

# Programy Polityki Zdrowotnej Powiatu Tczewskiego

Wydział Zdrowia, Spraw Społecznych i PFRON

Starostwa Powiatowego w Tczewie

Czerwiec 2019



# Nasze programy

- ❑ Powiatowy Program Profilaktyki Zakażeń Wirusem Brodawczaka Ludzkiego HPV „Chronię życie przed rakiem” – przyjęty do realizacji na lata 2012–2017, a następnie 2018–2022 z możliwością kontynuacji.
- ❑ Recepta na raka – program wczesnego wykrywania raka płuc wśród mieszkańców powiatu tczewskiego – przyjęty do realizacji na lata 2016–2020 z możliwością kontynuacji.
- ❑ Powiatowy Program Zwalczania Otyłości i Nadwagi „Czas na zdrowie” – przyjęty do realizacji na lata 2016–2020 z możliwością kontynuacji.

Niniejsze programy opracowano po konsultacjach z Gminami. Programy uzyskały pozytywną opinię Prezesa Agencji Oceny Technologii Medycznych i Taryfikacji.

# Przesłanki do wdrożenia programów

- ❑ Niepokojące statystyki Krajowego Rejestru Nowotworów. Nowotwory złośliwe po chorobach układu sercowo–naczyniowego stanowią drugą przyczynę zgonów w Polsce. W powiecie tczewskim rak płuc stanowił główną przyczynę zgonów nowotworowych wśród mężczyzn w latach 2009–2011 oraz wśród kobiet w latach 2010–2011.
- ❑ Wysoki koszt szczepionki przeciw zakażeniom wirusem HPV. Dochody gospodarstw domowych mieszkańców powiatu w większości nie pozwalały na zakup szczepionki we własnym zakresie.
- ❑ Niska zgłaszalność kobiet na badania cytologiczne. Według danych GUS ok. 30% polskich kobiet nie miało wykonanych badań cytologicznych, a aż jedna piąta Polek w wieku 18–24 lat nigdy nie była u ginekologa.
- ❑ Narastający problem nadwagi i otyłości wśród mieszkańców powiatu. Nadwaga i otyłość są głównymi czynnikami ryzyka dla wielu chorób przewlekłych i niosą za sobą szereg negatywnych konsekwencji dla funkcjonowania fizycznego, psychicznego i społecznego otyłego człowieka.

# Powiatowy Program Profilaktyki Zakażeń Wirusem Brodawczaka Ludzkiego HPV „Chronię życie przed rakiem”

- ❑ **Bezpłatne szczepienia profilaktyczne przeciw wirusowi brodawczaka ludzkiego HPV dziewcząt w wieku 12 lat poprzedzone badaniem lekarskim kwalifikującym do zaszczepienia.**

Rodzaj szczepionki: do 2018 r. szczepionka 4-walentna SILGARD, od 2019 r. szczepionka 9-walentna GARDASIL.

W latach 2013 – 2018 zaszczepiono 2106 osób, obecnie szczepieniami objęto rocznik urodzenia 2007.

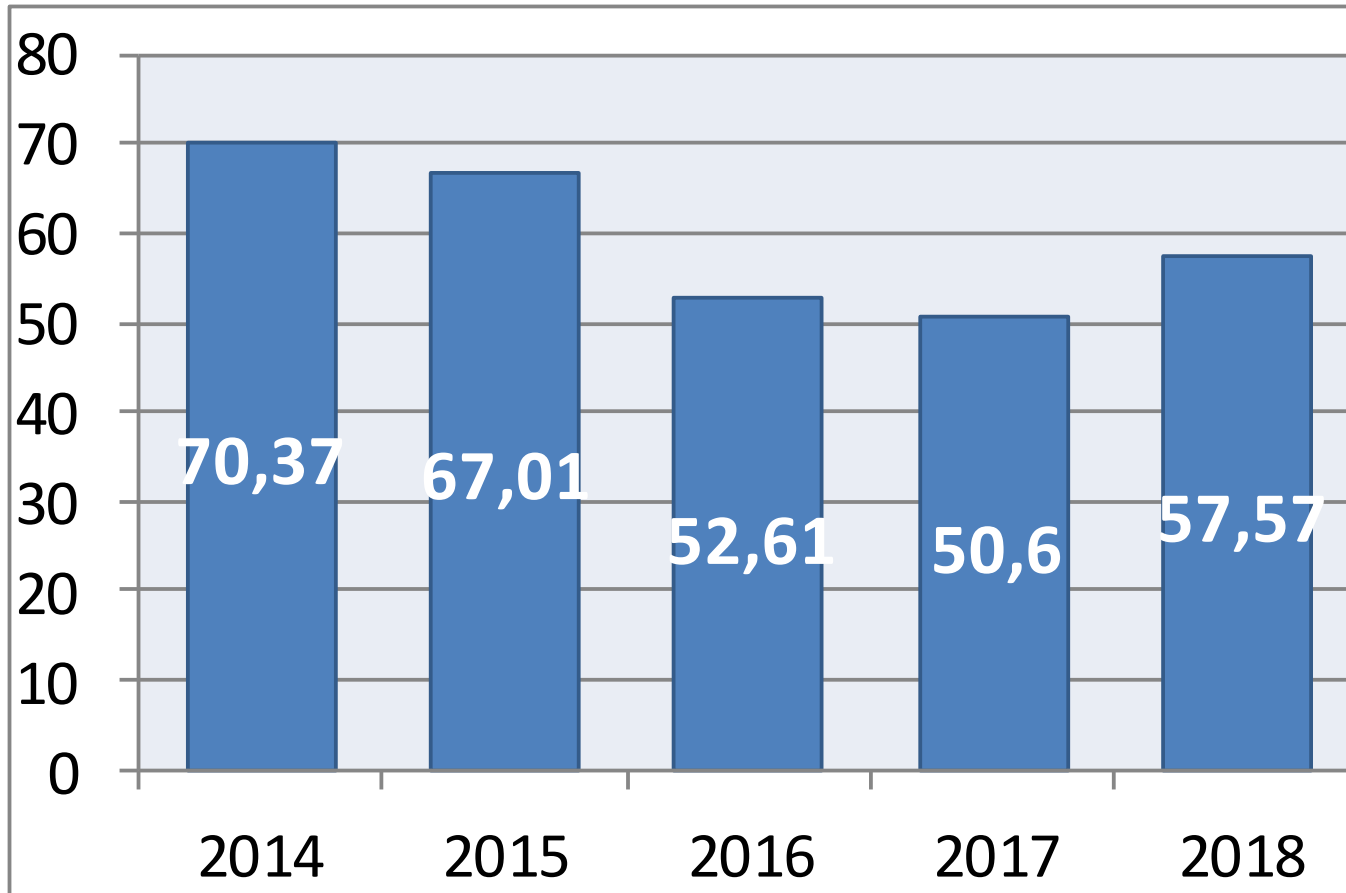
- ❑ **Działania edukacyjne w szkołach**

Pielęgniarki szkolne wyposażono w broszury informacyjne na temat profilaktyki zakażeń wirusem brodawczaka ludzkiego HPV celem ich wykorzystania w bieżących kontaktach i rozmowach z młodzieżą szkolną, w tym przy okazji prowadzonych badań przesiewowych.

- ❑ **Akcje informacyjne dla rodziców/opiekunów dziewcząt planowanych do zaszczepienia.**

## Zgłaszalność do programu w latach 2014–2018

Wartość procentowa liczby dziewcząt zaszczepionych w stosunku do szacunkowej liczby dziewcząt z danego rocznika urodzenia



# Koszt szczepionki

Rodzaj szczepionki	Schemat podania	Uśredniony koszt jednej dawki szczepionki w roku realizacji programu							
		2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019
Silgard 4	3 dawki	150	130	100	-	-	-	-	-
Silgard 4	2 dawki	-	-	130	150	151	156	170	-
Gardasil 9	2 dawki	-	-	-	-	-	-	-	400

- ❑ W cenę jednostkową dawki szczepienia wkalkulowane są wszelkie koszty związane z zaszczepieniem pozostające po stronie realizatora, w tym koszt: szczepionki, badania, szczepienia, edukacji i promocji.
- ❑ Do 2016 r. szczepienia ochronne realizował jeden podmiot leczniczy, szczepienia wykonywane były w punkcie szczepień oraz w ramach akcji wyjazdowych – na terenie szkół powiatu tczewskiego.
- ❑ Od 2017 r. szczepienia prowadzone są przez właściwe dla szczepionych dziewcząt podmioty lecznicze, szczepienia prowadzone są w punktach szczepień – obecnie program szczepień realizuje 8 podmiotów leczniczych.

# Trudności w realizacji

- ❑ W dalszym ciągu 1 podmiot leczniczy nie uczestniczy w programie szczepień ochronnych, co powoduje konieczność przekierowania beneficjentek szczepionki do innej placówki medycznej.
- ❑ Różny stopień zaangażowania podmiotów leczniczych w skutecznym dotarciu do beneficjentów szczepionki.
- ❑ Zbyt małe zaangażowanie podmiotów leczniczych w edukowanie rodziców/opiekunów dziewcząt objętych programem szczepień ochronnych.
- ❑ Szukanie przez rodzica/opiekuna informacji na temat szczepionki na portalach internetowych, w tym niestety na stronach prowadzonych przez przeciwników szczepień profilaktycznych.
- ❑ Przypadki niezaszczepienia pełnym cyklem szczepień – sytuacje te zdarzają się sporadycznie i wynikają z odmowy przyjęcia drugiej dawki szczepionki.
- ❑ Stosunek rodzica/opiekuna do problemu profilaktyki zdrowotnej – to nam się nie przydarzy, to nas nie dotyczy.
- ❑ Brak współfinansowania programu szczepień ochronnych przeciw wirusowi HPV przez jedną gminę – wszelkie działania w tym zakresie nie odniosły oczekiwanego skutku, próbujemy dalej.

Naszym zdaniem szczepienia ochronne przeciwko zakażeniom wirusem HPV powinny być wprowadzone do Kalendarza Szczepień Obowiązkowych, i powinny dotyczyć zarówno dziewcząt jak i chłopców.



# Recepta na raka – program wczesnego wykrywania raka płuc wśród mieszkańców powiatu tczewskiego

- ❑ **Badania przesiewowe:** bezpłatne badania klatki piersiowej metodą niskodawkowej tomografii komputerowej LDCT poprzedzone i zakończone specjalistyczną konsultacją lekarską – pulmonologiczną lub torakochirurgiczną.

Badaniami przesiewowymi objęte są osoby w wieku 55–80 lat, które pałą od co najmniej 30 lat lub palili w przeszłości i rzucili palenie w ciągu ostatnich 15 lat (wskaźnik minimum 30 paczko–lat).

W wyniku wykonanych badań na 528 przebadanych osób u 383 wykryto zmiany chorobowe w badaniu LDCT, osoby te zostały skierowane do dalszej diagnostyki i/lub leczenia poza programem.

W bieżącym roku planowane jest przebadanie kolejnych 296 długoletnich palaczy.

- ❑ **Działania edukacyjne:** w ramach programu realizowane są działania edukacyjne skierowane do wszystkich mieszkańców powiatu, w tym w szczególności do dzieci i młodzieży szkolnej, których celem jest wzrost świadomości w zakresie szkodliwości palenia tytoniu oraz porzucenie nałogu. Działania te realizowane są przez organizacje pozarządowe prowadzące działalność w zakresie ochrony i promocji zdrowia wyłonione w postępowaniu konkursowym.



# Ulotka opracowana w ramach realizacji działań edukacyjnych w szkole podstawowej

**Pamiętaj !!!**

**Wybór należy do Ciebie !!!**

Zwycięska praca w konkursie plastycznym:



Płuca osoby niepalącej



Płuca palacza

**Żyję zdrowo i na sportowo**



**Papierosom mówimy NIE!**

Projekt realizowany przez:

→ Szkołę Podstawową nr 12 w Tczewie,

→ Stowarzyszenie Terapii i Profilaktyki Szkolnej „Przemiana”,

→ Starostwo Powiatowe w Tczewie.

## RZUĆ PALENIE!

W ciągu 24h → ryzyko ostrego zawału mięśnia sercowego znacznie się zmniejszy

W ciągu 28h → twoje zmysły smaku i węchu zaczną działać normalnie

Od 2 tygodni do 3 miesięcy → układ krążenia ulegnie wzmocnieniu, polepszy się kondycja fizyczna

Od 1 do 9 miesięcy → wydolność układu oddechowego poprawi się, wzrośnie wydolność płuc, ustąpi kaszel, duszności i zmęczenie

Po 1 roku → ryzyko zachorowania na chorobę niedokrwienną mięśnia sercowego zmniejszy się o połowę

Po 5 latach → ryzyko zachorowania na raka płuca, raka jamy ustnej, krtani, przełyku zmniejszy się o połowę. Obniży się ryzyko wystąpienia udaru mózgu

Po 10 latach → ryzyko zachorowania na chorobę niedokrwienną serca będzie podobne jak u osoby nigdy nie palącej

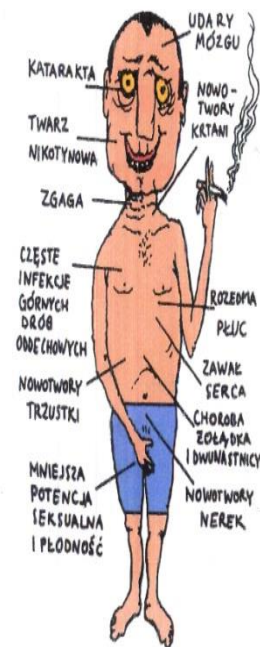
Po 15 latach → ryzyko zachorowania na raka płuca będzie podobne jak u osoby nigdy nie palącej

### Co wdychasz?

- Kwas stearynowy (wosk świecy)
- Butan (zapalniczki)
- Farba
- Metanol (paliwo raketowe)
- Kwas octowy (ocet winny)
- Heksamina (podpałka do grilli)
- Metan (ścieki)
- Nikotyna (środek owadobójczy)
- Kadm (baterie)
- Arszenik (trucizna)
- Toluen (rozpuszczalnik)
- Tlenek węgla (gaz z rury wydechowej)
- Amoniak (detergenty)

**Papieros zawiera około 4000 substancji chemicznych, z czego 40 rakotwórczych!!!**

### Co grozi palaczowi?



Do szkoły uczęszcza ok. 1100 uczniów

## Wnioski z realizacji programu

- ❑ Liczba wykrytych zmian patologicznych potwierdza potrzebę realizacji programu oraz trafność wyboru problemu zdrowotnego i zastosowanej metody badań przesiewowych – u około 70 % osób przebadanych wykryto zmiany chorobowe w badaniu LDCT.
- ❑ Z podsumowania badania ankietowego wynika, że zdecydowana większość osób palących objętych badaniami przesiewowymi zamierza podjąć próbę rezygnacji z palenia i poleciłaby program innym osobom.
- ❑ Z uzyskanych (po upływie 1 roku) informacji od 16 uczestników programu o efektach udzielonego wsparcia wynika, że 14 osób poddano dalszym badaniom diagnostycznym, z czego u 13 osób wykryte zmiany zostały potwierdzone w dalszej diagnostyce, 10 osób objęto leczeniem specjalistycznym.
- ❑ Pożądanym jest aby działania edukacyjne w zakresie szkodliwości palenia tytoniu oraz porzucania nałogu prowadzone były na większą skalę, w tym w szczególności na terenie wszystkich szkół powiatu tczewskiego. Niestety organizacje pozarządowe nie są zainteresowane prowadzeniem działań w powyższym zakresie. W konkursie ofert uczestniczy jedna organizacja, która wsparciem projektowym obejmuje jedną szkołę podstawową – około 1100 uczniów.

# Powiatowy Program Zwalczania Otyłości i Nadwagi „Czas na zdrowie”

## TERAPIA OTYŁOŚCI

**Adresaci:** dzieci, młodzież oraz osoby dorosłe w wieku aktywności zawodowej z otyłością (wskaźnik masy ciała BMI  $\geq 30,00\text{kg/m}^2$ ).

### **Zakres wsparcia terapeutycznego:**

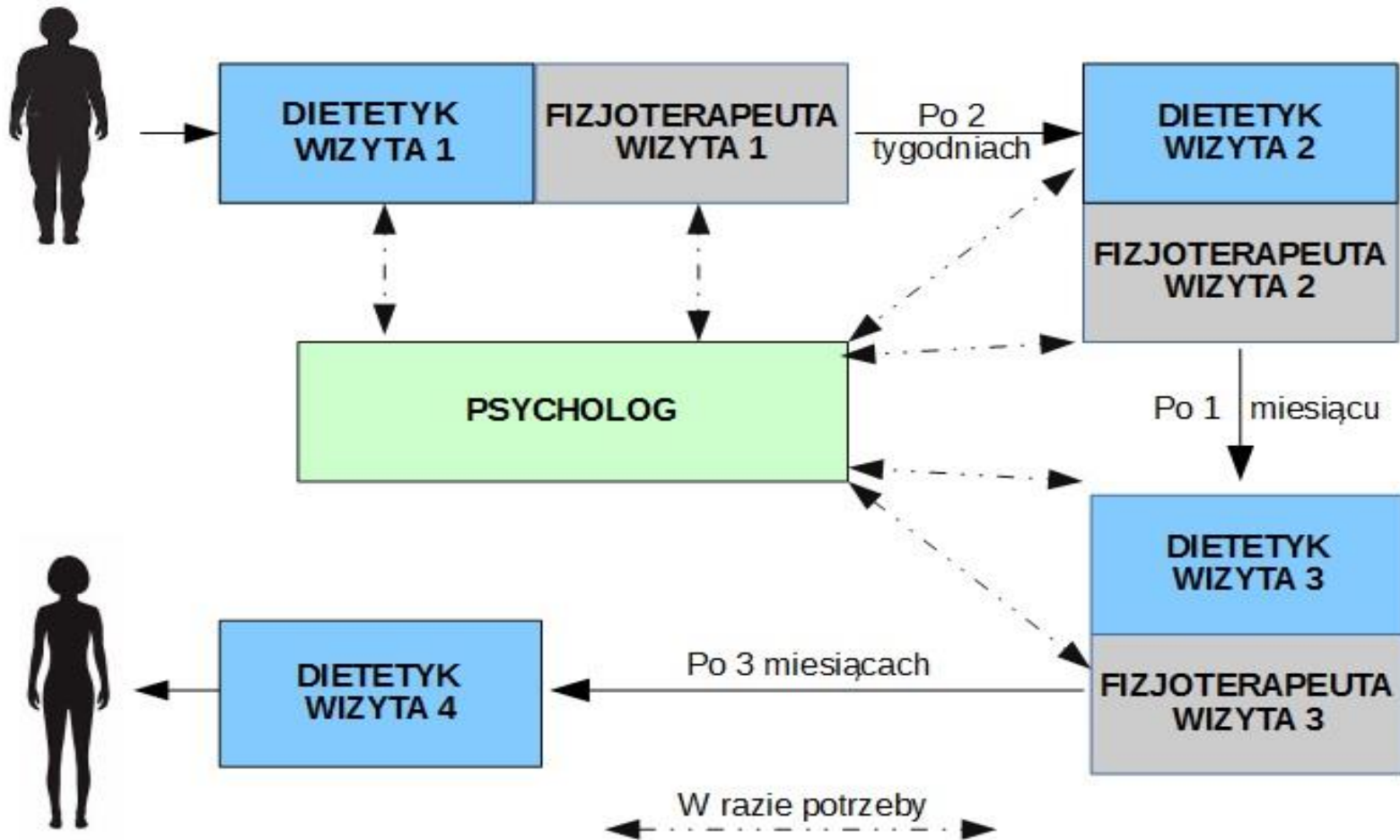
Porady dietetyka – ocena stopnia nadmiaru masy ciała, wskazanie nieprawidłowych nawyków żywieniowych, pomoc w zmianie sposobu myślenia o jedzeniu, określenie produktów wskazanych i niewskazanych, dobranie rodzaju i ilości posiłków do stanu zdrowia, charakteru pracy i aktywności fizycznej, okresowe kontrole uzyskanych efektów.

Porady fizjoterapeuty – dobranie odpowiedniego sposobu wysiłku, uwzględniającego występujące dolegliwości i schorzenia, dopasowanie rodzaj ćwiczeń do możliwości organizmu.

Porady psychologa – pomoc w przezwyciężeniu barier stojących na drodze do zmiany.

Okres terapii oraz ilość i częstotliwość udzielanych porad uzależnione są od indywidualnych potrzeb osoby objętej wsparciem. Maksymalny czas terapii – do 1 roku.

# Podstawowy schemat terapii otyłości



## DZIAŁANIA EDUKACYJNE

### Szkolenie dla nauczycieli z zakresu dietetyki i prawidłowego odżywiania dzieci i młodzieży

Szkoleniem objęci są pracownicy placówek oświatowych z terenu powiatu tczewskiego. Szkolenie obejmuje zajęcia teoretyczne i praktyczne dotyczące min. anatomii i fizjologii człowieka, podstaw dietetyki dzieci i młodzieży, żywienia człowieka, dietoprofilaktykę dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym, suplementację diety.

Szkolenie jest w trakcie realizacji, prowadzone jest w dwóch grupach szkoleniowych i obejmuje 18 godzin szkoleniowo-warsztatowych/grupę.

#### Oczekiwane rezultaty:

- ❑ podniesienie u uczestników szkolenia wiedzy i świadomości o wpływie odżywiania na prawidłowy rozwój dzieci i młodzieży, co pozwoli wykorzystać ją w pracy dydaktycznej,
- ❑ zdobycie kompetencji do przeprowadzania diagnozy, określania priorytetów i celów oraz planowania działań w kierunku budowania polityki zdrowotnej placówki odpowiadającej jej indywidualnym potrzebą,
- ❑ podejmowanie trudu przez przyszłych Liderów-promotorów zdrowia wypracowywania standardów w realizowaniu profilaktyki i promocji zdrowia oraz tworzenia warunków do zdrowia w swoim środowisku,
- ❑ pobudzenie uczestników szkolenia do przyjęcia roli Liderów-promotorów zdrowia w swoich placówkach.



## cd. działania edukacyjne

### **Zajęcia i spotkanie promujące zdrowy styl życia**

Działanie realizowane jest za pośrednictwem organizacji pozarządowych prowadzących działalność statutową w zakresie ochrony i promocji zdrowia. Realizatorzy wybierani są w corocznie ogłaszanych konkursach ofert.

Wybierane do realizacji są zadania mające na celu zwiększenie świadomości zdrowotnej mieszkańców powiatu, w tym w szczególności dzieci i młodzieży szkolnej, poprzez propagowanie właściwego odżywiania (organizowanie prelekcji, pogadanek, wykładów, konferencji, zajęć warsztatowych, pikników, happeningów, konkursów) oraz zwiększanie aktywności fizycznej (organizowanie regularnych zajęć rekreacyjno-sportowych, propagowanie aktywnego i czynnego wypoczynku).

Do tej pory zrealizowano cztery zadania, a dwa kolejne są w trakcie realizacji. W 2019 roku wsparciem projektowym objęte są działania prowadzone na terenie 10 szkół podstawowych i 1 szkoły ponadpodstawowej.

# Wnioski z programu

- ❑ Realizowana w ramach programu terapia otyłości (wsparcie dietetyczno-fizjoterapeutyczno-psychologiczne) przynosi oczekiwane efekty, na 207 osób objętych wsparciem terapeutycznym u 178 nastąpiło obniżenie wskaźnika BMI.
- ❑ Osoby objęte terapią uzyskują różne rezultaty pracy, część osób sumiennie stosuje się do zaleceń dietetyczno-fizjoterapeutycznych, druga część zdecydowanie mniej, co przekłada się na niższe ubytki wagi (najwyższa odnotowana procentowa zmiana wskaźnika BMI wynosi 16 %).
- ❑ Niestety nie wszystkie osoby objęte wsparciem realizują cały program terapii, zdarzają się przypadki rezygnacji z terapii po 2-3 wizytach u dietetyka, fizjoterapeuty, czy też psychologa.
- ❑ Z prowadzonego badania ankietowego wynika, że większość (ponad 90 %) uczestników terapii dokonało (w pełni lub częściowo) zmian w nawykach żywieniowych, w siedzącym trybie życia oraz w zakresie samooceny.
- ❑ W programie przewidziano wyedukowanie 85 Liderów – promotorów zdrowia w placówce oświatowej – po jednym na szkołę/przedszkole. Niestety do przeszkolenia zgłoszono jedynie 29 pracowników oświatowych. Liczymy, że ich pozytywne opinie wpłyną na decyzje dyrekcji pozostałych placówek, co umożliwi przeprowadzenie drugiej edycji szkolenia.
- ❑ Działania edukacyjne realizowane przez organizacje prowadzone są głównie na terenie szkół powiatu tczewskiego – mamy nadzieję, że realizowane zajęcia, konkursy, wydarzenia przyniosą oczekiwane efekty i zaszczepią w młodzieży szkolnej potrzebę prowadzenia zdrowego stylu życia.



# Finansowanie programów

Omawiane programy finansowane są z:

- ❑ środków Powiatu,
- ❑ Narodowego Funduszu Zdrowia – w 2018 roku Powiat uzyskał dofinansowanie do programu polityki zdrowotnej w kierunku raka szyjki macicy – 12 180,00 zł, natomiast w bieżącym roku do programu w kierunku raka płuc – 21 872,06 zł,
- ❑ z budżetów pięciu Gmin w formie dotacji celowych udzielonych powiatowi na dofinansowanie realizacji programów polityki zdrowotnej zgodnie z art. 220 ustawy z 27 sierpnia 2009 r. o finansach publicznych.

**W 2019 roku na realizację programów zabezpieczono pulę środków finansowych w wysokości: 624 979,00 zł, w tym:**

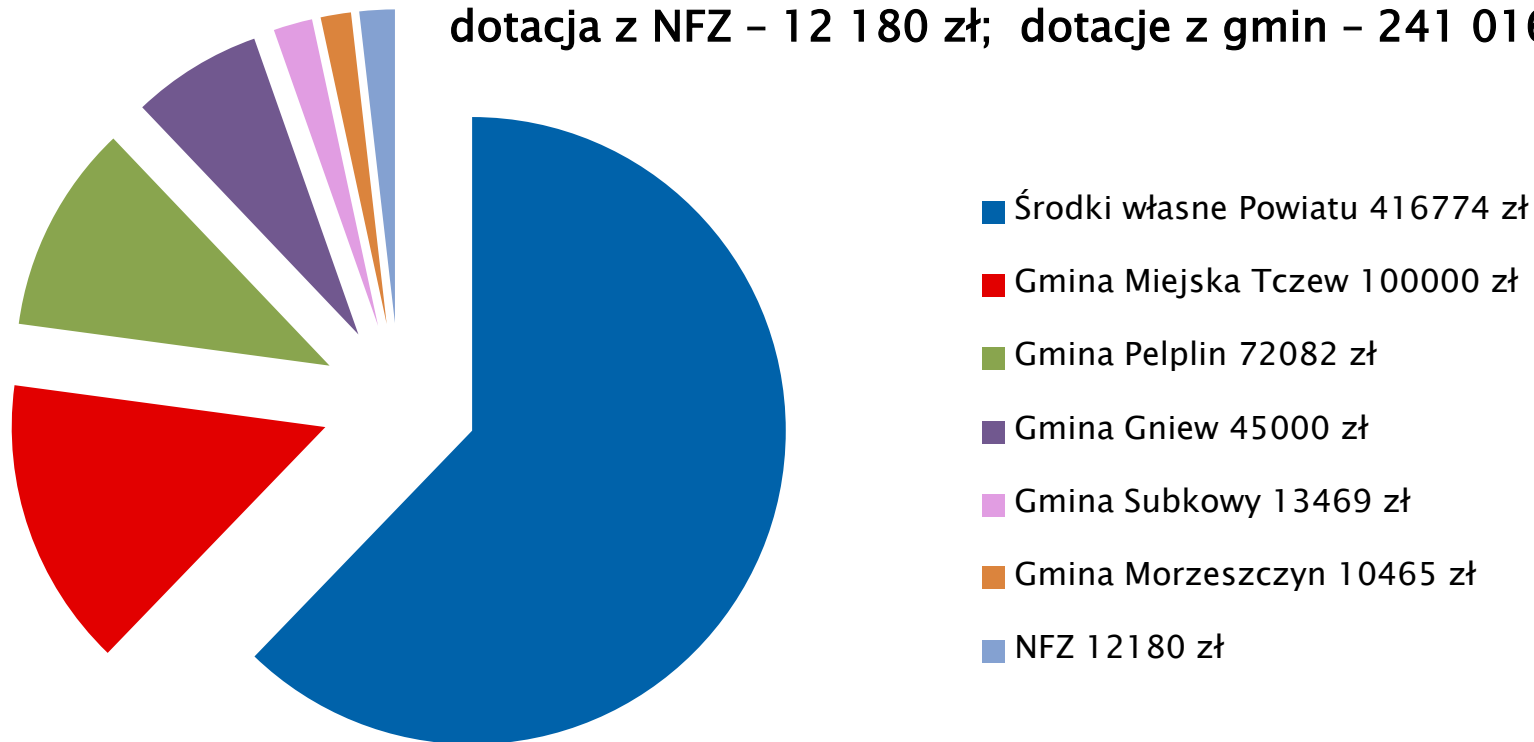
- ❑ środki własne Powiatu – 503 106,94 zł,
- ❑ dofinansowanie ze środków NFZ – 21 872,06 zł,
- ❑ dotacje celowe z budżetów pięciu gmin – 100 000,00 zł.

Alokacja środków:

- ❑ Powiatowy Program Profilaktyki Zakażeń Wirusem Brodawczaka Ludzkiego HPV „Chronię życie przed rakiem” – 434 970,00 zł,
- ❑ Recepta na raka – program wczesnego wykrywania raka płuc wśród mieszkańców powiatu tczewskiego – 82 165,00 zł;
- ❑ Powiatowy Program Zwalczania Otyłości i Nadwagi „Czas na zdrowie” – 107 844,00zł.

# Koszt realizacji programów w latach 2016 – 2018

Wysokość poniesionych kosztów: 669 970 zł  
w tym: środki własne Powiatu – 416 774 zł;  
dotacja z NFZ – 12 180 zł; dotacje z gmin – 241 016 zł



# Współpraca z gminami

- ❑ współpraca z gminami prowadzona jest na każdym etapie realizacji programu, tj. na etapie projektowania, w prowadzonych działaniach informacyjno-promocyjnych oraz w współfinansowaniu działań prozdrowotnych prowadzonych na rzecz mieszkańców danej gminy;
- ❑ współpracę z gminami rozpoczęto w 2012 roku, tj. na etapie projektowania programu w kierunku raka szyjki macicy;
- ❑ w pierwszych dwóch latach realizacji programu, a więc w latach 2012 – 2013 szczepienia ochronne przeciw zakażeniom wirusem brodawczaka ludzkiego HPV prowadzono wyłącznie na rzecz mieszkańców gmin partycypujących w kosztach realizacji działań;
- ❑ przyjęte rozwiązanie okazało się niezwykle skuteczne – z każdym rokiem realizacji kolejne gminy włączały się w finansowanie programu/programów polityki zdrowotnej;
- ❑ proces przystępowania do programów trwał 4 lata, obecnie jedna z sześć gmin powiatu nie partycypuje w kosztach realizacji działań na rzecz swoich mieszkańców;
- ❑ środki finansowe z gmin przekazywane są Powiatowi w formie dotacji celowej na podstawie art. 10 ust. 2 ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym oraz art. 220 ust. 1 ustawy z dnia 27 sierpnia 2009 r. o finansach publicznych;
- ❑ warunki, terminy i sposób przekazania, wykorzystania i rozliczenia dotacji określone są w umowie o wsparcie realizacji powiatowych programów polityki zdrowotnej zawieranej między Powiatem a właściwą gminą;

## cd. współpraca z gminami

- ❑ środki finansowe z dotacji wykorzystywane są w kolejności wynikającej z dokonywanych płatności za udzielone świadczenia zdrowotne na rzecz mieszkańców danej gminy niezależnie od rodzaju programu, chyba że gmina dokonana alokacji środków,
- ❑ nadzór nad realizacją programów oraz prawidłowością wydatkowania środków finansowych pełni Powiat,
- ❑ gmina zobowiązana jest do ścisłej współpracy na każdym etapie realizacji programów oraz do współuczestniczenia w nadzorze nad realizacją programów w części dotyczącej udzielanych świadczeń zdrowotnych mieszkańcom gminy,
- ❑ stopień wykorzystania dotacji uzależniony jest od liczby mieszkańców gminy, którzy skorzystali ze świadczeń zdrowotnych udzielanych w ramach realizowanych programów,
- ❑ niewykorzystane środki finansowe z udzielonej dotacji podlegają zwrotowi na rachunek bankowy danej gminy z ostatnim dniem roku budżetowego, natomiast dokumentacja rozliczeniowa wraz z informacją o przeprowadzonych działaniach przekazywana jest do gmin w terminie do dnia 31 stycznia kolejnego roku budżetowego.

# Przykładowe materiały promocyjne obowiązujące w bieżącym roku

## Co to jest HPV?

HPV to inaczej wirus brodawczaka ludzkiego, który stanowi rodzinę powszechnych i wysoko zakaźnych wirusów. Znanych jest ponad 120 różnych odmian wirusa HPV, wśród których ponad 40 zakażają się drogą płciową. Niektóre typy wirusa HPV powodują rozwój raka szyjki macicy oraz mają związek z występowaniem innych rzadszych nowotworów, np. rak pochwy, sromu lub odbytu (czasem języka lub gardła).

## Co to jest niskodawkowa tomografia komputerowa (LDCT)?

LDCT to szybkie i bezbolesne badanie z wykorzystaniem niskiej dawki promieni rentgenowskich. Badanie pozwala wykryć nowotwór, kiedy jest on niewielkim, pojedynczym guzkiem niewidocznym w zdjęciu rentgenowskim.

## Co to jest BMI i jak się go mierzy?

BMI to wskaźnik masy ciała stosowany w klasyfikacji niedowagi, nadwagi i otyłości u osób dorosłych. Wyciąga się go ze wzoru:

$$BMI = \frac{kg}{m^2}$$

czyli masa ciała wyrażona w kilogramach podzielona przez wzrost w metrach podniesiony do kwadratu.

## Klasyfikacja otyłości wg WHO (w oparciu o BMI)

Klasyfikacja	Podział
Ciężka niedowaga	<16,00
Umiarkowana niedowaga	16,00 - 16,99
Lekka niedowaga	17,00 - 18,49
Niedowaga	<18,50
Przeważająca masa ciała	18,50 - 24,99
Nadwaga	25,00 - 29,99
Otyłość	≥30,00
Otyłość klasy I	30,00 - 34,99
Otyłość klasy II	35,00 - 39,99

Powiatowe programy polityki zdrowotnej wdrożono do realizacji z powodu niepokojących danych statystycznych dotyczących umieralności w powiecie tczewskim, w tym w szczególności z powodu narastającego problemu nadwagi i otyłości wśród mieszkańców powiatu tczewskiego.

Programy uzyskały pozytywną opinię Prezesa Agencji Oceny Technologii Medycznych i Taryfikacji.

Więcej informacji o programach, zasadach ich realizacji oraz o realizatorach:

- szczepień profilaktycznych przeciw wirusowi brodawczaka ludzkiego HPV
- badań przesiewowych w kierunku raka płuc
  - terapii otyłości

można uzyskać w Wydziale Zdrowia, Spraw Społecznych i PFRON Starostwa Powiatowego w Tczewie

adres: 83-110 Tczew, ul. Piaskowa 2  
 telefon: 58 7734916 lub 58 7734913  
 e-mail: zdrowie@powiat.tczew.pl

strona internetowa:  
[www.powiat.tczew.pl/bezplatne-badania-profilaktyczne](http://www.powiat.tczew.pl/bezplatne-badania-profilaktyczne)

Programy finansowane z budżetu Powiatu Tczewskiego przy współudziale Gmin



## POWIATOWE PROGRAMY POLITYKI ZDROWOTNEJ

• Powiatowy Program Profilaktyki Zakażeń Wirusem Brodawczaka Ludzkiego HPV  
**CHRONIĆ ŻYCIE PRZED RAKIEM**

• Program wczesnego wykrywania raka płuc wśród mieszkańców powiatu tczewskiego  
**RECEPTA NA RAKA**

• Powiatowy Program Zwalczania Otyłości i Nadwagi  
**CZAS NA ZDROWIE**



## Powiatowy Program Profilaktyki Zakażeń Wirusem Brodawczaka Ludzkiego HPV „Chronię życie przed rakiem”

W ramach programu realizowane są bezpłatne szczepienia profilaktyczne przeciw wirusowi brodawczaka ludzkiego (HPV) dziewcząt w wieku 12 lat zamieszkujących na terenie powiatu tczewskiego wg przyjętego harmonogramu szczepień:

- w 2019 r. – rocznik urodzenia 2007
- w 2020 r. – rocznik urodzenia 2008
- w 2021 r. – rocznik urodzenia 2009
- w 2022 r. – rocznik urodzenia 2010

Udział dziecka w programie szczepień ochronnych poprzedzony jest badaniem lekarskim.

■ Wirus HPV należy do najbardziej rozpowszechnionych na świecie. Wirusem tym zaraża się niemal połowa osób aktywnych seksualnie, najbardziej zaś narażone są młode kobiety. U około 80% ogonim sam zwalcza infekcję, niestety w części osób zakażenie przybiera charakter przetrwały, co w zależności od typu wirusa może prowadzić do rozwoju raka szyjki macicy, raka sromu, raka pochwy, raka odbytnicy, brodawek narządów płciowych.

■ Każdego roku HPV na całym świecie powoduje ok. 595 000 nowych przypadków raka szyjki macicy, sromu, pochwy i odbytu.

■ Szczepienia przeciw zakażeniu wirusem HPV rekomendowane są przez specjalistów światowych, polskie towarzystwa medyczne oraz Światową Organizację Zdrowia.

■ Szczepienia przeciw zakażeniu wirusem HPV są dostępne na świecie od 2006 roku, w Polsce szczepienie HPV jest wprowadzone do Programu Szczepień Ochronnych od 2008 roku jako szczepienie zalecane.

■ Program darmowych szczepień HPV realizowany jest w powiecie tczewskim od 2013 roku, w latach 2013 - 2018 zaszczepiono 2106 osób. **Dołącz do akcji szczepień ochronnych, zadajaj zdrowie swoje i bliskich!**

### Więcej informacji na stronach:

[www.szczepienia.pzh.gov.pl](http://www.szczepienia.pzh.gov.pl)  
[www.zaszczepieswiezda.pl](http://www.zaszczepieswiezda.pl)

## Recepta na raka – program wczesnego wykrywania raka płuc wśród mieszkańców powiatu tczewskiego

W ramach programu mieszkańcy powiatu tczewskiego w wieku 55-80 lat, którzy należą do grupy wysokiego ryzyka raka płuc, mogą skorzystać z bezpłatnych badań łatką piersiowej metodą niskodawkowej tomografii komputerowej (LDCT). Badanie jest poprzedzone specjalistyczną konsultacją lekarską (pulmonologiczną) lub torakochirurgiczną. Po wykonaniu badania LDCT przewidziano ponowną konsultację specjalistyczną w celu omówienia wyniku i wydania zaleceń.

**W grupie wysokiego ryzyka raka płuc są osoby, które palą od co najmniej 30 lat przynajmniej jedną paczkę papierosów dziennie (ze wskaźnikiem minimum 30 paczko-lat) lub paliły w przeszłości i rzuciły palenie w ciągu ostatnich 15 lat.**

■ Nowotwory złośliwe po chorobach układu sercowo-naczyniowego stanowią drugą przyczynę zgonów w Polsce, nowotwory złośliwe płuc powodują u mężczyzn ok. 31% zgonów, u kobiet 15% zgonów nowotworowych.

■ Rak płuc to cichy zabójca, długo nie daje niepokojących objawów. Jest wykrywany z reguły późno, w zaawansowanym stadium, kiedy niemożliwa jest już interwencja chirurgiczna, a to najskuteczniejsza metoda leczenia.

■ LDCT to nowe narzędzie w rękach lekarzy, pozwalające wykryć nowotwór, kiedy jest on niewielkim i pojedynczym guzkiem niewidocznym w zdjęciu rentgenowskim.

■ Zastanawiasz się jak chronić siebie i najbliższych przed nowotworem płuc? Najskuteczniejszym sposobem ograniczenia ryzyka zachorowania na raka płuc jest rzucenie palenia! Nie zwlekaj! Rzuć palenie już dziś - wybierz zdrowie!!!

■ Palenie tytoniu to przyczyna aż 90% zachorowań na raka płuc.

■ Realizację programu zaplanowano na lata 2016 – 2020, z programu badań przesiewowych skorzystało już 568 osób, w latach 2019 – 2020 zaplanowano przebadanie kolejnych 515 osób. **Pomyśl o zdrowiu, zbadaj swoje płuca!**

## Powiatowy Program Zwalczania Otyłości i Nadwagi „Czas na zdrowie”

W ramach programu mieszkańcy powiatu tczewskiego, w tym dzieci, młodzieży oraz osoby dorosłe w wieku aktywności zawodowej, z otyłości (wskaźnik masy ciała BMI ≥30,00) mogą skorzystać z bezpłatnej terapii otyłości. Okres terapii oraz ilość i częstotliwość udzielanych porad uzależnione są od indywidualnych potrzeb osoby objętej wsparciem. Maksymalny czas terapii – do 1 roku.

W ramach terapii przewidziano:  
**Porady dietetyka** – dietetyk oceni stopień nadmiaru masy ciała, wskaże nieprawidłowe nawyki żywieniowe i pomoże zmienić sposób myślenia o jedzeniu, dobierze rodzaj i ilość posiłków; adekwatnie do stanu zdrowia, charakteru pracy i aktywności fizycznej pacjenta, przeprowadzi okresowe kontrole uzyskanych efektów.

**Porady fizjoterapeuty** – fizjoterapeuta dobierze odpowiedni sposób wysiłku, uwzględniający występujące dolegliwości i schorzenia, oraz dopasuje rodzaj ćwiczeń do możliwości konkretnego organizmu.

**Porady psychologa** – psycholog pomoże przezwyciężyć bariery stojące na drodze do zmiany.

■ Otyłość to nie tylko choroba sama w sobie, ale także czynnik wywołujący wiele innych schorzeń, takich jak cukrzyca, nadciśnienie tętnicze, choroba niedokrwienna serca, zawały i udary, nowotwory złośliwe i wiele innych.

■ Do otyłości prowadzą złe nawyki żywieniowe, mała aktywność ruchowa i inne czynniki wewnątrzustrojowe, jej leczenie wymaga indywidualnych metod terapeutycznych.

■ Co zyskujemy dzięki walce z otyłością? Poprawę wyników badań, wydłużenie długości życia, ustąpienie bądź redukcję dolegliwości, takich jak bóle stawowe, zadyżka, uczucie zmęczenia, uczucie ciężkich nóg, chrapanie, zaburzenia miesiączkowania.

■ Realizację programu zaplanowano na lata 2016 – 2020, z terapii otyłości skorzystało już 207 osób, w latach 2019 – 2020 zaplanowano objęcie wsparciem kolejnych 200 osób otyłych. **Nie zwlekaj, skorzystaj – jesteś ważny, dbaj o siebie!**

# Ulotka informacyjna



# POWIATOWE PROGRAMY POLITYKI ZDROWOTNEJ

## + POWIATOWY PROGRAM PROFILAKTYKI ZAKAŻEN WIRUSEM BRODAWCZAKA LUDZKIEGO HPV CHRONIĘ ŻYCIE PRZED RAKIEM

BEZPŁATNE SZCZEPIENIA PROFILAKTYCZNE  
PRZECIW WIRUSOWI BRODAWCZAKA LUDZKIEGO  
(HPV) DZIEWCZĄT W WIEKU 12 LAT

## + PROGRAM Wczesnego WYKRYWANIA RAKA PŁUC WŚRÓD MIESZKAŃCÓW POWIATU TCZEWSKIEGO RECEPTA NA RAKA

BEZPŁATNE BADANIA KLATKI PIERSIOWEJ METODĄ  
NISKODAWKOWEJ TOMOGRAFII KOMPUTEROWEJ  
(LDCT) OSÓB W WIEKU 55-80 LAT Z GRUPY  
WYSOKIEGO RYZYKA RAKA PŁUC

## + POWIATOWY PROGRAM ZWALCZANIA OTYŁOŚCI I NADWAGI CZAS NA ZDROWIE

BEZPŁATNA TERAPIA OTYŁOŚCI DZIECI, MŁODZIEŻY  
I OSÓB DOROSŁYCH W WIEKU AKTYWNOŚCI ZAWODOWEJ



Więcej informacji o programach, zasadach ich realizacji oraz o realizatorach można uzyskać w Wydziale Zdrowia, Spraw Społecznych i PFRON Starostwa Powiatowego w Tczewie

adres: 83-110 Tczew, ul. Piaskowa 2  
telefon: 58 7734916 lub 58 7734913  
e-mail: zdrowie@powiat.tczew.pl

strona internetowa: [www.powiat.tczew.pl/bezplatne-badania-profilaktyczne](http://www.powiat.tczew.pl/bezplatne-badania-profilaktyczne)

Programy finansowane z budżetu Powiatu Tczewskiego przy współudziale Gmin



Powiatowy Program Profilaktyki Zakażeń  
Wirusem Brodawczaka Ludzkiego HPV

**„Chronię życie przed rakiem”**



Bezpłatne szczepienia  
ochronne przeciwko  
wirusowi HPV dziewcząt  
w wieku 12 lat

> w 2019 r. – rocznik urodzenia 2007  
> w 2020 r. – rocznik urodzenia 2008  
> w 2021 r. – rocznik urodzenia 2009  
> w 2022 r. – rocznik urodzenia 2010

Więcej informacji o programie, w tym o realizatorach szczepień profilaktycznych,  
można uzyskać w Wydziale Zdrowia, Spraw Społecznych i PFRON Starostwa  
Powiatowego w Tczewie

adres: 83-110 Tczew, ul. Piaskowa 2  
telefon: 58 773 49 16 lub 58 773 49 13  
e-mail: zdrowie@powiat.tczew.pl

strona internetowa: [www.powiat.tczew.pl/bezplatne-badania-profilaktyczne](http://www.powiat.tczew.pl/bezplatne-badania-profilaktyczne)

Program finansowany z budżetu Powiatu Tczewskiego przy współudziale Gmin

Plakat zbiorczy

Program w kierunku raka  
szyjki macicy



## POMYŚL O SWOIM ZDROWIU... ZBADAJ SWOJE PŁUCA!

Zapraszamy do skorzystania z **bezpłatnych konsultacji**  
oraz **badania obrazowego** tomografii komputerowej

### Z badań możesz skorzystać jeśli:

- jesteś mieszkańcem powiatu tczewskiego
- masz 55-80 lat
- palisz co najmniej 1 paczkę dziennie od 30 lat  
lub paliłeś przez 30 lat paczkę dziennie i rzuciłeś palenie w ostatnich 15 latach

Jeśli spełniasz te warunki, zadzwoń – tel. **(58) 777 52 37** lub **(58) 777 68 58**  
i umów się na konsultację:

- poniedziałek i środa w godzinach 13.00-15.00
- wtorek i czwartek w godzinach 16.00-18.00

Konsultacje lekarza specjalisty zrealizujesz w Poradni Gruzlicy i Chorób Płuc w Tczewie przy ul. Wojska Polskiego 5.  
Badanie obrazowe TK płuc wykonasz w AFFIDEA Sp. z o.o. w Tczewie przy ul. 30 Stycznia 57/58.

Konsultacje oraz badania realizowane są w ramach programu: RECEPTA NA RAKA – PROGRAM Wczesnego  
WYKRYWANIA RAKA PŁUC WŚRÓD MIESZKAŃCÓW POWIATU TCZEWSKIEGO W LATACH 2018-2020.



Program  
realizowany  
przez:



SZPITALY  
TCZEWSKIE SA



W 2019 roku program  
trwa od 01.01 do 30.11  
lub do wyczerpania  
środków finansowych

Program w kierunku raka płuc

Program realizowany jest przez:



Program finansowany jest przez:



## Powiatowy Program Zwalczenia Otyłości i Nadwagi „Czas na zdrowie” 2019

Mieszkańcy powiatu tczewskiego w wieku do lat 18 lub  
w wieku aktywności zawodowej z otyłością (wskaźnik  
BMI powyżej 30 kg/m<sup>2</sup>) mogą zgłaszać się na terapię  
otyłości, która będzie obejmowała:

- porady dietetyka
- porady fizjoterapeuty
- porady psychologa

Zapisy pod nr telefonu: 728 401 145  
e-mail: [marketing@zozmedical.pl](mailto:marketing@zozmedical.pl)  
poniedziałek - piątek w godzinach 9<sup>00</sup>-15<sup>00</sup>



ILOŚĆ MIEJSC OGRANICZONA DECYDUJE KOLEJNOŚĆ ZGŁOSZEŃ

Program w kierunku nadwagi i  
otyłości



# Pozostałe działania prozdrowotne

- współudział w realizacji regionalnego programu polityki zdrowotnej Województwa Pomorskiego – szczepienia przeciw pneumokokom dla osób 65+ z grupy ryzyka;
- realizacja projektu partnerskiego pn. "Eliminowanie zdrowotnych czynników ryzyka, występujących w miejscu pracy, na obszarze powiatu tczewskiego" dofinansowanego z Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Działania 05.04 "Zdrowie na rynku pracy";
- wspieranie zadań publicznych z zakresu ochrony i promocji zdrowia zleconych do realizacji organizacjom pozarządowym i innym podmiotom prowadzącym działalność pożytku publicznego;
- współudział w multimedialnej kampanii społecznej – coroczna organizacja Powiatowego Festiwalu Zdrowia;
- prace przygotowawcze związane z wdrożeniem do realizacji projektu " Stop cukrzycy – program profilaktyki cukrzycy typu 2 na terenie powiatu tczewskiego " w ramach mechanizmu ZIT.

*Dziękuję za uwagę*