

# Skupaj smo močnejši

Nedelja, 12.08.2018

Že vrsto let skupaj z Rdečim križem Vuzenica, Zdravstvenim domom Radlje ob Dravi in Koronarnim klubom mežiške doline, ter zadnji dve leti z Reševalnim centrom Koroške v sklopu Rokovega sejma občankam in občanom ponudimo različne dejavnosti, ki so zelo pomembne za zagotavljanje zdravja in zgodnje odkrivanje bolezni.

Na naših vsakoletnih srečanjih izvajamo meritve krvnega sladkorja, krvnega tlaka, ter izvajamo meritve z analizatorjem telesne maščobe. Fizioterapevta iz Zdravstvenega doma Radlje ob Dravi pa sta poskrbela za naše boljše počutje.

Obiskovalce pozivamo na vključitev v preventivne presejalne programe SVIT, ZORA in DORA.

S predstavitvijo modela debelega črevesa v okviru programa SVIT smo omogočili, da obiskovalci spoznajo bolezen debelega črevesa, predvsem s pozivom k sodelovanju pri zgodnjem odkrivanju te bolezni.

Državni program SVIT – v ta presejalni program, namenjen zgodnjemu odkrivanju raka debelega črevesa in danke, so vključeni vsi v starosti od 50 do 74 let. Da pa bi lahko dosegli rezultate, je bistven dober odziv in redno pošiljanje vzorcev blata.

Rak debelega črevesa in danke se razvija počasi in brez simptomov, zato je ključno njegovo zgodnje odkrivanje.

Z zgodnjim odkrivanjem se lahko umrljivost za temi oblikami raka zmanjša za vsaj 30 odstotkov in reši do 300 življenj letno. Rak na debelem črevesu in danki je v Sloveniji velik zdravstveni problem; je drugi najpogostejši rak, število teh rakov pa se vsako leto povečuje. Zaradi poznega odkrivanja raka na debelem črevesu in danki je umrljivost za tem rakom še vedno velika, zdravljenje pa je za bolnike naporno in manj uspešno.

**Reševalci iz Zdravstveno reševalnega centra Koroške, so predstavili temeljne postopke oživljanja, pravilno uporabo defibrilatorja ter nam omogočili ogled reševalnega vozila.**

**Podravnica Ivica, dr.med. nam je predstavila kateri dejavniki so povezani z nastankom raka? Kaj je mogoče ukreniti, da bi zmanjšali breme te bolezni?**

**Letos smo dali poudarek na zaščito pred škodljivimi vplivi sonca.**

Zaradi počitnic, dopustov, dolžine dneva in višjih temperatur poleti več časa prebijemo na prostem, še zlasti ob sončnih dneh. Žal pa ima sonce poleg koristnih učinkov (nastanek vitamina D, dobro počutje, svetloba, toplota), tudi škodljive učinke na naše zdravje. **Opozorjali smo, o škodljivih učinkih UV sevanja na naše telo, ter svetovali, kako lahko s pravilnim samozaščitnim ravnanjem zmanjšamo ali preprečimo te škodljive učinke in ostanemo zdravi.**

**Prepričani smo, da opravljamo poslanstvo, vezano na naše osebno počutje in zdravje. Vsem Vam želimo, da skrbite za svoje zdravje, ker drug ne bo tako skrben, kot smo lahko le sami.**

Čurin Petra, dipl.med.s.