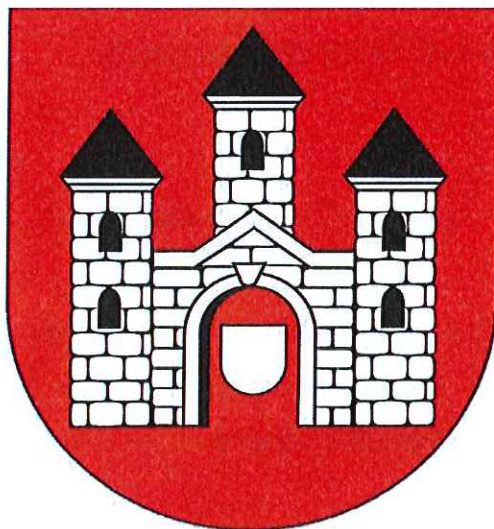


Załącznik nr 1
do Uchwały Nr XXXX.312.2018
Rady Gminy Przytyk
z dnia 9 kwietnia 2018r.

Gminny Program Profilaktyki i Promocji Zdrowia Gminy Przytyk na lata 2018 - 2020



PROGRAM PROFILAKTYKI I PROMOCJI ZDROWIA NA LATA 2018-2020

WSTĘP

Do zadań własnych gminy należą m.in. zadania w zakresie ochrony zdrowia, zapewnienie mieszkańcom równego dostępu do świadczeń opieki zdrowotnej a w szczególności opracowanie i realizacja programów zdrowotnych, wynikających z rozpoznanych potrzeb i stanu zdrowia mieszkańców. Narodowy Program Zdrowia (NPZ) priorytetowo traktuje problem chorób dietozależnych, kwestię sposobu żywienia, stanu odżywienia oraz aktywności fizycznej Polaków. Działania mają na celu poprawę świadomości społeczeństwa na temat znaczenia prawidłowo zbilansowanej diety oraz korzyści z podejmowania regularnej aktywności fizycznej w prewencji chorób cywilizacyjnych.

CEL GŁÓWNY PROGRAMU:

Celem strategicznym Narodowego Programu Zdrowia na lata 2016 – 2020 jest wydłużenie życia w zdrowiu, poprawa zdrowia i związanej z nim jakości życia ludności oraz zmniejszenie nierówności społecznych w zdrowiu.

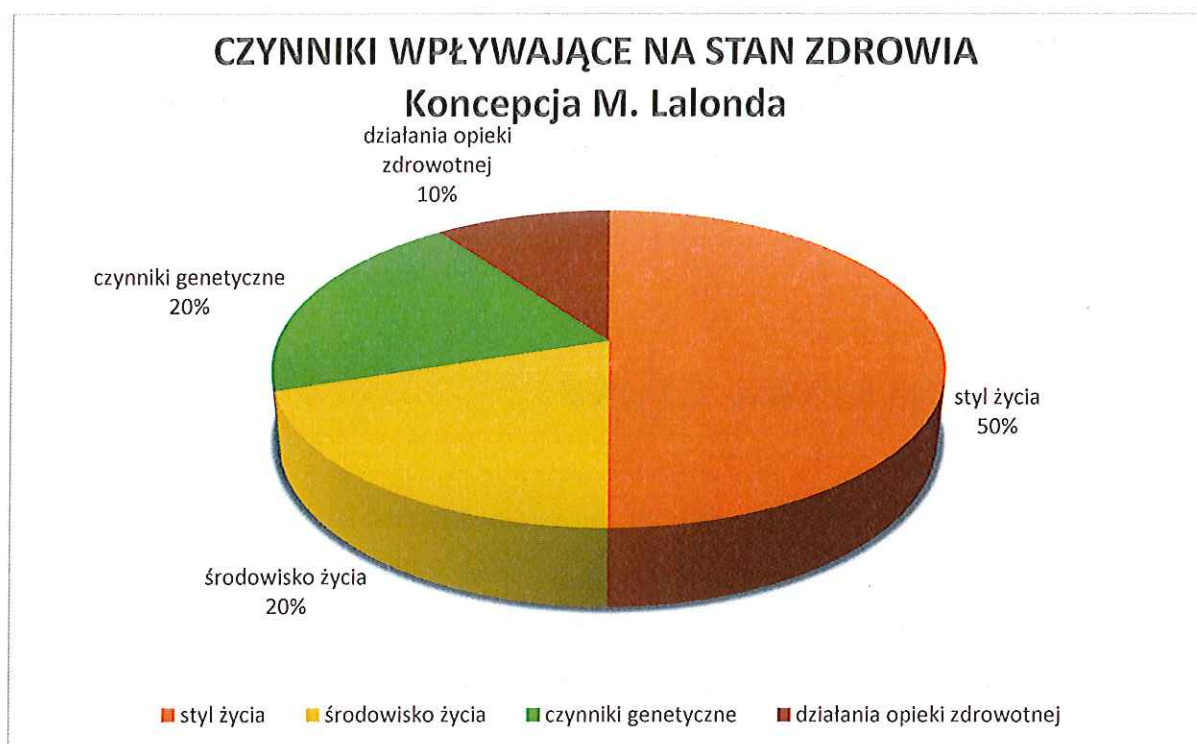
Cele operacyjne obejmują:

1. Poprawę sposobu żywienia, stanu odżywienia oraz aktywności fizycznej społeczeństwa.
2. Profilaktykę i rozwiązywanie problemów związanych z używaniem substancji psychoaktywnych, uzależnieniami behawioralnymi i innymi zachowaniami ryzykownymi.
3. Profilaktykę problemów zdrowia psychicznego i poprawę dobrostanu psychicznego społeczeństwa.

4. Ograniczenie ryzyka zdrowotnego wynikającego z zagrożeń fizycznych, chemicznych i biologicznych w środowisku zewnętrznym, miejscu pracy, zamieszkania, rekreacji oraz nauki.
5. Promocję zdrowego i aktywnego starzenia się.
6. Poprawę zdrowia prokreacyjnego.

Gminny Program Profilaktyki i Promocji Zdrowia na lata 2018 – 2020 kładzie szczególny nacisk na profilaktykę zdrowotną, promocję zdrowia na zasadzie integracji działań na rzecz poprawy i utrzymania zdrowia społeczności lokalnej. Działania na rzecz promocji i pozyskania zdrowia mają większe szanse powodzenia im więcej jednostek, grup społecznych oraz sektorów życia społecznego w nich uczestniczy, mają również na celu zwiększanie kontroli nad swoim zdrowiem. Promocja zdrowia jest procesem umożliwiającym poprawę zdrowia poprzez podejmowanie działań sprzyjających zdrowiu fizycznemu, psychicznemu oraz intelektualnemu. Zagrożenia zdrowotne wynikają z małej aktywności fizycznej, złego sposobu odżywiania się, braku umiejętności radzenia sobie ze stresem, częstego sięgania po wszelkiego rodzaju używki.

Obok profilaktyki i edukacji zdrowotnej jest jednym z podstawowych elementów zdrowia publicznego. Edukacja zdrowotna jest procesem w którym ludzie uczą się jak dbać o własne zdrowie. Obejmuje propagowanie prozdrowotnych przekonań i postaw, ukierunkowana jest na czynniki mające największy wpływ na nasze zdrowie.



Odbiorcami Programu są mieszkańcy Gminy Przytyk, zróżnicowani pod względem potrzeb zdrowotnych, wieku oraz narażenia na czynniki ryzyka. Gmina będzie promować realizację programów zdrowotnych poprzez rozpowszechnianie informacji wśród mieszkańców gminy w formie plakatów, ulotek, zamieszczanie informacji na stronie internetowej Urzędu Gminy Przytyk.

Program ten nawiązuje do pozostałych programów przyjętych do realizacji, a będących integralną częścią Strategii, a w szczególności do :

- Gminnego Programu Profilaktyki Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii,
- Gminnego Programu Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie oraz ochrony ofiar przemocy w rodzinie dla gminy Przytyk na lata 2013 – 2018.

Należy zaznaczyć, że zmiany stanu zdrowia mieszkańców Gminy Przytyk mogą spowodować wprowadzenie dodatkowych działań niewskazanych w programie.

Akty prawne regulujące powyższe zadania to:

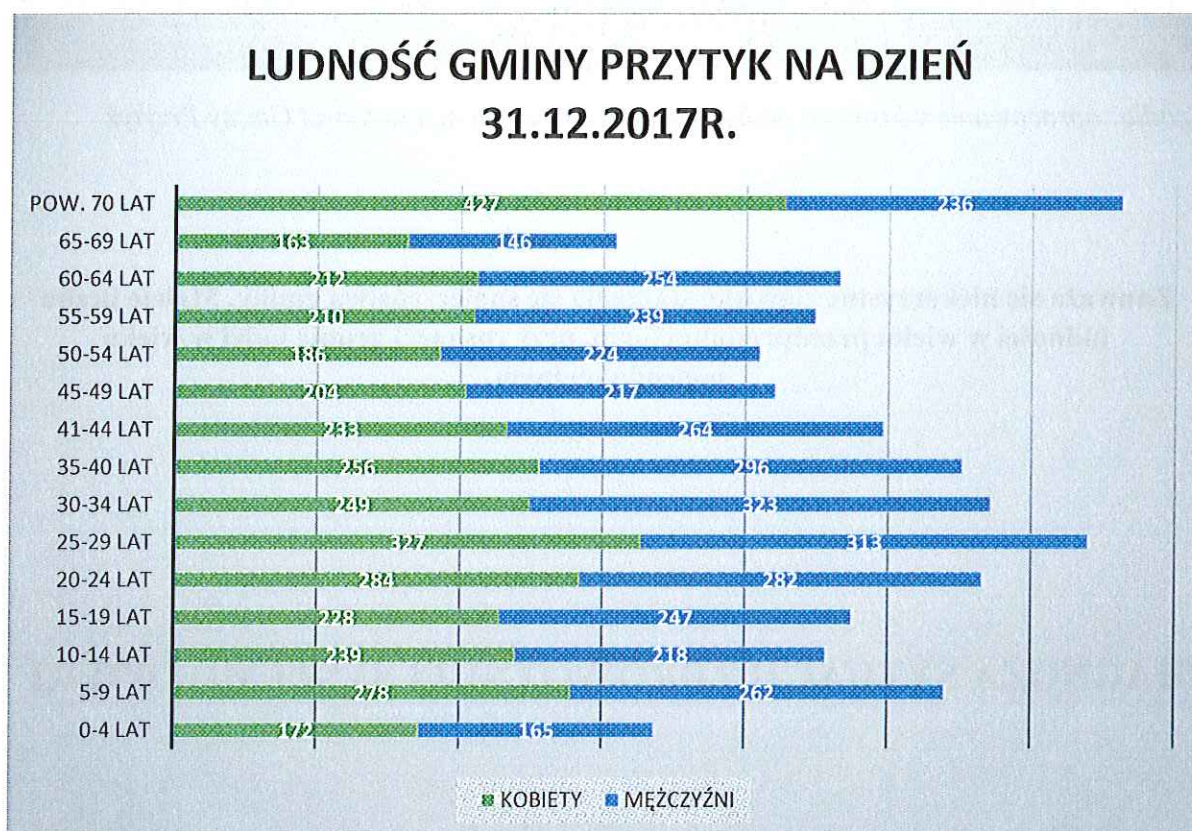
1. Ustawa z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (t.j. Dz.U. z 2017r., poz. 1875 ze zm.).
2. Narodowy Program Zdrowia na lata 2016-2020 (Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 4 sierpnia 2016 r. w sprawie Narodowego Programu Zdrowia na lata 2016–2020).
3. Ustawa z dnia 27 sierpnia 2004 r. o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych (t.j. Dz.U. z 2017r., poz. 1938 ze zm.).

CHARAKTERYSTYKA GMINY

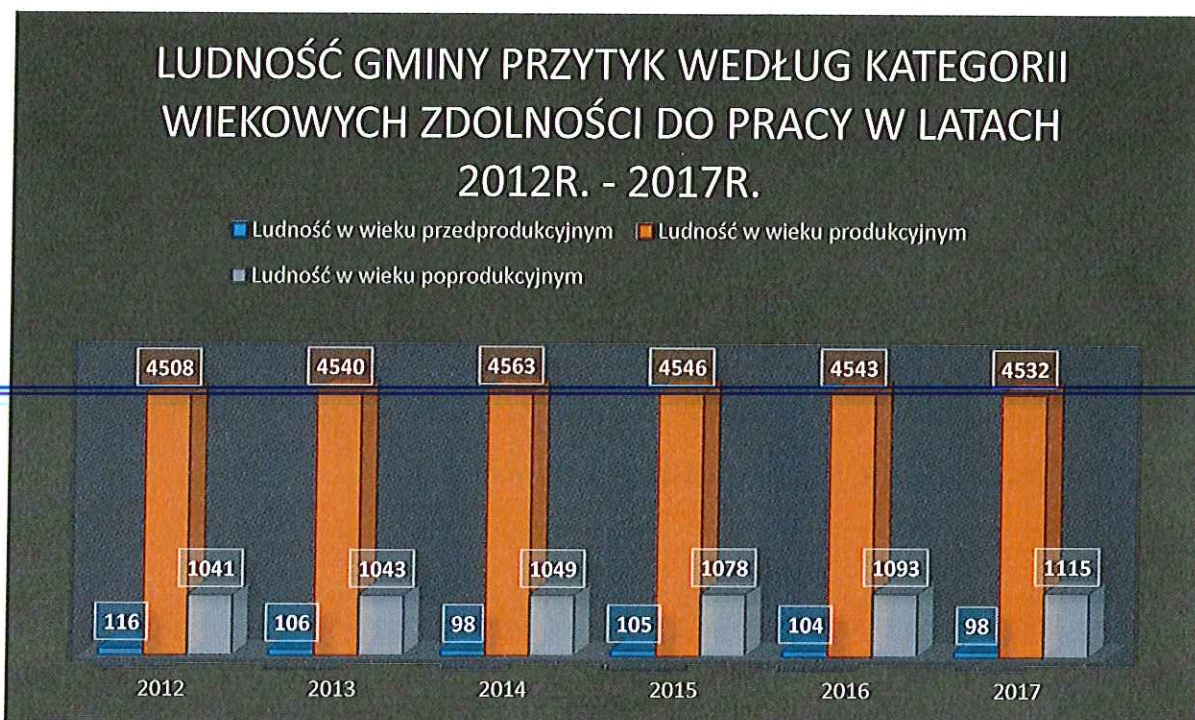
Gmina Przytyk położona jest w powiecie radomskim, w południowej części województwa mazowieckiego. Sąsiaduje ona z gminami: Radzanów, Stara Błotnica, Zakrzew, Jedlińsk, Wolanów, Wieniawa, Potworów i jest położona w odległości 17 km od Radomia. Zajmuje obszar 13.437 ha i jest podzielona na 26 sołectw i 35 miejscowości wiejskich. Liczba

mieszkańców gminy wynosi **7354** osób. Średnia gęstość zaludnienia gminy wynosi 52 osoby/km².

Przez Przytyk przebiega droga wojewódzka nr 740 Radom – Potworów, a także droga wojewódzka nr 732 Przytyk – Gózd oraz drogi powiatowe Jedlińsk- Przytyk – Wieniawa, Przytyk – Wawrzyszów, Przytyk – Korzuchów. Wokół układu drogowego posadowione są budynki użyteczności publicznej (m.in. Urząd Gminy, Ośrodek Zdrowia, Poczta, Placówki Oświatowe, Biblioteka, Posterunek Policji) oraz kościół parafialny pw. Podwyższenia Krzyża Świętego, Stadion Sportowy KS „Sokół”, sieć sklepów i punktów usługowych. Przez Przytyk przepływa rzeka Radomka, przecinająca drogę wojewódzką nr 740.



Źródło: opracowanie własne na podstawie danych z ewidencji ludności Gminy Przytyk



Źródło: opracowanie własne na podstawie danych z ewidencji ludności Gminy Przytyk

Zauważa się niekorzystne zjawisko starzenia się społeczeństwa gminy. Maleje liczba ludności w wieku przedprodukcyjnym, przy rosnącej grupie ludzi w wieku poprodukcyjnym.

DIAGNOZA SYTUACJI ZDROWOTNEJ I SYSTEMU OPIEKI

Źródłem informacji dotyczących skali problemów zdrowotnych na terenie gminy Przytyk są dane statystyczne pozyskane z Urzędu Gminy w Przytyku oraz dane partnerów i realizatorów Programu tj:

- Placówek oświatowych,
- Samodzielnego Publicznego Zakładu Opieki Zdrowotnej,
- Biblioteki,

- Gminnej Komisji Rozwiązywania problemów alkoholowych,
- Klubu sportowego „Sokół”,
- Zespołu ludowego „Wrzosowianki”,
- Klubu sportowego GROM,
- Wolontariat-u Publicznego Gimnazjum w Przytyku,
- Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Przytyku.

PODSTAWOWA OPIEKA ZDROWOTNA ORAZ ZASOBY SŁUŻBY ZDROWIA W GMINIE PRZYTUK

Podstawową opiekę zdrowotną nad mieszkańcami gminy sprawuje Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej (SPZOZ) w Przytyku oraz filia we Wrzeszczowie. Zatrudnionych jest 7 lekarzy posiadających następujące specjalizacje:

- Specjalista Medycyny Rodzinnej – 2 lekarzy
- Pediatra – 3 lekarzy
- Stomatolog – 1 lekarz,
- Rezydent - 1 lekarz,
- 6 pielęgniarek, które posiadają odpowiednie specjalizacje i kursy: podstawowe kursy EKG, szczepień i kurs pielęgniarstwa rodzinnego, kurs medycyny szkolnej, ordynowanie leków i wypisywanie recept, leczenia ran dla pielęgniarek, kompleksowa pielęgniarska opieka nad pacjentem z najczęstszymi schorzeniami wieku podeszłego, resuscytacja krążeniowo-oddechowa. Dwie pielęgniarki posiadają tytuł Specjalista pielęgniarstwa rodzinnego i pielęgniarstwa ratownictwa medycznego.

W placówce funkcjonują Poradnie:

- Ogólna,
- Dziecięca
- Stomatologiczna.

Na dzień 31.12.2017r. w SPZOZ w Przytyku zarejestrowanych było 6095 pacjentów. Przychodnia udziela bezpłatnych świadczeń zdrowotnych zakontraktowanych w NFZ tj. świadczenia lekarza Podstawowej Opieki Zdrowotnej (POZ) – wizyty lekarskie w gabinecie i w domu chorego oraz świadczenia ogólnostomatologiczne dla dzieci i młodzieży do ukończenia 18 roku życia.

Przedział wiekowy pacjentów zarejestrowanych w SPZOZ	2015	2016	2017	2018
0-6 lat	446	444	423	387
7-19 lat	1145	1119	1095	1028
20-39 lat	1754	1727	1667	1580
40-65 lat	1960	2008	2028	2018
Powyżej 65 lat	856	875	882	875
Razem	6161	6173	6095	5888

Ambulatoryjna opieka specjalistyczna na podstawie kontraktu z NFZ obejmuje świadczenia ogólnostomatologiczne dla dzieci i młodzieży do ukończenia 18 roku życia. Usługi zdrowotne na terenie gminy w ramach kontraktu z NFZ świadczą :

- M – Dent. Przychodnia stomatologiczna ul. Rynek 7, 26 – 650 Przytyk
- NZOZ MAR – MED – Pielęgniarska Domowa Opieka Długoterminowa.

W ramach ubezpieczenia zdrowotnego realizowane są również programy zdrowotne w zakresie:

- Program profilaktyki chorób układu krążenia – adresatami programu są w szczególności osoby obciążone czynnikami ryzyka chorób układu krążenia, znajdujące się na liście świadczeniobiorców lekarza POZ u świadczeniodawcy i w danym roku kalendarzowym objętym umową będące w 35, 40, 45, 50, oraz 55 roku życia.
- Program Profilaktyczny nowotworów głowy i szyi.

Grupa ryzyka. Programem badań przesiewowych zostaną objęte osoby w wieku 40 – 65 lat, wieloletni palacze, nadużywający alkoholu, zagrożone wirusem brodawczaka ludzkiego.

- Program profilaktyczny szczepienia p/grypie finansowany przez Urząd Gminy w Przytyku przeznaczony dla mieszkańców po 60 roku życia.

Na wyposażeniu placówek znajduje się:

- aparat EKG -4 z możliwością wykonania badania w domu pacjenta
- USG – 2 aparaty
- aparat Ambu – 2 zestawy
- spirometria – 1 aparat
- nebulizator
- glukometry
- wyposażenie gabinetu stomatologicznego – unit stomatologiczny sterylizator

Liczba zarejestrowanych chorych	2015	2016	2017
Liczba zarejestrowanych chorych na cukrzycę (19 lat - i więcej)	173	180	164
Liczba zarejestrowanych chorych na przewlekłe choroby układu oddechowego (19lat- i więcej)	38	35	30
Liczba zarejestrowanych chorych na przewlekłe choroby układu krążenia (19 lat - i więcej)	1329	1367	1303

PODEJMOWANE DZIAŁANIA

Do najistotniejszych działań podejmowanych przez Samorząd Gminy Przytyk należą:

- 1.Realizacja programów profilaktycznych na rzecz mieszkańców gminy Przytyk.
- 2.Współpraca z SPZOZ w zakresie realizacji i upowszechniania profilaktyki zdrowotnej.
- 3.W ramach realizacji zadań zleconych wydawanie decyzji w sprawach świadczeniobiorców
innych niż ubezpieczeni, potwierdzające ich prawo do korzystania ze świadczeń opieki
zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych.

PRIORYTET 1

*Poprawa sposobu żywienia, stanu odżywiania oraz
aktywności fizycznej społeczeństwa.*



ZADANIE 1

Działania promujące właściwe nawyki żywieniowe i aktywność fizyczną.

UZASADNIENIE:

Wspieranie prawidłowego żywienia i aktywności fizycznej w Polsce jest bardzo ważne, ponieważ wiele osób zmaga się z nadwagą i otyłością. Dlatego w ramach tego celu chcemy uświadomić społeczeństwu, jak istotna jest prawidłowa dieta oraz jak duże korzyści zdrowotne płyną z regularnych ćwiczeń oraz ruchu – zwłaszcza przy zapobieganiu chorobom cywilizacyjnym. Nieprawidłowe żywienie jest w Polsce powszechnym i poważnym problemem oraz przyczyną wielu chorób. Spośród nich należy wymienić między innymi: miażdżycę, cukrzycę, choroby układu krążenia a także niektóre postacie nowotworów.

CELE:

1. Upowszechnianie w szkołach i placówkach systemu oświaty wiedzy dotyczącej zdrowego odżywiania się i aktywności fizycznej.
2. Promowanie kultury fizycznej.
3. Promowanie i poprawa bezpieczeństwa ruchu pieszego i rowerowego.

PLANOWANE DZIAŁANIA:

1. Realizacja pogadanek i pokazów prawidłowego żywienia w placówkach oświatowych dla dzieci, młodzieży i ich rodziców.
2. Zapewnienie dzieciom i młodzieży dożywiania w szkołach.
3. Pomoc w zapewnieniu posiłków dla najuboższych.
4. Działania edukacyjne na temat szkodliwego wpływu alkoholu, narkotyków, dopalaczy i tytoniu na zdrowie człowieka.
5. Prelekcje na festynach rodzinnych.
6. Zapewnienie dostępności do obiektów sportowych i zajęć polegających na aktywności fizycznej.

7. Zwiększenie atrakcyjności zajęć wychowania fizycznego w szkole przez zróżnicowanie ich form.

POPULACJA DOCELOWA:

Mieszkańcy gminy Przytyk.

REALIZATOR:

Placówki Oświatowe, SPZOZ, GKRPA, JST, GBP

TERMIN:

Cały okres realizacji programu (lata 2018 -2020)

ZADANIE 2

Profilaktyka zapobiegania chorobom cywilizacyjnym -cukrzyca

UZASADNIENIE:

Cukrzyca to choroba, na którą cierpi prawie 400 mln osób na całym świecie. Według badań, około 10-20 procent osób chorych na cukrzycę to osoby, które posiadają cukrzycę typu pierwszego o charakterze autoimmunologicznym. Może być ona efektem przebytej infekcji wirusowej lub też wynikać z dziedziczenia. Natomiast 80-90 procent osób chorych cierpi na cukrzycę typu drugiego, której główną przyczyną jest nadwaga i otyłość oraz brak aktywności fizycznej, jak również zjawisko starzenia się społeczeństwa. Aby uniknąć zachorowania na cukrzycę, ważna jest odpowiednia profilaktyka. Cukrzycy łatwiej jest uniknąć, niż ją leczyć. W ramach programu prowadzona będzie edukacja zdrowotna połączona z nauką samokontroli poziomu cukru oraz samoobserwacji i profilaktyki

powikłań cukrzycy.

CELE:

1. Zwiększenie świadomości i wiedzy na temat cukrzycy, jej czynników ryzyka oraz skutecznych strategii zapobiegania powikłaniom związanym z cukrzycą.
2. Motywowanie do aktywnego i zdrowego stylu życia w tym pracy zawodowej, ruchu, wypoczynku, umiejętnego radzenia sobie ze stresem.
3. Poprawa sprawności fizycznej oraz zapobieganie powikłaniom poprzez aktywny udział chorych na cukrzycę w zajęciach ruchowych.
4. Zapobieganie oraz wczesne wykrywanie cukrzycy wśród mieszkańców miasta.

PLANOWANE DZIAŁANIA:

1. Przeprowadzenie badania hemoglobiny glikowanej.
2. Przeprowadzenie badania poziomu glukozy we krwi.
3. Przeprowadzenie badania poziomu glukozy w moczu.
4. Kampania informacyjno - edukacyjna.

POPULACJA DOCELOWA:

Mieszkańcy gminy Przytyk.

REALIZATOR:

SPZOZ, JST, Placówki Oświatowe

TERMIN:

Cały okres realizacji programu (lata 2018 -2020).

ZADANIE 3

Profilaktyka próchnicy zębów wśród dzieci i młodzieży

UZASADNIENIE:

Przeglądy dentystyczne pełnią istotną rolę w edukacji dzieci, mają na celu budowę postaw prozdrowotnych. Uczą jak ważna jest higiena, osławiają z wizytą w gabinecie stomatologicznym przekonując, że spotkanie z dentystą nie musi wiązać się z bólem i stresem. Badania naukowe wskazują, że prawidłowa higiena i profilaktyka są podstawowymi czynnikami wpływającymi na stan uzębienia w wieku dziecięcym co przekłada się na późniejszy stan uzębienia stałego. Próchnica zębów jest jednym z najbardziej rozpowszechnionych schorzeń cywilizacyjnych. Według Światowej Organizacji Zdrowia szacuje się, że dotyczy ona może 60-90% populacji dzieci i młodzieży w wieku szkolnym. Jest chorobą pojawiającą się już w zębach mlecznych w pierwszym roku życia dziecka.

CELE:

1. Podnoszenie świadomości zdrowotnej dzieci i młodzieży.
2. Zwiększanie odsetka dzieci i młodzieży ze zdrowym uzębieniem i przyzębiem.
3. Promowanie zachowań prozdrowotnych w odniesieniu do przestrzegania prawidłowej higieny jamy ustnej wraz z uwzględnieniem preparatów fluorkowych (past do zębów z zawartością fluoru).
4. Wykształcenie właściwych nawyków żywieniowych uwzględniających skład i sposób żywienia (pory dnia, częstość i konsystencja posiłków).
5. Zwiększenie dostępności do bezpłatnych świadczeń zdrowotnych z zakresu stomatologii dziecięcej.
6. Zmniejszenie zjawiska strachu przed wizytą w gabinecie wśród dzieci.
7. Przeciwdziałanie rozwojowi próchnicy zębów u adresatów programu poprzez zabieg lakowania zębów stałych.

PLANOWANE DZIAŁANIA:

1. Edukacja dla dzieci i młodzieży podczas zajęć szkolnych.
2. Zabezpieczenie profilaktyczne bruzd lakiem szczelinowym pacjentom do ukończenia 8. roku życia (przysługuje tylko raz – ząb „6”)
3. Lakowanie zębów stałych u dzieci.
4. Uzupełnienie braków położonego laku.

POPULACJA DOCELOWA:

Populację docelową stanowią dzieci w wieku szkolnym i przedszkolnym zamieszkujące gminę Przytyk.

REALIZATOR:

SPZOZ, JST, Placówki Oświatowe

TERMIN:

Cały okres realizacji programu (lata 2018 -2020).

PRIORYTET 2

*Profilaktyka i rozwiązywanie problemów związanych z
używaniem substancji psychoaktywnych, uzależnieniami
behawioralnymi i innymi zachowaniami ryzykownymi.*

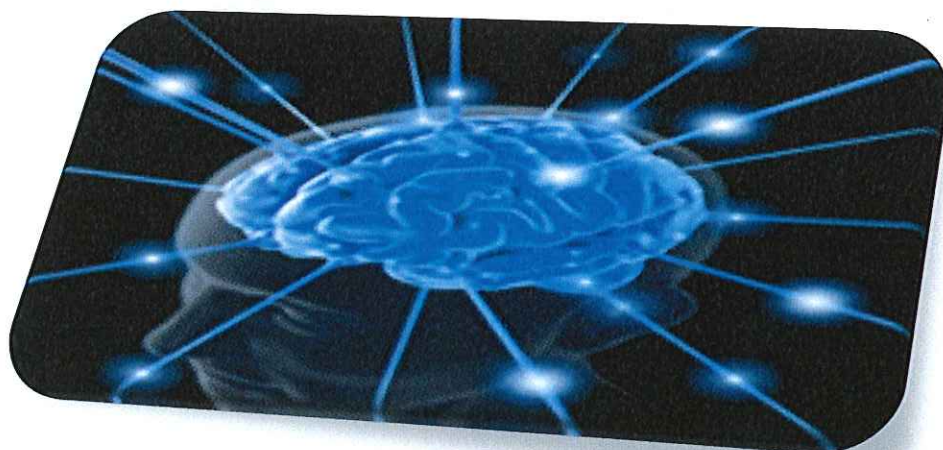


Realizowany przez:

- Gminny Program Profilaktyki Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii,
- Gminny Program Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie oraz ochrony ofiar przemocy w rodzinie dla gminy Przytyk na lata 2013 – 2018.

PRIORYTET 3

Profilaktyka problemów zdrowia psychicznego i poprawa dobrostanu psychicznego społeczeństwa.



ZADANIE 1

1. Wspieranie zdrowia psychicznego

UZASADNIENIE:

Zdrowie psychiczne to inaczej dobrostan, psychiczny i fizyczny oraz społeczny. Można je rozumieć jako brak chorób, ale nie tylko, też jako zdolność do rozwoju i samorealizacji. Pozwala na czerpanie radości z życia. Oznacza akceptację siebie jako jednostki. Na zdrowie psychiczne danej jednostki składa się szereg różnego rodzaju czynników i elementów. Zdrowie psychiczne to głównie nasza odporność na wszystkie trudne dla nas sytuacje, wydarzenia, zjawiska.

CELE:

1. Prowadzenie działań na rzecz upowszechniania wiedzy na temat zdrowia psychicznego i jego uwarunkowań, kształtowanie przekonań, postaw, zachowań i stylu życia wspierającego zdrowie psychiczne, rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu.
2. Zapobieganie zaburzeniom psychicznym.

PLANOWANE DZIAŁANIA:

1. Organizacja imprez integracyjnych.
2. Kampania informacyjno – edukacyjna dotycząca zapobiegania i przeciwdziałania przemocy w rodzinie, szkole i środowisku lokalnym.
3. Dostępność fachowego poradnictwa – psycholog.

POPULACJA DOCELOWA:

Mieszkańcy gminy Przytyk.

REALIZATOR:

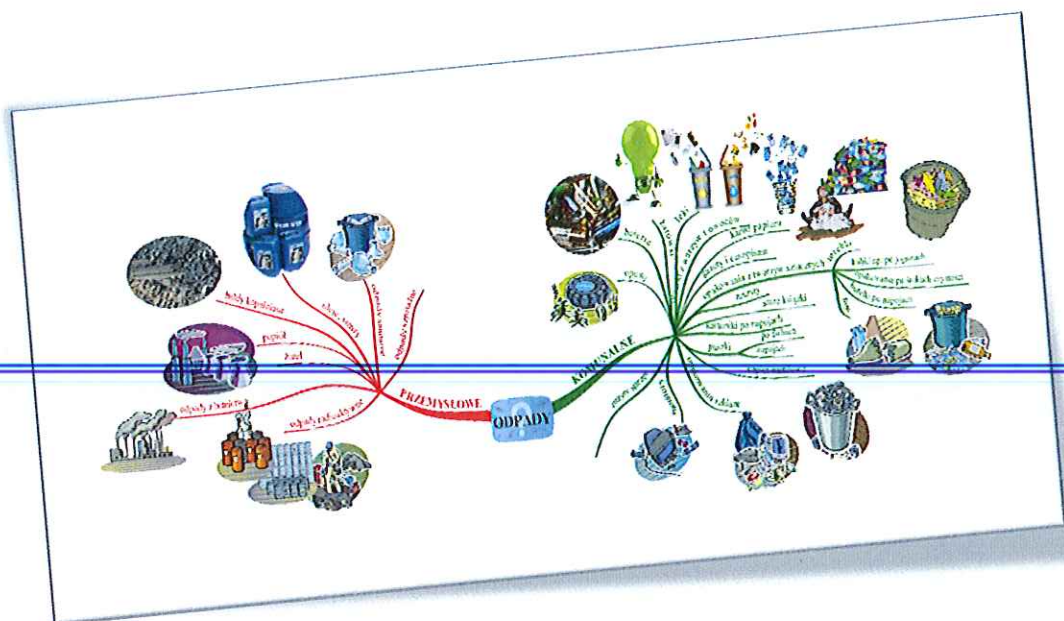
SPZOZ, Placówki Oświatowe, GOPS, GBP

TERMIN:

Cały okres realizacji programu (lata 2018 -2020).

PRIORYTET 4

Ograniczenie ryzyka zdrowotnego wynikającego z zagrożeń fizycznych, chemicznych i biologicznych w środowisku zewnętrznym, miejscu pracy, zamieszkania, rekreacji oraz nauki.



ZADANIE 1

Kształtowanie środowiska sprzyjającego zdrowiu

UZASADNIENIE:

Zdrowie to proces wzajemnych uwarunkowań w relacji organizm-środowisko, pozwalający w wyniku braku choroby utrzymać równowagę pomiędzy organizmem a środowiskiem. Zdrowie to potencjał zdolności przystosowania się organizmu do wymogów środowiska. Korzystny wpływ na zdrowie ma czyste powietrze oraz woda. Negatywne oddziaływanie środowiska na zdrowie wynika w znacznym stopniu z degradacji środowiska naturalnego, promieniowania jonizującego, hałasu, szkodliwych substancji chemicznych oraz czynników biologicznych.

CELE:

1. Ograniczanie narażenia na szkodliwe substancje chemiczne i czynniki biologiczne w otoczeniu człowieka (w tym środki ochrony roślin, środki uprawy roślin, produkty biobójcze, antybiotyki, substancje endokrynopodobne).

PLANOWANE DZIAŁANIA:

1. Szkolenia rolników.
2. Gospodarka odpadami na terenie gminy.
3. Prowadzenie działalności edukacyjnej.

POPULACJA DOCELOWA:

Mieszkańcy gminy Przytyk.

REALIZATOR:

JST, ZGK

TERMIN:

Cały okres realizacji programu (lata 2018 -2020).

PRIORYTET 5

Promocja zdrowego i aktywnego starzenia się.



ZADANIE 1

Program szczepień ochronnych przeciw grypie dla osób powyżej 60 roku życia.

UZASADNIENIE:

Grypa jest chorobą zakaźną wywoływaną przez wirusa grypy, powodującego ostre zakażenie układu oddechowego, a do zakażenia dochodzi najczęściej drogą kropelkową. W grypie niebezpieczne są jej powikłania, do których należą m. in.: zapalenie oskrzeli i płuc zapalenie ucha środkowego oraz zapalenia mięśnia sercowego. Należy również zwrócić uwagę na fakt, iż część zachorowań na grypę nie jest właściwie rozpoznana, część nie jest zarejestrowana, a ponadto część powikłań występuje w późniejszym okresie, przez co nie jest kojarzona z przebytą grypą. Na grypę chorują osoby w każdym wieku, ale ciężki przebieg choroby i

zgony dotyczą głównie dzieci, osób starszych i chorujących przewlekłe.

CELE:

1. Zwiększenie dostępności do bezpłatnych szczepień ochronnych przeciwko grypie dla osób powyżej 60 roku życia zamieszkałych na terenie gminy.
2. Zwiększenie wiedzy mieszkańców gminy o grypie i jej powikłaniach oraz roli szczepień ochronnych w profilaktyce chorób zakaźnych.
3. Uzyskanie możliwie najwyższej liczby osób uczestniczących w programie.
4. Zmniejszenie zachorowalności i umieralności na gripę wśród mieszkańców Gminy Przytyk w wieku senioralnym.

PLANOWANE DZIAŁANIA:

1. W ramach programu planuje się akcję edukacyjną i promocyjną.
2. Wykonanie szczepień przeciwko wirusowi grypy poprzedzone wywiadem i badaniem lekarskim.

POPULACJA DOCELOWA:

Populację docelową stanowią osoby w wieku powyżej 60 r.ż., zamieszkałe na terenie gminy Przytyk. Gminę zamieszkuje 1 683 mieszkańców w grupie wiekowej adresatów programu. W pierwszej kolejności objęte szczepieniami zostaną osoby jak najbardziej potrzebujące.

REALIZATOR:

SPZOZ, JST

TERMIN:

Cały okres realizacji programu (lata 2018 -2020).

ZADANIE 2

„Koperta życia”

UZASADNIENIE:

Wraz z wiekiem poszerza się lista występujących chorób przewlekłych czy dolegliwości. Wśród najczęstszych dolegliwości zdrowotnych starszych Polaków wymienić należy nadciśnienie tętnicze, bóle dolnej partii pleców oraz chorobę zwyrodnieniową stawów. Następnie: bóle szyi lub środkowej części pleców, chorobę wieńcową.

CELE:

1. Zapewnienie osobom starszym, osobom z chorobami przewlekłymi, ogólnie osobom mającym problemy ze zdrowiem, niepełnosprawnym oraz osobom samotnym, obok właściwej opieki zdrowotnej, wsparcia w sytuacji wystąpienia zagrożenia zdrowia i życia podczas udzielania pomocy poprzez różnego rodzaju służby medyczne, socjalne i inne.

PLANOWANE DZIAŁANIA:

1. W projekcie zaplanowano zakup kopert w pierwszej kolejności działania skierowane są do osób starszych i samotnych, zaś w dalszej kolejności dla pozostałych mieszkańców. W skład wspomnianego pakietu wchodzić będzie: przezroczysta plastikowa koperta; naklejka na lodówkę, karta informacyjna do samodzielnego wypełnienia, ulotka informacyjna, która stanowić ma instrukcję wypełnienia ww. karty, ulotka z logo akcji oraz z podstawowymi nr telefonów ratunkowych. Zgodnie z odnalezionymi rekomendacjami koperty/fiolki życia służą przekazywaniu informacji nt. stanu zdrowia danej osoby w chwili nagłych wypadków. Zaleca się, aby wszyscy – zwłaszcza seniorzy – przechowywali kopertę z pełnym pakietem informacji w lodówce oraz schowku samochodowym.

Wspomniany pakiet powinien zawierać m.in. wypełnioną kartę informacyjną, zdjęcie danej osoby, zapis ostatniego EKG, decyzję o podjęciu lub zaniechaniu zabiegów resuscytacyjnych oraz inne dokumenty, które zdaniem pacjenta mogą okazać się istotne.

POPULACJA DOCELOWA:

Mieszkańcy gminy Przytyk pow. 60 roku życia. Gminę zamieszkuje 1 683 mieszkańców w grupie wiekowej adresatów programu.

REALIZATOR:

JST

TERMIN:

Cały okres realizacji programu (lata 2018 -2020).

ZADANIE 3

Dzień Seniora

UZASADNIENIE:

Program „Dzień Seniora” dedykowany jest seniorom, którzy chcą aktywnie spędzać czas. Działania skupiają się wokół ułatwienia im dostępu do opieki medycznej, profilaktyki prozdrowotnej i do zachęcania w uczestniczeniu w życiu kulturalnym i społecznym w swoim regionie, umożliwia to zacieśnianie więzi społecznych, a w konsekwencji – poprawę samopoczucia.

CELE:

1. Celem działań jest integracja lokalnej społeczności i wzbogacenie oferty kulturalnej przeznaczonej dla osób starszych.

PLANOWANE DZIAŁANIA:

1. W ramach programu planuje się akcję promocyjną.

2. Organizowanie corocznej imprezy dla seniorów.

POPULACJA DOCELOWA:

Populację docelową stanowią seniorzy zamieszkujący na terenie gminy Przytyk.

REALIZATOR:

JST

TERMIN:

Cały okres realizacji programu (lata 2018 -2020).

ZADANIE 4**Program Profilaktyki Jaskry****UZASADNIENIE:**

Jaskra to częsta choroba dotykająca głównie osób po 50. roku życia, nieleczona prowadzi do ślepoty. Niebezpieczeństwo kryje się również w podstępym przebiegu choroby. Jej przyczyny nie są do końca jasne, ale działanie prowadzi do zaniku włókien nerwu wzrokowego i ubytków w polu widzenia, co w konsekwencji może oznaczać całkowitą utratę wzroku. Przebiega w sposób mało zauważalny, rozwija się bardzo powoli, przyzwyczajając chorego do swej obecności. Na tym polega właśnie niebezpieczeństwo schorzenia - osoby, które na nie cierpią, przestają zwracać na nie uwagę. Tymczasem jaskra

sieje spustoszenie w organizmie, coraz bardziej upośledzając i niszcząc narząd wzroku. Ponadto zmian wywołanych przez jaskrę nie da się w żaden sposób cofnąć. Leczenie jaskry może jedynie zahamować postęp choroby. Terapia trwa do końca życia i wymaga od osoby chorej systematyczności.

CELE:

1. Wczesna diagnostyka jaskry.
2. Zmniejszenie ilości chorych z uszkodzonym narządem wzroku.
3. Poprawa jakości życia osób chorujących na jaskrę.
4. Zwiększenie świadomości społecznej dotyczącej jaskry.

PLANOWANE DZIAŁANIA:

1. Badania przesiewowe w kierunku wczesnego wykrywania jaskry skierowane do świadczeniobiorców w wieku powyżej 50 roku życia.

POPULACJA DOCELOWA:

Mieszkańcy gminy Przytyk ze szczególnym uwzględnieniem osób po ukończeniu 50 roku życia. Według danych zamieszczonych w projekcie liczba osób, które kwalifikują się do udziału w projekcie wynosi 2 376.

REALIZATOR:

JST, SPZOZ

TERMIN:

Cały okres realizacji programu (lata 2018 -2020).

ZADANIE 5

Program profilaktyki i wczesnego wykrywania osteoporozy

UZASADNIENIE:

Osteoporoza to postępująca metaboliczna choroba całego szkieletu człowieka. Dochodzi w niej do zmniejszenia gęstości kości, następuje też zmiana jej wewnętrznej struktury, przez co szkielet staje się bardziej kruchy i podatny na złamania. Osteoporoza należy do najczęstszych schorzeń współczesnego społeczeństwa, a z powodu dużej liczby chorych, zwykle bez widocznych objawów, nazywana jest tzw. „cichą epidemią”. Choroba ta w ciągu ostatnich lat stała się problemem społecznym, jest ona jednym z najczęstszych schorzeń w populacji dorosłych. Jest trzecią po chorobach układu krążenia i chorobach nowotworowych przyczyną śmierci osób w podeszłym wieku.

CELE:

1. Wczesne wykrywanie i zmniejszenie zachorowalności z powodu osteoporozy
2. Zmniejszenie liczby złamań osteoporotycznych.
3. Zapewnienie łatwego dostępu pacjentom do badań densytometrycznych.
4. Podniesienie świadomości zdrowotnej osób uczestniczących w programie na temat osteoporozy i jej skutków.
5. Kształtowanie właściwych postaw prozdrowotnych oraz rozwijanie prawidłowych nawyków żywieniowych.

PLANOWANE DZIAŁANIA:

1. Przeprowadzenie badania densytometrycznego.
2. Edukacja pacjenta.

POPULACJA DOCELOWA:

Populacja kwalifikująca się do włączenia do programu to kobiety i mężczyźni w wieku 60

lat i więcej.
REALIZATOR: SPZOZ, JST
TERMIN: Cały okres realizacji programu (lata 2018 -2020).

ZADANIE 6

Program profilaktyki chorób odtytoniowych
UZASADNIENIE: Nie ma żadnej wątpliwości, że palenie jest istotnym czynnikiem powodującym zwiększoną umieralność. W papierosach może występować aż 700 różnych dodatków, są wśród nich metale ciężkie, pestycydy, środki owadobójcze. W Polsce palenie tytoniu jest szeroko rozpowszechnione i znacząco wpływa na jakość oraz długość życia. Skala i niekorzystne wzory palenia tytoniu doprowadziły do epidemii chorób odtytoniowych i pogorszenia się stanu zdrowia społeczeństwa polskiego. Jednym z najczęściej występujących schorzeń, którego etiologia związana jest bezpośrednio z ekspozycją na dym tytoniowy jest przewlekła obturacyjna choroba płuc (POCHP) - przewlekłe zapalenie oskrzeli i rozedma płuc. Dla mężczyzn charakterystyczne jest zagrożenie wszystkimi nowotworami tytoniozależnymi jamy ustnej, gardła, krtani, płuc, pęcherza moczowego.
CELE:

1. Zmniejszenie zachorowalności na schorzenia odtytoniowe, w tym ograniczenie zachorowalności, inwalidztwa i umieralności z powodu POChP.
2. Poprawa świadomości w zakresie szkodliwości palenia oraz metod zapobiegania i leczenia uzależnienia od tytoniu.
3. Wczesne wykrywanie POChP i innych chorób odtytoniowych oraz poprawa dostępności do specjalistycznego leczenia uzależnienia od tytoniu i chorób płuc.
4. Poprawa skuteczności leczenia chorób odtytoniowych, w szczególności, chorób układu oddechowego, chorób układu krążenia i chorób nowotworowych.

PLANOWANE DZIAŁANIA:

1. Zapoznanie pacjenta z założeniami programu i zebranie wywiadu dotyczącego palenia tytoniu.
2. Wykonanie badań lekarskich i diagnostycznych: badanie przedmiotowe (pomiar masy ciała, wzrostu, ciśnienia tętniczego krwi).
3. Wykonywanie badania spirometrycznego.

POPULACJA DOCELOWA:

Program adresowany jest do kobiet i mężczyzn pomiędzy 40-65 rokiem życia palących papierosy.

REALIZATOR:

SPZOZ, JST

TERMIN:

Cały okres realizacji programu (lata 2018 -2020).

ZADANIE 7

Program badań przesiewowych słuchu dla seniorów

UZASADNIENIE:

Problemy ze słuchem pojawiają się w ogromnej liczbie seniorów. Zjawisko to jest bardzo powszechne, na tyle silnie utrwaliło się w świadomości, że właściwie utarł się już stereotyp niedosłyszającej starszej osoby. Fakt ten pokazuje, jak wielu seniorów dotykają tego rodzaju problemy ze zdrowiem. Procesowi starzenia często towarzyszy upośledzenie narządów zmysłu, które są poważnym źródłem ograniczeń czynności poznawczych i funkcjonalnych. Jednym z wielu zaburzeń okresu starzenia się jest upośledzenie słuchu. U osób w podeszłym wieku dochodzi do zwyrodnienia kosteczek słuchowych, upośledzenia nerwu słuchowego, pogorszenia zdolności słyszenia dźwięków wysokich i rozróżniania dźwięków. Zaburzenia słuchu u osób starszych ograniczają funkcjonowanie człowieka w środowisku zamieszkania.

CELE:

1. Zapobieganie dalszemu rozwojowi zaburzeń słuchu i powikłań związanych z wykrytym niedosłuchem.
2. Szerzenie wiedzy na temat profilaktyki uszkodzeń słuchu.
3. Ułatwianie udziału w życiu społecznym.
4. Zaspakajanie realizacji potrzeb socjalnych.

PLANOWANE DZIAŁANIA:

1. Akcja informacyjno-edukacyjna.
2. Przesiewowe badania słuchu wykonywane u seniorów.

POPULACJA DOCELOWA:

Populację docelową stanowią seniorzy powyżej 60 roku życia zamieszkujący na terenie gminy Przytyk.

REALIZATOR:

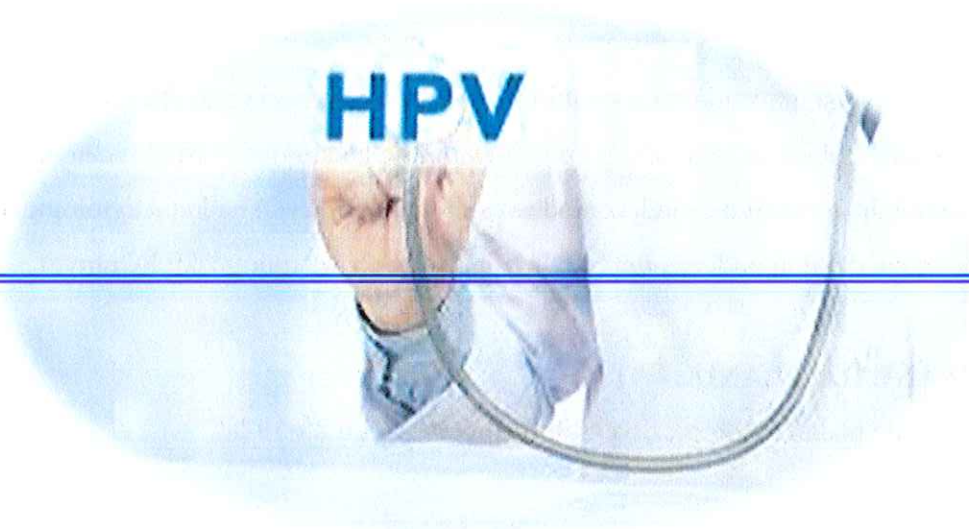
SPZOZ, JST

TERMIN:

Cały okres realizacji programu (lata 2018 -2020).

PRIORYTET 6

Poprawa zdrowia prokreacyjnego.



HPV

ZADANIE 1

Profilaktyka leczenia raka szyjki macicy

UZASADNIENIE:

Rak szyjki macicy jest przyczyną śmierci pięciu kobiet dziennie w Polsce. Rak szyjki macicy wykryty w początkowym stadium, czyli stadium przedinwazyjnym, jest prawie całkowicie wyleczalny. Na tym etapie jest bezobjawowy, a o jego wykryciu decydują systematyczne, profilaktyczne badania cytologiczne. Natomiast leczenie raka szyjki macicy podjęte w chwili gdy nowotwór jest już w stadium II, daje tylko 50 proc. szansy na powodzenie terapii, a w rezultacie na przeżycie. Szanse te maleją, im w wyższym stadium zaawansowania jest nowotwór. Najskuteczniejszym działaniem w zakresie profilaktyki zarówno raka piersi, jak i raka szyjki macicy, jest odpowiednio wczesna diagnostyka.

CELE:

1. Zmniejszenie występowania raka szyjki macicy i umieralności na tę chorobę.
2. Motywowanie kobiet do regularnego poddawania się badaniom profilaktycznym
3. Dostarczenie informacji o świadczeniodawcach wykonujących badania cytologiczne.
4. Popularyzacja działań podczas imprez prozdrowotnych w środowisku lokalnym.

PLANOWANE DZIAŁANIA:

1. Wykonywanie badań cytologicznych dla kobiet w wieku 25-59 lat.

POPULACJA DOCELOWA:

Programem zostaną objęte kobiety w wieku 25-59 lat. Według danych zamieszczonych w projekcie liczba osób, które kwalifikują się do udziału w projekcie wynosi 1665.

REALIZATOR:

SPZOZ, JST

TERMIN:

Cały okres realizacji programu (lata 2018 -2020).

ZADANIE 2

--

Szczepionki przeciwko wirusowi HPV dla dziewczynek w wieku 11-13 lat

UZASADNIENIE:

Zakażenie wirusem brodawczaka ludzkiego, czyli HPV (Human Papilloma Virus) stanowi jedną z przyczyn pojawienia się nieprzyjemnych i groźnych dla zdrowia konsekwencji. W odniesieniu do wirusa HPV leczeniu poddaje się skutki zakażenia, jakimi mogą być kłykciny kończyste lub rak szyjki macicy. Szczepionki mają chronić przed HPV, odgrywającym kluczową rolę w powstawaniu raka szyjki macicy. Czynnikiem zwiększającym ryzyko zakażenia HPV są ryzykowne zachowania seksualne w tym: wczesne rozpoczęcie współżycia seksualnego, duża liczba partnerów, niski poziom higieny intymnej, a także czynniki dodatkowe, jak: długotrwała antykoncepcja hormonalna, palenie tytoniu oraz duża liczba przebytych porodów.

CELE:

1. Zmniejszenie zachorowalności na raka szyjki macicy w perspektywie wieloletniej.
2. Zwiększenie poziomu wiedzy rodziców i uczniów nt. ryzykownych zachowań oraz chorób przenoszonych drogą płciową.
3. Zwiększenie poziomu wiedzy rodziców i uczniów, dotyczącej profilaktycznych badań cytologicznych.

PLANOWANE DZIAŁANIA:

1. Projekt zakłada wykonanie szczepień ochronnych przeciwko HPV, poprzedzonych kwalifikacją lekarską.
2. Przeprowadzenie akcji edukacyjnej zarówno wśród dziewczynek ze wspomnianej grupy wiekowej jak i wśród chłopców w tym wieku oraz ich rodziców/opiekunów w formie spotkań, które dotyczyć mają m.in. profilaktyki zakażeń HPV, epidemiologii chorób nowotworowych, czynników ryzyka, dróg zakażenia, profilaktyki wtórnej (badań cytologicznych), przeciwwskazań. Zapoznanie rodziców z działaniem szczepionki przeciwko wirusowi brodawczaka ludzkiego (HPV).

POPULACJA DOCELOWA:

Programem w zakresie szczepień zostaną objęte dziewczynki w wieku 11 - 13 lat ze względu na możliwe największe korzyści ze szczepień. Według danych zamieszczonych w projekcie liczba osób, które kwalifikują się do udziału w projekcie wynosi 115. Szczepienia nastolatek będą możliwe jedynie za zgodą rodziców. Szczepienia będą poprzedzone konsultacją lekarską, która ma wykluczyć ew. przeciwwskazania.

REALIZATOR:

SPZOZ, JST

TERMIN:

Cały okres realizacji programu (lata 2018 -2020).

ZADANIE 3**Wczesne wykrywanie i profilaktyka raka piersi****UZASADNIENIE:**

Rak piersi jest to nowotwór złośliwy powstający z komórek gruczołu piersiowego, który rozwija się miejscowo w piersi oraz daje przerzuty do węzłów chłonnych i narządów wewnętrznych (np. płuc, wątroby, kości i mózgu). Nowotwór piersi jest jedną z najczęściej występujących chorób nowotworowych. W Polsce rak piersi rozpoznawany jest najczęściej u kobiet w wieku 50–69 lat. Rośnie jednak liczba przypadków diagnozowanych u kobiet młodszych. Ze względu na rosnącą liczbę zachorowań oraz coraz młodszy wiek chorych,

problem raka piersi staje się problemem społecznym wpływającym negatywnie na życie chorych i ich rodzin. Koło 5-10% nowotworów piersi ma charakter dziedziczny, pozostałe nowotwory powstają w wyniku samorzutnych mutacji (przemian genów) w ciągu całego życia. Dotychczas nie poznano jeszcze wszystkich genów, których mutacje mogą prowadzić do powstania tego nowotworu. Wykrycie raka piersi w jak najwcześniejszym stadium rozwoju znacznie zwiększa odsetek wyleczeń i wpływa na obniżenie o około 25% wskaźnika umieralności. Skuteczna walka z chorobą nowotworową opiera się zarówno na skutecznych środkach leczenia choroby (wyleczenie), jak i na działaniach zapobiegających wystąpieniu czy też umożliwiających wczesne jej wykrycie. Aby zmniejszyć ryzyko zachorowań na raka piersi, niezbędna jest odpowiednia profilaktyka, szczególnie regularna samokontrola piersi. W diagnostyce raka piersi wykonuje się szereg badań, z których najważniejsza jest mammografia.

CELE:

1. Zmniejszenie umieralności kobiet z powodu raka piersi.
2. Podniesienie poziomu wiedzy kobiet na temat profilaktyki raka piersi.
3. Zwiększenie odsetka nowotworów piersi wykrywanych w najwcześniejszym stadium zaawansowania klinicznego.

PLANOWANE DZIAŁANIA:

1. Organizowanie badań profilaktycznych (mammografia).
2. Organizowanie spotkań informacyjno-edukacyjnych dot. samobadania piersi.

POPULACJA DOCELOWA:

Populację docelową projektu stanowią kobiety w przedziale wiekowym 50-69lat. Dane przedstawione w projekcie wskazują, że Gminę Przytyk zamieszkuje około 781 mieszkanek w grupie wiekowej adresatek programu, co jest zgodne z danymi z ewidencji ludności. Badania mammograficzne nie będą mogły być wykonane u kobiet, które wcześniej leczyły się z powodu nowotworu piersi o charakterze złośliwym. Ponadto, z uwagi na niższe prawdopodobieństwo zachorowania na raka piersi w wybranej grupie docelowej, należy uwzględnić w kryteriach kwalifikacji osoby, u których stwierdzono występowanie

czynników ryzyka silnie predysponujących do wystąpienia nowotworu tj. rak piersi wśród członków rodziny (matka, siostra, córka), aby działania przesiewowe były zasadne.

REALIZATOR:

SPZOZ, JST

TERMIN:

Cały okres realizacji programu (lata 2018 -2020).

FINANSOWANIE PROGRAMU

Wydatki związane z realizacją Gminnego Programu Profilaktyki i Promocji Zdrowia będą finansowane przede wszystkim z dochodów własnych gminy oraz innych środków zewnętrznych. Część zadań realizują zakłady opieki zdrowotnej w ramach programów profilaktycznych finansowanych przez Narodowy Fundusz Zdrowia.

Podmioty ubiegające się o finansowanie lub dofinansowanie realizacji zadań lub programów składają oferty na zasadach i trybie określonym w Ustawie z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności Pożytku Publicznego i Wolontariacie, a w przypadku ofert dotyczących realizacji świadczeń zdrowotnych na zasadach uregulowanych odrębnymi przepisami.

Powierzenie realizacji zadania i przekazanie środków następuje na podstawie stosownej umowy, której elementem jest zobowiązanie strony wykonującej zadanie do złożenia sprawozdania merytorycznego i finansowego.

MONITOROWANIE I EWALUACJA

Po zakończeniu realizacji programów zostanie sporządzone sprawozdanie na temat przeprowadzonych działań oraz ocenienie czy działania zakończyły się sukcesem, czyli czy osiągnięto postawione cele. Ewaluacja to zbieranie informacji, badanie, analizowanie oraz zdawanie relacji. Niezbędnym elementem ewaluacji jest wartościowanie działań, czyli badanie czy działania i ich wyniki są wartościowe i użyteczne – kryterium wartości ustalają ludzie programujący działania i ich uczestnicy. Ewaluacja ma służyć usprawnieniu, doskonaleniu, zrozumieniu, rozwojowi oraz ułatwiać podejmowanie decyzji. Działania z zakresu promocji i profilaktyki zdrowia mają charakter długofalowy, a adekwatne efekty będą zauważalne dopiero w przeciągu kilku lat.

PODSUMOWANIE

Przygotowany i przedstawiony Gminny Program Profilaktyki i Promocji Zdrowia na lata 2018 – 2020 ma za zadanie zaprezentowanie problemów, które należy dostrzegać wokół siebie oraz listę celów, kierunków działania, które powinny być uwzględnione dla osiągnięcia poprawy stanu zdrowia mieszkańców Gminy Przytyk podczas podejmowania różnych działań prozdrowotnych. W tym celu niezbędna jest ciągła praca w kierunku tworzenia autentycznego zainteresowania promocją zdrowia, uaktywnienia działań prozdrowotnych i włączenia się do współuczestnictwa w programach promocji zdrowia całej lokalnej społeczności. Przedstawiając niniejszy program należy stwierdzić, że niektóre elementy są już realizowane.

Reorientacja świadomości społeczeństwa w kierunku budowania odpowiedzialności za zdrowie własne należy z całą pewnością do procesów długofalowych. Władze Gminy Przytyk mając świadomość ciągłej potrzeby inicjowania i realizowania zadań upowszechniających działania prozdrowotne nie wykluczają możliwości realizowania oraz aktywnej partycypacji w innych przedsięwzięciach na rzecz promocji i profilaktyki zdrowia.

WYKAZ SKRÓTÓW:

NPZ – Narodowy Program Zdrowia

POZ – Podstawowa Opieka Zdrowotna

SPZOZ – Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej

GKRPA – Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

JST – Jednostka Samorządu Terytorialnego

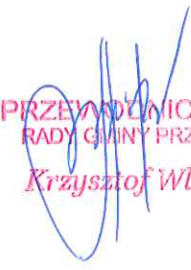
GBP – Gminna Biblioteka Publiczna

ZGK – Zakład Gospodarki Komunalnej

GOPS – Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej

POCHP – Przewlekła obturacyjna choroba płuc

HPV (z ang. Human Papilloma Virus) – wirus brodawczaka ludzkiego


PRZEWODNICZĄCY
RADY GMINY PRZYTYK
Krzysztof Wlazło

