



## **Trwają Dni Zdrowia: zadbaj o swoje zdrowie!**

2019-09-29

**Bezpłatne badania profilaktyczne, konsultacje specjalistyczne i prelekcje organizowane w placówkach medycznych w całym regionie. Do tego tematyczna impreza plenerowa na Rynku Głównym, Konferencja Zdrowych Miast Polskich oraz Światowy Dzień Serca - do 29 września mieszkańcy Krakowa i Małopolski mogli wziąć udział w tegorocznej edycji Dni Zdrowia.**

Celem inicjatywy organizowanej we współpracy miasta i województwa było zachęcanie mieszkańców Krakowa i Małopolski do regularnego wykonywania badań profilaktycznych, a także promocja zdrowego stylu życia w myśl zasady, że lepiej zapobiegać niż leczyć. – Najważniejsza jest profilaktyka, działania prewencyjne, które pozwalają lepiej funkcjonować i wpływają na podwyższenie jakości życia – podkreśla Andrzej Kulig, Zastępca Prezydenta Miasta Krakowa ds. Polityki Społecznej i Komunalnej. – W tym obszarze mamy dwie szczególnie ważne grupy docelowe: seniorów oraz dzieci i młodzież. Spójna polityka oraz współpraca samorządu miasta i województwa wyróżnia się bardzo aktywnym podejściem do tematu profilaktyki i zdrowia, co przynosi wymierne efekty. Czas życia mieszkańców Krakowa i Małopolski jest dłuższy niż w innych regionach kraju.

– Dla samorządu zdrowie Małopolan jest kluczowe – zauważa Marta Malec-Lech, członek zarządu województwa małopolskiego i podkreśla że na profilaktykę i programy zdrowotne zostały przeznaczone środki w wysokości 1,8 mln złotych z budżetu województwa oraz 80 mln złotych z Unii Europejskiej. – W tym roku w ramach Małopolskich Dni Profilaktyki i Zdrowia przewidujemy wykonanie około 5000 konsultacji specjalistycznych w 40 placówkach w 13 małopolskich miejscowościach – zaprasza. Dni Zdrowia to nie tylko badania profilaktyczne, ale również wykłady tematyczne i konsultacje specjalistyczne, między innymi z zakresu kardiologii, onkologii, dietetyki, fizjoterapii, rehabilitacji, a także inicjatywy zachęcające do troski o zdrowie.

## **Dlaczego warto być Zdrowym Miastem?**

W ramach Dni Zdrowia, w dniach 25–27 września odbyła się XXVIII Konferencja Zdrowych Miast Polskich, zorganizowana pod hasłem „Dlaczego warto być Zdrowym Miastem? Jak poprawić warunki zdrowotne miast, tj. stan zdrowia ich mieszkańców oraz warunki środowiskowe”. Konferencja adresowana była do przedstawicieli jednostek samorządu terytorialnego z całej Polski, podmiotów leczniczych i innych instytucji odpowiedzialnych za kreowanie polityki zdrowotnej.

## **Dni Zdrowia: zbadaj się!**

28 września na Rynku Głównym w Krakowie rozstawiono namioty, w których placówki medyczne i organizacje promujące zdrowy styl życia oferowały uczestnikom między innymi bezpłatne przeprowadzenie podstawowych badań profilaktycznych oraz porady i konsultacje



**Magiczny  
Kraków**

z zakresu ochrony zdrowia. W ramach XVII Krakowskich Dni Zdrowia mieszkańcy miasta mogli także skorzystać z bezpłatnych badań profilaktycznych, konsultacji lekarskich i pielęgniarskich w wybranych przychodniach, realizujących Miejski Program Ochrony Zdrowia „Zdrowy Kraków”.

## **Światowy Dzień Serca**

Sobota to plenerowa odsłona Krakowskich Dni Zdrowia, a w niedzielę 29 września, w ramach kolejnej edycji Światowego Dnia Serca, na Rynku Głównym można było skorzystać z bezpłatnych badań, takich jak pomiar ciśnienia krwi, pomiar wagi ciała oraz BMI, badanie poziomu cukru we krwi, badanie poziomu cholesterolu. Specjalistycznych porad udzielali kardiolog, kardiochirurg, dietetycy, pielęgniarki. – Zapobieganie, identyfikacja czynników ryzyka i poprawa świadomości są kluczowe do wydłużenia życia i poprawienia jego jakości, dlatego prowadzimy profilaktykę populacyjną, a jedna z jej najważniejszych form jest właśnie Światowy Dzień Serca – podkreśla prof. dr hab. n. med. Piotr Podolec, konsultant Województwa Małopolskiego w dziedzinie kardiologii. – W ostatnich latach mamy bardzo wysoki odsetek tak zwanych chorób cywilizacyjnych u dzieci i młodzieży, dlatego zwracamy szczególną uwagę na profilaktykę chorób krążenia w tej grupie. Mamy świadomość, że zdrowa młodzież to również zdrowi dorośli – dodaje prof. UJ, dr hab. n. med. Lidia Tomkiewicz-Pająk z Kliniki Chorób Serca i Naczyń Instytutu Kardiologii Collegium Medicum Uniwersytetu Jagiellońskiego. Światowy Dzień Serca jest współorganizowany z Krakowskim Oddziałem Towarzystwa Kardiologicznego w Krakowie. Imprezie towarzyszyły wydarzenia artystyczne.

Organizatorami inicjatywy są Gmina Miejska Kraków i Województwo Małopolskie. Szczegółowe informacje dostępne są pod numerem telefonu Całodobowej Informacji Medycznej tel. (12) 661 22 40 oraz na stronie [www.profilaktykawmalopolsce.pl](http://www.profilaktykawmalopolsce.pl).

[Wykaz badań dostępnych w ramach Małopolskich Dni Profilaktyki i Zdrowia 2019 \[pdf\]](#)