

MIEJSKI PROGRAM PROFILAKTYKI I PROMOCJI ZDROWIA NA ROK 2010

I. Wstęp

„Zdrowie jako pozytywny stan fizyczny, psychiczny i społeczny, a nie tylko nieobecność choroby lub niepełnosprawności”.

Dynamika życia ludzkiego sprawiła, że analiza zdrowia jedynie na płaszczyźnie biologicznej i medycznej stała się niewystarczająca. W czasach ogromnego rozwoju medycyny likwidacji wielu groźnych chorób zakaźnych, ogólnej poprawy stanów zdrowia oraz jakości życia nadal rośnie uciążliwość przewlekłych chorób niezakaźnych. Zapobieganie tymże chorobom jest ogromnym wyzwaniem dla samorządów lokalnych.

Zdrowie jest wartością najwyższą, o której zachowanie należy dbać. Społeczeństwo, które chce aktywnie promować zdrowie jednostek musi wziąć odpowiedzialność za młodych ludzi, stworzyć dobrze poinformowaną, wykształconą populację w tym zakresie, oraz rozwijać wśród młodzieży poczucie odpowiedzialności za zdrowie własne i innych, uwrażliwiać na potrzeby zdrowotne.

W tym celu należy uruchomić jedno z najważniejszych narzędzi ochrony zdrowia jakim jest promocja zdrowia. Promocja zdrowia pełni naczelną rolę w propagowaniu zdrowego stylu życia i prozdrowotnych zachowań. Działania prozdrowotne uświadamiają społeczeństwu zależność między dietą, aktywnością fizyczną, unikaniem nałogów, działaniami dla zdrowego życia i środowiska a zdrowiem.

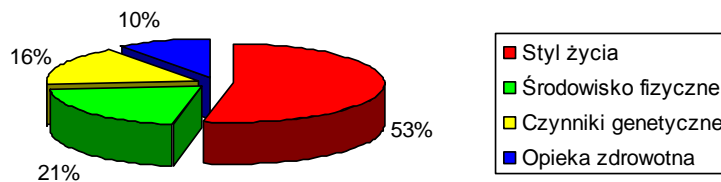
„Promocja Zdrowia jest procesem umożliwiającym ludziom zwiększenie kontroli nad swoim zdrowiem oraz jego poprawę”, która oznacza:

- Podnoszenie świadomości jednostki i społeczeństwa, dotyczącej zdrowia i czynników warunkujących zdrowie,
- Umożliwienie człowiekowi kontroli nad procesami zdrowia i udziału w realizacji celów zdrowotnych,

o Rozwój i umocnienie zasobów zdrowotnych tkwiących w jednostce i środowisku. Promocja zdrowia najczęściej jest kojarzona z procesem wspierania rozwoju oraz zdrowia pozytywnego, natomiast profilaktyka chorób z działaniami zapobiegawczymi polegającymi na zabezpieczeniu człowieka przed różnymi zagrożeniami zdrowia.

Profilaktyka to działania mające na celu zabezpieczenie człowieka przed różnymi zagrożeniami zdrowia. W odniesieniu do zdrowia jest to zapobieganie chorobie lub innemu niekorzystnemu zjawisku zdrowotnemu przed jej rozwinięciem się, poprzez eliminowane przyczyn i czynników ryzyka. Polega ona na wczesnym wykryciu i leczeniu choroby zapobiegając poważniejszym konsekwencjom. Zadaniem profilaktyki jest podjęcie szybkich i skutecznych działań przywracających zdrowie, jak również zahamowanie postępu lub powikłań już istniejącej choroby. Daje szansę na ograniczenie niesprawności i inwalidztwa. Istotnym elementem profilaktyki jest także zapobieganie powstawaniu niekorzystnych wzorów zachowań społecznych, które przyczyniają się do podwyższania ryzyka chorób. Zdrowie człowieka zależy od wielu wzajemnie powiązanych czynników determinujących zdrowie, które uporządkował i podzielił Marc Lalonde są to: styl życia, środowisko fizyczne, czynniki genetyczne i świadczenia opieki zdrowotnej.

Pola zdrowotne Lalonda



Do bezpośrednich determinantów zdrowia możemy zaliczyć palenie tytoniu, picie alkoholu, odżywianie, czystość wody, ekspozycja na zakażenia, a do pośrednich należą warunki makroekonomiczne, społeczno – demograficzne, wykształcenie czy środowisko.

Zarówno Światowa Organizacja Zdrowia jak i Unia Europejska określa dzisiaj promocję zdrowia jako jednolity proces działań zmierzających do poprawy i utrzymania ludzkiego zdrowia, który składa się z trzech ściśle związanych ze sobą elementów tj. edukacji zdrowotnej, zapobiegania chorobom i ochrony zdrowia a wyrażanej przede wszystkim poprzez lokalną politykę zdrowotną.

Plany i programy przygotowywane przez środowiska lokalne powinny zachowywać współbrzmienie ze strategią krajową lub regionalną. W innym przypadku mogą być z góry skazane na niepowodzenie. Takim wyznacznikiem w realizacji programów zdrowotnych i profilaktycznych jest Narodowy Program Zdrowia, który stanowi narzędzie do wspólnych działań w zakresie zdrowia publicznego a tym samym i lokalnego.

Miejski Program Profilaktyki i Promocji Zdrowia przyczyni się do zintegrowania działań związanych ze zdrowiem.

O profilaktyce możemy powiedzieć, że poprawia zdrowie publiczne, nie tylko dodaje lat do życia – poprzez wydłużanie średniej długości życia i redukcję ilości przedwczesnych zgonów, ale również poprzez dodawanie życia do lat – poprawiając jego jakość poprzez minimalizowanie skutków chorób i niepełnosprawności promując zdrowy styl życia.

II. Sytuacja zdrowotna mieszkańców

Zgodnie z wynikami badań najczęstsze choroby przewlekłe w Polsce to:

1. Choroby układu krążenia
2. Nowotwory
3. Choroby kręgosłupa i dyskopatia

Najczęstsze choroby wśród dzieci i młodzieży:

1. Wady postawy i zniekształcenie kręgosłupa
2. Alergie
3. Otyłość

III. Cele programu

Stanowią grupę celów, zawartych w Narodowym Programie Zdrowia

Cel główny:

poprawa zdrowia i samopoczucia poprzez zmianę zachowań zdrowotnych, tworzenie zdrowego środowiska fizycznego i psychospołecznego

Poprawa zdrowia i związanej z nim jakości życia ludności oraz zmniejszanie „nierówności w zdrowiu” osiągnąć przez:

- kształtowanie prozdrowotnego stylu życia społeczeństwa,
- tworzenie środowiska życia, pracy i nauki sprzyjającego zdrowiu,
- aktywizowanie jednostek samorządu terytorialnego i organizacji pozarządowych do działań na rzecz zdrowia.

Cele szczegółowe

1. Zmniejszenie zachorowalności i przedwczesnej umieralności z powodu nowotworów złośliwych,
2. Zwiększenie skuteczności zapobiegania chorobom zakaźnym i zakażeniom,
3. Zmniejszenie różnic społecznych i terytorialnych w stanie zdrowia populacji,
4. Zmniejszenie rozpowszechnienia palenia tytoniu,
5. Zmniejszenie i zmiana struktury spożycia alkoholu oraz zmniejszenie szkód zdrowotnych spowodowanych alkoholem,
6. Ograniczenie używania substancji psychoaktywnych i związanych z tym szkód zdrowotnych,
7. Poprawa sposobu żywienia ludności i jakości zdrowotnej żywności oraz zmniejszenie występowania otyłości,
8. Zwiększenie aktywności fizycznej ludności,
9. Tworzenie warunków do zdrowego i aktywnego życia osób starszych,
10. Wspieranie rozwoju i zdrowia fizycznego, psychospołecznego oraz zapobieganie najczęstszym problemom zdrowotnym i społecznym dzieci i młodzieży.

IV. Adresaci programu

Adresatami Miejskiego Programu Profilaktyki i Promocji Zdrowia na rok 2010 są mieszkańcy Brzezin.

Cele szczegółowe	Zadania	Sposoby i metody realizacji	Podmioty realizujące	Termin realizacji
1. Zmniejszenie zachorowalności i przedwczesnej umieralności z powodu nowotworów złośliwych	Profilaktyka nowotworowa (rak piersi, rak szyjki macicy, rak prostaty, itp.,	Udział w konkursie „Zdrowa Gmina, Zdrowy Powiat” (II-VII 2010r.) - opracowanie i rozprowadzenie ulotek informacyjnych, publikacje w BIS, prowadzenie działań informacyjno – edukacyjnych	Placówki ochrony zdrowia, Urząd Miasta, Szkoły	praca ciągła
2. Zwiększenie skuteczności zapobiegania chorobom zakaźnym i zakażeniom	Ograniczanie rozprzestrzeniania się zakażeń HIV Zapobieganie innym chorobom zakaźnym	Edukacja w zakresie ochrony przed zakażeniem HIV, wspieranie obchodów „Światowego Dnia AIDS”, konkursy dla młodzieży i osób dorosłych z zakresu problematyki HIV/AIDS, publikacja w BIS	Urząd Miasta, Szkoły, Inspekcja Sanitarna Placówki Ochrony Zdrowia	praca ciągła 1 grudnia
3. Zmniejszenie i zmiana struktury spożycia alkoholu oraz zmniejszenie szkód zdrowotnych spowodowanych alkoholem	Profilaktyczne programy edukacyjne dla dzieci i młodzieży oraz grup ryzyka	Kampanie antyalkoholowe, konkursy, pogadanki, materiały edukacyjne, publikacja w BIS	Urząd Miasta, MKRPA, KPP, Szkoły, Świetlica środowiskowa, Pełnomocnik Burmistrza ds. Rozwiązywania Problemów Alkoh.	praca ciągła
4. Poprawa sposobu żywienia i jakości zdrowotnej żywności oraz zmniejszenie występowania otyłości; zwiększenie aktywności fizycznej	Kształtowanie prozdrowotnych nawyków wśród młodzieży szkolnej i ich rodzin poprzez propagowanie aktywnego stylu życia i zbilansowanej diety	Włączenie się w ogólnopolski program „Trzymaj Formę” (IV-VI 2010r.), współorganizowanie imprez sportowych i prozdrowotnych, wspieranie szkół	Urząd Miasta, Szkoły, Inspekcja Sanitarna	praca ciągła
5. Wspieranie działań profilaktycznych w dziedzinie zapobiegania najczęstszemu problemom zdrowotnym	Prowadzenie działań na rzecz profilaktyki chorób układu krążenia, profilaktyka cukrzycy i oseporozy	Materiały edukacyjne, publikacja w BIS, wykład specjalisty diabetologa (I pół. 2010r.)	Urząd Miasta, Placówki Ochrony Zdrowia	
6. Zmniejszenie rozpowszechnienia palenia tytoniu;	Ograniczanie zdrowotnych następstw palenia tytoniu	Heppening „Alkohol, narkotyki, tytoń czy zdrowie – dylemat współczesnej cywilizacji”	Urząd Miasta i Rada Miasta Inspekcja Sanitarna, Szkoły	31 maja 2010 r.
	Organizowanie i dofinansowywanie edukacji antytytoniowej wśród mieszkańców, przeprowadzenie badań profilaktycznych dla osób uzależnionych od tytoniu i biernych palaczy	Włączanie się w kampanie antynikotynowe „Światowy Dzień bez Tytoniu” i „Rzuć Palenie Razem z Nami” Konkursy, szkolenia, prelekcje, pogadanki, porady indywidualne	Urząd Miasta, Placówki służby Zdrowia, Inspekcja sanitarna	31 maja i 3 czwartek listopada
		Badanie zawartości CO w wydychanym powietrzu lub badania spirometryczne, publikacja w BIS	Urząd Miasta, Placówki służby Zdrowia, Inspekcja sanitarna	3 czwartek listopada

Publikacje o tematyce opisanej w 6 zadaniach powyżej będą publikowane w BIS-ie w terminach wynikających z zadań Miejskiego Programu Profilaktyki i Promocji Zdrowia na rok 2010. Odpowiedzialny za przygotowanie artykułów i publikacji – Naczelnik Wydziału Spraw Społecznych Urzędu Miasta, a w zakresie dotyczącym pkt. 3 Pełnomocnik Burmistrza ds. Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.