

EGÉSZSÉGNAP A 2024. ÉVI SZENT LÁSZLÓ HÉTEN

ELŐADÁSOK ÉS INGYENES SZŰRÉSEK (ALLERGIA IS) MOGYORÓDON
A SZENT LÁSZLÓ EMLÉKHELY ÉS LÁTOGATÓKÖZPONTBAN
2024. JÚNIUS 29-ÉN, SZOMBATON 9-14 ÓRA KÖZÖTT

Tájékoztatjuk a Tisztelt Lakosokat, hogy a Szent László Hét ünnepi rendezvényei keretében ebben az évben is EGÉSZSÉGNAPOT tartunk 2024. június 29-én szombaton 9-14 óra között a Főtér melletti SZENT LÁSZLÓ EMLÉKHELY ÉS LÁTOGATÓKÖZPONTBAN és a környező rendezvényhelyszínen (Mogyoród, Főtér - Rózsa utca 2-4.).

INGYENES SZŰRÉSEKRE KERÜL SOR A LÁTOGATÓKÖZPONTBAN: allergiavizsgálatra (bőrpróbára), vérnyomásmérésre, vércukor, triglicerid és koleszterin műszeres gyorstesztokra, gépi testtömegindex (BMI) mérésre. Asztmás jelenségeket és dohányzás okozta nehézlégzést kérdőíves felméréssel szűrjük, amelyet szakorvos értékeli ki. *(Az allergiavizsgálatra előzetes regisztráció szükséges a házi orvos asszisztenseknél, a többihez nem szükséges.)*

EGÉSZSÉGÜGYI ELŐADÁSOK KÖRNYEZŐ RENDEZVÉNYHELYSZÍNEIN
tömegsport-programok mellett:

- 9.00. Tulkovicsné Tóth Krisztina: „Gerincproblémák és azok megelőzése” előadás és tartásjavító gerinctorna
- 10.00 Dr. Mucsi János, tüdőgyógyász: „Dohányzás káros hatásai, COPD és asztma problémák” előadás és kérdőíves szűrés
- 11.00 Dr. PácZ Ferenc, gyermekorvos „Gyermekegészség megőrzése” előadás és beszélgetés



A részletes program és tájékoztató az alábbiakban olvasható:

EGÉSZSÉGNAP RÉSZLETES PROGRAMJA

09:00 TARTÁSJAVÍTÓ GERINCTORNA - Tulkovicsné Tóth Krisztina

A gerinctorna mindenkinek nagyon fontos, mert a sok üléstől és más terheléstől problémák alakulnak ki már a fiataloknál is és kifejezetten jellemző az idősebbeknél.

Tornáztasd velünk gerincedet egy könnyített mosdószerrel, amelyet otthon is lehet végzeni!



10:00 Dohányzás káros hatásai (COPD) és az asztma - Dr. Mucsi János, tüdő- és belgyógyász

Az asztma és a COPD egyaránt mintegy félmillió embert érint Magyarországon. Mind az asztma, mind a COPD a légutak gyulladással járó betegsége. A tünetek nagyon hasonlóak, köhögés, nehézlégzés, köpetürítés. Az asztma kiváltó okai közül az allergia, a légúti fertőzések és a levegőszennyezés emelhető ki. Az asztma és az allergiás betegségek családi halmozódást mutatnak. A COPD a tüdő és a légutak gyorsult és visszafordíthatatlan öregedése. Míg az időben elkezdett kezeléssel az asztmás teljes értékű életet élhet, addig a COPD a 3. haláloknak számít világszerte. A COPD leggyakoribb oka a dohányzás. A légúti betegségek kezelésének és megelőzésének legfontosabb lépése a dohányzás elkerülése vagy abbahagyása.



11:00 GYERMEKBETEGSÉGEK MEGELŐZÉSE - Dr. Pácz Ferenc, gyermekorvos

A gyermek nem kicsi felnőtt, saját élettani paraméterei vannak, másképpen zajlanak bizonyos betegségek náluk, sőt egyes betegségek elsősorban gyerekkorban jönnek elő. Fontos feladat az öröklődő betegségek kiszűrése (genetikai tanácsadás, szűrővizsgálatok, a krónikus betegségek korai felismerése, kezelése), mellyel biztosítani lehet, hogy ezen gyermekek kompenzált állapotban kerüljenek át a felnőtt praxisba.



9:00-14:00 SZŰRŐVIZSGÁLATOK A LÁTOGATÓKÖZPONTBAN

ELŐZETES REGISZTRÁCIÓ szükséges az ALLERGIA szűrésre a házi orvos asszisztenseknél!

VÉRNYOMÁS MÉRÉSE

A vérnyomás jól jellemzi a szervezet állapotát, magas értéke felhívja a figyelmet a kialakuló érrendszeri problémákra – érdemes gyakran ellenőrizni fiatalabbak esetében is!

VÉRCUKORSZINT MÉRÉSE

A magas vércukorszint – ami tüneteket ugyan nem okoz – hosszú távon az egész szervezetre káros hatással lehet. A magas vércukorszint károsítja az ereket, az idegeket és a szerveket.

A vizsgálatot egy csepp vérből végezzük tesztcsík és mérőberendezés segítségével.

KOLESZTERINSZINT MÉRÉSE

A magas koleszterinszint (hiperkoleszterinémia) a zsírsanyagcsere zavarai közé tartozó betegség. Az érlemezsedés kialakulása miatt szoros összefüggés van a szív- és érrendszeri megbetegedések és halálozások, illetve a magas LDL-koleszterin értékek között.

A vizsgálatot egy csepp vérből végezzük tesztcsík és mérőberendezés segítségével.

HÚGYSAVSZINT MÉRÉSE

A szervezetünkben felhalmozódó húgysav számos problémához vezethet, például köszvényes fájdalomhoz, ízületi gyulladáshoz, vesekőhöz, veseelégtelenséghez, sőt akár magas vérnyomáshoz is – érdemes ellenőrizni!

A vizsgálatot egy csepp vérből végezzük tesztcsík és mérőberendezés segítségével.

BMI – TESTTÖMEG INDEX MÉRÉS

Mindezek miatt a fenti egészségügyi értékek rendszeres ellenőrzése, a megelőzés nagyon fontos a mindennapi életben. Ezt a testtömeg index (BMI) mérése is segíti. A BMI kalkulátorral megtudhatja, hogy elhízottnak számít-e, hány kiló az ideális testsúlya, továbbá mennyi energiát fogyaszthat naponta.

ALLERGIA SZŰRÉS – BŐRPRÓBA

Előzetes regisztráció szükséges telefonon az önkormányzat ügyfélszolgálatán (részletek fenn)

Az allergia szűrésre olyanok jelentkezését várjuk, akiknek légúti allergiás tünetei szoktak lenni (tüsszög, orra folyik, eldugul, a szeme viszket, könnyezik, a torka kapar, vagy sokat köhög, időnként sípoló a légzése, a légúti fertőzéseik gyakoriak), legalább 1 hete nem szed semmilyen allergiaellenes gyógyszert (antihisztaminok).

Az allergiavizsgálat során az alkar bőrére 14 féle allergént (pollenek a mogyorótól a parlagfűig, állati szőrök a kutyától a macskán át a tollakig, a házipor, különböző penészgombák) viszünk fel, majd az allergéncseppek alatt finoman megkarcoljuk a bőrt. Az eredményt kb. 15-20 perc elteltével olvassuk le. A vizsgálat eredményéről orvosi leletet adunk ki.

ASZTMA –COPD ELŐSZŰRÉS KÉRDŐÍVVEL

Rövid kérdőíves felmérésre kerül sor, amelyet szakorvos értékeli ki és a résztvevők egy központi regiszterbe kerülnek. Az előszűréshez központilag összeállított, illetve a szervezők által rendelkezésre bocsátott kérdőíveket használunk.

A problémával rendelkező páciensek részére ingyenes komputeres légzés-funkciós mérés vizsgálatot biztosítunk Gödöllőn az Erzsébet Gondozóházban, amelyről eredménylapot és orvosi szakvéleményt kapnak.

A légzésfunkciós mérésre olyan nem fertőző betegek jelentkezését várjuk, **akiknek gyakran ismétlődő vagy elhúzódó légúti panaszai vannak (pl. köhögés, nehézlégzés), vagy azok, akik legalább 10 éven át napi 1 doboz cigarettát elszívtak az életükben.** A légzésfunkciós mérés fájdalomtalan, gyors és rendkívül informatív!

EGÉSZSÉGÜGYI FELMÉRÉS KÉRDŐÍVEKKEL

A nap során a helyszínen kérdőíves egészségügyi felméréseket végzünk, amellyel igyekszünk képet kapni a mogyoródiak állapotáról. Ez nagyban segít a további szűrővizsgálatok és prevenciós programok szervezésében.

Kérjük szíves közreműködésüket a kérdőívek kitöltésében, amelyben önkénteseink segítségükre lesznek!

A szűrések és az állapotfelmérés ingyenes, Mogyoród Nagyközség Önkormányzata szervezésében és támogatásával valósul meg. FONTOS, hogy a szűrések során egyéb problémák vizsgálatára, kezelésére és recept felírására nincs lehetőség. Kérjük ennek figyelembevételét!

A felmérésekben és szűrővizsgálatokon jelenlevőket regisztráljuk, azok eredményeit dokumentáljuk, amelyet az önkormányzat ellenőrzés esetére megőriz és statisztikai elemzés céljából feldolgoz. Adatkezelési tájékoztatónk a helyszínen ismertetésre kerül, továbbá az önkormányzat honlapján elérhető.

Tájékoztatás a helyi háziorvosoktól, illetve asszisztenseiktől kérhető rendelési időben telefonon, emailben, esetleg személyesen.

**SZERETETTEL VÁRUNK MINDEN ÉRDEKLŐDŐT
AZ EGÉSZSÉGPROGRAMOKON, ILLETVE A
SZŪRŐVIZSGÁLATOKON!**

Mogyoród Nagyközség Önkormányzata