miało zmienić, przy dzwonieniu pod numer, który podałem, będzie podana informacja o zmianie lokalizacji – dodał **Sebastian Ciemnoczołowski**.

Będziemy także w szpitalach powiatowych

Z Kawiarenkami Zdrowia będziemy obecni w ośmiu lokalizacjach. Udało nam się nawiązać współpracę także ze szpitalami powiatowymi, by dotrzeć do większej liczby Lubuszan. Podczas każdego wydarzenia będzie możliwość skorzystania z bezpłatnych badań. Placówki przygotowały różne pakiety – w zależności od specyfiki danego szpitala. Dodatkowo przy wszystkich kawiarenkowych lokalizacjach stanie dentobus – czyli gabinet stomatologiczny na kółkach, w którym najmłodsi będą mogli skorzystać z darmowego przeglądu jamy ustnej (uwaga! dla odważnych dzieci przygotowujemy drobne upominki!).

Katarzyna Barna - zastępczyni dyrektora ds. pielęgniarstwa w Wielospecjalistycznym Szpitalu Wojewódzkim w Gorzowie Wlkp.

podkreślała, że w ramach szeroko rozumianej profilaktyki chorób układu moczowego szpital przygotował możliwość zbadania podstawowego parametru, jakim jest kreatynina. - Zapraszamy już od dzisiaj do laboratorium szpitala przy ul. Dekerta. Laboratorium jest czynne całodobowo. Nieprawidłowy parametr kreatyniny już świadczy o tym, że coś dzieje się w zakresie układu moczowego. Spłacamy bardzo szeroki dług popandemiczny – badania układu moczowego schodziły na dalszy plan. Tym bardziej serdecznie państwa zachęcamy, aby szczegółowo przebadać się w tym zakresie – mówiła.

Od środy, 28 lutego 2024 r. rusza rejestracja do poradni urologicznej. W niedzielę, 3 marca 2024 r. od 10:00 do 14:00 w sali radioterapii w nowym budynku przy ul. Dekerta będzie można dokonać oceny, skonsultować wynik tego badania oraz wykonać USG układu moczowego. - W ramach tej niedzieli zapraszamy państwa również do tego, aby skorzystać z porad dietetyka, oznaczyć wskaźnik BMI, poziom cukru i ciśnienia tętniczego. W tej chwili liczba miejsc jest nieograniczona. Wszystkie badania i konsultacje są bezpłatne - mówiła Katarzyna Barna – zastępczyni dyrektora.

Elżbieta Kozak - prezeska Lubuskiego Centrum Ortopedii w Świebodzinie

zaprosiła mieszkańców Świebodzina i Ziemi Lubuskiej na ulicę Łąki Zamkowe 3 już 23 marca 2024 r. od godziny 10:00 do 14:00. - Cała kawiarenka zdrowia będzie się odbywała w nowym pawilonie rehabilitacyjnym. To będzie też dla państwa okazja, żeby zobaczyć ten pawilon od środka, zobaczyć, jaki mamy sprzęt. Z tego sprzętu będzie można korzystać w trakcie działania kawiarenki zdrowia w sobotę, 2 marca 2024 r. od 10:00 do 14:00 – mówiła prezes.

Co szpital przygotował? Otwarte będą gabinety ortopedyczne celem udzielania wszelkiego rodzaju porad w zakresie schorzeń i profilaktyki narządu ruchu. - Chcielibyśmy zaprosić też mieszkańców na ćwiczenia o godzinie 12:00. Będą ćwiczenia dla dorosłych pod nazwą „Zdrowy kręgosłup” oraz ćwiczenia dla dzieci. Oprócz tego będzie szereg badań dla dzieciaków – dzieci powyżej 4. roku życia zapraszamy na badanie stóp. Zapraszamy dzieci, ale też osoby dorosłe na platformę Biodex, gdzie będzie można zbadać siłę mięśni, następnie przejść do gabinetu ortopedy i sprawdzić, co można z tym schorzeniem zrobić. Zapraszamy też do dentobusu i do baru kawowego, który będzie na ostatnim, drugim piętrze naszego pawilonu rehabilitacyjnego. Będzie można wejść, podziwiać zieleń i panoramę pięknego miasta, jakim jest Świebodzin - mówiła **prezeska Lubuskiego Centrum Ortopedii w Świebodzinie.**

Marzena Sarnecka - Zastępczyni Dyrektora szpitala SPZOZ w Sulechowie zapowiedziała: - Będziemy czekać 17 marca w holu głównym, przy rejestracji w godz. 10.-14.00. Zrobimy podstawowe badania – badania cukru, spirometrię. Zapraszamy przyszłych rodziców, chcemy pokazać, że w naszym szpitalu można przyjaźnie rodzić, jest piękny oddział ginekologii, który pokażemy, oprowadzimy, porozmawiamy z położnymi. Będą onkolodzy, dietetyk, która udzieli porad żywieniowych, będą fizjoterapeuci, ratownicy medyczni, którzy udzielą instruktażu pierwszej pomocy. Czekamy na państwa - mówiła.

Jolanta Siwicka - Prezeska Zachodniego Centrum Medycznego w Krośnie Odrzańskim zaprosiła mieszkańców na 9 marca na porady specjalistyczne w zakresie pulmonologii, urologii, ortopedii i chirurgii. Będzie można wykonać badania profilaktyczne z zakresu spirometrii, pomiaru cukru we krwi, pomiary ciśnienia tętniczego oraz masy ciała. – Przygotowaliśmy także porady, które zostaną przeprowadzone przez edukatorów dotyczących układu krążenia. Ratownicy medyczni przeprowadzą pokaz udzielania pierwszej pomocy. Profilaktyka jest najważniejsza i najtańsza. Zapraszam w imieniu własnym jak i pracowników na ulicę Piastów 3 – mówiła **Jolanta Siwicka**.

Jolanta Dankiewicz - Prezeska Szpitala na Wyspie w Żarach zaznaczyła, że szpital w ramach akcji stawia na opiekę pediatryczną. - Dostrzegamy deficyt jeśli chodzi o opiekę pediatryczną. Tego dnia oferujemy państwu badania dla dzieci wszelkiego rodzaju. Będzie psycholog, fizjoterapeuta, pediatra, z którym będzie można podzielić się wątpliwościami. Oferujemy także badania cytologiczne dla kobiet, będą czynne gabinety – mówiła Jolanta Dankiewicz.

Atrakcje:

- konsultacje z lekarzami, porady specjalistyczne
- Bezpłatne badania
- Stoiska edukacyjne
- Dentobus – przegląd jamy ustnej dla dzieci
- Poczęstunek kawowy

Zadbajmy o swoje zdrowie przy kawie. Do zobaczenia!

Kawiarenkowy rozkład jazdy

SOBOTY	NIEDZIELE
Szpital Uniwersytecki w Zielonej Górze	Wielospecjalistyczny Szpital
2 marca	Wojewódzki w Gorzowie Wlkp.
godz. 10:00-14:00	3 marca
	godz. 10:00-14:00

Zachodnie Centrum Medyczne w Krośnie Odrzańskim 9 marca godz. 9:00-13:00	Wielospecjalistyczny Szpital w Nowej Soli 10 marca godz. 10:00-14:00
NZOZ Szpital im. prof. Z. Religi w Słubicach 16 marca godz. 10:00-14:00	Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Sulechowie 17 marca godz. 10:00-14:00
Lubuskie Centrum Ortopedii w Świebodzinie 23 marca godz. 10:00-14:00	Szpital na Wyspie w Żarach 24 marca godz. 11:00-15:00