Image not found or type unknown

Start kampanii edukacyjnej „Niezbędne dla zdrowia”

Naczelna Izba Lekarska i Rzecznik Praw Pacjenta przedstawiają 10 najważniejszych zasad, jak zadbać o zdrowie własne i bliskich. Inicjatywa NIL i RPP ma przypominać i propagować podstawowe zasady zdrowego trybu życia. Ogólnie dobry stan zdrowia zwiększa odporność organizmu, co w obecnej sytuacji pandemii koronawirusa warte jest szczególnego podkreślenia.

„Niezbędne dla zdrowia” to zbiór rekomendacji przygotowanych wspólnie przez przedstawicieli Naczelnej Izby Lekarskiej i Rzecznika Praw Pacjenta. Kampania ma charakter długofalowy, a jej celem jest kształtowanie wśród obywateli poczucia odpowiedzialności za własne zdrowie.

Jak zwraca uwagę Najwyższa Izba Kontroli w swoim raporcie pt. „System ochrony zdrowia w Polsce - stan obecny i pożądane kierunki zmian” z maja 2019 r., według M. Lalonde’a[i] największy wpływ na stan zdrowia człowieka ma styl życia (53%), w dalszej kolejności otoczenie (21%), czynniki genetyczne (16%), a jedynie w 10% opieka zdrowotna. Tymczasem systemy opieki zdrowotnej pochłaniają ok. 90% wszystkich nakładów na ochronę zdrowia. Nakłady na edukację prozdrowotną i kształtowanie stylu życia sięgają tylko 1,5%, podczas gdy ich wpływ na redukcję umieralności sięga 43%[ii].

Dane te wskazują jak ważne, a zarazem niedoceniane jest znaczenie edukacji zdrowotnej i profilaktyki.

Kampania będzie stopniowo rozwijana. **Do tej prozdrowotnej inicjatywy mogą włączyć się wszyscy, którym zależy na poprawie kondycji naszego społeczeństwa.**

Przygotowane i specjalnie zaprojektowane materiały w formie drukowanej i elektronicznej pozwolą odbiorcom lepiej zrozumieć wagę poszczególnych zaleceń.

„Jako samorząd lekarski bijemy na alarm w sprawie dramatycznej sytuacji w ochronie zdrowia. W różny sposób zabiegamy o zwiększanie nakładów na zdrowie. Wiemy jednak, że to nie wystarczy. Potrzeba zmiany myślenia, skupienia nie tylko na medycynie naprawczej. Musimy docenić profilaktykę i edukację zdrowotną. Inicjatywa „Niezbędne dla zdrowia” świadczy o tym, że angażując się w wypracowanie rozwiązań systemowych, nie tracimy z pola widzenia potrzeby kształtowania zachowań prozdrowotnych” – powiedział prof. Andrzej Matyja, Prezes Naczelnej Rady Lekarskiej, dodając: *„Liczymy, że zapoczątkowana przez NIL i RPP kampania nabierze rozmachu, dzięki włączeniu się do niej kolejnych partnerów. Każdy znajdzie tu pole do działania - samorządy, placówki oświatowe i edukacyjne, media, pracodawcy, szeroko rozumiane środowisko medyczne. Potrzeba tylko dobrej woli”.*

„Najistotniejszym wyzwaniem są obecnie sprawne działania, przeciwdziałające skutkom epidemii COVID-19, poprawa sytuacji pacjentów i ich dostępu do leczenia oraz profilaktyki. Trzeba również pamiętać, że jesteśmy współodpowiedzialni za stan swojego zdrowia, nasze zachowania i wybory. Nie ma lepszej i skuteczniejszej metody zachęcania społeczeństwa do prozdrowotnych zachowań, niż ciągła edukacja prowadzona w tym zakresie” – stwierdził Rzecznik Praw Pacjenta, Bartłomiej Chmielowiec. *„Właśnie dlatego musimy dostarczyć obywatelom narzędzia edukacyjne, byśmy już od najmłodszych lat uczyli się jak ważne są badania profilaktyczne, odpowiedzialne zachowania zdrowotne, higiena, odpowiednia dieta czy aktywność fizyczna”* - podkreślił Rzecznik Praw Pacjenta. *„Pełne porozumienie z pacjentem to podstawowy warunek skuteczności medycyny. Najważniejszym celem kampanii „Niezbędne dla zdrowia” jest edukacja, bo podstawowych celów medycyny nie da się osiągnąć bez udziału społeczeństwa”*

- mówił prof. Jan Duława, kierownik Kliniki Chorób Wewnętrznych i Metabolicznych Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach. *„Celem kampanii jest zmniejszenie, jeśli nie zlikwidowanie napięć w medycynie”* – podkreślił prof. Jan Duława.

Na rolę edukacji i profilaktyki zwrócił uwagę także prof. Andrzej Fal, kierownik Kliniki Alergologii, Chorób Płuc i Chorób Wewnętrznych w CSK MSWiA w Warszawie. *„W Polsce koncentrujemy się na medycynie naprawczej, wiele hospitalizacji jest niepotrzebnych, a jeśli profilaktyka jest w złym stanie, w złym stanie są też pacjenci trafiający do lekarzy. W obliczu ograniczonych zasobów kadrowych, które będą odtwarzane jeszcze wiele lat, trzeba myśleć, jak tą samą liczbą lekarzy osiągnąć pożądane rezultaty, a profilaktyka jest jednym z najlepszych sposobów”* - podkreślił prof. Andrzej Fal.

Pomysłodawca kampanii „Niezbędne dla zdrowia”, wiceprezes NRL dr Jacek Kozakiewicz, podziękował za zaangażowanie wszystkim, którzy przyczynili się do jej zrealizowania, ze strony NIL, RPP oraz ekspertów zaangażowanych w jej przygotowanie. *„To spotkanie jest historyczne. Po raz pierwszy pokazujemy dokument, którego każde słowo jest sygnowane przez samorząd lekarski, Rzecznika Praw Pacjentów i wybitnych ekspertów medycznych*" – powiedział wiceprezes NRL. Dodał, że do tej pory nie było programu edukacyjnego, który byłby stworzony przy współudziale tych trzech grup, będących kluczowymi uczestnikami systemu ochrony zdrowia. Zaapelował do wszystkich, w tym m.in. do dziennikarzy, o traktowanie medycyny przez pryzmat zysków społecznych i zysków grupowych, a nie tylko finansów.

Rozpoczynając kampanię, jej inicjatorzy - NIL oraz RPP - zgodnie podkreślają potrzebę rozwoju wszechstronnej edukacji zdrowotnej obywateli od najmłodszych lat, co powinno być wspólnym zadaniem dla różnych organów administracji publicznej – rządowej i samorządowej, w szczególności z obszaru zdrowia, edukacji, polityki społecznej. Właśnie temu mają również służyć szkolne zajęcia z Wiedzy o Zdrowiu.

Materiały przygotowane dla potrzeb kampanii dostępne są na https://nil.org.pl/dzialalnosc/niezbedne-dla-zdrowia oraz https://www.gov.pl/web/rpp/niezbedne-dla-zdrowia. Tam również będą zamieszczane aktualne informacje o przebiegu kampanii wraz z kolejnymi materiałami przygotowywanymi w miarę rozwoju tego długofalowego projektu.

Niezbędne dla Zdrowia - 10 najważniejszych zasad:

1. Dbaj o zdrowie – zdrowie jest najważniejsze!
2. Bądź aktywny fizycznie i zdrowo się odżywiaj.
3. Nie pal papierosów, nie zażywaj narkotyków oraz dopalaczy, nie nadużywaj alkoholu.
4. Korzystaj ze szczepień ochronnych i badań profilaktycznych.
5. Dbaj o higienę osobistą.
6. Nie lekceważ niepokojących objawów, przedstaw lekarzowi dokładnie swój problem. Niczego nie ukrywaj.
7. Poinformuj koniecznie lekarza o zażywanych lekach, suplementach diety i innych produktach, jeśli czegoś nie wiesz lub masz wątpliwości – śmiało zadawaj pytania.
8. Stosuj się do zaleceń lekarza. Miej cierpliwość w oczekiwaniu na efekt leczenia.
9. Nie żyj złudzeniami – reklama i „doktor Google” nie leczą!
10. Informuj lekarza o braku możliwości przyjścia na umówioną wizytę, dasz szansę innym na szybszą pomoc.

Więcej informacji:
Rafał Hołubicki, rzecznik prasowy NIL - tel. 882 893 861 e-mail: medianil@hipokrates.org
Małgorzata Duda, Departament Dialogu Społecznego i Komunikacji RPP - tel. 22 532 82 17, e-mail: prasa@rpp.gov.pl

---

[i] Marc Lalonde - Minister Zdrowia i Opieki Społecznej Kanady, raport „A New Perspective on the Health of Canadians, 1974 r.

[ii] A. Czupryna, S. Paździoch, A. Ryś, W.C.Włodarczyk: Zdrowie publiczne. Wybrane zagadnienia, Uniwersyteckie Wydawnictwo Medyczne Vesalius, Kraków 2001;