

## **Gminny Program Profilaktyki Zdrowotnej i Promocji Zdrowia na lata 2010-2015**

Gminny Program Profilaktyki Zdrowotnej i Promocji Zdrowia skierowany jest do wszystkich mieszkańców Gminy Wyszków. Dokument ten określa najbardziej istotne elementy polityki zdrowotnej gminy, wyznacza kierunki działań w zakresie poprawy stanu zdrowia i jakości życia mieszkańców między innymi poprzez opracowywanie i realizację programów profilaktycznych promujących zdrowie. Opracowanie diagnozy aktualnego stanu zdrowia i określenie potrzeb zdrowotnych mieszkańców Gminy Wyszków przy uwzględnieniu rekomendacji Światowej Organizacji Zdrowia oraz priorytetów zdrowotnych określonych w przepisach prawa pozwoli na zaplanowanie i przeprowadzenie konkretnych działań w ścisłym związku ze zidentyfikowanymi potrzebami mieszkańców Gminy. Program ten opracowany został na podstawie :

- a) Narodowego Programu Zdrowia na lata 2007-2015,
- b) Gminnej Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych na lata 2007-2011.

### **I. WSTĘP**

Podstawowa definicja zdrowia to definicja Światowej Organizacji Zdrowia, wyrażająca ideał zdrowia i traktująca je, jako podstawowe prawo człowieka oraz ogólnospołeczny cel społeczny. Zdrowy człowiek ma większe szanse na samorealizację, satysfakcjonujące pełnienie ról społecznych, czy też dobrą adaptację do zmian środowiska.

**ZDROWIE WEDŁUG ŚWIATOWEJ ORGANIZACJI ZDROWIA  
(WHO) to stan dobrego samopoczucia fizycznego, psychicznego,  
społecznego i duchowego, a nie tylko brak choroby lub  
niepełnosprawności.**

Zdrowie jest również wartością, dzięki której jednostka lub grupa może realizować swoje aspiracje. Zdrowie jest zasobem, czyli bogactwem dla społeczeństwa, gwarantującym jego rozwój społeczny i ekonomiczny. Tylko zdrowe społeczeństwo może tworzyć dobra materialne i kulturowe oraz rozwijać się. Wreszcie, zdrowie jest środkiem do osiągnięcia lepszej jakości życia, przez którą należy rozumieć sprawne funkcjonowanie do późnej starości, większą wydajność pracy i satysfakcję z życia. W związku z powyższym we wszystkich okresach życia zdrowie należy chronić, czyli zapobiegać chorobom, doskonalić je, zwiększać jego potencjał oraz przywracać je gdy pojawi się choroba. Kluczem do zdrowia są czynniki warunkujące zdrowie (tzw. determinanty zdrowia), czyli genetyczne uwarunkowania zdrowia połączone wraz ze stylem życia, środowiskiem i opieką zdrowotną. Do ważnych przesłanek zachowania zdrowia należą więc warunki społeczno- ekonomiczne, natomiast największymi zagrożeniami są ubóstwo i niski poziom wykształcenia. W związku z powyższym, punkt ciężkości przenosi się z działań służby zdrowia na wiele sektorów społeczno- gospodarczych, a styl życia człowieka w największym stopniu determinuje zachowanie zdrowia.

<b>DETERMINANTY ZDROWIA CZŁOWIEKA</b>
<b>- STYL ŻYCIA – jego udział jest największy (50-60%), a jego zmiana leży w możliwościach każdego człowieka,</b>
<b>- ŚRODOWISKO FIZYCZNE ORAZ SPOŁECZNE ŻYCIA I PRACY – ma wpływ na ludzkie zdrowie w ok. 20%,</b>
<b>- CZYNNIKI GENETYCZNE– warunkują zdrowie ludzkie w ok. 20%,</b>
<b>- OPIEKA ZDROWOTNA – może rozwiązać ok. 10-15% problemów zdrowotnych społeczeństwa,</b>

Zdrowie populacji; zdrowie narodu; zdrowie wspólnoty, zbiorowości, społeczności lub zdrowie pewnych kategorii społecznych: zdrowie dzieci, młodzieży, kobiet; zdrowie rodziny; zdrowie ludzi w wieku starszym. Wszystkie te pojęcia są używane alternatywnie na określenie zdrowia zbiorowości, lub jej części, czyli zdrowia publicznego.

**ZDROWIE PUBLICZNE TO NAUKA I SZTUKA ZAPOBIEGANIA CHOROBY, PRZEDŁUŻANIA ŻYCIA I PROMOWANIA ZDROWIA POPRZEZ ORGANIZACJĘ ZBIOROWYCH WYSIŁKÓW SPOŁECZEŃSTWA**

Teoria zdrowia publicznego klasyfikuje potrzeby zdrowotne na: rzeczywiste czyli faktycznie występujące, wyrażone, czyli skierowane pod adresem zakładów opieki zdrowotnej i na zaspokojone - poprzez ich działalność.

## II. PODSTAWY PRAWNE

Podstawowym dokumentem wyznaczającym cele i kierunki polityki ochrony zdrowia publicznego jest Narodowy Program Zdrowia, na podstawie, którego opracowywane są założenia i kierunki polityki zdrowotnej Gminy Wyszaków. Założenia i cele niniejszego programu zbieżne są również z założeniami Gminnej Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych na lata 2007-2011, którą Rada Miejska w Wyszakowie przyjęła uchwałą Nr X/61/2007 w dniu 28.06.2007r.

Strategia Rozwiązywania Problemów Społecznych jest dokumentem, w którym określone zostały cele strategiczne. Charakterystyka odnosi się do przeciwdziałania konkretnym kwestiom społecznym i dotyczy również spraw związanych z ochroną zdrowia, edukacją zdrowotną, promocją zdrowego stylu życia oraz rozwijania postaw sprzyjających temu zachowaniu.

<b>NARODOWY PROGRAM ZDROWIA (NPZ) NA LATA 2007-2015 PRZYJĘTY UCHWAŁĄ RADY MINISTRÓW NR 90/2007 Z DNIA 15.05.2007R. NAWIĄZUJE DO:</b>
<b>- ŚWIATOWEJ DEKLARACJI ZDROWIA, przyjętej również przez Polskę w 1998r. na Światowym Zgromadzeniu Zdrowia. Potwierdzono w niej, że zdrowie jest jednym z podstawowych praw jednostki ludzkiej,</b>
<b>-STRATEGII ZDROWIE 21 – ZDROWIE WSZYSTKICH W XXI WIEKU – określającej kierunki polityki zdrowotnej Światowej Organizacji Zdrowia w Europie,</b>
<b>-założeń PROGRAMU UNII EUROPEJSKIEJ W DZIEDZINIE ZDROWIA PUBLICZNEGO.</b>

Podstawą obecnej, podobnie jak poprzednich, wersji Narodowego Programu Zdrowia jest koncepcja promocji zdrowia zgodna z Kartą Ottawską Promocji Zdrowia (1986r.),

definiująca promocję zdrowia, jako proces umożliwiający ludziom zwiększenie kontroli na swoim zdrowiem przez podejmowanie wyborów i decyzji sprzyjających zdrowiu. W Karcie Ottawskiej wymienia się pięć współzależnych działań, które winny być podejmowane równocześnie, aby stworzyć strategię promocji zdrowia. Są to: określenie zdrowotnej polityki społecznej, tworzenie środowisk wspierających zdrowie, wzmacnianie działań społecznych, rozwijanie umiejętności osobniczych i reorientacja świadczeń zdrowotnych.

Narodowy Program Zdrowia uwzględnia główne kierunki polityki zdrowotnej i stwarza szanse na bardziej skuteczną realizację zadań związanych ze zdrowiem społeczeństwa. Podstawowym warunkiem osiągnięcia celów NPZ jest włączenie się do ich realizacji organów administracji rządowej, organizacji pozarządowych, a przede wszystkim samorządów, społeczności lokalnych i samych obywateli.

Narodowy Program Zdrowia jako cel główny zakłada „poprawę zdrowia i związanej z nim jakości życia ludności oraz zmniejszenie nierówności w zdrowiu”. Cel ten ma być osiągnięty poprzez:

- kształtowanie prozdrowotnego stylu społeczeństwa,
- - tworzenie środowiska życia, pracy i nauki sprzyjającego zdrowiu,
- aktywizowanie jednostek samorządu terytorialnego i organizacji pozarządowych do działań na rzecz zdrowia.

W Gminnym Programie Profilaktyki Zdrowotnej i Promocji Zdrowia na lata 2010-2015, spośród celów i założeń Narodowego Programu Zdrowia zostały wybrane te, na które samorząd lokalny może mieć wpływ poprzez określone działania. I tak w ramach celu ogólnego najistotniejsza jest aktywizacja samorządów, a więc przede wszystkim Gminy Wyszaków, ale także Powiatu Wyszakowskiego oraz organizacji pozarządowych działających na rzecz zdrowia społeczeństwa.

Wśród działań podejmowanych w zakresie szeroko rozumianej promocji zdrowia zakłada się zwiększenie aktywności fizycznej ludności; natomiast w ramach zniwelowania czynników ryzyka w zakresie poprawy zdrowia za najważniejsze uznaje się poprawę sposobu żywienia ludności i jakości zdrowotnej żywności oraz zmniejszenie występowania otyłości, a także zmniejszenie rozpowszechniania palenia tytoniu oraz zmniejszenie szkodowanych alkoholem (na te działania nacisk położony został w odrębnych programach gminnych) W Gminnym Programie Profilaktyki Zdrowotnej i Promocji Zdrowia na lata 2010-2015, zgodnie z Narodowym Programem Zdrowia, zostały także określone cele dotyczące wybranych populacji: poprawa opieki nad matką i dzieckiem, usprawnienie wczesnej diagnostyki zaburzeń zdrowotnych i czynnej opieki nad dziećmi i młodzieżą, tworzenie warunków do zdrowego i aktywnego życia społeczeństwa.

Gminny Program Profilaktyki Zdrowotnej i Promocji Zdrowia na lata 2010-2015 pozwala na realizację ustawowych obowiązków wynikających z następujących aktów prawnych:

a) ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (tekst jednolity: Dz. U. z 2001 r. Nr 142 poz. 1591 z późn. zm.), zgodnie z którą do zadań własnych gminy należy zaspokajanie zbiorowych potrzeb wspólnoty z zakresu ochrony zdrowia;

b) ustawy z dnia 27 sierpnia 2004 r. o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych (tekst jednolity Dz. U. z 2008r. Nr 164 poz. 1027 z późn. zm.)

Natomiast zadania wynikające z ustawy z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi (tekst jednolity: Dz. U. z 2007 r. Nr 70 poz. 473 późn. zm.) oraz z ustawy z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu narkomanii (Dz. U. z 2005 r. Nr 179 poz. 1485) realizowane są w ramach odrębnych programów gminnych. Ponadto, Gmina Wyszaków realizuje zadania zlecone z zakresu ochrony zdrowia, wynikające z ustawy z dnia 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego (Dz. U. z 1994r., nr 111,

poz. 535 z późn. zm.). Ich wykonaniem zajmuje się Ośrodek Pomocy Społecznej w Wyszkuwie.

### **III. GMINNE ZADANIA W ZAKRESIE PROFILAKTYKI PROZDROWOTNEJ.**

Samorząd terytorialny postrzegany jest jako główny gwarant zdrowia publicznego, który w świetle obowiązujących przepisów odpowiada za zdrowie społeczeństwa poprzez prowadzoną politykę zdrowotną. Dlatego też, w ramach delegacji ustawowych samorząd gminny obowiązany jest do podjęcia działań z zakresu profilaktyki i promocji zdrowia.

Zadania władz publicznych w zakresie zapewnienia równego dostępu do świadczeń opieki zdrowotnej, obejmują w szczególności (art. 6 ustawy z dnia 27 sierpnia 2004r. o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych):

- tworzenie warunków funkcjonowania systemu ochrony zdrowia,
- analizę i ocenę potrzeb zdrowotnych oraz czynników powodujących zmiany,
- promocję zdrowia i profilaktykę, mające na celu tworzenie warunków sprzyjających zdrowiu,
- finansowanie w trybie i na zasadach określonych ustawą o świadczeniach opieki zdrowotnej.

W Gminie Wyszkuw zakłady służby zdrowia nie podlegają samorządowi gminnemu, dlatego też realizacja ustawowego obowiązku wynikającego z art. 7 ust. 1 pkt. 5 ustawy o samorządzie gminnym z dnia 8 marca 1990r. (t.j. Dz. U. z 2001r. Nr 142 poz. 1591 z późn. zm.) a określającego, że do zadań własnych gminy należy ochrona zdrowia, możliwa jest poprzez działania o charakterze profilaktycznym.

Do zadań własnych gminy w zakresie zapewnienia równego dostępu do świadczeń opieki zdrowotnej (zgodnie z art.7 ust.1 ustawy z dnia 27 sierpnia 2004r. o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych) należą w szczególności:

- opracowywanie i realizacja oraz ocena efektów programów zdrowotnych wynikających z rozpoznanych potrzeb zdrowotnych i stanu zdrowia mieszkańców gminy,
- przekazywanie powiatowi informacji o realizowanych programach zdrowotnych,
- inicjowanie i udział w wytyczaniu kierunków przedsięwzięć lokalnych zmierzających do zaznajamiania mieszkańców z czynnikami szkodliwymi dla zdrowia oraz ich skutkami,
- podejmowanie innych działań wynikających z rozeznanych potrzeb zdrowotnych i stanu zdrowia mieszkańców gminy.

### **IV. WSTĘPNA DIAGNOZA OBSZARU OBJĘTEGO PROGRAMEM.**

Podstawą do podejmowania wszelkich działań jest analiza wskaźników charakteryzujących sytuację zdrowotną mieszkańców Gminy Wyszkuw w odniesieniu do danych liczbowych opracowanych przez Główny Urząd Statystyczny na poziomie powiatu i gminy, oraz danych liczbowych uzyskanych z Wydziału Ogólnego i Spraw Obywatelskich Urzędu Miejskiego w Wyszkuwie.

Z uwagi na fakt, iż mieszkańcy Gminy Wyszkuw stanowią ponad 50% mieszkańców powiatu, poniższa charakterystyka jest miarodajna. Ponadto, dostęp do danych dotyczących przyczyn zgonów na poziomie gminy nie jest możliwy, ponieważ mogłoby to powodować identyfikację osoby.

Dodatkowo w trakcie ewaluacji programu będą pozyskiwane dane dotyczące określonych grup wiekowych i odnoszące się do konkretnych zjawisk wymagających wdrożenia zadań z zakresu profilaktyki i promocji zdrowia.

**WSKAŹNIKI CHARAKTERYZUJĄCE SYTUACJĘ ZDROWOTNĄ  
MIESZKAŃCÓW GMINY WYSZKÓW W OPRACIU O DANE GUS  
Z LAT 2002-2008.**

- 1) **Stan zdrowia mieszkańców oceniany jest za pomocą wskaźników długości życia oraz umieralności.**

Rok	Gmina/Powiat	Liczba mieszkańców ogółem	Liczba mężczyzn	Liczba kobiet	Urodzenia żywe na 1000 ludności	Zgony na 1000 ludności	Przyrost naturalny na 1000 ludności
2002	G	37223	18157	19066	11,3	6,7	4,7
	P	71393	35309	36084	11,3	8,7	2,6
2003	G	37453	18248	19205	10,1	6,6	3,4
	P	71454	35327	36127	10,7	9,3	1,5
2004	G	37715	18373	19342	11,7	6,7	5,1
	P	71574	35396	36178	11,9	9,4	2,5
2005	G	37807	18349	19368	11,4	6,8	4,6
	P	71534	35339	36195	11,2	9,1	2,1
2006	G	38034	18505	19529	11	7,3	3,7
	P	71747	35387	36360	11,1	9,1	2
2007	G	38229	18637	19592	11,4	6,9	4,5
	P	71968	35506	36462	12,1	9,5	2,6
2008	G	38398	18725	19673	13,2	7,7	5,5
	P	72103	35575	36528	12,8	9,3	3,4

- 2) **Liczba żywych urodzeń** w Gminie Wyszaków stopniowo wzrasta - w 2007 roku urodzeń żywych było 410, natomiast w 2008 roku 438.

- 3) **Umieralność ze wszystkich przyczyn w powiecie wyszkowskim w latach 2002 – 2008.**

2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008
617	661	669	653	653	679	669

Z danych udostępnionych przez Wydział Ogólny i Spraw Obywatelskich Urzędu Miejskiego w Wyszakowie wynika, że w Gminie Wyszaków w 2007r. miały miejsce 263 zgony, zaś w 2008r. 240. W odniesieniu do liczby zgonów w powiecie wyszkowskim liczby te, stanowią odpowiednio 38,7% oraz 35,9%.

- 4) **Umieralność z powodu chorób układu krążenia** (dane na poziomie powiatu wyszkowskiego).

<b>Zgony z powodu chorób układu krążenia - ogółem</b>						
2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008
265	285	302	299	274	345	292

Choroby układu krążenia są najczęstszą przyczyną zgonów w powiecie wyszkowskim i stanowią w przedstawianych latach od 42% do 50,8% wszystkich zgonów. Natomiast w

kraju choroby układu krążenia powodują zgon 41,1% zgonów mężczyzn, 52,6% zgonów kobiet i 46,8% wszystkich zgonów (dane za 2004r.).

5) **Umieralność z powodu chorób nowotworowych** (dane na poziomie powiatu wyszkowskiego).

<b>Zgony z powodu chorób nowotworowych - ogółem</b>						
<b>2002</b>	<b>2003</b>	<b>2004</b>	<b>2005</b>	<b>2006</b>	<b>2007</b>	<b>2008</b>
145	169	132	136	154	146	132

Choroby nowotworowe są drugą z kolei przyczyną zgonów. Umieralność z ich powodu kształtuje się od 19,7% do 25,6 % wszystkich zgonów w przedstawianych latach. W kraju choroby nowotworowe powodowały zgon 26,4% zgonów mężczyzn, 22,8% zgonów kobiet i 24,8% wszystkich zgonów (dane z 2004r.).

6) **Inne przyczyny zgonów** (dane na poziomie powiatu wyszkowskiego).

Wśród innych, najczęściej występujących przyczyn zgonów, jak wynika z danych Głównego Urzędu Statystycznego wymienić można choroby układu oddechowego i trawiennego.

<b>Zgony z powodu chorób układu oddechowego - ogółem</b>						
<b>2002</b>	<b>2003</b>	<b>2004</b>	<b>2005</b>	<b>2006</b>	<b>2007</b>	<b>2008</b>
41	52	71	61	44	49	70
<b>Zgony z powodu chorób układu trawiennego - ogółem</b>						
<b>2002</b>	<b>2003</b>	<b>2004</b>	<b>2005</b>	<b>2006</b>	<b>2007</b>	<b>2008</b>
30	22	26	34	24	25	30

Najważniejsze problemy zdrowotne mieszkańców gminy Wyszków (stanowiących połowę ludności zamieszkującej powiat wyszkowski), podobnie jak całej ludności Polski - są zbliżone w swojej strukturze do tych, obserwowanych w pozostałych krajach Unii Europejskiej. Niekorzystnym zjawiskiem, w stosunku do średnich unijnych, jest umieralność z powodu chorób układu krążenia i nowotworów. Od początku lat 90-tych XX wieku przeciętne dalsze trwanie życia mieszkańców naszego kraju uległo wydłużeniu o ponad 4 lata, jednak analizowane wskaźniki zdrowotne w większości wypadków są dużo gorsze niż ich odpowiedniki w zachodnich krajach Unii Europejskiej. Również w naszej gminie obserwuje się ogólnopolską tendencję zwiększonej zachorowalności na choroby cywilizacyjne.

**Powyższa diagnoza umożliwiła wstępne ustalenie dalszych kierunków działań prozdrowotnych w Gminie Wyszków tj:**

- 1) w zakresie nowotworów i chorób układu krążenia - dalsze oddziaływanie na świadomość społeczną i profilaktykę.
- 2) działania na rzecz obniżenia wskaźników umieralności z powodu nowotworów złośliwych piersi, szyjki macicy, jelita grubego - analiza możliwych przyczyn i zwiększanie kompletności i dostępności do programów wczesnego wykrywania,
- 3) planowanie akcji edukacyjnych dotyczących znanych czynników ryzyka nowotworów i innych grup chorób, zwłaszcza układu krążenia, w tym: rozwój edukacji zdrowotnej działania profilaktyczno- edukacyjne dla dzieci i młodzieży,
- 4) dostosowanie rodzaju i zakresu realizowanych programów profilaktycznych do rzeczywistego zapotrzebowania i zainteresowania lokalnej społeczności z równoczesnym wzmocnieniem działań edukacyjno- informacyjnych,
- 5) aktywne uczestnictwo w programach wczesnego wykrywania chorób, organizowanych w formie konkursów przez Ministerstwo Zdrowia, z naciskiem na wspieranie programów długoterminowych i obejmujących całą zagrożoną populację.

Wytyczenie kierunków działań w zakresie promocji zdrowia i profilaktyki prozdrowotnej pozwoliło na wskazanie celu głównego i określenie sposobów jego realizowania.

## V. CEL GŁÓWNY

### **POPRAWA ZDROWIA I ZWIĄZANEJ Z NIM JAKOŚCI ŻYCIA LUDNOŚCI W GMINIE WYSZKÓW**

Cel główny realizowany będzie poprzez: profilaktykę zdrowotną i promocję zdrowia. Wyznaczone zostały także cele priorytetowe, których osiągnięcie będzie integralnym elementem celu głównego.

#### **Cele priorytetowe :**

#### **1) WSPIERANIE ROZWOJU, ZDROWIA FIZYCZNEGO I PSYCHOSPOŁECZNEGO ORAZ ZAPOBIEGANIE NAJCZĘSTSZYM PROBLEMOM ZDROWOTNYM DZIECI I MŁODZIEŻY.**

##### Zadania:

##### **- Działania dotyczące zwiększenia świadomości zdrowego odżywiania się i wpływu aktywności fizycznej na zdrowie u dzieci:**

- a) program zapobiegania otyłości, intensywne oddziaływania edukacyjne dla rodziców i dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym,
- b) program propagujący aktywność fizyczną (konkursy dla dzieci i młodzieży, spotkania tematyczne, zajęcia korekcyjne itp.)
- c) realizacja działań edukacyjnych w zakresie higieny osobistej, [Podział strony]

##### **- Działania na rzecz zmniejszenia występowania próchnicy i wad zgryzu u dzieci.**

- a) program stomatologiczny
  - działania edukacyjne mające na celu wyrobienie nawyku dbania o higienę jamy ustnej wśród dzieci i młodzieży,
  - dostarczenie wiedzy na temat próchnicy zębów, wad zgryzu i sposobu ich korygowania.
  - dostarczenie wiedzy na temat wpływu stanu uzębienia na stan zdrowia,
  - zajęcia edukacyjne „Było sobie życie” skierowane do dzieci w wieku przedszkolnym i ich rodziców (spotkania ze stomatologiem, nauka mycia zębów i dbania o higienę jamy ustnej).

##### **- Działania na rzecz profilaktyki i wczesnego wykrywania wad postawy wśród dzieci:**

- a) bezpłatne badania kręgosłupa i wad postawy u dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym,
- b) opieka nad dziećmi z wykrytymi wadami postawy poprzez ćwiczenia korekcyjne i inne działania profilaktyczne,
- c) działania edukacyjne promujące program profilaktyki wad postawy artykuły w prasie, ulotki, konkursy, festyny, występy.

##### **- Działania dotyczące profilaktyki i wczesnego wykrywania wad rozwojowych w okresie prenatalnym i niemowlęcym:**

- a) program edukacji przedporodowej:
  - promocja zachowań zdrowotnych w okresie ciąży,
  - profilaktyka choroby cukrzycowej u ciężarnych,
  - przekazanie wiedzy na temat dostępnych form opieki medycznej dla kobiet w ciąży,
  - promocja karmienia naturalnego i stymulacja zachowań prozdrowotnych,
  - profilaktyka FAS.
- b) program zwiększenia świadomości dotyczącej opieki nad matką, noworodkiem i małym dzieckiem:

- przekazanie wiedzy w zakresie podstawowych problemów występujących w opiece nad noworodkiem i niemowlęciem,
- wczesne wykrywanie zaburzeń rozwoju noworodka (badania słuchu, wzroku, stawów biodrowych, fenyloketurii, mukowiscydozy, wad serca)
- edukacja dotycząca pomocy laktacyjnej, nauka prawidłowego karmienia piersią, promocja sposobów odżywiania matki i noworodka.
- **Działania na rzecz wczesnego wykrywania wad wymowy u dzieci:**
  - a) program profilaktyki wad wymowy,
    - przesiewowe badanie logopedyczne dla dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym,
    - zajęcia edukacyjne dla rodziców,
    - promocja programu profilaktyki wad wymowy poprzez artykuły w prasie ulotki, konkursy.
- **Działania w zakresie promowania zdrowego stylu życia:**
  - a) program profilaktyki HIV i AIDS
    - promowanie Krajowego Programu Zwalczenia AIDS i Zapobiegania Zakażeniom HIV,
    - edukacja uczniów i ich rodziców,
  - b) program profilaktyki palenia tytoniu:
    - promowanie programów: Nie pal przy mnie, proszę, Znajdź właściwe rozwiązanie,
    - promowanie Programu Ograniczenia Zdrowotnych Następstw Palenia Tytoniu w Polsce,
    - edukacja uczniów i ich rodziców,
- **Działania edukacyjne dotyczące profilaktyki astmy. Działania edukacyjne dotyczące alergii u dzieci i młodzieży.**
  - a) program profilaktyki astmy:
    - działania edukacyjne na temat zapobiegania astmie oskrzelowej i alergii,
    - edukacja rodziców dotycząca profilaktyki alergii i astmy; spotkania z lekarzem alergologiem.

## **2) ZWIĘKSZENIE ŚWIADOMOŚCI ZWIĄZANEJ Z ZAGROŻENIAMI WYNIKAJĄCYMI Z CHORÓB UKŁADU KRĄŻENIA I CHORÓB NOWOTWOROWYCH.**

### Zadania:

- **Działania na rzecz obniżenia wskaźników umieralności z powodu nowotworów.**
- Zwiększenie dostępności do programów wczesnego wykrywania:**
  - a) organizacja bezpłatnych działań przesiewowych i intensywne oddziaływanie edukacyjne dotyczące profilaktyki nowotworowej
- **Profilaktyka raka piersi, raka szyjki macicy, chorób nowotworowych narządu rodowego, raka jelita grubego, raka prostaty:**
  - a) profilaktyczne bezpłatne badania USG piersi i USG narządu rodowego,
  - b) bezpłatne profilaktyczne badania cytologiczne,
  - c) profilaktyczne przesiewowe badania mammograficzne,
  - d) profilaktyczne badania w kierunku raka jelita grubego i raka prostaty.
- **Profilaktyka chorób układu krążenia:**
  - a) bezpłatne badania krwi w zakresie określenia poziomu cholesterolu,
  - b) promowanie Krajowego Programu Ograniczenia Zdrowotnych Następstw Palenia Tytoniu w Polsce,
  - c) promowanie zachowań zapobiegających chorobom układu krążenia (redukcja masy ciała, aktywność fizyczna, higieniczny tryb życia itp.)



### **3) PROFILAKTYKA I PROMOCJA ZDROWIA ORAZ UPOWSZECHNIENIE ZACHOWAŃ PROZDROWOTNYCH PRZEZ DZIAŁANIA EDUKACYJNE DLA WSZYSTKICH GRUP WIEKOWYCH.**

#### Zadania:

- **Realizacja akcji edukacyjnych odnośnie znanych czynników ryzyka nowotworów i innych grup chorób, zwłaszcza chorób układu krążenia. Działania profilaktyczno - edukacyjne:**

a) wydanie gminnych informatorów zdrowotnych – kalkulatora niezbędnych badań profilaktycznych z zakresu profilaktyki nowotworów i profilaktyki chorób układu krążenia,

b) program profilaktyki skierowany do pracodawców,

c) wykłady edukacyjne, artykuły w lokalnej prasie, promowanie i upowszechnianie wiedzy dotyczącej nowotworów, chorób układu krążenia na festynach i innych otwartych imprezach,

- **Działania na rzecz upowszechnienia zasad udzielania pierwszej pomocy przedlekarskiej.**

a) zajęcia edukacyjne - instruktaż udzielania pierwszej pomocy przedlekarskiej przeprowadzane w przedszkolach i szkołach,

- **Działania na rzecz upowszechniania zasad zdrowego żywienia i zdrowego stylu życia.**

- **Działania na rzecz tworzenia i wspierania lokalnego partnerstwa na rzecz zdrowia:**

a) praca doradczego zespołu ds. profilaktyki i promocji zdrowia tj.:

- opiniowanie projektów i programów oraz wsparcie doradcze w wytyczaniu kierunków i zadań z zakresu profilaktyki zdrowotnej promocji zdrowia,

- wspieranie działań dotyczących diagnozy, analizy i oceny potrzeb zdrowotnych mieszkańców Gminy Wyszków,

- wspieranie lokalnych przedsięwzięć służących profilaktyce i promocji zdrowia oraz inicjowanie działań zmierzających do zaznajamiania mieszkańców Gminy Wyszków z czynnikami szkodliwymi dla zdrowia,

- współpraca z Gminą Wyszków w zakresie współdziałania z instytucjami naukowymi i instytucjami zdrowia,

- podejmowanie innych działań wynikających z rozeznaczonych potrzeb zdrowotnych mieszkańców Gminy Wyszków,

b) inicjowanie i animowanie przedsięwzięć organizowanych przez lokalne i ogólnopolskie instytucje, mające na celu szeroko zakrojone działania na rzecz promocji zdrowia.

### **VI. OCZEKIWANE KORZYŚCI ZDROWOTNE WYNIKAJĄCE Z REALIZACJI PROGRAMU:**

a) Zwiększenie świadomości związanej z zagrożeniami przedwczesnej umieralności z powodu chorób układu krążenia i chorób nowotworowych.

b) Edukacja mieszkańców Gminy Wyszków w zakresie profilaktyki zdrowotnej i promocji zdrowia.

c) Zwiększenie dostępności do bezpłatnych badań profilaktycznych i programów wczesnego wykrywania chorób.

d) Wypromowanie zdrowego stylu życia.

Jako cel odroczony, wynikający z osiągnięcia wyżej wymienionych korzyści, uważa się zwiększenie poziomu sprawności i wydolności fizycznej mieszkańców Gminy Wyszków.

## **VII. REALIZACJA, FINANSOWANIE I MONITORING.**

Koordinację programu prowadzi będzie Wydział Edukacji i Spraw Społecznych Urzędu Miejskiego w Wyszkanie. W realizację zadań włączone zostaną zakłady opieki zdrowotnej, szkoły, inne jednostki organizacyjne gminy, a także stowarzyszenia, wolontariusze, specjaliści z wybranych dziedzin. Istotnym jest pozyskanie osób z odpowiednim przygotowaniem (animatorów promocji zdrowia), rodziców, bez których zamierzone działania miałyby ograniczony efekt. Zaangażowanie w realizację programu wymienionych wyżej osób i organizacji pozwoli na optymalizację kosztów.

Realizacja Programu nastąpi poprzez:

- zlecenie realizacji zadań wybranym podmiotom w drodze konkursu ofert,
- realizacja we własnym zakresie,
- tworzenie bazy merytorycznej, organizacyjnej i materialnej niezbędnej do realizacji programu.

Wydatki związane z realizacją programu pochodzą będą z budżetu Gminy Wyszkanie oraz środków zewnętrznych. Dużą część zadań realizują zakłady opieki zdrowotnej w ramach programów profilaktycznych finansowanych przez Narodowy Fundusz Zdrowia. Skuteczność realizacji zadań zawartych w Programie zależy będzie w dużej mierze od ewaluacji i monitoringu. Jako wskaźniki monitoringu przyjmuje się:

- liczbę zrealizowanych programów profilaktycznych,
- liczbę przebadanych osób,
- liczbę podmiotów realizujących program.

Ponadto, założenia niniejszego programu będą konsultowane przez podmioty systemu ochrony zdrowia, takie jak: organy administracji rządowej i samorządowej, samorządy zawodów medycznych, świadczeniodawcy sektora publicznego, jak i niepublicznego z terenu gminy, instytucje zdrowia publicznego działające w ramach zespołu doradczego ds. Profilaktyki Zdrowotnej i Promocji Zdrowia.

Gminny Program Profilaktyki Zdrowotnej i Promocji Zdrowia jest dokumentem otwartym, którego modyfikacja następować będzie w zależności od zmieniających się potrzeb zdrowotnych mieszkańców.

Wydział Edukacji i Spraw Społecznych do końca grudnia danego roku będzie przedkładał Burmistrzowi Wyszkania harmonogram działań na kolejny rok oraz sporządzał (nie później niż do 30 kwietnia danego roku) sprawozdanie z realizacji zadań Programu w roku poprzednim .

**Przewodniczący Rady**

**Józef Biernacki**