

ręka na pulsie

Pogoda dla wrażliwych

Rafał Maszewski

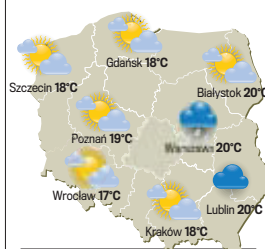
KLIMATOLOG Z UMK W TORUNIU



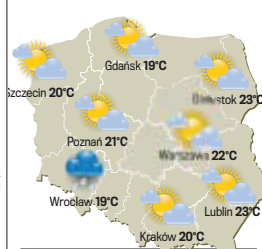
Przynajmniej do piątku w prawie całej Polsce będzie wilgotno i niezbyt ciepło. Powodem są nize wraz z frontami atmosferycznymi przemieszczające się nad Europą Środkową. Nad Skandynawią umocni się w piątek silny wyż, który może poprawić nam pogodę w przyszłym tygodniu. Do piątku pogoda będzie na nas wpływać niekorzystnie. Najbardziej poszkodowane będą osoby cierpiące na dolegliwości reumatyczne, u których bóle stawów mogą się nasilać. Nieco bardziej powinny na siebie uważać osoby z niewydolnością krążenia. W powietrzu w stężeniu niskim będą obecne pyłki ambrozji i traw, a w stężeniu średnim lub wysokim zarodniki grzybów pleśniowych z rodzaju *Alternaria* i *Cladosporium* oraz pokrzywy. **Wiecej na: Wyborcza.pl/tylkozdzrowie**



ŚRODA 10.09



CZWARTEK 11.09



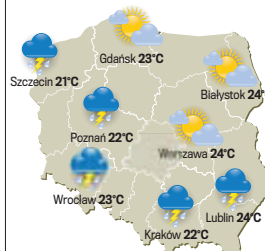
PIĄTEK 12.09



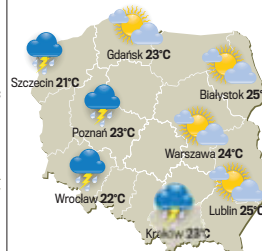
SOBOTA 13.09



NIEDZIELA 14.09



PONIEDZIAŁEK 15.09



WTOREK 16.09

PROGNOZĘ DOSTARCZA METEOGROUP

Licz się ze zdrowiem



430 tys. Europejczyków umiera co roku przez zanieczyszczone powietrze

Elżbieta Cichocka • GAZETA WYBORCZA

Tak wynika z danych Europejskiej Agencji Środowiska. W tej grupie jest 45 tys. Polaków. Złe powietrze odpowiada za zwiększającą się lawinowo liczbę alergii u dzieci.

- Alergia jest w 100 proc. chorobą środowiskową - mówi prof. Bolesław Samoliński i wyjaśnia, że świadczy o tym statystyki zachorowalności, bo geny nie zmieniają się tak szybko jak środowisko, w którym żyjemy.

Alergia dziecięca naraża człowieka na astmę w młodym wieku, a astma dwunastokrotnie zwiększa ryzyko zachorowania na przewlekłą obturacyjną chorobę płuc (POChP) u dorosłych. Problemy ze zdrowiem zaczynają się więc przewlekłym katarrem i kaszlem u małych dzieci, a kończą poważną chorobą w wieku dojrzałym. Niewydolny układ oddechowy generuje inne choroby, w tym zawały serca.

Z 2,5 mln Polaków chorujących na POChP aż trzy czwarte nie wie o swojej chorobie i zostaje bez leczenia. Zbyt często się zdarza, że zanim pacjent trafi do specjalisty, ma już nieodwracalnie zniszczone płuca, a przecież to nie są pacjenci, którzy znaleźli się u lekarza po raz pierwszy.

Wśród najbardziej zanieczyszczonych krajów na mapie świata są dwa europejskie - Polska i Bułgaria. Krajowe normy zanieczyszczenia powietrza są łagodniejsze od europejskich, a te europejskie dwa razy łagodniejsze od norm Światowej Organizacji Zdrowia (WHO).

Na liście dziesięciu najbardziej zanieczyszczonych miast europejskich widnieje sześć miast polskich i cztery bułgarskie. Trzecie miejsce na tej liście zajmuje Kraków. Nie tylko samochody zanieczyszczają nam powietrze, którym oddychamy. W 2009 r. w Krakowie zmierzono źródła zanieczyszczenia. Okazało się, że ponad połowa pyłu i 90 proc. rakotwórczego benzo(a)pirenu po-

chodziło z dymu wydostającego się z kominów domów jednorodzinnych. Przystarzałe piece, zły jakości, najtańszy węgiel, a co gorsza, spalanie w piecach plastikowych śmieci powodują, że nieświadomie zatruwamy siebie, nasze dzieci i sąsiadów.

W Małopolsce koszty leczenia ludzi chorujących wskutek złego powietrza to 2,8 mld zł rocznie. Dodatkowych kosztów cierpienia chorych nie da się przeliczyć na złotówki.

W Polsce jest 5 mln domów jednorodzinnych, z czego 3,5 mln niedocieplonych. Te źle izolowane i ogrzewane węglem należą do mniej zamożnych właścicieli. Nie stać ich na modernizację. Ale czy społeczeństwo stać na wdychanie szkodliwego powietrza?

Zdrowie publiczne nie zależy tylko od indywidualnego zachowania poszczególnych ludzi, bo od złego powietrza nie są w stanie się uchronić. Nie zależy też tylko od jakości opieki zdrowotnej, bo koszty leczenia to skutki, a nie przyczyny. By eliminować przyczyny zwiększających się zachorowań konieczna jest świadoma, długofalowa strategia ministerstw i samorządów. Rewolucji energetycznej nie da się przeprowadzić bez wsparcia państwa. **•**

ZBADAJ PŁUCA. BEZPŁATNIE
Od dziś do 20 września trwają światowe dni spirometrii. W tym czasie w Polsce w ponad 100 miejscach można będzie wykonać bezpłatne badania wydolności oddechowej. W poprzednich latach udało się dzięki tym dniom przebadать 30 tys. osób i 4,5 tys. chorych szybciej uzyskało pomoc lekarską. Na badania powinni się zgłosić przede wszystkim ci, którzy zauważyli, że dostają zadyszki, łatwo się męczą, dręczą ich uporczywy kaszel.

Szkolenia w przedszkolach

+ Precz z próchnicą!

Ponad 300 tysięcy dzieci z całej Polski może wziąć udział w edukacyjnym programie stomatologicznym. Zgłoszenia przedszkoli przyjmowane są do końca października. Projekt prowadzi Uniwersytet Medyczny im. Karola Marcinkowskiego z Poznania wraz z ośmioma uczelniami medycznymi. Celem jest edukacja i profilaktyka stomatologiczna dzieci w wieku 0-5 lat oraz osób dorosłych. Od postawy rodziców, opiekunów, nauczycieli i wychowawców najbardziej zależy stan zdrowia jamy ustnej najmłodszych. Przedszkola, które przejdą rekrutację, będą mogły wybrać, w którym z projektów chcą wziąć udział. Pierwszy to edukacja bezpośrednia: w przedszkolach pojawiają się edukatorzy, którzy poprowadzą zajęcia dla dzieci z zakresu prawidłowego szczotkowania i pielęgnacji jamy ustnej. Lekcje będą się odbywały z udziałem rodziców i nauczycieli przedszkolnych. Edukacja pośrednia przewiduje udział nauczycieli w szkoleniach, dowiedzą się na nich, jak skutecznie wyrabiać u swoich podopiecznych prawidłowe nawyki zdrowotne. Przedszkola otrzymają pakiety edukacyjne niezbędne do prowadzenia zajęć z najmłodszymi. Rodzice i dzieci też dostaną materiały edukacyjne oraz zestawy



12BRF

szczotek i past do zębów. Udział w projekcie jest bezpłatny. Przedsięwzięcie jest finansowane ze Szwajcarsko-Polskiego Programu Współpracy oraz dotacji ministra zdrowia. Aby zapisać się do projektu, przedszkola muszą przesłać formularz zgłoszeniowy. Dostępny jest on na stronie internetowej www.zebymalegodziecka.pl

W tym numerze dyżurowali

CHIRURG

prof. Stanisław Głuszek
szef Kliniki Chirurgii Ogólnej,
Onkologicznej i Endokrynologicznej
w Wojewódzkim Szpitalu Zespolonym
w Kielcach

FARMACEUTA

Stanisław Piechula
wiceprezes Śląskiej Izby
Aptekarskiej

GASTROLOG

prof. Jarosław Reguła
koordynator ogólnopolskiego
Programu Badań Przesiewowych
dla Wczesnego Wykrywania
Raka Jelit Grubego,
kierownik Kliniki Gastroenterologii
Centrum Onkologii
w Warszawie

GINEKOLOG

dr n. med. Krzysztof Szafranko
zastępca kierownika Kliniki Położnictwa, Chorób
Kobiety i Ginekologii Onkologicznej
w CSK MSWiA w Warszawie

ONKOLOG

dr n. med. Stanisław Góźdz
dyrektor Świętokrzyskiego Centrum Onkologii
w Kielcach

dr n. med. Tomasz Sarosiek
ordynator onkologii NZOZ Magodent
w Warszawie

UROLOG

dr Andrzej Kędzierski
kierownik oddziału urologicznego w SPZOZ
Kędzierzyn-Koźle, Szpital w Kędzierzynie-Koźle
prof. Andrzej Paradysz
szef Kliniki Urologii Śląskiego Uniwersytetu Medycznego