

Portal Województwa Lubuskiego



Zbadaj serce, płuca, nerki i wypij kawę w Kawiarence Zdrowia



© Paweł Wańczko/Lubuskie.pl

Kategoria - Zdrowie

Data publikacji -2 marca 2024 godz. 13:15

W Szpitalu Uniwersyteckim w Zielonej Górze zainaugurowano „Kawiarenki Zdrowia” - cykl wydarzeń, podczas których można skorzystać z bezpłatnych badań, konsultacji lekarskich i porad.

O idei Kawiarenek Zdrowia przypomina **członek Zarządu Województwa**

Lubuskiego Grzegorz Potęga: – Takie akcje są związane z tzw. białymi weekendami w lubuskiej ochronie zdrowia. Oprócz naszych jednostek zaprosiliśmy do pomocy również szpitale powiatowe, które także będą nas gościły. A idea jest taka, abyśmy się badali po to, by uniknąć leczenia w przyszłości. Przyjdźmy, sprawdźmy się, czy wszystko u nas OK. I bądźmy zdrowi, bo to jest akcja skierowana ku profilaktyce i chcemy to robić systematycznie w naszym regionie – wyjaśnia G. Potęga.

Kolejki na badania i po porady

W sobotę, 2 marca 2024 r. poczekalnia przed poradniami przyszpitalnymi przy ul. Podgórnej w Zielonej Górze była pełna pacjentów. – Cieszymy się tą frekwencją, jest zainteresowanie. Dzisiaj można skorzystać z 6 różnych rodzajów konsultacji. Do dyspozycji mamy poradnie, ale także busy, gdzie możemy np. zbadać skórę. Największym zainteresowaniem cieszy się nefrologia. Jest doktor Habura, który wyjaśnia, jak wygląda życie po przeszczepie nerki, jak funkcjonować. Jest poradnia kardiologiczna – wiemy, że choroby serca to zmora naszych czasów, więc trzeba badać się wcześniej, profilaktycznie. Jest także poradnia związana z męskim zdrowiem – badania urologiczne pod kątem raka jąder. Nakłaniamy jako szpital do tego, żeby badać się wcześniej, bo leczenie to długi, skomplikowany i nie zawsze pewny proces, a profilaktyka jest zawsze pewna – mówił **Sebastian Ciemnoczołowski, główny specjalista ds. rozwoju Szpitala Uniwersyteckiego w Zielonej Górze.**

Wsparcie m.in. od nefrologów

– Kliniczny Oddział Nefrologii wspólnie ze stowarzyszeniem „Nerka”, które w tym roku obchodzi 30-lecie, wziął udział w dzisiejszym spotkaniu. Jesteśmy przygotowani na różne zdarzenia. Mamy nadzieję, że będzie to część nie tylko szkoleniowa, na temat schorzeń nerek i ich powikłań. Być może udzielimy także porad. Są z nami osoby po przeszczepie nerki, rezydenci, lekarze i członkowie stowarzyszenia „Nerka” – wskazywał **lek. Ireneusz Habura, kierownik Klinicznego Oddziału Nefrologii Szpitala Uniwersyteckiego w Zielonej Górze.**

Czy istnieją uniwersalne porady dla tych, którzy chcą zadbać o nerki? Zdaniem nefrologa kluczowe są właśnie badania, do których zachęcają „Kawiarenki Zdrowia”. – Od wielu lat powtarzam jak mantrę te same słowa: badajcie się. Wystarczy badanie moczu, albumin, kreatyniny oraz USG i jesteśmy w stanie oddzielić tych, którzy mają choroby nerek od tych, którzy ich nie mają. Choruje niestety 13 proc. społeczeństwa i tak jest w całym świecie. Dzisiaj jesteśmy tu między innymi po to, żeby nie wyleczyć, ale podpowiedzieć, co należy zrobić. Żyć zdrowo, nie palić papierosów, dbać o dietę, ćwiczyć, ruszać się, chodzić do lekarza pierwszego kontaktu – mówi **lek. Ireneusz Habura.**

Biała sobota w Szpitalu Uniwersyteckim to także możliwość poznania działalności lecznicy w różnych obszarach, m.in. właśnie nefrologii. – Kliniczny Oddział Nefrologii pod kierownictwem doktora Habury jest największym ośrodkiem nefrologicznym w Zielonej Górze. Prowadzimy opiekę nad pacjentami dializowanymi oraz dializowanymi otrzewnowo. Razem ze stowarzyszeniem „Nerka” prowadzimy też

działania profilaktyczne, uświadamiające. Nerki nie bolą, dlatego choroby nerek są takie groźne i niestety pacjenci docierają do nas w bardzo późnym stadium choroby, kiedy możliwości leczenia są bardzo ograniczone. Więc bardzo dobrze, że organizowane są takie dni, by wszyscy zainteresowani mogli się dowiedzieć, jak dbać o nerki i wykryć wczesne symptomy choroby. Myślę, że każde działania, które propagują zdrowie w tym dzisiejszym zabieganym świecie, zwiększają świadomość badań, są bardzo dobre i potrzebne. Wszystkie drogi są dobre, żeby dotrzeć do pacjenta – uważa **Samanta Mikoda-Gos, rezydentka nefrologii**.

Konsultacje z lekarzem przy... kawie

Szpital Uniwersytecki wspólnie z Urzędem Marszałkowskim zadbał również o przyjazną atmosferę. W holu poradni przyszpitalnych stanął kącik kawowy. – Na co dzień są tutaj kolejki, każdy się spieszy, każdy na coś czeka. A dzisiaj, w weekend jest zupełnie inaczej, bo doktorzy i personel są dostępni przy kawie – dodał S. Ciemnoczołowski.

Dodatkowo w szpitalu przygotowano miejsce do pomiaru ciśnienia tętniczego krwi i poziomu cukru oraz kącik zabaw dla dzieci. Pojawiło się też stoisko Departamentu Ochrony Zdrowia, gdzie oprócz rad nt. zdrowego odżywiania można było otrzymać np. podręczne apteczki.

Będą następne okazje do badań

Kawiarenka Zdrowia w Zielonej Górze to pierwsze z takich cyklicznych wydarzeń w województwie lubuskim. **Już w niedzielę, 3 marca 2024 r. od godziny 10.00 do 14.00 będzie można bezpłatnie przebadać się i skorzystać z konsultacji w Wielospecjalistycznym Szpitalu Wojewódzkim w Gorzowie Wlkp.** W kolejne weekendy Kawiarenka Zdrowia zawita do innych wojewódzkich i powiatowych lecznic.

SOBOTY	NIEDZIELE
Zachodnie Centrum Medyczne w Krośnie Odrzańskim	Wielospecjalistyczny Szpital Wojewódzki w Gorzowie Wlkp.
9 marca	3 marca
godz. 9:00-13:00	godz. 10:00-14:00
NZOZ Szpital im. prof. Z. Religi w Słubicach	Wielospecjalistyczny Szpital w Nowej Soli
16 marca	10 marca
godz. 10:00-14:00	godz. 10:00-14:00
Lubuskie Centrum Ortopedii w Świebodzinie	Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Sulechowie

23 marca	17 marca
godz. 10:00-14:00	godz. 10:00-14:00
	Szpital na Wyspie w Żarach
	24 marca
	godz. 11:00-15:00