



A Képviselő-testület nyilvános ülésének anyaga (2011. évi CLXXXIX. törvény 46. § (1) bek.)

ELŐTERJESZTÉS A KÉPVISELŐ-TESTÜLET ÜLÉSÉRE

Tárgy: Beszámoló az Önkormányzat egészségügyi prevenciós tevékenységéről, javaslat a programok folytatására, új programok elindítására

Tisztelt Képviselő-testület!

Az egészségügyről szóló 1997. évi CLIV. törvény 152. §-ával összhangban a Magyarország helyi önkormányzatairól szóló 2011. évi CLXXXIX. törvény 23. § (5) bekezdés 9. pontja szerint a kerületi önkormányzat feladata többek között az egészségügyi alapellátás, valamint az egészséges életmód segítését célzó szolgáltatások biztosítása. A kötelező feladatellátás mellett, a beutalási rendből adódóan fontos a járó- és fekvőbeteg szakellátást túlnyomó többségben biztosító János Kórházzal, valamint a kerület egyéb egészségügyi intézményével történő együttműködés is. A magas színvonalon működő gyógyító rendszerek mellett hangsúlyt kell helyezni a betegségek megelőzésére, a kerületben élők egészségtudatosságának formálására. Az Önkormányzat akkor tudja e célját legjobban megvalósítani, ha a gyógyító egészségügyi rendszerek működtetése mellett a kerület lakói részére olyan felvilágosító programokat szervez, melyek segítségével szakszerű és pontos tájékoztatást kaphatnak az egészség megőrzésének módjairól, a betegségek megelőzéséről. A prevenció hosszútávon kifizetődőbb, mint a már kialakult betegségek kezelése és gyógyítása, ezért fontosnak tartom, hogy Önkormányzatunk aktív szerepet vállaljon a kerületi egészségmegőrző programokban.

Az Önkormányzat támogatásával több, mint 10 éve folynak különböző prevenciós programok, melyről legutóbb 2013. február 28-án tájékoztattam az előző ciklus Képviselő-testületét. A testület a 44/2013. (II. 28.) Bp. XII. ker. Hegyvidéki Önk. Kt. határozatával elfogadta a beszámolót, további felhatalmazást adva a kerületi egészségügyi prevenció folytatására. Ennek értelmében további területeket, szakmákat vontunk be a preventív munkába és 2013 májusában Önkormányzatunk elindította az Egészséges Hegyvidék Programot (a továbbiakban (EHP)). A program gazdája a Hegyvidéki Önkormányzat, partneri szerepet vállalt a János Kórház, az Érsebészeti Klinika, az Országos Gerincgyógyászati Központ, valamint a Budai Egészségközpont. Részt vállaltak a kerületben tevékenykedő civil szervezetek is, köztük a SZÍV SN Országos Betegegyesület, a Magyar Rákellenes Liga, a szolnoki Lisztérzékenyek Egyesülete, a Szoptatásért Magyar Egyesület, a János Kórház egyes Alapítványai, a Rákbetegek Országos Szövetsége. Az EHP-ban tájékoztatással, az egészséges életmód megvalósítását célzó ingyenes szolgáltatásokkal szerepet vállaltak az Önkormányzat szociális intézményei is.

Az alábbiakban rövid tájékoztatást adok az EHP egyes egészségmegőrzést szolgáló programjairól, amelyeket az Önkormányzat az elmúlt két évben megvalósított. Egyben javaslatot teszek arra is, hogy a Polgármesteri Hivatal Népjóléti Irodájának szervezésében az Önkormányzat mely programokat folytassa, illetve milyen új programokat indítson el.

I. Ismeretterjesztő programok

Felnőttek tájékoztatását segítő programok:

- **Egészségesen a Hegyvidéken szabadegyetem**

A pár éve befejeződött Hegyvidéki Egészségklub sikerére alapoztuk a szabadegyetem programot, évente 8 alkalommal, minden hónap utolsó csütörtökén este, a MOM Kulturális Központ Kupolájában. A program célja, hogy közérthetően, ugyanakkor tudományos igényű előadások keretében ismertesse meg a lakossággal a különböző betegségek megelőzésének egyéni és társadalmi lehetőségeit. Az előadások témája szorosan kapcsolódik a kerületi egyéb prevenciós programokhoz, előadók az adott szakterületeken dolgozó háziorvosok és szakorvosok.

Az eddigi előadásokon megjelent, folyamatosan növekvő hallgatóság számából azt a következtetést vontuk le, hogy a lakosságot nem csak az ingyenes szűrővizsgálatok lehetősége érdekli, hanem nagyon sokan tisztában vannak azzal, hogy a prevenció legfontosabb része a tájékozódás, az ismeretek megszerzése, amelyek segítségével valóban megelőzhető a betegségek kialakulása. Ezen programmal megismertethetjük az egészségpolitika elsődleges feladatát, melynek része az egészség megőrzése, fenntartása, valamint az egészségközpontú szemlélet és gondolkodásmód. 2014-ben 652 hallgatója volt a szabadegyetemnek.

2015-ben folytatjuk a programot, a tematikát a hallgatóság kérésének figyelembevételével állítjuk össze.

- **Ismeretterjesztő cikksorozat, szakmai interjúk a helyi médiában, honlapon**

Tudnivalók az egészséges életmódról, rizikófaktorokról, betegségekről, megelőzésükről, egészségügyi tényekről és tévhitekről

- Szezonális cikkek, interjúk (pl. allergia szezon, influenza szezon)
- Információk az Egészséges Hegyvidék Programról, programajánlók (szabadegyetemek, szűrések, betegkövetés, stb.)

- **Magyar Rákellenes Liga előadásai a Kulturális Szalonban**

- **Oktatófilmek az Országos Gerincgyógyászati Központ gondozásában**

Olyan rövidfilmek internetes elérhetőségét tervezzük, melyek a szülőknek olyan néhány perces praktikus gyakorlatokat mutatnak be, melyek a gyermekek tartásjavítását segítik és az iskolapadban könnyen elvégezhetőek.

- **A Budai Lisztérzékenyek Klubjával való együttműködés során beszélgetések, előadások a Kulturális Szalonban havi rendszerességgel**

- **Idősek Egészségiskolája a Kulturális Szalonban**

2020-ra az Európai Unió népességének 25%-a 65 év feletti lesz. Mind a Hegyvidéki Önkormányzat, mind az Országos Gerincgyógyászati Központ számára kiemelten fontos az idősek részére nyújtott ismeretterjesztő és prevenciós munka. Az együttműködésnek köszönhetően az Országos Gerincgyógyászati Központ számos, az idősebb generációt érintő témában tart előadásokat (pl. időszerű a családban – önismeret; időskort támogató szocio-ökonomia tényezők; fitten, egészségesen időskorban; időskori táplálkozás, diéta; csontritkulás; időskori érzékszervek; gerincpanaszok, stb.)

Ifjúság tájékoztatását segítő programok:

- **Oktatóprogramok kerületi oktatási intézményekben**

II. Prevenációs programok

Az Önkormányzat által működtetett egészségmegőrző programok nagyban segítik a kitűzött célok (életminőség javítása, az egészség védelme, a betegségek, sérülések megelőzése) megvalósulását, a prevenció legfontosabb eszközeivel – az egészségnevelés, a szűrővizsgálatok, a betegségek kezelése, rehabilitációja, állapotromlás megakadályozása – nyújtanak támogatást a Hegyvidéken élőknek. Az eddigi tapasztalatok is folyamatosan arra ösztönözik a Hegyvidéki Önkormányzatot, hogy folytassa a prevenció kiépítését és megvalósítását a Hegyvidék valamennyi korosztálya irányában, együttműködve a kerület egészségügyi intézményeivel.

Ifjúságot érintő prevenció programok:

- **Mozgásszervi szűrővizsgálat a kerület oktatási intézményeiben**

Tíz éve az Önkormányzat támogatásával – ortopéd, mozgásszervi rehabilitációs szakorvos bevonásával – minden tanévben a kerület általános- és középiskoláiban megtörténik a mozgásszervi szűrés. A szűrés eredményéről és a szükséges intézkedésekről iskolánkénti, nemenkénti és korcsoportonkénti bontást is tartalmazó összesítő értékelő jelentést készítünk, mely nagyban segíti az iskolaorvosok, iskolavédőnők és a gyógy-testnevelőtanárok munkáját. A 2014/2015-ös tanévben ismét megszervezésre került a szűrővizsgálat, 11 általános- és 8 középiskolában, valamint a kerület 9 óvodájában a nagycsoportos, tanköteles korúak körében, amely 1171 fő tanulót és 728 fő óvodást érintett.

Részlet a vizsgálatot végző doktornő beszámolójából:

„A szűrővizsgálatok eredményének tükrében azt kell mondanom, hogy a vizsgált tanulók több mint felének nem elég a preventív iskolai tartásjavító torna, hanem célzott gerincjavító tornára, szorosabb ellenőrzésre lenne szükségük. Erre jó példa, hogy a rendszeresen gyógytestnevelésben részesülő tanulók közül ismét többet vissza tudtam irányítani az iskolai testnevelésre.”

A szűrővizsgálatot a következő tanévekben is kívánjuk folytatni.

- **Lisztérzékenység szűrése a kerület oktatási intézményeiben**

Önkormányzati támogatással az egészségügyi alapellátás keretében harmadik éve fut a program. Az első két évben a célcsoport a kerület iskoláiba járó első osztályos gyermekek, a 2014/2015-ös tanévben pedig a kerület 9 óvodájába járó nagycsoportos óvodások voltak. Az átállást az indokolta, hogy az óvodákban lényegesen nagyobb a kerületben élő gyermekek aránya és elsősorban az ő szűrésüket tűztük ki célul.

A szűrővizsgálatokat az iskolák orvosi rendelőiben és az óvodákban a közalkalmazott védőnők közreműködésével, a szolnoki Lisztérzékenyek Egyesülete végezte. Ebben a tanévben az óvodákban érintett korosztály összlétszáma 543 fő volt. Minden érintett gyermek szülőjének az óvodavezetők segítségével tájékoztató levelet küldtünk a szűrésről, valamint egy beleegyező nyilatkozatot kértünk tőlük. A nyilatkozatok alapján 433 fő kérte a vizsgálatot, vagyis a szülői érdeklődés aránya 80% volt (az előző évben 67%).

A szűrővizsgálatok 2014. szeptember 30-ától október 2-áig zajlottak, a hiányzó gyermekekre tekintettel pótszűrést is tartottunk. A megszárt gyermekek közül 5 fő esetében pozitív eredmény született és 1 fő IgA hiányos eredményt mutatott. A vizsgálati eredményről minden szülő lezárt borítékban tájékoztatást kapott, a pozitív eredményekhez további kivizsgálás céljából szakorvosi elérhetőséget biztosítottunk.

Ezzel a prevenciós programmal Önkormányzatunk egy olyan autoimmun betegség kiszűrését tette lehetővé – Budapesten elsőként –, amely bár napjainkban egyre gyakrabban fordul elő, a ma működő egészségügyi rendszerben a szűrés mégis csak költségtérítéssel érhető el.

Továbbra is szem előtt tartva a kerületünkben felnövekvő nemzedék egészségét, 2015 őszén tervezzük a program folytatását, illetve az iskolairól óvodai szűrésre való átállás miatt kiesett évfolyam első osztályosait szintén szeretnénk leszűrni.

- **Iskola-egészségügyi újraélesztő prevenciós program**

A Hegyvidéki Önkormányzat a kerületben az ifjúsági-egészségügyi ellátást a középiskolákban 5 ifjúsági védőnővel látja el. Az ifjúsági védőnő feladatait az Egészségügyi Minisztérium szakmai protokollja határozza meg. E szerint a védőnő a jogszabályok, és a szakma szabályai szerint komplex egészségnevelést „tanít” az iskolák különböző életkorú tanulói számára. Az ifjúsági védőnő egyik legfontosabb feladata, hogy folyamatos megfigyelésen alapuló tanácsadással és egészségneveléssel támogassa a tanulókat, segítséget nyújtson az egészséges életvitel kialakításában, az egészségkárosodások elkerülése érdekében, felfigyeljen a tanuló életében bekövetkező kedvező vagy kedvezőtlen változásokra.

A négy évvel ezelőtt indított újraélesztő prevenciós program keretében az ifjúsági védőnők a tanév elején elkészített tantervi ütem szerint a kerületi középiskolákban a 9-12. osztályos tanulók részére (3036 fő) oktatják a BLS újraélesztést.

Az iskola-egészségügyi szolgálat keretében dolgozó szakemberek (ifjúsági orvosok, ifjúsági védőnők) nagyon nagy örömmel üdvözlik ezt a prevenciós programot, komoly lehetőséget látnak abban, hogy a programon keresztül még inkább közelebb jutnak a diákokhoz az alapszintű újraélesztési ismeretek, eljárások. A program a 2014/2015-ös tanévben is folytatódott.

- **Hegyvidéki óvodások egészségprogramja /Új komplex program/**

A komplex prevenciós programot a 2014/2015-ös tanévben indítottuk a kerületi óvodák részére, amely öt szűrésből áll:

1. Hallásvizsgálat: a beiskolázás előtt a nagycsoportosokat érinti a vizsgálat, amelyet a területi védőnő végez el (a tanácsadóban és nem az óvodában).
2. Látásvizsgálat: szintén a beiskolázás előtt a nagycsoportosok körében végzi el a területi védőnő (a tanácsadóban és nem az óvodában).
3. Fogászati szűrés és egészségnevelő előadás: évi 2 alkalommal a kerületi gyermek fogorvosok közreműködésével történik a szűrés. A szűrés ütemezése tanév elején kerül egyeztetésre az érintett intézményvezetőkkel és a teljes óvodai létszámra kiterjed.
4. Ortopédiai szűrés: (célcsoport: nagycsoportosok): szeptember végén történik a szűrés. A vizsgálatot ortopéd gyermek szakorvos végzi, a védőnők közreműködésével.
5. Lisztérzékenység szűrése szülői hozzájárulás alapján. A szűrésen a nagycsoportos óvodások vesznek részt, minden év október végén.

Az Önkormányzat Oktatási és Közművelődési Irodája, valamint az óvodák vezetői lelkesen fogadták a programot. A már lebonyolított ortopédiai és a lisztérzékenység szűréseken beigazolódott (a szűrés adatok a konkrét leírásoknál olvashatóak), hogy a szülők is örülnek a programnak. A következő években tervezzük a Hegyvidéki Óvodások Egészségprogramjának folytatását.

- **„Porci Berci barátokat keres” gerinciskola /Új program/**

A program célja, hogy hozzájáruljon a gerinc és a statikai rendszer egészségének megőrzéséhez. A program egy kisiskolások számára kidolgozott, hat foglalkozásból álló egészségmegőrző oktatási program, mely szorosan kapcsolódik a gyermekek testnevelési órájának részeként rendszeresen végzendő speciális mozgásanyaghoz, a Magyar Gerincgyógyászati Társaság tartásjavító tornájának végzéséhez. Az oktatáshoz a gyermekeknek munkafüzet, a szülők, pedagógusok számára ismeretterjesztő kiadvány készült. A programalkotók a módszert publikálták, és eredményeiket számos előadásban közölték. A 8-10 éves gyermek átlagban heti 35-40 órán át ül rosszul kiválasztott

ülőbútorokon, az ülő életmód kialakul. Emellett a természetes mozgás- és játékformák is háttérbe szorulnak. Ebben az életkorban a testalkat változik, a növekedés folyamatos. Egy felmérésben, melyben 249 kisiskolás Matthias-féle testtartás próbáját végezték el, az eredmények azt mutatják, hogy a gyermekek 70%-ánál valamilyen fokú tartásgyengeség észlelhető.

2015 őszére tervezzük a program bevezetését, egyelőre két kerületi általános iskolában a 3. és 4. osztályosok részére. A program sikerességének függvénye, hogy lesz-e folytatás és bővítjük-e a programba bevont kisiskolások számát.

Családokat érintő prevenció programok:

- **Prevenációs szűrőszombatok**

Ötödik éve szervezzük – nagy érdeklődéssel és sikerrel – a kerület polgárai részére a prevenációs szűrőszombatokat, melyek alkalmanként más-más szűrést nyújtanak. A program célja, hogy a kerületben élő emberek a Hegyvidéki prevenációs szűrőszombatokon egyrészt ingyenesen vehessék igénybe a vizsgálatokat, másrészt a programon keresztül szeretnénk felhívni a figyelmüket az egyik legfontosabb dologra az életünkben, az egészségünk megőrzésére.

Az elmúlt két év 16 szűrésén 728 fő vett részt, ez a megjelenés meghaladta a tervezettet, így a szakemberek meghosszabbított vizsgálati időben – és a tervezetthez képest – dupla személyzettel álltak rendelkezésre. A vizsgálatokon kiszűrtek járó-, vagy fekvőbeteg ellátását a Kórház biztosítja, amelyek révén a beteg-utak követhetővé váltak, ami jelentős szereppel bír a beteg gyógyításában, gondozásában. Olyan nagy az érdeklődés, továbbá a prevenációs hatás, hogy a továbbiakban is tervezzük a program folytatását.

- **Egészségnapok**

Az országban a Hegyvidéken volt először egészségnap rendezvény. A 19 éves hagyománnyal rendelkező Egészségnap kerületünk legfontosabb prevenációs rendezvénye, amellyel lehetőséget teremtünk a kerület polgárai számára, hogy részt vegyenek egészségügyi szűrővizsgálatokon, orvosoktól, szakértőktől egészségügyi állapotukra vonatkozóan visszajelzést, a betegségek megelőzésére hasznos tanácsokat, életmódjuk megváltoztatásához pedig segítséget kapjanak.

A nyári egészségnap a Hegyvidéki Napokhoz, az őszi pedig a Hegyvidéki Ősz rendezvényhez kapcsolódik. A szűrővizsgálatokat, tanácsadást közel 30 orvos-szakma végzi, a látogatók száma pedig évről évre nő. Alkalmanként közel 2000 szűrést végeznek a szakemberek, mostanra már gyermekek részére is. A rendezvényeknek mindig van egy vezető témaköre, amelyre építve szervezünk ismeretterjesztő előadásokat is. A részt vevő egészségügyi intézmények közül az Országos Gerincgyógyászati Központ a szűrések mellett gyógytorna bemutatót és konzultációs lehetőséget is biztosít.

- **„SZÍV SN a keringési betegségek megelőzéséért” mozgalom a Hegyvidéken**

A programot 2012 végén indítottuk el. A résztvevők számára nagymértékben megelőzhetővé válik a stroke (agyi érkatasztrófa, szélütés, gutaütés) kialakulása, és lehetővé válik a már fennálló szívbetegségek mielőbbi kezelésének megkezdése a kialakított, stabil betegút segítségével. Ez a program hazánkban először Budapesten, a XII. kerületben valósult meg a SZÍV SN Országos Betegegyesület közreműködésével, a Semmelweis Egyetem városmajori Érsebészeti Klinika együttműködésével, utóbbi épületében biztosította a szűréseket. Évente négy alkalommal történnek a szombati szűrések, ahol anonim kérdőív kitöltésén túl, koleszterin- és vércukormérés, EKG és pitvarfibrillációt kimutató vérnyomásmérés és a páciensek kikérdezése kerül sor. Az Év Kórháza címet 2013-ban elnyerő Érsebészeti Klinika fogadja a szűrésen megjelent pácienseket, és további részletes kivizsgálással segít a STROKE megelőzésében.

A legutóbbi szűrés során 159 főt vizsgáltak meg, köztük 116 nőt és 43 férfit. A megjelent 116 nő közül 44-en magas vérnyomással 38-an magas vércukorszinttel, 56-an magas koleszterinszinttel, 27-en

ritmuszavarral és 31-en jelentős túlsúllyal élnek. A megjelent 43 férfi közül 14 magas vérnyomással, 19 magas vércukorszinttel, 11-en magas koleszterinszinttel és 9-an túlsúllyal élnek. A nagy érdeklődésre és a szűrés eredményességére tekintettel 2015 végén szeretnénk megismételni a programot.

- **Új életmentő pontok a kerületben**

A Hegyvidéki Önkormányzat a kerületben található hat „Életmentő Pont” mellé két újabb helyszínen helyezett el defibrillátort. A meglévő hat helyszín a hegyvidéki polgármesteri hivatal, a MoM Sport, a Városmajor utcai uszoda, a Hegyvidéki Bevásárlóközpont, a Budai Középiskola és a BM Nemzetközi Oktatási Központ. A két új helyszín egyedülálló kezdeményezés, mivel a laikus újraélesztéshez használt defibrillátor közterületen a Királyhágó téren és a 24 órás szolgálatot teljesítő Hegyvidéki Rendészet autójában került elhelyezésre. A defibrillátorok hirtelen keringésleállás esetén életet menthetnek. A gyors beavatkozás ilyen helyzetekben különösen fontos: minden segítség nélkül eltelt perccel 10%-kal csökken az életesély!

A Királyhágó téri „Életmentő Pont” egy riasztási rendszerrel ellátott kültéri kabinban elhelyezett félautomata defibrillátor, kifejezetten laikusok számára, információs felülettel, amely segíti a használóját. Az újraélesztő készülék kezelését könnyű elsajátítani, a gép hanggal irányítja a kezelőjét, de észleli azt is, ha a rosszullet oka nem szívprobléma. A Hegyvidéki Önkormányzat egyes dolgozói – így a Hegyvidéki Rendészet munkatársai is – részt vettek egy életmentést elsajátító tanfolyamon, ezért vészhelyzet esetén ők is riaszthatóak a készülékekhez. A kijelölt közterületi „Életmentő Pont” környékén sokan megfordulnak, valamint nagy a gyalogos- és a gépjárműforgalom is. Így ha valaki a közelben, az utcán lesz rosszul, a defibrillátor készülékkel azonnal segítséget lehet nyújtani. Fontos, hogy a kültéri kabin a térfelügyelő kamera látóterében került elhelyezésre.

A Hegyvidéki Rendészet autójában elhelyezett félautomata defibrillátorral lehetőség van adott helyzetben a gyors intézkedésre, az újraélesztés megkezdésére a mentő megérkezéséig. További előnye a hordozható készüléknek, hogy alkalmasszerűen nagyobb kerületi rendezvényekre is elvihető. A Hegyvidéki Rendészet munkatársai részt vettek újraélesztési tanfolyamon.

A Hegyvidéki Önkormányzat 2015-ben tervezi a kerületi polgárok körében önkéntes alapon történő jelentkezéssel a laikus újraélesztés oktatását és elsajátítását.

- **Hegyvidéki kismama- és szülésfelkészítő prevenciós program**

A program kiegészíti az egészségügyi alapellátáson belül a védőnők által nyújtott komplex várandós gondozást az anya és születendő gyermeke egészségének érdekében. A négy éve elindított kismama- és szülésfelkészítő prevenciós programról elmondhatjuk, hogy a kerületi kismamák egynegyede azonnal igénybe vette az Önkormányzat által nyújtott ingyenes programot (jelenleg máshol ez a tevékenység csak térítés ellenében vehető igénybe), azóta is folyamatosan csatlakoznak. Mára már rendkívül sikeres a program, a résztvevők száma meghaladta a kerületi kismamák számának (közel 700 kismama/év) 70%-át. A program elterjedésében és népszerűsítésében nagy szerepe van a kerületi védőnőknek.

A támogatott Tornastúdió rugalmasan alkalmazkodott az igényekhez és kapacitásait bővítette, most már heti 6 alkalommal biztosítja a kerületi kismamáknak a 10 alkalom erejéig ingyenesen igénybe vehető szolgáltatást. A program eredménye, hogy megkönnyíti a résztvevő kismamák vajúadását, elősegíti a gyermek egészséges születését. A programot szeretnénk a továbbiakban is folytatni.

- **A szoptatás népszerűsítése**

A program a Szoptatásért Magyar Egyesület közreműködésével valósult meg. A kerületben prioritást élvez a csecsemők anyatejes táplálása. A statisztikai adatok alapján (több mint 600 élveszületésből) a 6 hónapos csecsemők 67,7%-a kap anyatejet. Ez az adat az országos átlag felett van és a szakmai felügyelet kiválóan értékelte az elért eredményt. Fontos megemlíteni, hogy ezek a jó eredmények az anyukák hozzáállásának, a házi gyermekorvosok és nem utolsósorban a védőnők munkájának köszönhető.

Az elmúlt időszakban a körzeti védőnők a kismamával történő találkozás alkalmával a Szoptatásért Magyar Egyesület füzeteit osztották, amelyek szintén segíthetik a csecsemők anyatejes táplálást, valamint néhány klubfoglalkozáson szintén kiosztásra kerültek a La Leche Liga Magyarország kiadványai.

• **Rákbetegek Országos Szervezete által nyújtott prevenció programok /Új program/**

A Rákbetegek Országos Szervezete központi irodája a kerületünkben található. A Kulturális Szalonban már tartottak több klubfoglalkozást, így merült fel annak a lehetősége, hogy egy együttműködésen alapuló programcsomagot beemelnénk az EHP-ba. A Szervezet feladata a rákbetegek pszichoszociális rehabilitációja, országos segítő-szolgáltató hálózat működtetése. Egyesületeik főleg a megelőzés, az egészségnevelés, a közvélekedés formálása területén tevékenykednek, de figyelmet fordítanak a rákbetegek közvetlen segítésére is a betegség feldolgozásában, a problémák megértésében. A pozitív példák segítenek a krízishelyzetek feloldásában, a remény fenntartásában. Amikor megterveztük a programcsomagot az volt a cél, hogy innovatív módszerekkel ismertessük meg a kerületben élő célcsoportokat.

1. Stressz kezelés: „Égni kiégés nélkül” program (havonta 6 alkalommal). Melyek azok a feltehetően lelki eredetű betegségek, amelyek növelik a daganatos betegség kialakulását (szorongás, kiégés, pánikbetegség)? Célcsoport: nyitott a teljes felnőtt lakosság számára, időpontok: 2015. május 14, június 11, szeptember 10., október 8., november 12., december 10.

2. Dohányzást leszoktató, mentálhigiénéiával kiegészülő program (havonta 6 alkalommal). Célcsoport: nyitott a teljes felnőtt lakosság számára, ősszel indulna, előzetes regisztráció alapján lehet részt venni a programban.

3. Gyűrű-kúra kiemelt program – kizárólag olyan párok részére, akik együtt képzelik el a jövőt. Egymást követő 6 alkalommal, évente egyszer kerülne megrendezésre, előzetes regisztráció szükséges a részvételhez.

4. Fiatal rákbetegek klubja program, amelynek célja, hogy a fiatal daganatos betegek és a hozzátartozók testi, szellemi és lelki gyógyulását, a helyzet elfogadását és megértését segítse. Alapfilozófiája: „Mindig van kiút, akkor is, ha jelen pillanatban még nem látjuk.” Ősszel indulna a program, havi egy alkalommal.

III. Betegkövető rendszer

Az EHP megvalósításában szintén fontos helyet foglal el a Day-Med Kft, amely betegtámogató és terápiasegítő programok kivitelezésével foglalkozik. Ennek során a különféle krónikus betegségekkel küzdők hiteles forrásból jutnak részletes információkhoz. Megismerkednek betegségük sajátosságaival, elsajátítják a betegséggel való együttélés módjait, illetve megtanulják, mit tehetnek az állapotuk megőrzése, sőt javítása érdekében. Az EHP keretében 2013-ban az első ütemben összesen 1000 asztmában és krónikus légúti betegségekben szenvedő páciens vett részt az 1 éven át tartó egyedi információs folyamatban.

A program a következőket foglalta magában:

A célcsoport tájékoztatása az információs programban való részvételi lehetőségről a kerületi háziorvosok közvetítésével. (A háziorvosokkal a DayMed koordinátorai tartották a kapcsolatot.)

- A csatlakozó betegeknek nyomtatott információs csomag biztosítása a megbetegedésről.
- A csatlakozó betegek 1 éven át tartó folyamatos informálása, követése, támogatása, elsősorban élő telefonos megkeresés útján, jóváhagyott protokoll szerint. A támogatás célja, hogy a páciens légúti betegségét minél mélyebben megismerje, ezáltal megértse, így is segítve a mielőbbi gyors állapotjavulást, illetve az állapot súlyosbodásának megelőzését.

- A csatlakozó betegek számára telefonos elérhetőség biztosítása.
- Az EHP keretében megvalósuló programok megismertetése az érintett csoporttal.
- A program a kerületben élő 1000 fő számára ingyenes volt.

A második ütemben a jelentős egészségterhet jelentő krónikus megbetegedésben szenvedők (szív- és érrendszeri megbetegedések, diabetes, csontritkulás, stb.) részére nyílhatna meg az egyedi támogatási lehetőség. A második ütemet egy esetleges pályázati forrásból lehetne megvalósítani.

IV. Testmozgás az egészségért – sportolási, testmozgási lehetőségek

A mozgás, sportolás, aktív szabadidős tevékenységek elengedhetetlenül fontosak egészségünk megőrzéséhez. A rendszeres mozgás hozzájárul ahhoz, hogy izomzatunk, csontozatunk erősebb legyen, állóképességünk, közérzetünk javuljon, karbantarthassuk testsúlyunkat. Csökkenti a szívbetegségek, magas vérnyomás, depresszió és számos egyéb betegség rizikófaktorát vagy kialakulását. Segít megőrizni idős korunkig mozgásszerveink, izmaink, ízületeink rugalmasságát. Fontos, hogy a mozgás tudatosan beépüljön mindennapjainkba már gyermekkorban. Ezt elősegítendő a Hegyvidéki Önkormányzat elsőként vezette be négy évvel ezelőtt a mindennapos testnevelést az iskolákban. Emellett – folyamatosan bővítve a kínálatot – számos olyan programot, mozgási, sportolási lehetőséget kínál az itt élőknek, amely segítségével megőrizhetik, javíthatják egészségi állapotukat.

A Sportos, edzett Hegyvidék programok a hegyvidékieknek ingyenesen elérhetőek!

V. Hegyvidék Kártya programban való részvétel

Az Országos Gerincgyógyászati Központ és a Budai Egészségközpont térítéses szolgáltatásai esetén az intézmények 10% kedvezményt biztosítanak a Hegyvidék Kártyával rendelkezőknek.

VI. Összegzés

A kerületi prevenció programok nélkül nem tudnánk ilyen közvetlen kapcsolatot kialakítani az itt élő családokkal. A visszajelzéseik alapján elmondhatom, hogy az egészségügyi célú prevenciónak, amely a betegségek megelőzését, az egészség fenntartását, és a szervezet megedzését, illetve az állapotromlás megakadályozását is jelenti, igyekeztünk a fent ismertetett programokkal megfelelni. Az egyes programok során kitűzött célokat – az egészségi állapot és az életminőség javítását, az egészség védelmét, a betegségek, sérülések megelőzését – szintén sikerült mikro szinten megvalósítanunk. A prevenció legfontosabb eszközeivel – az egészségnevelés, a szűrővizsgálatok, a betegségek kezelése, rehabilitációja, illetve az állapotromlás megakadályozása – igyekeztünk élni és ezeket a programjainkba beépíteni. A tapasztalatok arra ösztönöznek, hogy Önkormányzatunk folytassa a prevenció kiépítését és megvalósítását a Hegyvidék valamennyi korosztálya irányában.

Az előterjesztést véleményezésre megküldtem az Egészségügyi és Szociális Bizottság részére. A Bizottság véleményéről a testületi ülésen adok tájékoztatást.

Kérem a Képviselő-testületet az alábbi határozati javaslatok elfogadására. A határozati javaslatban felsorolt egészségügyi prevenció programok pénzügyi fedezetét az Önkormányzat 2015. évi költségvetése tartalmazza.

Határozati javaslatok:

1. A Képviselő-testület elfogadja az alpolgármester egészségügyi prevenció programokról szóló beszámolóját.

(Döntéshozatal módja: egyszerű többség)

2. A Képviselő-testület úgy dönt, hogy 2015-től a Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat az alábbi egészségügyi prevenciók programokat folytatja, illetve indítja el;
Felnőttek tájékoztatását segítő program:

a) Egészségesen a Hegyvidéken szabadegyetem;

Ifjúságot érintő prevenciók programok:

b) Mozgásszervi szűrővizsgálat a kerület oktatási intézményeiben,

c) Lisztérzékenység szűrése a kerület oktatási intézményeiben,

d) Iskola-egészségügyi újraélesztő prevenciók program,

e) Hegyvidéki óvodások egészségprogramja,

f) „Porci Berci barátokat keres” gerinciskola;

Családokat érintő prevenciók programok:

g) Prevenciók szűrőszombatok,

h) Egészségnapok (nyári és őszi),

i) „SZÍV SN a keringési betegségek megelőzéséért” mozgalom a Hegyvidéken,

j) Új életmentő pontok a kerületben

k) Hegyvidéki kismama- és szülésfelkészítő prevenciók program,

l) Rákbetegek Országos Szervezete által nyújtott prevenciók programok.

(Döntéshozatal módja: egyszerű többség)

Budapest Hegyvidék, 2015. február „18”



Kovács Lajos
alpolgármester

Láttam:



Gottfriedné dr. Tusor Gabriella
jegyző



Pokorni Zoltán
polgármester

