

UCHWAŁA Nr LXIV/708/2024

RADY GMINY DĘBICA

z dnia 26 stycznia 2024 r.

**w sprawie przyjęcia Gminnego Programu Profilaktyki i Promocji Zdrowia dla Gminy
Dębica na lata 2024-2026**

Na podstawie art. 7 ust. 1 pkt. 5, art. 18 ust. 2 pkt 15 ustawy z dnia 8 marca 1990 roku o samorządzie gminnym (t.j. Dz. U. z 2023 r., poz. 40 z późn.zm.) oraz art. 7 ust. 1 pkt. 1 i 4 i art. 48 ustawy z dnia 27 sierpnia 2004 r. o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych (t.j. Dz. U. z 2022r. poz. 2561 z późn. zm.) - **Rada Gminy Dębica uchwala, co następuje:**

§ 1.

Przyjmuje się Gminny Program Profilaktyki i Promocji Zdrowia dla Gminy Dębica na lata 2024 – 2026, stanowiący załącznik do niniejszej uchwały.

§ 2.

Wykonanie uchwały powierza się Wójtowi Gminy Dębica.

§ 3.

Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

**PRZEWODNICZĄCY
RADY GMINY DĘBICA**

PIOTR ŻYBURA

PROGRAM PROFILAKTYKI I PROMOCJI ZDROWIA dla GMINY DĘBICA na lata 2024- 2026

1. WSTĘP

Do zadań własnych gminy należą m.in. zadania w zakresie ochrony zdrowia, a w szczególności opracowanie i realizacja oraz ocena efektów programów zdrowotnych dla jej mieszkańców.

Program Profilaktyki i Promocji Zdrowia dla Gminy Dębica na lata 2024 - 2026 został opracowany w oparciu o:

- Narodowy Program Zdrowia na lata 2021 - 2025,
- doświadczenia z realizacji programów zdrowotnych w latach poprzednich,
- dane statystyczne.

2. CHARAKTERYSTYKA GMINY

Gmina Dębica położona jest w zachodniej części województwa podkarpackiego na pograniczu dwóch krain geograficznych, Kotliny Sandomierskiej i Pogórza Karpackiego, we wschodniej części powiatu dębickiego. Przebiegają przez nią ważne szlaki komunikacyjne, tj. droga krajowa nr 94, autostrada A4 oraz magistrala kolejowa Kraków-Przemyśl.

W skład Gminy Dębica wchodzi 19 malowniczo położonych sołectw. Gmina Dębica pod względem administracyjnym należy do województwa podkarpackiego i powiatu dębickiego. Usytuowana jest na pograniczu dwóch jednostek fizyczno-geograficznych: Pogórza Karpackiego i Kotliny Sandomierskiej. Gmina zajmuje powierzchnię 137 km². Swym zasięgiem obejmuje 19 sołectw: Braciejowa, Brzeźnica, Brzeźnica Wola, Głobikowa, Gumniska, Kędzierz, Kochanówka, Kozłów, Latoszyn, Nagawczyzna, Paszczyna, Podgrodzie, Pustków, Pustków Krownice, Pustków-Osiedle, Pustynia, Stasiówka, Stobierna oraz Zawada. Gminę zamieszkuje 25 564 mieszkańców.

Tereny Gminy Dębica charakteryzują się wielowiekową tradycją, historią oraz znakomitymi walorami przyrodniczymi sprzyjającymi rozwojowi turystyki i rekreacji.

Ważnym aspektem jest występujący tu endogeniczny klimat, który ma właściwości lecznicze. Klimat i bioklimat Latoszyna ma właściwości lecznicze w odniesieniu do chorób układu oddechowego, chorób układu krążenia oraz chorób narządu ruchu. Może również wspomagać leczenie zaburzeń układu nerwowego (np. depresji) oraz sprzyjać hartowaniu organizmu. Obszary uzdrowiska są bardzo korzystne dla leczenia klimatycznego ze względu na obecność w powietrzu specyficznych substancji wydzielanych przez drzewa (tzw. fitocydów), które mogą być wykorzystywane w leczeniu i profilaktyce wielu schorzeń.

Gmina Dębica położona jest w zachodniej części województwa podkarpackiego na pograniczu dwóch krain geograficznych, Kotliny Sandomierskiej i Pogórza Karpackiego, we wschodniej części powiatu dębickiego. Przebiegają przez nią ważne szlaki komunikacyjne, tj. droga krajowa nr 94, autostrada A4 oraz magistrala kolejowa Kraków-Przemyśl.

W skład Gminy Dębica wchodzi 19 malowniczo położonych sołectw. Północna część gminy obfituje w liczne tereny inwestycyjne. Dwie strefy ekonomiczne w Zawadzie oraz Pustkowie – Strachowie zachęcają przedsiębiorców do tworzenia nowych miejsc pracy. W tej części gminy łowcy historii również znajdą coś dla siebie. Ekspozycja Historyczno – Dydaktyczna oraz „Góra Śmierci” w Paszczynie to miejsce gdzie istniał obóz zagłady, w którym zginęło 15 tys. więźniów różnych narodowości. Gmina Dębica posiada bogate zaplecze rekreacyjno – sportowe. Na jej terenie funkcjonuje Kompleks Basenów „NEMO” oraz park linowy w Pustkowie – Osiedlu, dwie bieżnie lekkoatletyczne, cztery Orliki 2012 i trzy boiska wielofunkcyjne. Ponadto w gminie funkcjonuje siedem Ludowych Klubów Sportowych, które również posiadają swoje boiska do treningów.

Południowa część gminy to lasy z całym bogactwem runa leśnego, pagórkowaty, poprzecinany licznymi potokami i wąwozami krajobraz. Teren ten obfituje z kolei w liczne atrakcje turystyczne. Dinozaury w Głobikowej i owady w Stobiernej przyciągają nie tylko najmłodszych turystów. Miłośnicy zgłębiania wiedzy o naszych przodkach mogą cofnąć się w czasie odwiedzając Gród Słowiański w Stobiernej, niedaleko którego znajduje się stok narciarski. Czasy okupacji pamięta polana Kałużówka w Braciejowej, gdzie znajduje się pomnik żołnierzy AK poległych w czasie akcji „Burza” w 1944 roku. W Zawadzie - perle ziemi dębickiej - na szczególną uwagę zasługują: Sanktuarium Matki Boskiej Zawadzkiej z łaskami słynącym obrazem, majątek ziemski Raczyńskich oraz XVIII wieczna karczma do dziś zachęcająca gości do wstąpienia.

Na południu gminy możemy znaleźć również Uzdrowisko Latoszyn – Zdrój, na którego terenie znajduje się Basen Lecznicy z wodami siarczanowo – wapniowymi, Przychodnia Rehabilitacyjna oraz Park Zdrojowy z tężnią solankową i pijalnią wody leczniczej. Ponadto ukształtowanie terenu w okolicach Uzdrowiska to prawdziwa uczta dla duszy i ciała. Wokół uzdrowiska można znaleźć wiele leśnych ścieżek, pełnych pagórków oraz różnorodnej roślinności.

Tym, którzy na dłużej chcieliby zagościć w naszej gminie polecamy ofertę kilkunastu gospodarstw agroturystycznych, bazę noclegową i sportową MULKS w Pustyni oraz Szkoły Podstawowe w Zawadzie i Pustkowie jako obiekty kolonijne.

3. PODSTAWOWA OPIEKA ZDROWOTNA W GMINIE

Podstawową opieką zdrowotną na terenie Gminy Dębica są ośrodki zdrowia które zapewniają Niepubliczne Zakłady Opieki Zdrowotnej.

Budynki ośrodków zdrowia na terenie gminy są własnością Mienia Komunalnego Gminy Dębica, natomiast NZOZ-y dzierżawią lokale na zasadzie umów najmu i dzierżawy .

Umowy określają zasady korzystania z obiektów na preferencyjnych warunkach, zgodnie z przepisami Kodeksu Cywilnego i procedury określonej w ustawie o gospodarce nieruchomościami.

Podstawową opiekę zdrowotną nad mieszkańcami gminy sprawują:

- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Gumniska – zatrudnia lekarza medycyny rodzinnej oraz 3 pielęgniarki medycyny rodzinnej i szkolnej.
- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „HIPOKRATES” Pustków – zatrudnia lekarza medycyny rodzinnej, lekarza stomatologii, 2 pielęgniarki oraz jedną osobę z średnim wykształceniem medycznym
- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Pustków-Osiedle – zatrudnia lekarza medycyny pracy i lekarza rodzinnego, 6 pielęgniarek oraz 1 położną. Ośrodek posiada gabinet zabiegowy oraz punkt szczepień.
- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Pod Jesionem” Zawada – zatrudnia lekarza medycyny rodzinnej, lekarza medycyny szkolnej, 2 pielęgniarki oraz położną. Ośrodek posiada gabinet zabiegowy oraz punkt szczepień.
- Niepubliczny Zakład Opieki zdrowotnej Paszczyna – zatrudnia lekarza medycyny rodzinnej, lekarza medycyny szkolnej oraz 2 pielęgniarki. Ośrodek posiada gabinet zabiegowy z punktem szczepień.
- Niepubliczny Zakład Opieki zdrowotnej „ELMED” Nagawczyna – zatrudnia 2 lekarzy medycyny rodzinnej, pielęgniarkę. Ośrodek posiada gabinet zabiegowy oraz punkt szczepień.

Ośrodki te udzielają bezpłatnych świadczeń zdrowotnych zakontraktowanych w NFZ:

- 1) profilaktyka, diagnostyka i leczenie pacjentów w miejscu działania placówki, jak i w domu pacjenta,
- 2) opieka nad dzieckiem w szkole: badania bilansowe, szczepienia, fluoryzacja zębów.

Na terenie gminy działają prywatne apteki tj. :

- Apteka „GALEN” w Nagawczynie,
- Apteka „Św. Rodziny” w Pustkowie-Osiedlu,
- Punkt Apteczny „Pod Jesionem 2” w Zawadzie,
- Punkt apteczny „Melisa” w Braciejowej.

Gmina Dębica we wrześniu 2022 roku przystąpiła do V Ogólnopolskiego Programu Profilaktyki Czerniaka, którego organizatorem było Studenckie Koło Naukowe ONKOMA przy Klinice Gastroenterologii Onkologicznej w Narodowym Instytucie Onkologii im. Marii Skłodowskiej-Curie w Warszawie – Państwowym Instytucie Badawczym działając we współpracy z Akademią Czerniaka – sekcją naukową Polskiego Towarzystwa Chirurgii Onkologicznej.

Czerniak (nowotwór złośliwy wywodzący się z melanocytów) nadal pozostaje jednym z wyzwań dla zdrowia publicznego. Według najnowszych danych Krajowego Rejestru Nowotworów w 2019 roku odnotowano ponad 3 700 nowych rozpoznań czerniaka oraz aż 1765 zgonów. W porównaniu tylko z danymi z 2010 oznacza to przyrost o prawie 50%. Według estymacji Krajowego Rejestru Nowotworów tylko w ubiegłym roku zanotowano aż 4356 przypadków nowych zachorowań, co w porównaniu z rokiem 1980 stanowi wzrost aż o 712%! Co więcej, na czerniaka można zachorować w każdym momencie życia. Nie istnieje limit wieku, po przekroczeniu którego ryzyko czerniaka maleje. Zasadniczą przyczyną niniejszego stanu jest nadal rozpoznawanie nowotworu w zaawansowanym stadium, co wynika nadal ze zbyt niskiej

świadomości społecznej na temat czerniaka – czym jest, jakie są czynniki ryzyka zachorowania oraz jakie są metody skutecznej profilaktyki.

Realizacja programu wynika z zapisów zawartych w załączniku do uchwały nr 10 Rady Ministrów z dnia 4 lutego 2020 r. w sprawie przyjęcia programu wieloletniego pn. Narodowa Strategia Onkologiczna na lata 2020-2030 (M.P. z 2020 r. poz. 189) oraz w § 2 ust. 1 pkt 1 lit. c rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z dnia 3 kwietnia 2019 r. w sprawie ramowych planów nauczania dla publicznych szkół (Dz. U. z 2019 r. poz. 639 ze zm.), w którym uczniowie w ramach godziny wychowawczej realizowali na zajęciach z wychowawcą treści dotyczące istotnych problemów społecznych, w tym kwestie zdrowotne. Ponadto w wymaganiach szczegółowych przedmiotu biologii zawarto, iż uczeń m.in. powinien znać budowę skóry oraz wykazywać związek pomiędzy nadmierną ekspozycją na promieniowanie ultrafioletowe, a zachorowalnością na nowotwory skóry. Oznacza to tym samym, iż uczniowie realizowali program w ramach istniejącej siatki godzin, a nie w ramach godzin ponadwymiarowych.

Grupę docelową programu stanowili uczniowie szkół podstawowych - klasy siódme i ósme. Po skończonych zajęciach uczniowie znali złote zasady profilaktyki czerniaka, zdobyli umiejętność przeprowadzenia samobadania skóry czy też różnicowania zmian podejrzanych o charakter nowotworowy ze zwykłymi znamionami na podstawie zasady ABCDE („czerniakowe abecadło”). Warto również podkreślić, iż dzięki zdobytej wiedzy nastolatki mogły stać się ambasadorami akcji w swoich lokalnych środowiskach, zachęcając rodzinę i znajomych do podjęcia tych niezwykle prostych acz skutecznych działań profilaktycznych.

Centrum Medyczne Medyk we współpracy z Gminą Dębica oraz Uzdrowiskiem Latoszyn Zdrój organizował bezpłatne badania w ramach programu „**PROFILAKTYKA 40 PLUS**”, które odbyły się 18 grudnia 2022 roku na terenie Uzdrowiska Latoszyn Zdrój.

4. CELE PROGRAMU

Program Profilaktyki i Promocji Zdrowia dla Gminy Dębica na lata 2024-2026 jest kontynuacją wcześniejszych programów wieloletnich, które Gmina Dębica wdrażała w latach 2018-2020 i 2021-2023.

Celem programu jest poprawa zdrowia mieszkańców Gminy Dębica.

Cele szczegółowe:

- 1) Zapobieganie zakażeniom wywołanym przez meningokoki.
- 2) Zapobieganie zakażeniom wywołanym przez pneumokoki.
- 3) Zapobieganie chorobom zakaźnym oraz redukcja ryzyka powikłań pogrypowych.
- 4) Profilaktyka chorób nowotworowych (rak szyjki macicy, rak piersi, rak jelita grubego).
- 5) Profilaktyka w oparciu o naturalne surowce lecznicze z zakładu Przyrodo-leczniczego w Latoszynie
- 6) Profilaktyka w zakresie prewencji i wykrywania chorób układu krążenia w populacji mieszkańców gminy Dębica powyżej 60 roku życia.
- 7) Profilaktyka i Rozwiązywanie Problemów Alkoholowych i Przeciwdziałania Narkomanii.

5. PROGRAMY PROFILAKTYCZNE

W ramach Programu Profilaktyki i Promocji Zdrowia dla Gminy Dębica na lata 2024-2026 Gmina Dębica zamierza realizować następujące programy zdrowotne:

- 1) Program szczepień profilaktycznych przeciwko meningokokom.
- 2) Program szczepień profilaktycznych przeciwko pneumokokom.
- 3) Program szczepień profilaktycznych przeciwko grypie.
- 4) Program profilaktyki chorób nowotworowych.
- 5) Program profilaktyczno-leczniczy w oparciu o naturalne surowce lecznicze z zakładu Przyrodo-leczniczego w Latoszynie
- 6) Program zdrowotny w zakresie prewencji i wykrywania chorób układu krążenia w populacji mieszkańców gminy Dębica powyżej 60 roku życia.
- 7) Gminny Program Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii.

5.1. Program szczepień profilaktycznych przeciwko meningokokom

UZASADNIENIE

Zakażenia wywołane przez bakterie z gatunku *Neisseria meningitidis* (meningokoki) przebiegające jako ropne zapalenie opon mózgowych lub zakażenie krwi (posocznica, sepsa) są znaczącą przyczyną uszkodzeń mózgu oraz umieralności na całym świecie. Według meldunku Państwowego Zakładu Higieny (PZH) 2017 roku zanotowano w Polsce 122 przypadki zapalenia opon mózgowo-rdzeniowych wywołanych przez meningokoki. Na szczęście zakażeniom meningokokami grupy C i ich groźnym powikłaniem można już skutecznie zapobiegać stosując nowoczesną szczepionkę koniugowaną. Zachorowania powodowane przez meningokoki mogą mieć gwałtowny przebieg. Szczególnie narażone na zachorowanie są dzieci do 5 roku życia oraz młodzież w wieku 14-19 lat. Choroba rozprzestrzenia się drogą kropelkową. Na początku występują objawy grypopodobne, których nasilenie pozornie zmniejsza się po 4-6 godzinach, co czasem prowadzi do opóźnienia momentu postawienia diagnozy i rozpoczęcia leczenia.

W Polsce nadal niewystarczająca jest świadomość, że przypadkom zapalenia opon mózgowych lub sepsy wywołanym przez meningokoki grupy C i ich powikłaniem można skutecznie zapobiegać. W niemal 30 krajach dostępna jest szczepionka NeisVac-C firmy Baxter należąca do grupy tzw. koniugowanych szczepionek nowej generacji. Zakażeniom sprzyja zgrupowanie wielu osób w jednym miejscu np. w szkole, jednostce wojskowej czy na młodzieżowej dyskotecie, stąd też do szczepień przeciwko meningokokom wytypowano grupę młodzieży gimnazjalnej (III klasa)/ 8 klasy podstawowej, która wkrótce rozpocznie naukę w innych miastach, stając się bardziej narażoną na zachorowanie.

Proponowane działania:

- szczepienia przeciwko meningokokom osób uczęszczających do 8 klasy podstawowej, zamieszkałych na terenie Gminy Dębica,
- popularyzacja korzyści płynących ze szczepień za pośrednictwem gazety gminnej „Życie Gminy” i gminnego portalu internetowego.

5.2. Program szczepień profilaktycznych przeciwko pneumokokom

UZASADNIENIE

Pneumokoki to powszechnie występujące bakterie chorobotwórcze, znajdujące się w nosie i gardle wielu ludzi nie prowadzące bezpośrednio do ich zachorowania. Polskie badania naukowe donoszą, iż nosicielstwo pneumokoków jest szczególnie wysokie w grupie dzieci. Dotyczy ono 62% dzieci przebywających w przedszkolach i żłobkach, 61% dzieci z domów dziecka i aż 22% dzieci pozostających w domach. Na drodze kropelkowej – kichanie, kaszel pneumokoki mogą zostać przeniesione na małe dzieci i na ludzi starszych, prowadząc do powstania u nich groźnych chorób. Pneumokoki należą do najczęstszych drobnoustrojów chorobotwórczych, wywołujących niebezpieczne zakażenia inwazyjne takie jak:

- zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych,
- zakażenie krwi (bakteriemię),
- posocznicę (sepsę),
- zapalenie płuc z bakteriemią.

Do grupy tej zalicza się także, zdecydowanie rzadziej występujące: zapalenie osierdzia, otrzewnej, stawów i zapalenie kości i szpiku. Choroby te, określane są mianem Inwazyjnej Choroby Pneumokokowej. Pneumokoki odpowiedzialne są również za wiele mniej poważnych, ale powszechnie występujących, chorób nieinwazyjnych jak: zapalenie ucha środkowego, zatok przynosowych, spojówek, zapalenie płuc bez bakteriemi.

Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) alarmuje, że zakażenia pneumokokowe są jedną z głównych przyczyn zachorowalności i umieralności dzieci na świecie. W wyniku chorób pneumokokowych co roku na świecie umiera od 700 tysięcy do 1 miliona dzieci. Szczególnie zagrożone są niemowlęta i małe dzieci, ponieważ ich układ odpornościowy jest jeszcze niedojrzały oraz wszystkie dzieci z osłabionym układem odpornościowym. Do ochrony małych dzieci przed Inwazyjną Chorobą Pneumokokową przeznaczona jest siedmiowalentna skoniugowana szczepionka przeciw pneumokokowa. Zapewnia ona ochronę i ma udowodnioną skuteczność u dzieci od 2 miesiąca życia, chroniąc je przed zakażeniami pneumokokowymi. Zalecane jest szczepienie dzieci dwoma dawkami szczepionki w pierwszym roku życia oraz trzecią dawką między 12 a 15 miesiącem życia. Autorem tekstu jest dr n med. Piotr Albrecht z Kliniki Gastroenterologii Dzieci Akademii Medycznej w Warszawie.

Proponowane działania:

- szczepienia przeciwko pneumokokom dzieci do 2 roku życia zamieszkałych na terenie Gminy Dębica – dwoma dawkami w pierwszym roku oraz jedną dawką przypominającą w drugim roku życia.
- popularyzacja korzyści płynących ze szczepień za pośrednictwem gazety gminnej „Życie Gminy” i gminnego portalu internetowego.

5.3. Program szczepień profilaktycznych przeciwko grypie

UZASADNIENIE

Każdego roku grypa atakuje od 5% do 20% populacji. Według Światowej Organizacji Zdrowia co roku choruje na nią od 3 do 5 milionów ludzi, a w konsekwencji jej ciężkiego przebiegu rocznie na świecie umiera od 250 000 do 500 000 osób. Grypa stanowi poważne obciążenie ekonomiczne dla społeczeństwa – jest jedną z najczęstszych przyczyn absencji w pracy.

Najskuteczniejszym sposobem przeciwdziałania skutkom grypy są szczepienia profilaktyczne. Polska należy do krajów o najniższym w Europie poziomie szczepień przeciw grypie w stosunku do liczby mieszkańców. Szczepionki przeciw grypie nie są refundowane nawet w grupach ryzyka wystąpienia poważnych powikłań pogrypowych.

Do grupy zwiększonego ryzyka powikłań pogrypowych należą osoby po 55 roku życia, cierpiące na przewlekłe choroby układu krążenia i układu oddechowego, cukrzycę i inne. Coroczne szczepienie przeciwko grypie może przynieść wymierne korzyści. Na podstawie opublikowanych badań stwierdzono, że szczepienie przeciw grypie redukuje umieralność ogólną w grupie osób starszych o 50%. Redukują też liczbę hospitalizacji z powodu zdarzeń sercowych i oddechowych, a u pacjentów po zawale serca zmniejszają śmiertelność aż o 75%.

Proponowane działania:

- szczepienia przeciwko grypie osób powyżej 60 roku życia zamieszkałych na terenie Gminy Dębica,
- popularyzacja korzyści płynących ze szczepień za pośrednictwem gazety gminnej „Życie Gminy” i gminnego portalu internetowego.

5.4. Program profilaktyki chorób nowotworowych (rak szyjki macicy, rak piersi, rak jelita grubego)

UZASADNIENIE

Nowotwory złośliwe to druga, po chorobach układu krążenia, przyczyna umieralności w województwie podkarpackim. Główną przyczyną tej sytuacji jest mała świadomość mieszkańców i zbyt późna diagnostyka. Rak piersi i rak szyjki macicy to dwie najczęstsze przyczyny zgonów wśród kobiet. W Polsce na raka piersi zapada 12 000, a na raka szyjki macicy 3 600 kobiet rocznie. Na raka jelita grubego co roku zapada ponad 13 000 Polaków, z czego ponad 9000 umiera. Najskuteczniejszym działaniem w zakresie profilaktyki chorób nowotworowych jest odpowiednio wczesna diagnostyka. Należy uświadomić mieszkańcom, że rak jest uleczalny, pod warunkiem, że zostanie odpowiednio wcześnie wykryty. Co roku Gmina Dębica daje możliwość skorzystania z bezpłatnego badania mammograficznego i cytologicznego w mammobusie.

Proponowane działania:

- Popularyzacja problematyki profilaktyki raka piersi, raka szyjki macicy oraz raka jelita grubego w lokalnych mediach.
- Aktywna rekrutacja na bezpłatne badania:
 - mammograficzne dla kobiet w wieku 50 - 69 lat - badanie finansowane są przez NFZ.

- cytologiczne dla kobiet w wieku 25 - 59 lat - badanie finansowane są przez NFZ.
- kolonoskopowe dla osób w wieku 50 – 65 lat ; dla osób, które ukończyły 40 lat i mają co najmniej jednego krewnego pierwszego stopnia z rozpoznaniem raka jelita grubego oraz dla osób w wieku 25 – 65 lat pochodzących z rodziny szczególnego ryzyka.

Badania te są organizowane przez Narodowy Program Zwalczenia Chorób Nowotworowych poprzez rozwieszanie plakatów, dystrybucję ulotek, ogłoszenia parafialne.

5.5 Program profilaktyczno-leczniczy w oparciu o naturalne surowce lecznicze z Zakładu Przyrodoleczniczego w Latoszynie.

Program profilaktyczno-leczniczy w oparciu o rehabilitację oraz wykorzystanie naturalnych surowców leczniczych z Zakładu Przyrodoleczniczego w Latoszynie.

UZASADNIENIE:

Na choroby reumatyczne w Europie cierpi ok. 120 mln osób. I choć dokładne wskazanie liczby osób chorujących na dolegliwości reumatyczne jest bardzo trudne, to szacuje się, że w Polsce liczba chorych sięga 10 mln osób.

W Polsce żyje około 5 mln osób z chorobami skóry, w tym tak poważnymi jak łuszczyca zwykła i stawowa, atopowe zapalenie skóry czy nowotwory skóry. Z danych statystycznych wynika, że co trzeci mieszkaniec Polski w przeszłości chorował na jedną z odmian chorób skóry. Na choroby zwyrodnieniowe stawów cierpi w Polsce aż 2 mln osób przy czym choroba ta dotyka aż 60% osób po 65 roku życia. Nie mniejszą grupę stanowią chorzy na choroby ortopedyczno-urazowe. Niewątpliwie w grupie osób powyżej 65 roku życia zamieszkujących gminę Dębica znajdują się osoby których dotyczą te choroby. Wymagają one zidentyfikowania i zdiagnozowania oraz ustalenia zasad leczenia. Leczenie to może się odbywać w oparciu o naturalne surowce lecznicze znajdujące się w Zakładzie Przyrodoleczniczym Latoszyn-Zdrój. Gmina planuje objęcie seniorów gminy Dębica programem profilaktyczno-leczniczym, który byłby finansowany zarówno ze środków własnych jak też NFZ lub ze środków unijnych. Program profilaktyczno-leczniczy powinien być kompatybilny z programami aktywującymi mieszkańców Gminy Dębica ruchowo i społecznie.

PROPONOWANE DZIAŁANIA:

- Promowanie świadomości i wiedzy na temat profilaktyki, przeciwdziałania i leczenia chorób reumatycznych, zwyrodnieniowych stawów oraz chorób skóry w lokalnych mediach.
- Aktywna rekrutacja na bezpłatne badania oraz zabiegi profilaktyczno-lecznicze dla wszystkich mieszkańców Gminy Dębica
- Diagnostyka, profilaktyka, rehabilitacja ruchowa, wspomaganie leczenia farmakologicznego programami zdrowotnymi w oparciu o naturalne surowce lecznicze z Zakładu Przyrodoleczniczego w Latoszynie.
- Zabiegi przyrodolecznicze i fizjoterapeutyczne dla seniorów w uzdrowisku Latoszyn w tym zabiegi w oparciu o naturalne surowce lecznicze.
- Kampanie informacyjne w "Życiu Gminy", Internecie oraz innych mediach mające na celu edukowanie społeczeństwa na temat w/w chorób, ich objawów, metod profilaktyki oraz dostępnych opcji leczenia.

- Warsztaty i szkolenia edukacyjne dla różnych grup wiekowych, w tym dla dzieci w szkołach, osób pracujących i seniorów, koncentrujących się na profilaktyce, zdrowym stylu życia i samoopiece.
- Współpraca z organizacjami zajmującymi się wsparciem pacjentów z chorobami reumatycznymi, zwyrodnieniowymi stawów i chorobami skóry, a także z ekspertami medycznymi w celu propagowania rzetelnej i aktualnej wiedzy.
- Tworzenie i dystrybucja broszur, ulotek, plakatów i materiałów online zawierających informacje o symptomach, metodach profilaktyki, leczeniu oraz wsparciu dostępnym dla osób dotkniętych ww. chorobami.
- Organizacja imprez promujących aktywność fizyczną, zdrowe odżywianie i redukcję stresu, które są kluczowe w profilaktyce i leczeniu wymienionych chorób.

Wprowadzenie takiego kompleksowego programu może znacząco przyczynić się do poprawy jakości życia osób dotkniętych tymi schorzeniami oraz zwiększenia świadomości społecznej na temat tych ważnych problemów zdrowotnych.

5.6. Program zdrowotny w zakresie prewencji i wykrywania chorób układu krążenia w populacji mieszkańców gminy Dębica – „Jak zapobiegać chorobom układu krążenia”

UZASADNIENIE :

Choroby układu krążenia są główną przyczyną zgonów w Polsce i na świecie. Umieralność w Polsce z tego powodu należy do najwyższych w Europie. Współczesny styl życia sprzyja niestety rozwojowi chorób układu krążenia. Do najistotniejszych czynników należą:

- nadciśnienie tętnicze krwi (wartość RR > 140/90 mmHg)
- zaburzenia gospodarki lipidowej (podwyższone stężenie we krwi cholesterolu całkowitego, LDL-cholesterolu, triglicerydów i niskie stężenie HDL-cholesterolu)
- palenie tytoniu - sprzyja chorobie wieńcowej, często towarzyszy stresowi podnoszącemu ciśnienie i powodującemu przeciążenie układu krążenia
- niska aktywność ruchowa = miażdżyca, choroba niedokrwienna serca, zawał
- nadwaga - sprzyja chorobie wieńcowej, miażdżycy i nadciśnieniu (każdy dodatkowy kilogram oznacza dla naszego serca zwiększoną pracę, otłuszczenie serca osłabia jego czynność i prowadzi do niewydolności)
- nieracjonalne odżywianie- sprzyja nadwadze i podwyższeniu poziomu cholesterolu we krwi
- upośledzona tolerancja glukozy
- wzrost stężenia fibrynogenu
- wzrost stężenia kwasu moczowego
- nadmierny stres
- wiek
- płeć męska
- obciążenia genetyczne

W 2023 roku zostały przeprowadzone szkolenia 15 grup uczniów klas VI ze szkół na terenie Gminy Dębica w ramach tematu „Jak zapobiegać chorobom układu krążenia”, które pozwoliły w prosty sposób zaznajomić młodzież szkolną jakie są choroby układu krążenia. Powstają one

w wyniku pojawienia się w życiu człowieka czynników ryzyka. Uczestnictwo młodzieży w odbytych szkoleniach przyczyniło się do podniesienia wiedzy i świadomości na temat chorób układu krążenia i zdrowego stylu życia, co w przyszłości może spowodować zmniejszenie częstości zachorowań i zgonów z powodu chorób układu krążenia. Przyczyną zachorowań jest, **mała aktywność fizyczna, otyłość, złe odżywianie lub palenie tytoniu**. Większe ryzyko dotyczy osób w bardziej zaawansowanym wieku.

W ostatnich 20 latach w Polsce zmniejszyła się umieralność przedwczesna z powodu chorób układu krążenia. Redukcja w tym czasie wyniosła ponad 40%. Na początku XXI wieku umieralność przedwczesna z powodu chorób układu krążenia w Polsce jest niższa niż średnia w całej Europie, ale wyższa niż średnia dla wszystkich krajów Unii Europejskiej. Również w porównaniu z USA sytuacja wśród polskich mężczyzn jest znacznie gorsza. Nadal współczynniki umieralności z powodów sercowonaczyniowych, w tym współczynniki umieralności przedwczesnej są w Polsce w porównaniu z krajami „starej” UE zdecydowanie zbyt wysokie.

W województwie podkarpackim choroby układu krążenia odpowiadają za 55% zgonów mężczyzn oraz 65% zgonów kobiet. Standaryzowane współczynniki umieralności z powodu chorób układu krążenia na całym podkarpaciu (551/100 000 - mężczyźni, 280/100 000 - kobiety) znacznie większe niż w krajach Unii Europejskiej (298/100 000 - mężczyźni, 195/100 000 - kobiety).

Przedstawione dane dotyczące umieralności z powodu chorób układu krążenia w Polsce jednoznacznie wskazują na konieczność podjęcia bardziej efektywnych niż dotąd działań na rzecz redukcji umieralności z powodu chorób układu sercowo-naczyniowego.

Proponowane działania :

- Popularyzacja problematyki chorób układu krążenia w lokalnych mediach.
- Upowszechnienie zasad prewencji chorób sercowo-naczyniowych i zdrowego stylu życia u mieszkańców gminy Dębica.
- Poprawa świadomości zagrożeń związanych z chorobami układu krążenia i sposobów szybkiego reagowania na objawy ostrzegawcze w populacji mieszkańców gminy Dębica.
- Wspieranie sieci placówek ochrony zdrowia, szkół i zakładów pracy promujących zdrowie
- Przygotowanie i rozpowszechnienie materiałów edukacyjnych na temat prewencji chorób układu krążenia
- Monitorowanie skuteczności prewencji chorób układu krążenia na terenie Małopolski oraz publikacja wyników programu.
- Upowszechnienie zasad prewencji chorób sercowo-naczyniowych i zdrowego stylu życia u mieszkańców gminy Dębica.

5.7. Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Przeciwdziałania Narkomanii.

UZASADNIENIE

Alkohol jest jedną z najpopularniejszych substancji psychoaktywnych, a jego nadużywanie może prowadzić do wystąpienia wielu negatywnych skutków zdrowotnych. Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) alkohol jest jednym z największych czynników ryzyka dla zdrowia populacji, większe ryzyko stanowi tylko palenie tytoniu i nadciśnienie tętnicze. Ze spożywaniem alkoholu związek ma ponad 60 rodzajów chorób i urazów. Z nadużywaniem alkoholu powiązane są m.in. problemy przemocy w rodzinie, ubóstwo i wykluczenie społeczne.

Narkotyki – to potoczne określenie niektórych substancji psychoaktywnych.

Narkomania – oznacza nadużywanie środków psychoaktywnych, potocznie narkotyków. Są to substancje naturalne syntetyczne, które wprowadzone w określonej dawce do organizmu ludzkiego, oddziałują na ośrodkowy układ nerwowy, powodując między innymi zmiany świadomości, nastroju.

Do najważniejszych problemów wynikających z nadużywania alkoholu należą przede wszystkim:

- związek między nietrzeźwością a popełnieniem przestępstwa,
- przemoc w rodzinach z problemem alkoholowym,
- nietrzeźwość w miejscach publicznych,
- wykroczenia spowodowane przez nietrzeźwych na drogach.

Proponowane działania:

- prowadzenie profilaktycznej działalności informacyjnej i edukacyjnej w zakresie rozwiązywania problemów alkoholowych i przeciwdziałania narkomanii, w szczególności dla dzieci i młodzieży, w tym prowadzenie pozalekcyjnych zajęć sportowych,
- udzielanie rodzinom, w których występują problemy alkoholowe, pomocy psychospołecznej i prawnej,
- zwiększanie dostępności pomocy terapeutycznej i rehabilitacyjnej dla osób uzależnionych od alkoholu,
- wspomaganie działalności instytucji, stowarzyszeń i osób fizycznych, służącej rozwiązywaniu problemów alkoholowych,
- podejmowanie interwencji w związku z naruszeniem przepisów dotyczących reklamy napojów alkoholowych i zasad ich sprzedaży.

Gminny Program Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii w gminie Dębica realizowany jest przez cztery lata w ramach posiadanych środków finansowych zapisanych w budżecie Gminy Dębica, stanowiących dochody z tytułu opłat za wydane zezwolenia na sprzedaż napojów alkoholowych.

Po zakończeniu programu jest wykonana analiza końcowa, która przedstawiona jest na posiedzeniu sesji Rady Gminy Dębica. Za przygotowanie analizy końcowej odpowiedzialny będzie zespół opracowujący Gminny Program Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii na lata 2022-2025.

6. FINANSOWANIE PROGRAMU

Wysokość środków finansowych na realizację Programu określone będą corocznie w uchwałach budżetowych Gminy Dębica.

7. KOORDYNACJA I MONITORING

Koordinację i monitoring Programu prowadzi będzie Wydział Organizacyjny w Urzędzie Gminy Dębica. Realizacja programu odbywać się będzie we współpracy z Niepublicznymi Zakładami Opieki Zdrowotnej, redakcją „Życie Gminy”, placówkami kulturalnymi i oświatowymi. Monitoring Programu odbywał się będzie w oparciu o wskaźniki zgłaszalności na poszczególne szczepienia oraz badania skryningowe.

Zakłada się, iż realizacja Program Profilaktyki i Promocji Zdrowia dla Gminy Dębica na lata 2024-2026 przyniesie w perspektywie poprawę stanu zdrowia populacji gminy.

Sprawozdanie z realizacji Programu przedstawi Radzie Gminy w Dębicy Wójt Gminy w terminie do 31 marca każdego roku.