

# Portal Województwa Lubuskiego



## 11 lutego - Światowy Dzień Chorego: zadbaj o zdrowie!



**Kategoria** - Archiwum

**Data publikacji** -10 lutego 2014 godz. 12:50

**Jak skutecznie wezwać pomoc, jaki jest prawidłowy rytm serca i dlaczego najważniejszy dla człowieka jest oddech - odpowiedzi na te i szereg innych pytań udzielali małym Lubuszanom ratownicy medyczni podczas obchodów Dnia Chorego w Urzędzie Marszałkowskim. Tego dnia Lubuszanie mogli**

**także skorzystać z darmowych badań oraz porad lekarskich.**

## **Mały może pomóc**

Światowy Dzień Chorego oficjalnie przypada 11 lutego. Tę datę ustanowił 22 lata temu Jan Paweł II. – Tego dnia chcemy przypomnieć, że wśród nas są osoby chore – mówiła marszałek Elżbieta Polak, która spotkała się z małymi Lubuszanami uczącymi się, jak prawidłowo udzielić pierwszej pomocy.

Ratownicy najpierw instruowali maluchy jak wezwać pomoc. Jak podkreślała marszałek to niezwykle ważne, ponieważ zanim na miejsce dotrą profesjonalści, sami możemy komuś uratować życie. – Bardzo często bohaterami stają się małe dzieci, które potrafią pomóc osobie dorosłej – mówiła. Jak się okazało lubuskie maluchy doskonale o tym wiedzą i znają numery alarmowe. – 999 – to pogotowie! A 112 to wszystkie służby! – krzyczały! Następnie ratownicy pokazali maluchom jak bezpiecznie udzielić pierwszej pomocy. – To ważne, żebyście wiedzieli, co zrobić, gdy babcia, mama lub tata źle się poczują lub stracą przytomność – mówili, a dzieciaki z ochotą ćwiczyły na fantomach.

## **Darmowe badanie tylko w urzędzie!**

W Światowym dniu Chorego nie zapomniano także o dorosłych Lubuszanach. W sali kolumnowej Urzędu Marszałkowskiego w Zielonej Górze można było wykonać podstawowe, proste badania. Swoje stoiska mieli Wojewódzki Ośrodek Koordynujący, Wojewódzki Ośrodek Medycyny Pracy, MEDKOL, Centrum Zdrowia Publicznego, Rejonowy Sztab Ratownictwa Społecznej Krajowej Sieci Ratunkowej i PCK z Zielonej Góry. Każdy, kto tego dnia przyszedł do urzędu mógł poddać się badaniu na obecność tlenu w wydychanym powietrzu, sprawdzić ciśnienie, poziom cukru we krwi oraz zmierzyć BMI, czyli współczynnik masy ciała. Porad udzielał także dietetyk. Dodatkowo panie mogły się dowiedzieć, na czym polega profilaktyka raka piersi.

## **Urzednicy marszałka chodzą na badania**

Od 2012 r. w Urzędzie Marszałkowskim pracownicy mają zielone światło na chodzenie na badania w godzinach pracy. I takiego wyjścia na badania wcale nie muszą odpracowywać. Warunki są proste: po pierwsze – trzeba się umówić na jedno z badań w ramach bezpłatnej oferty Narodowych Programów Profilaktycznych realizowanych przez NFZ, a po drugie – trzeba uzyskać od lekarza zaświadczenie, że faktycznie było się na badaniach. Przez ostatnie dwa lata z takiej możliwości skorzystało kilkudziesięciu urzędników. – Zdecydowałam, że akcję „Urzednik idzie na badania” warto wprowadzić na stałe. Niech stanie się naszą zdrową tradycją. Pracodawca w ten sposób nic nie traci, a zyskać można znacznie więcej, bo zdrowego pracownika! Wiem, że są w urzędzie osoby, które dzięki tym badaniom wykryły poważną chorobę w początkowym stadium. Dzięki szybkiej diagnozie udało się od razu zareagować i podjąć leczenie – mówi Elżbieta Polak, marszałek.

