

Tlačová správa
Poprad 30.október 2023

Popradská nemocnica pozýva na II. ročník akcie Fórum zdravia

Príďte sa preventívne poradiť s lekármi a otestovať, vaše zdravie za to stojí

Prevenca je základom zdravia. Prevencia je najviac. Prevencia je mnohonásobne lacnejšia ako liečba. A určite je aj príjemnejšia. Prečo teda tak veľa ľudí zanedbáva preventívne návštevy u lekára? Dôvodov môže byť mnoho, ale určite by sme medzi najčastejšími našli nedostatok času. Dnešná uponáhľaná doba nás núti deliť čas medzi prácu a rodinu a často zabúdame na to najcennejšie, čo máme – na svoje zdravie. Preto preventívnych akcií stále viac a viac pribúda, a preto ich nie je nikdy dosť.

Obchodné centrum Forum Poprad v spolupráci s Nemocnicou Poprad pripravili už II. ročník akcie Fórum zdravia a prevencie. Bude sa konať počas víkendu - sobotu a nedeľu 25. a 26. novembra od 10:00 do 17:00 hod.

Jej cieľom je pritiahnúť čo najviac ľudí na lekárske vyšetrenia, ku konzultáciám či poradenstvu s lekármi. „Aby sa celé rodiny nebáli a prišli v rámci víkendu dať sa otestovať, poradiť, pozrieť si praktické ukážky, či napríklad sa objednať na preventívne vyšetrenie. Neplánovaná konzultácia či rada môže doslova zachrániť život. Program, ktorý sme pripravili, je určený tak dospelým ako aj deťom a dotýka sa prakticky všetkých oblastí medicíny. Sme tu pre vás a vašich blízkych,“ hovorí medicínska riaditeľka Nemocnice Poprad MUDr. Annamária Miháliková.

V rámci jednotlivých, už predvianočných stanovíšť, budú k dispozícii chirurg, anestéziológ, gynekológ, pediater, dermatovenerológ, lekár v odbore lekárska kozmetika otorinolaryngológ, neurológ, urológ, lekár v odbore rehabilitácia a fyziatria, alebo oftalmológ.

„Poskytneme aj informácie o nutričnom poradenstve, o prevencii v každej špecializovanej sfére, propagácii PEDA gynekológmi a anestéziológmi,“ hovorí medicínska riaditeľka.

V sobotu počas celého dňa bude prítomné aj občianske združenie NIE RAKOVINE s Patrikom Hermanom a pacientmi, ktorí si diagnostiku i liečbu rakoviny zažili a vyliečili sa. Návštevníci si budú mať možnosť pozrieť si makety ľudského čreva, semenníkov a prsníkov.

Nedeľa bude venovaná sérii medicínskych podcastov na najčastejšie témy: Kolorektálny karcinóm - nečakaný hosť, od prevencie k endoskopu, pandémie krátkozrakosti, obezita ruka v ruke v detskom veku, jahodové

znamienko u detí, jeseň s respiračnými detskými ochoreniami, keď vstúpi do života prostate, raz za dva roky – skriningová mamografia.

Medzi špecialistami, ktorí sa budú návštevníkom venovať stretneme:

- **lekárka pre vnútorné lekárstvo, MUDr. Lenka Rojková v sobotu** záujemcom pomocou hodnoty tlaku, cholesterolu a statusu fajčiar/nefajčiar vypočíta vaskulárny vek. Návštevníkov bude edukovať o odvrátiteľných rizikách chorôb obehovej sústavy (obezita, hypertenzia, dyslipidémia, nikotinizmus). Pozornosť upriami na dôležitosť preventívnych prehliadok.
- **gastroenterológ MUDr. Ján Mikloš v nedeľu** priblíži problematiku tráviaceho traktu, výkonov v gastroenterológii z pohľadu pacientov, zvráti mýty o nich a povzbudí návštevníkov v tom, prečo je dôležitá prevencia nielen v staršom, ale aj v mladom veku.
- **chirurg, MUDr. Tomáš Francisty** sa okrem iného bude venovať dôležitosti preventívnych prehliadok zameraných napr. aj na zistenie symptómov, ktoré môžu včas odhaliť rakovinu hrubého čreva a konečníka. MUDr. Francisty sa vo svojej praxi venuje výžive pacientov a jej dôležitosti pre úspešnosť každej liečby;
- **nutričná terapeutka nemocnice, Bc. Ing. Jana Krempaská** úzko spolupracuje s jednotlivými oddeleniami a ambulanciami a je pripravená poradiť dospelým i detským pacientom v oblasti stravovania aj špeciálnych diét súvisiacich so zdravotným stavom pacienta;
- **oční lekári zodpovedia otázky:** Viete, aký máte vnútroočný tlak? Za zvýšenou hodnotou vnútroočného tlaku sa skrýva ochorenie nazývané glaukóm, ľudovo tiež známe ako zelený zákal. Mierne zvýšené hodnoty vnútroočného tlaku nebolia, nespôsobujú subjektívne ťažkosti, preto jedinou možnosťou, ako zistiť práve tie vaše hodnoty, je prísť si dať odmerať vnútroočný tlak špeciálnym oftalmologickým prístrojom tonometrom. Využite túto príležitosť a nechajte si zmerať vnútroočný tlak;
- **ušno-nosovo-krčný lekár, primár MUDr. Ján Sopko** záujemcom ukáže, ako v domácom prostredí okamžite zareagovať pri malých poraneniach. Zároveň sa pokúsi detským pacientom vysvetliť a predviesť, čo sa u ORL lekára vyšetruje a ako sa lekárov prestať báť;
- **detský lekár, endokrinológ a diabetológ, MUDr. Peter Repko sa bude** venovať hrám a cvičeniam, ktoré pomôžu deti usmerniť v správnom stravovaní, v dobrých návykoch, hravou formou, poradí v prevenciách, opatreniach pri infektoch, vysokej horúčke u detí;
- **rehabilitačná lekárka MUDr. Aksana Kurbat** ukáže správne sedenie školáka, fyzikálnu liečbu formou rázovej vlny, správne cvičenia nožičiek u detí;
- **lekárska kozmetička MUDr. Nikol Krajňáková** ponúkne poradenstvo a konzultácie a ako darček môžu záujemcovia absolvovať kryomasáž tváre.

- v uzavretom priestore si môžete nechať skontrolovať znamienka dermatoskopom u **kožnej lekárky, MUDr. Jany Kováčovej Gajanovej**. Poradí tiež v prípade kožných zdravotných problémov.
- poradenstvo v oblasti urológie ponúkne **urológ, MUDr. Erik Chorvát**. Neurologické problémy je možné konzultovať s našimi neurológmi, MUDr. Chudou, MUDr. Šimunkovou.
- pod vianočným stromčekom nájdete aj **poradenstvo pre budúce mamičky**, ako sa bezbolestný pôrod stáva bežnou súčasťou v pôrodníctve.

Nemocnica Poprad nezabudla ani na najmenších. Po oba dni na deti bude čakať bohatý program v sprievode maskota nemocnice. Rehabilitačný tím sa bude venovať čisto detským témam - detským nôžkam, detskej chrbtici a jej vývinu, fyzikálnej liečbe a elektroliečbe pri rôznych problémoch.

A nebudú chýbať aj ďalšie detské aktivity: omaľovánky, skladanie vlastného jedálnička, edukácie o infektoch u detí, meranie telesnej teploty a glykémie, liečba a oparenia pri vysokej teplote u detí.

Venujte svoj čas prevencii, konzultujte a pýtajte sa lekárov, ktorí prišli za vami.

Tešíme sa na vás vo Forume!