

Program Zmniejszenia Nierówności w Zdrowiu Mieszkańców Powiatu Piotrkowskiego z Ryzykiem Wystąpienia Chorób Układu Krążenia korzysta z dofinansowania w kwocie 2.166.921,15 złotych pochodzącego z funduszy norweskich.

Celem Programu jest ograniczenie społecznych nierówności w zdrowiu na terenie powiatu piotrkowskiego poprzez podniesienie świadomości społecznej w zakresie czynników ryzyka chorób układu krążenia oraz zwiększenie dostępności do świadczeń zdrowotnych.

Poprzez fundusze norweskie i fundusze EOG Norwegia przyczynia się do zmniejszenia nierówności społecznych i ekonomicznych oraz wzmocnienia relacji dwustronnych z państwami beneficjentami w Europie. Norwegia blisko współpracuje z UE na podstawie Porozumienia o Europejskim Obszarze Gospodarczym (Porozumienie EOG).

W okresie 2009-2014 wsparcie udzielone przez Norwegię wynosi 1,7 miliarda euro. Środki te są dostępne dla organizacji pozarządowych, instytucji badawczych i akademickich oraz sektora publicznego i prywatnego w 12 nowoprzyjętych państwach członkowskich UE oraz Grecji, Portugalii i Hiszpanii. Dzięki nim ma miejsce szeroka współpraca z podmiotami z Norwegii, a przedsięwzięcia mogą być wdrażane do 2016 roku.



## Udział w Projekcie jest bezpłatny

Wszystkie działania w ramach Projektu realizowane będą do lutego 2017 r.

**Zapraszamy do korzystania z oferty Projektu i wzięcia udziału w programie.**



[www.norwaygrants.org](http://www.norwaygrants.org), [www.eog.org.pl](http://www.eog.org.pl), [www.zdrowie.gov.pl](http://www.zdrowie.gov.pl)

Dofinansowanie z funduszy Norweskiego Mechanizmu Finansowego oraz budżetu państwa.  
Broшуra dystrybuowana bezpłatnie.

Biuro Projektu:  
ul. Dąbrowskiego 7,  
97-300 Piotrków Trybunalski,  
(pokój nr 101, I piętro),  
tel. 44 732 88 29  
e-mail: [PL13@powiat-piotrkowski.pl](mailto:PL13@powiat-piotrkowski.pl)  
Strona projektu:  
[www.zdrowie.powiat-piotrkowski.pl](http://www.zdrowie.powiat-piotrkowski.pl)

**Statystyki umieralności na choroby układu krążenia są ALARMUJĄCE!**

**Weź udział w programie i „już dziś zadbaj o zdrowie, byś nie musiał o nim marzyć, gdy będziesz w niemocy”.**

*Pliniusz Stary*



**Realizator projektu: Powiat Piotrkowski**

„Twoje SERCE  Twoim ŻYCIEM”



**Program zmniejszenia nierówności w zdrowiu mieszkańców Powiatu Piotrkowskiego z ryzykiem wystąpienia chorób układu krążenia**

### Cel Projektu

Ograniczenie społecznych nierówności w zdrowiu na terenie powiatu piotrkowskiego poprzez podniesienie świadomości społecznej w zakresie czynników ryzyka chorób układu krążenia oraz zwiększenie dostępności do świadczeń zdrowotnych. Projekt jest skierowany do osób bezpośrednio zagrożonych zapadalnością na ww. choroby oraz do ogółu populacji powiatu w zakresie promocji zdrowia i zdrowego stylu życia.

Program to efekt inicjatywy lokalnej na rzecz poprawy stanu zdrowia mieszkańców powiatu piotrkowskiego realizowany przy współpracy samorządów gminnych, kół gospodyń wiejskich, klubów sportowych i szkół, ośrodków zdrowia oraz Powiatowego Zespołu Opieki Zdrowotnej.

Całkowita wartość projektu wynosi 2 549 319 złotych

## Projekt „Twoje Serce ♥ Twoim Życiem” składa się z dwóch części:

- Programu profilaktyki chorób układu krążenia.
- Programu promocji zdrowia i zdrowego stylu życia.

### Program profilaktyki chorób układu krążenia

Profilaktyka zdrowotna, w tym bezpłatne badania profilaktyczne w kierunku chorób układu krążenia (ChUK) i specjalistyczne konsultacje lekarskie (kardiologiczne), będą dotyczyły populacji osób w wieku 25-55, korzystającej ze świadczeń pomocy społecznej i spełniającej warunek wynikający z kryterium dochodowości.

Grupa ta zostanie objęta również badaniami ankietowymi w kierunku występowania czynników ryzyka oraz zachowań zdrowotnych, w tym pomiar ciśnienia i glukozy we krwi, co umożliwi identyfikację osób z podwyższonym ryzykiem zachorowania na choroby układu krążenia.

### Warunki udziału w bezpłatnych badaniach profilaktycznych

Pierwszym krokiem jest wzięcie udziału w badaniach ankietowych i złożenie deklaracji uczestnictwa w projekcie oraz wykonanie pomiaru ciśnienia krwi w ośrodku pomocy społecznej.

Ankieta w formie wywiadu przeprowadzona zostanie przez zewnętrznych ankietów, którzy będą bezpośrednio zgłaszać się do mieszkańców powiatu piotrkowskiego proponując udział w badaniu. Dodatkowo ankieta będzie dostępna na stronie: [www.zdrowie.powiat-piotrkowski.pl](http://www.zdrowie.powiat-piotrkowski.pl).

Każdy kto weźmie udział w badaniu otrzyma pakiet materiałów informacyjno – promocyjnych (kalendarze książkowe, długopisy, ulotki, broszury oraz torbę).

Drugi etap to weryfikacja wyników badania ankietowego i wyłonienie osób kwalifikujących się do dalszych badań diagnostycznych.



### Badania w kierunku chorób układu krążenia:

♥Konsultacja pielęgniarska w POZ (osoby, które wypełniły ankietę). Przeprowadzenie wywiadu przez pielęgniarkę POZ z grupą 1273 osób zgodnie z Kartą Badania Profilaktycznego, w tym pomiar ciśnienia tętniczego krwi, określenie BMI oraz przeprowadzenie badania przedmiotowego.

♥Wykonanie badań biochemicznych krwi (grupa 764 osób, które odbyły konsultację pielęgniarską), w tym m.in.: stężenie we krwi cholesterolu całkowitego, LDL-cholesterolu, HDL-cholesterolu, trójglicerydów i poziomu cukru), (uwaga: dopuszcza się możliwość rozszerzenia tych badań, jeśli w trakcie współpracy placówką kardiologiczną będzie taka rekomendacja).

♥Ocena poszczególnych czynników ryzyka, interwencja lekarza POZ, edukacja zdrowotna i skierowanie pacjenta do Etapu badań pogłębionych i przeprowadzenia specjalistycznej diagnostyki układu krążenia, w tym badanie USG serca, badania radioizotopowe, obciążeniowa diagnostyka wysiłkowa, badania elektrofizjologiczne i inne dla osób, które odbyły konsultację.

♥Wdrożenie w razie potrzeby postępowania zapobiegawczego i leczniczego oraz edukacja pacjentów: poradnictwo dietetyczne, praktyczne porady dla osób palących tytoń, informacja o formach aktywności ruchowej dla osób z czynnikami ryzyka chorób układu krążenia.

♥Po przeprowadzonych badaniach pacjenci z informacją zwrotną kierowani są ponownie do lekarza podstawowej opieki zdrowotnej lub, jeśli zostaną stwierdzone wskazania, do wysokospecjalistycznej diagnostyki bądź leczenia w ramach powszechnego ubezpieczenia zdrowotnego.

### Program promocji zdrowia i zdrowego stylu życia

Projekt „Twoje Serce ♥ Twoim Życiem” to również promocja zdrowego stylu życia skierowana do ogółu mieszkańców gmin Powiatu Piotrkowskiego w ramach prowadzonych akcji informacyjno – promocyjnych oraz szeroko rozumianych kampanii promujących zdrowy styl życia.

#### Wdrożenie programu promocji zdrowia ma na celu:

- Promocję zdrowych nawyków żywieniowych.
- Promocję aktywności fizycznej sprzyjającej zdrowiu.
- Zwiększenie poczucia wsparcia w trudnych psychologicznie sytuacjach życiowych oraz oddziaływania w kierunku zmniejszenia rozpowszechnienia palenia tytoniu.

### W ramach projektu zaplanowano następujące działania:

🍊Cyklicznie organizowane Punkty informacyjno-medyczne oraz akcje promujące zdrowy styl życia w ramach, których będzie można dokonać pomiaru ciśnienia krwi, poziomu glukozy, cholesterolu i skonsultować wyniki z lekarzem, celem uzyskania informacji o dalszym postępowaniu w zakresie profilaktyki lub podjęcia leczenia.

🍋Warsztaty w zakresie zdrowego żywienia dla 50 kół gospodyń wiejskich mające na celu naukę prozdrowotnych technik i sposobów komponowania dań.

🍷Akademia Zdrowego Żywienia jako forma edukacji w kierunku zmiany nawyków żywieniowych. Realizacja przy współpracy kół gospodyń wiejskich.

🏆Akademia Ruchu jako forma zorganizowanych, prowadzonych pod okiem instruktora-trenera zajęć ruchowych dla kobiet i mężczyzn promujących aktywność fizyczną. Realizacja przy współpracy z klubami sportowymi i szkołami.

🍏Akademia Dobrej Rady - poradnictwo i wsparcie w trudnych sytuacjach życiowych. W każdej filii Akademii Dobrej Rady będzie prowadzone poradnictwo w zakresie możliwości pozbycia się nałogu palenia. Przewidywana liczba Akademii Dobrej Rady – 11 w skali powiatu. Miejscem ich działalności będą ośrodki pomocy społecznej.

🍇Szkolenia lekarzy POZ i innego personelu medycznego w zakresie ChUK oraz dla pozostałych współrealizatorów będą kanałem transferu wiedzy specjalistycznej podnoszącej kompetencje podmiotów w zakresie swojej działalności codziennej.

🍒Produkcję filmu promującego zdrowy styl życia, jako formy szerokiego, medialnego przekazu promującego zachowania prozdrowotne podczas organizowanych konferencji oraz do odtworzenia na stronie internetowej projektu jako materiał ogólnodostępny.

🍓Audycje radiowe o tematyce promującej zdrowy styl życia z udziałem lekarzy, ekspertów z zakresu profilaktyki ChUK i chorób cywilizacyjnych, dietetyki, psychologii i aktywności fizycznej.