



# **POWIATOWY PROGRAM POLITYKI ZDROWOTNEJ NA ROK 2017 „ZDROWY POWIAT”**

Starostwo Powiatowe w Legionowie  
Wydział Spraw Społecznych  
ul. Sikorskiego 11  
05-119 Legionowo

Legionowo 2017 r.

## Spis treści

I. WSTĘP.....	5
II. SYTUACJA DEMOGRAFICZNA.....	6
III. PODSTAWA PRAWNA WARUNKUJĄCA REALIZACJĘ POWIATOWEGO PROGRAMU POLITYKI ZDROWOTNEJ „ZDROWY POWIAT” .....	7
IV. CELE ZDROWOTNE POWIATOWEGO PROGRAMU POLITYKI ZDROWOTNEJ „ZDROWY POWIAT” .....	8
V. AKCJE ZDROWOTNE REALIZOWANE W RAMACH POWIATOWEGO PROGRAMU POLITYKI ZDROWOTNEJ „ZDROWY POWIAT” W ROKU 2017 .....	9
V.1. Program wczesnego wykrywania wad rozwojowych i nowotworów u dzieci.....	15
a) Opis problemu zdrowotnego .....	15
b) Cele programu.....	17
c) Adresaci programu .....	18
d) Organizacja programu.....	18
e) Koszty .....	19
f) Monitorowanie i ewaluacja .....	20
g) Okres realizacji programu.....	20
Załącznik nr 1 do Programu wczesnego wykrywania wad rozwojowych i nowotworów u dzieci .....	21
Załącznik nr 2 do Programu wczesnego wykrywania wad rozwojowych i nowotworów u dzieci .....	22
Załącznik nr 3 do Programu wczesnego wykrywania wad rozwojowych i nowotworów u dzieci .....	23
V.2. Program profilaktyki i wczesnego wykrywania nowotworów piersi .....	24
a) Opis problemu zdrowotnego .....	24
b) Cele programu.....	26
c) Adresaci programu .....	26
d) Organizacja programu.....	26
e) Koszty programu .....	28
f) Promocja, monitorowanie i ewaluacja.....	29
g) Okres realizacji programu .....	29
Załącznik nr 1 do Programu profilaktyki i wczesnego wykrywania nowotworów piersi....	30
Załącznik nr 2 do Programu profilaktyki i wczesnego wykrywania nowotworów piersi....	31
V.3. Edukacja przyszłych rodziców w Szkole Rodzenia .....	32
a) Opis problemu zdrowotnego .....	32
b) Cel programu .....	34
c) Adresaci programu .....	34
d) Organizacja programu.....	35
e) Koszty programu .....	36
f) Promocja, monitorowanie i ewaluacja.....	36
g) Okres realizacji programu .....	37
Załącznik nr 1 do Programu edukacyjnego dla przyszłych rodziców .....	38
Załącznik nr 2 do Programu edukacyjnego dla przyszłych rodziców .....	39
V.4. Badania profilaktyczne zaburzeń rozwoju psychologiczno - neurologopedycznego dzieci .....	40
a) Opis problemu zdrowotnego .....	40
b) Cel programu .....	42
c) Adresaci programu .....	43
d) Organizacja programu.....	43
e) Koszty programu .....	44
f) Promocja, monitorowanie i ewaluacja.....	45

g) Okres realizacji programu .....	46
Załącznik nr 1 do Programu badań profilaktycznych zaburzeń rozwoju psychologiczno - neurologopedycznego dzieci .....	47
Załącznik Nr 2 do Programu badań profilaktycznych zaburzeń rozwoju psychologicznego i neurologopedycznego dzieci .....	48
V.5. Program profilaktyki wad postawy u dzieci .....	49
a) Problem zdrowotny .....	49
b) Cel programu .....	53
c) Adresaci programu .....	54
d) Organizacja programu .....	54
e) Koszty programu .....	55
f) Promocja, monitorowanie i ewaluacja .....	56
g) Okres realizacji programu .....	56
Załącznik nr 1 do Programu profilaktyki wad postawy .....	57
Załącznik nr 2 do Programu profilaktyki wad postawy .....	58
Załącznik nr 3 do Programu profilaktyki wad postawy .....	59
Załącznik nr 4 do Programu profilaktyki wad postawy ANKIETA SKIEROWANA DO OPIEKUNÓW GRUP BIORĄCYCH UDZIAŁ W BADANIACH POSTAWY UDZIECI ZORGANIZOWANYCH W RAMACH POWIATOWEGO PROGRAMU POLITYKI ZDROWOTNEJ 2017 .....	60
Załącznik nr 5 do Programu profilaktyki wad postawy .....	61
V.6. Program profilaktyki i wczesnego wykrywania raka jelita grubego .....	62
a) Opis problemu zdrowotnego .....	62
b) Cele programu .....	65
c) Adresaci programu .....	65
d) Organizacja programu .....	65
e) Koszty programu .....	67
f) Promocja, monitorowanie i ewaluacja .....	67
g) Okres realizacji programu .....	68
Załącznik nr 1 do Programu profilaktyki i wczesnego wykrywania nowotworów jelita grubego .....	69
Załącznik nr 2 do Programu profilaktyki i wczesnego wykrywania nowotworów raka jelita grubego .....	70
V.7. Program profilaktyki i wczesnego wykrywania raka gruczołu krokowego .....	71
a) Opis problemu zdrowotnego .....	71
b) Cele programu .....	74
c) Adresaci programu .....	74
d) Organizacja programu .....	74
e) Koszty programu .....	76
f) Promocja, monitorowanie i ewaluacja .....	76
g) Okres realizacji programu .....	76
Załącznik nr 1 do Programu profilaktyki i wczesnego wykrywania nowotworów gruczołu krokowego .....	76
Załącznik nr 2 do Programu profilaktyki i wczesnego wykrywania nowotworów raka gruczołu krokowego .....	78
V.8 Program prozdrowotny dla osób przewlekle chorych po 60. r.ż. „Zaskoczeni wiekiem” .....	79
a) Problem zdrowotny .....	79
b) Epidemiologia .....	79
c) Populacja podlegająca jednostce samorządu terytorialnego i populacja kwalifikująca się do włączenia do Programu .....	81
d) Cel Programu i oczekiwane efekty .....	81

e) Adresaci Programu .....	81
f) Organizacja Programu .....	82
g) Koszty Programu .....	83
h) Promocja, monitorowanie i ewaluacja .....	83
i) Okres realizacji Programu .....	84
Załącznik nr 1 do Programu prozdrowotnego dla osób przewlekle chorych po 60. r.ż. ...	85

## I. WSTĘP

Definicja Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) określa zdrowie jako *stan dobrego samopoczucia fizycznego, psychicznego i społecznego a nie tylko brak choroby lub niepełnosprawności*. Wydłużenie życia w zdrowiu, poprawa zdrowia i związanej z nim jakości życia ludności oraz zmniejszenie nierówności społecznych w zdrowiu są celem strategicznym koncepcji Narodowego Programu Zdrowia na lata 2016 – 2020<sup>1</sup>. Zdrowy człowiek ma większe szanse na samorealizację, satysfakcjonujące pełnienie ról społecznych, czy też dobrą adaptację do zmian środowiska. Tylko zdrowe społeczeństwo może tworzyć dobra materialne i kulturowe oraz zapewnić rozwój społeczny i gospodarczy.

Tegoroczny Powiatowy Program Polityki Zdrowotnej „Zdrowy Powiat” realizowany przez Powiat Legionowski obejmie swoim zasięgiem świadczenia przesiewowe profilaktyki nowotworów oraz rozwoju psychoruchowego dzieci. Realizowane będą również akcje edukacji prozdrowotnej, opieki nad matką i dzieckiem oraz promocji aktywnego i zdrowego trybu życia dzieci i seniorów.

Poszczególne świadczenia realizowane będą w formie dłuższych akcji prozdrowotnych. Przewidziana jest również możliwość realizacji jednodniowych akcji tzw. „Białych sobót”. Z doświadczenia Starostwa Powiatowego w Legionowie z realizacji programów zdrowotnych w poprzednich latach wynika, że krótkotrwałe akcje cieszą się o wiele większym zainteresowaniem wśród pacjentów niż całoroczne badania. Czas trwania poszczególnych świadczeń oraz liczba uczestników wynika również z wysokości środków, jakie zostały przeznaczone na realizację świadczeń zdrowotnych. Celem realizatora było także objęcie świadczeniami jak najszerszej grupy mieszkańców oraz zaproponowanie im różnorodnych form sprawdzenia swojego zdrowia. Świadczenia, które zaplanowano na rok 2017 cieszą się od lat popularnością wśród mieszkańców powiatu, przynoszą też wymierne efekty w postaci wcześnie wykrytych nieprawidłowości i podejrzeń nowotworów.

Świadczenia w ramach Programu będą realizowane we współpracy z zakładami opieki zdrowotnej, instytucjami, przedsiębiorcami prywatnymi oraz organizacjami pozarządowymi mającymi uprawnienia do przeprowadzenia zlecanych świadczeń, po uprzednim przeprowadzeniu procedury konkursu ofert na wyłonienie świadczeniodawców badań.

W przypadku pojawienia się, w trakcie trwania Programu, możliwości przeprowadzenia działań prozdrowotnych innych niż wymienione w Programie Polityki Zdrowotnej „Zdrowy Powiat” a mieszczących się w ogólnych założeniach programu, zadania takie w miarę możliwości również zostaną zrealizowane.

---

<sup>1</sup> Narodowy Program Zdrowia na lata 2016–2020 przyjęto Rozporządzeniem Rady Ministrów z dnia 4 sierpnia 2016 r. (Dz. U. z 2016 r. poz. 1492).

## II. SYTUACJA DEMOGRAFICZNA

Z danych statystycznych GUS wynika, że na dzień 31 grudnia 2015 r. Powiat Legionowski zamieszkiwało 113 242 osoby w tym:

- Miasto Legionowo – 54 172 osoby
- Miasto i Gminę Serock – 14 073 osoby
- Gminę Jabłonna - 18 364 osoby
- Gminę Wieliszew – 12 716 osób
- Gminę Nieporęt – 13 917 osób

Według wyliczeń GUS w roku 2030 liczba osób w wieku powyżej 65 roku życia osiągnie poziom ok. 24%, co oznacza że prawie co czwarty Polak będzie miał co najmniej 65 lat. Wg statystyk do głównych przyczyn zgonów należą choroby układu krążenia oraz nowotwory złośliwe. Ważne jest, aby wraz z wydłużeniem długości życia pamiętać o podnoszeniu jego jakości.

Skala problemów mieszkańców powiatu jest porównywalna z sytuacją ogólnokrajową. Mieszkańcy powiatu borykają się z problemami społeczno – zdrowotnymi m.in. takimi jak:

- nieprawidłowy styl życia,
- choroby układu krążenia,
- nowotwory,
- urazy,
- choroby zakaźne,
- choroby przewlekłe.

Gorszy stan zdrowia ludności jest wyraźny wśród osób niewykształconych, uboższych, a także w regionach wiejskich, charakteryzujących się gorszą infrastrukturą utrudniającą dostęp do placówek opieki zdrowotnej.

### **III. PODSTAWA PRAWNA WARUNKUJĄCA REALIZACJĘ POWIATOWEGO PROGRAMU POLITYKI ZDROWOTNEJ „ZDROWY POWIAT”**

Powiat Legionowski realizuje zadania własne w zakresie promocji i ochrony zdrowia. Obejmują one w szczególności promocję zdrowia i profilaktykę. W celu realizacji tego zadania inicjowane są programy polityki zdrowotnej oraz prowadzone akcje informacyjne w celu zaznajamiania mieszkańców z czynnikami szkodliwymi dla zdrowia oraz ich skutkami. Badania profilaktyczne organizowane w ramach inicjowanych programów nie dotyczą świadczeń gwarantowanych przeznaczonych dla pacjentów i finansowanych przez Narodowy Fundusz Zdrowia.

Akty prawne regulujące podejmowane przez Powiat Legionowski zadania to:

- Ustawa z dnia 5 czerwca 1998 r. o samorządzie powiatowym (t.j. Dz. U. z 2016 poz. 816 z późn zm.)
- Ustawa z dnia 27 sierpnia 2004 r. o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych (t.j. Dz. U. z 2016 r. poz. 1793 z późn zm.)
- Ustawa z dnia 15 kwietnia 2011 r. o działalności leczniczej (t. j. Dz. U. z 2016 r. poz. 1638 z późn. zm.)
- Ustawa z dnia 11 września 2015 r. o zdrowiu publicznym (Dz. U. z 2015 r. poz. 1916)
- Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 21 sierpnia 2009 r. w sprawie priorytetów zdrowotnych (Dz. U. z 2009 r. nr 137 poz. 1126)
- Narodowy Program Zwalczania Chorób Nowotworowych. Założenia i cele operacyjne 2016 – 2024 (M.P. 2015 r. poz. 1165)
- Narodowy Program Zdrowia na lata 2016 – 2020 (Dz.U. 2016 r. poz. 1492)
- Mapa potrzeb zdrowotnych w zakresie onkologii dla województwa mazowieckiego – przygotowane przez Ministerstwo Zdrowia
- Mazowiecki Program Polityki Zdrowotnej na lata 2013-2017

#### **IV. CELE ZDROWOTNE POWIATOWEGO PROGRAMU POLITYKI ZDROWOTNEJ „ZDROWY POWIAT”**

Głównym celem Programu Polityki Zdrowotnej „Zdrowy Powiat” jest poprawa zdrowia oraz świadomości na jego temat mieszkańców powiatu. Co za tym idzie, celem jest również poprawa jakości życia. Dzięki naszym działaniom prozdrowotnym kształtowane są również zachowania prozdrowotne i wpajany jest prawidłowy styl życia.

Do szczegółowych celów Programu Polityki Zdrowotnej „Zdrowy Powiat” na rok 2017 należą:

- zmniejszenie zachorowalności i przedwczesnej umieralności z powodu chorób nowotworowych i układu krążenia;
- zwiększenie opieki zdrowotnej nad matką, noworodkiem i małym dzieckiem;
- zmniejszenie przedwczesnej zachorowalności i ograniczenie negatywnych skutków przewlekłych schorzeń układu kostno – stawowego;
- stworzenie warunków do zdrowego i aktywnego życia osób starszych, cierpiących na różnego rodzaju choroby przewlekłe;
- zapobieganie najczęstszym problemom zdrowotnym dzieci i młodzieży jakimi są otyłość i skrzywienia kręgosłupa;
- wykrywanie i zapobieganie pogłębianiu się niepełnosprawności rozwojowych wśród dzieci;
- zwiększanie działań na potrzeby promocji zdrowia i edukacji zdrowotnej.

Oczekiwane korzyści zdrowotne po wdrożeniu Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej „Zdrowy Powiat” to:

- zmniejszenie zachorowalności mieszkańców na choroby nowotworowe;
- zmniejszenie częstotliwości występowania otyłości wśród dzieci i młodzieży,
- zwiększenie wykrywalności chorób nowotworowych we wczesnych stadiach;
- rozpowszechnienie idei aktywności fizycznej wśród mieszkańców;
- zwiększenie świadomości dzieci, młodzieży i dorosłych na temat prawidłowych postaw prozdrowotnych;
- wczesne wykrycie i zmniejszenie skutków wad rozwojowych u dzieci;
- zmniejszenie występowania niepełnosprawności, chorób przewlekłych i przedwczesnych zgonów.



## **V. AKCJE ZDROWOTNE REALIZOWANE W RAMACH POWIATOWEGO PROGRAMU POLITYKI ZDROWOTNEJ „ZDROWY POWIAT” W ROKU 2017**

Wszystkie świadczenia w ramach Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej „Zdrowy Powiat” będą odbywały się w wyznaczonych dniach i godzinach (nie pokrywających się godzinami przyjęć w danej przychodni). Wymóg takiej organizacji będzie zawarty już w materiałach konkursowych. Zaraz po rozstrzygnięciu konkursu zostanie sporządzony całościowy harmonogram terminów badań. Terminy akcji, w miarę możliwości, zostaną skorelowane z kalendarium świątowych i ogólnopolskich dni związanych z tematyką zdrowotną.

Akcje w ramach Programu będą realizowane we współpracy z zakładami opieki zdrowotnej, instytucjami, przedsiębiorcami prywatnymi oraz organizacjami pozarządowymi posiadającymi zasoby kadrowe, rzeczowe i lokalowe do realizacji poszczególnych świadczeń.

W przypadku pojawienia się, w trakcie trwania Programu, możliwości przeprowadzenia działań prozdrowotnych innych niż wymienione wcześniej a mieszczących się w ogólnych założeniach programu, zadania takie w miarę możliwości również zostaną zrealizowane.

Powiatowy Program Polityki Zdrowotnej „Zdrowy Powiat” składa się z opisanych w dalszych rozdziałach akcji, a są nimi:

- Program profilaktyczny wczesnego wykrywania nowotworów piersi,
- Program profilaktyczny wczesnego wykrywania nowotworów jelita grubego,
- Program profilaktyczny wczesnego wykrywania nowotworów raka gruczołu krokowego,
- Program profilaktyczny edukacji okołoporodowej rodziców – szkoła rodzenia,
- Program profilaktyczny wczesnego wykrywania zaburzeń psychologiczno - neurologopedycznych dzieci,
- Program profilaktyczny wczesnego wykrywania wad rozwojowych i nowotworów u dzieci,
- Program profilaktyczny wczesnego wykrywania wad postawy u dzieci.
- Program prozdrowotny dla osób przewlekle chorych po 60 r.ż

## **Inne działania w zakresie edukacji i profilaktyki prozdrowotnej**

### 1. Konkurs „Zdrowie w Bajce”

W Narodowym Programie Zdrowia *ograniczenie ryzyka zdrowotnego wynikającego z zagrożeń fizycznych, chemicznych i biologicznych w środowisku zewnętrznym, miejscu pracy, zamieszkania, rekreacji i nauki* stanowi cel operacyjny nr 4. Wspieranie poprawy jakości powietrza stanowi jeden z jego podstawowych założeń. Zmianę takiego stanu rzeczy mogą przynieść programy edukacyjne uaktywniające społeczeństwo i promujące działania profilaktyczne oraz kreowanie dobrych praktyk, głównie wśród najmłodszych.

Akcja, która posiada już ośmioletnią tradycję, polega na organizacji konkursu na przedstawienie o tematyce prozdrowotnej, wraz z jego inscenizacją podczas finału konkursu. Konkurs organizowany jest w celu pogłębienia świadomości dzieci na temat zdrowego trybu życia.

IX edycja konkursu organizowana będzie w czterech kategoriach wiekowych w następującym temacie przewodnim: „Czyste powietrze wokół nas”

- przedszkolaki (dzieci w wieku 3-4 lata),
- przedszkolaki "0" (dzieci w wieku 5-6 lat),
- klasy "0" szkół podstawowych (dzieci w wieku 5-6 lat),
- klasy I-III szkół podstawowych (dzieci w wieku 6-9 lat).

Konkurs organizowany będzie we współpracy z Powiatową Stacją Sanitarno - Epidemiologiczną w Legionowie.

Planowany termin konkursu to wrzesień - listopad 2017. Przewidywane koszty realizacji tego zadania to ok. 13.000 zł. (koszty organizacji, nagród, statuetek itp.)

Planowana liczba uczestników – 450 dzieci.

Potwierdzenie zasadności przeprowadzenia akcji prezentują przedstawione niżej wyniki badań przeprowadzonych podczas realizacji zadania w 2013 i 2014 r. w których udział wzięło w sumie 870 dzieci z 87 szkół i przedszkoli z terenu powiatu. W 2015 roku w konkursie wzięło udział 47 7-osobowych grup, razem 329 dzieci a w roku 2016 – 255 dzieci z 30 placówek. W trakcie trwania finału konkursu wrywkowo pytani o opinie na jego temat byli opiekunowie i rodzice. Wszyscy respondenci uznali za konieczne organizowanie wszelkich tego typu działań prozdrowotnych dla dzieci, gdyż taka forma edukacji, kiedy dzieci muszą zaangażować się same w działania, stanowią świetną formę przekazu wartości prozdrowotnych i dzięki temu są łatwo przyswajane przez dzieci.

## 2. Warsztaty „Dbam o zdrowie”

*Prowadzenie zintegrowanej, skojarzonej profilaktyki próchnicy zębów dzieci młodzieży* stanowi jeden z priorytetów działań profilaktycznych celu operacyjnego nr 4 Narodowego Programu Zdrowia. Również *tworzenie warunków umożliwiających kształtowanie i utrzymanie prawidłowych wzorców odżywiania i aktywności fizycznej* została w nim zawarta jako jeden z priorytetów celu operacyjnego nr 1. Rosnące zagrożenie przewlekłymi chorobami niezakaźnymi spowodowało, że ich prewencja uznana została za główne wyzwanie dla zdrowia publicznego. Globalna strategia dotycząca diety, aktywności fizycznej i zdrowia (opracowana przez WHO) kładzie nacisk na wdrożenie działań promujących zdrową dietę i aktywność fizyczną. Wpisuje się w to również edukacja zdrowotna skierowana do najmłodszych.

Program powiatowy adresowany jest do przedszkolaków z najmłodszych grup (3 – latków, a w przypadku grup mieszanych 3-4 latków) uczęszczających do publicznych przedszkoli na terenie Powiatu Legionowskiego.

Program polegać będzie na organizacji warsztatów edukacyjnych w zakresie zdrowego i higienicznego trybu życia. Szkolenia odbywać się będą z wykorzystaniem rekwizytów, które w wizualny sposób pomogą dzieciom zrozumieć problem dbania o zdrowie. Zajęcia będą obejmować tematykę zdrowego odżywiania się, rozróżniania zdrowych i niezdrowych produktów, sposobu dbania o higienę jamy ustnej, w tym naukę prawidłowej techniki mycia zębów i ogólnej higieny.

Celem programu jest propagowanie wśród dzieci odpowiedzialności za własne zdrowie oraz świadomości na temat higieny jamy ustnej i całego ciała.

Zajęcia przeprowadzone będą w placówkach przedszkolnych przez wykwalifikowanych specjalistów, posiadających udokumentowane prawo do przeprowadzania takiej formy i tematyki zajęć.

Kwalifikacje wymagane od realizatorów: asystent stomatologiczny, specjalista od higieny jamy ustnej lub lekarz stomatolog. Preferowani będą oferenci mający doświadczenia w realizacji podobnych akcji.

Zajęcia odbywać się będą na terenie powiatu legionowskiego w publicznych przedszkolach. Realizować je będzie podmiot wyłoniony w ramach otwartego konkursu ofert na realizatorów programów zdrowotnych. Promocja zdrowego trybu życia, będącego tematyką tego zadania, będzie również prowadzona poprzez stronę internetową powiatu legionowskiego.

Potwierdzenie zasadności wprowadzenia programu prezentują przedstawione niżej

statystyki z warsztatów przeprowadzonych podczas realizacji zadania w 2013 i 2014 r. i 2015 r. Zajęcia przeprowadzono w 25 przedszkolach i wzięło w ich udział łącznie 2 763 trzy- i czterolatków. W roku 2016 w warsztatach uczestniczyło 564 dzieci z 25 przedszkoli.

Liczba dzieci planowanych objęciem warsztatami w 2017 roku to około 700 dzieci z 25 przedszkoli na terenie powiatu. Każde dziecko biorące udział w warsztatach otrzyma w celu utrwalenia wiadomości, książeczkę lub kolorowanekę z zadaniami prozdrowotnymi dostosowanymi do wieku, wydaną przez Starostwo Powiatowe w Legionowie.

Czas realizacji zadania to wrzesień - listopad 2017.

Planowane koszty na organizację zadania to 3.500 zł.

3. Badania przesiewowe w zakresie profilaktyki raka piersi (mammografia) oraz raka szyjki macicy, będą finansowane zgodnie z informacją uzyskaną z Narodowego Funduszu Zdrowia, przez ten Fundusz. Objęta nimi zostanie określona część populacji. W ramach Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej „Zdrowy Powiat” zostanie kontynuowana współpraca z Wojewódzkim Ośrodkiem Koordynującym Populacyjne Programy Wczesnego Wykrywania Raka Piersi oraz Profilaktyki i Wczesnego Wykrywania Raka szyjki Macicy. W ramach tej współpracy Powiat Legionowski będzie promował badania mammograficzne i cytologiczne finansowane przez NFZ.

Aby zachęcić mieszkańców Powiatu do regularnego wykonywania innych badań profilaktycznych zostaną podjęte również działania mające na celu rozpoczęcie współpracy z innymi ośrodkami koordynującymi programy profilaktyki zdrowotnej.

Wyżej wymieniona promocja zaplanowana jest bezkosztowo, ze względu na możliwość bezpłatnego zamieszczania informacji w powiatowych publikacjach.

Informacje o możliwości skorzystania z darmowych badań oraz informacje na temat chorób, ich objawów, skutków i profilaktyki będą publikowane na stronie internetowej powiatu legionowskiego oraz w miesięczniku Kurier. Informator Powiatu Legionowskiego.

4. Powiat Legionowski współpracować będzie również z Powiatową Stacją Sanitarno - Epidemiologiczną w zakresie różnych akcji profilaktyki zdrowotnej realizowanych przez Stację dla mieszkańców oraz, w miarę możliwości, z organizacjami pozarządowymi zajmującymi się profilaktyką i edukacją zdrowotną. Współpraca ta zależeć będzie od zakresu wniosków składanych przez SANEPID i inne instytucje w zakresie profilaktyki zdrowotnej.

5. Powiat Legionowski planuje również organizację szeregu warsztatów edukacyjnych (wykładów) o tematyce:

- a) cukrzyca - spotkanie dla nauczycieli ze szkół z terenu powiatu legionowskiego o tematyce radzenia sobie z uczniami chorymi na cukrzycę. Jest to problem poruszany na wielu spotkaniach różnych środowisk w powiecie. Jak wskazują statystyki, zwiększa się liczba dzieci chorych na cukrzycę. Jednocześnie nie prowadzone są nigdzie szkolenia dla pracowników placówek oświatowych na temat, jak reagować w przypadku ataku choroby ucznia na terenie placówki oświatowej. Powiat Legionowski, wychodząc naprzeciw potrzebom, zdecydował o organizacji takiego szkolenia. Poprowadzi go specjalista w tej dziedzinie, swoje doświadczenia przekażą też rodzice dzieci chorych na cukrzycę oraz nauczyciele, pracujący z chorymi uczniami.

Koszt organizacji zajęć – ok. 1000,00 zł

- b) nieutrzymanie moczu – warsztaty dla kobiet po 45 r.ż. - problem nieutrzymania moczu dotyczy przede wszystkim kobiet. Szczególnie młode kobiety wstydzą się pojawiających się dolegliwości. Jak wskazały badania Urszuli Wójtowicz prezeski Fundacji Force Feminite, świadomość problemu w Polsce jest bardzo niska. Największymi barierami przed zgłoszeniem się do specjalisty jest wstyd i strach. Wśród młodych kobiet w grupie ryzyka są szczególnie kobiety po porodzie. Drugą bardzo ryzykowną grupą są kobiety uprawiające wyczynowo sport. Warsztaty zostaną zorganizowane pilotażowo, w celu sprawdzenia czy na terenie powiatu legionowskiego będzie zainteresowanie tą tematyką, a co za tym idzie kontynuacji tego typu świadczeń poprzez organizację pogłębionych świadczeń w ramach programu polityki zdrowotnej.

Koszt organizacji zajęć – ok. 1000,00 zł

- c) autyzm - warsztaty skierowane do rodziców i pediatrów o tematyce rozpoznawania objawów autyzmu u dzieci. Planowana jest organizacja warsztatów w ramach organizacji Dni Osób Niepełnosprawnych miasta Legionowo i Powiatu Legionowskiego.

Koszt organizacji zajęć – ok. 1000,00 zł

- d) Senioralnej – min. 5 dwugodzinnych wykładów ze specjalistami o tematyce chirurgii, geriatry, chorób wewnętrznych, onkologii, reumatologii.

Koszt organizacji zajęć – ok. 1000,00 zł

- e) Psychologiczne – dla rodzin niepełnosprawnych fizycznie i umysłowo mieszkańców

Powiatu Legionowskiego. Warsztaty poprowadzi specjalista z dziedziny psychologii. Podczas warsztatów zostanie przeprowadzona ankieta wśród uczestników, która pomoże uzyskać informacje o potrzebach tych osób i ich podopiecznych. Wyniki ankiety pomogą podjąć decyzję o ewentualnym kierunku organizacji dalszych działań dla tej grupy mieszkańców.

Koszt organizacji zajęć – ok. 1000,00 zł

f) Inne działania:

- współpraca informacyjna z Instytutem Żywności i Żywienia
- konkurs wiedzy w zakresie profilaktyki HIV i AIDS – we współpracy z Powiatową Stacją Sanitarno Epidemiologiczną
- Akcja Koperta Życia – skierowana do mieszkańców powiatu cierpiących na różnego rodzaju choroby przewlekłe
- współpraca z Centrum Organizacyjno – Koordynacyjnym Do Spraw Transplantacji POLTRANSPLANT w zakresie promocji idei transplantacji wśród mieszkańców.
- akcja „Pluszaki w karetkach” – przekazanie zabawek służbom medycznym. Pluszaki mają odwracać uwagę i pomagać dzieciom, które przewożone są w ambulansach.
- akcja informacyjna o tematyce szkodliwości dopalaczy i narkotyków na zdrowie człowieka
- akcja informacyjna o tematyce konieczności wykonywania spirometrycznych badań profilaktycznych
- publikacja „Informator zdrowotny na rok 2017”

Koszt ogólny – ok. 28 000,00 zł

## **V.1. Program wczesnego wykrywania wad rozwojowych i nowotworów u dzieci**

### **a) Opis problemu zdrowotnego**

#### **PROBLEM ZDROWOTNY**

Wady rozwojowe dziecka to określenie wszystkich nieprawidłowości anatomicznych, chromosomowych, molekularnych, które powstały w czasie ciąży. Do wad zaliczane są też uszkodzenia, do których dochodzi m.in. w wyniku infekcji, zatrucia czy promieniowania.

Podczas badań usg w ramach programu wykrywane są nieprawidłowości np. powiększenie węzłów chłonnych szyi, niezstąpione jądra czy powiększona śledziona. Zgodnie z Narodowym Programem Zwalczenia Chorób Nowotworowych podstawowym celem jest osiągnięcie średnich europejskich wartości w zakresie wczesnego wykrywania nowotworów.

Nowotwory u dzieci występują bardzo rzadko, ale mimo postępu, jaki dokonał się w leczeniu, są drugą przyczyną zgonów wśród dzieci poniżej 15 roku życia. Nowotwory umiejscawiają się głównie w szpiku, układzie chłonnym, ośrodkowym układzie nerwowym, nerkach, układzie współczulnym, tkankach miękkich, kościach, gonadach, wątrobie i w siatkówce. Cechą nowotworów występujących u dzieci jest ich nabłonkowe pochodzenie. Są to nowotwory mało zróżnicowane. Charakteryzują się dużą frakcją wzrostową i dynamiką wzrostu. Dla białaczek i nieziarnicznych chłoniaków złośliwych podwojenie frakcji wzrostowej występuje w ciągu kilkunastu godzin, w przypadku guzów litych - w ciągu kilku tygodni, a w przypadku raka podwojenie frakcji wzrostowej następuje w czasie ok. 3 miesięcy. W związku z dużą dynamiką nowotworów dziecięcych, w trakcie rozpoznania proces chorobowy jest już najczęściej bardzo zaawansowany. Duża dynamika wzrostu wiąże się jednocześnie ze znacznie wyższą wrażliwością na chemioterapię. Niezależnie od stadium nowotworu trwale można wyleczyć ok. 75% dzieci (im mniejsza jest masa nowotworu tym skuteczniejsze jest leczenie).

W Polsce realizowany jest "Program Wczesnej Diagnostyki Obrazowej Nowotworów u Dzieci", którego celem jest poprawa wykrywalności nowotworu u dzieci we wczesnych stadiach klinicznych zaawansowania choroby, a także ograniczenie skutków ekonomicznych niepełnosprawności i przedwczesnej umieralności spowodowane zbyt późnym rozpoznaniem chorób. W ramach tego programu badaniami diagnostycznymi objęte będą wyłącznie dzieci z objawami wskazującymi na możliwość wystąpienia procesu nowotworowego. Tymczasem, w związku z dużą dynamiką nowotworów dziecięcych,

w trakcie wystąpienia objawów chorobowych i rozpoznania - proces chorobowy jest już najczęściej bardzo zaawansowany.

## **EPIDEMIOLOGIA**

Najczęstszym nowotworem występującym u dzieci w Polsce są białaczki - ok. 26% wszystkich chorób nowotworowych dzieci. Kolejne 16% stanowią inne nowotwory układu krwiotwórczego. Guzy mózgu stanowią ponad 22%, pozostałe nowotwory to ok. 30%. Nowotwory występujące w obrębie jamy brzusznej najczęściej są rozpoznawane u dzieci poniżej 2 roku życia. Są to głównie: guz Wilmsa, nerwiak zarodkowy, wątrobiak zarodkowy oraz chłoniaki B-komórkowe.

Corocznie nowotwory złośliwe rozpoznaje się w Polsce u ponad 1200 dzieci. Ich rozpoznanie następuje często w późnych stadiach zaawansowania, co znacznie wpływa na wyniki leczenia oraz sam jego proces.

Wykonywane w Powiecie Legionowskim w 2012 i 2014 r. badania w ramach akcji "Nie nowotworom u dzieci" wykazały nieprawidłowości aż u 39% przebadanych pacjentów 327 dzieci z 842, którym wykonano USG. W roku 2015, wśród 537 przebadanych dzieci aż u 198 wykryto nieprawidłowości rozwojowe, a u 10 podejrzenie wystąpienia nowotworu. W roku 2016 z powiatowych badań skorzystało 374 badania, wykryto 150 nieprawidłowości i 9 podejrzeń nowotworów. Najczęściej występującymi wadami były m. in. zwiększona ilość płynu w worku mosznowym, jądra w kanale pachwinowym, mała nerka, powiększone kielichy, zwapnienia w pęcherzyku, powiększone węzły chłonne, zmiany ogniskowe tarczycy, powiększona śledziona, zmiany chiperchogeniczne w śledzionie, zdwojenie nerki).

## **POPULACJA PODLEGAJĄCA JEDNOSTCE SAMORZĄDU TERYTORIALNEGO**

Wg danych GUS (podawanych w 5- letnich granicach wiekowych) na koniec 2015 r. liczba mieszkańców powiatu legionowskiego w wieku docelowym 9 m-cy - 6 lat to:

- 6 275 – dzieci w wieku 0-4 lata

- 7 870 – dzieci w wieku 5-9 lat

Należy więc założyć, że w powiecie legionowskim mieszka ok. 3 148 dzieci w wieku 5-6 lat (7870:5 lat =1574 dzieci w jednym wieku x 2 roczniki).

W wieku docelowym znajduje się więc około 9 423 dzieci.

## **DOSTĘPNE, FINANSOWANE ZE ŚRODKÓW PUBLICZNYCH ŚWIADCZENIA OPIEKI ZDROWOTNEJ**

Zgodnie z załącznikiem 3c Zarządzenia Prezesa Narodowego Funduszu Zdrowia Nr 50/2016/DSOZ z dnia 27 czerwca 2016 r. w sprawie określenia warunków zawierania i realizacji umów o udzielanie świadczeń w rodzaju: podstawowa opieka zdrowotna,



lekarz POZ może zlecić wykonanie badania USG jamy brzusznej. Zgodnie z Załącznikiem nr 5c do Zarządzenia Prezesa Narodowego Funduszu Zdrowia Nr 62/2016/DSOZ z dnia 29 czerwca 2016 r. w sprawie określenia warunków zawierania i realizacji umów w rodzaju ambulatoryjna opieka specjalistyczna wykonywanymi badaniami dodatkowymi są m.in. USG tarczycy i przytarczyc, USG brzucha i przestrzeni zaotrzewnowej, USG węzłów chłonnych położonych powierzchownie, USG jąder i najądrzy i USG gruczołu krokowego. Wszystkie te badania wykonywane są jednak wyłącznie w przypadku diagnozowania wykrytych już nieprawidłowości w rozwoju dziecka. Program badań przesiewowych adresowany jest do dzieci, u których nie ma wskazań medycznych do wykonania w/w badań.

### **UZASADNIENIE POTRZEBY WDROŻENIA PROGRAMU**

Badanie USG dziecka jest bezpiecznym i bezbolesnym sposobem upewnienia się, że rozwój dziecka przebiega prawidłowo.

Szybki dostęp do odpowiedniej diagnostyki obrazowej jest znaczący w przypadku dzieci i młodzieży. Obrazowanie u młodszych dzieci lub u noworodków następuje pewnych trudności, dlatego te procedury powinny być wykonywane w centrach z odpowiednim doświadczeniem. Radiolodzy pediatryczni wyszkoleni w dziedzinie obrazowania w onkologii dziecięcej powinni być zatrudnieni w takich centrach. Na terenie powiatu legionowskiego istnieją wyłącznie dwie placówki dysponujące specjalistycznym sprzętem ultrasonograficznym pozwalającym na diagnozę pediatryczną. Mocno ograniczony jest również dostęp do lekarzy radiologów – pediatrów. Dodatkowym argumentem realizacji badań przesiewowych wśród dzieci zdrowych jest cena jednostkowa takiego badania kształtująca się na poziomie 100 zł. Jak wskazują statystyki z realizacji Programu w ubiegłych latach, wskazane w epidemiologii Programu, wykonywanie przesiewowych akcji badań usg u dzieci potencjalnie zdrowych przynosi wymierne efekty i pozwala rodzicom na podjęcie dalszych działań medycznych.

### **b) Cele programu**

#### **CEL GŁÓWNY**

Celem Programu jest wczesne wykrywanie zmian rozwojowych ze szczególnym uwzględnieniem zmian nowotworowych u dzieci oraz kontrola ich prawidłowego rozwoju. Istotą programu profilaktycznego jest wykonanie badań przesiewowych u dzieci zdrowych, nie wykazujących objawów chorobowych.

## **CELE SZCZEGÓŁOWE**

Celem programu jest:

- zwiększenie dostępności do specjalistycznych badań ultrasonograficznych,
- wczesne wykrycie nieprawidłowości rozwojowych u potencjalnie zdrowych dzieci, bez widocznych zmian chorobowych,
- obniżenie wskaźnika zachorowalności i umieralności na choroby nowotworowe w populacji objętej programem,
- zapewnienie wysokiej jakości świadczonych usług.

## **OCZEKIWANE EFEKTY**

Oczekiwanym efektem jest zwiększenie wykrywalności wszelkich nieprawidłowości oraz nowotworów we wczesnym stadium rozwoju oraz informacja i uwrażliwienie mieszkańców na zdrowie ich dzieci.

## **MIERNIKI EFEKTYWNOŚCI**

Głównym wskaźnikiem efektywności będzie odsetek dzieci ze zdiagnozowanymi nieprawidłowościami wśród potencjalnie zdrowych pacjentów zgłaszających się na badanie

## **c) Adresaci programu**

Ze względu na posiadane środki finansowe planowana liczba dzieci, które będą mogły skorzystać z programu to ok. 400 dzieci w wieku 9 m-cy - 6 lat. Rejestracja pacjentów przebiegać będzie w formie elektronicznej - uniemożliwi to kilkukrotne korzystanie ze świadczenia przez jednego pacjenta.

## **d) Organizacja programu**

Badania zostaną przeprowadzone w mobilnym ambulansie medycznym wyposażonym w odpowiedni sprzęt, we współpracy z Fundacją Ronalda McDonalda (od 2005 r. prowadzi ona Ogólnopolski Program Profilaktycznych Badań Ultrasonograficznych Dzieci), która dysponuje jedynym takim ambulansiem w Polsce oraz w warunkach stacjonarnych, w klinice posiadającej odpowiedni sprzęt medyczny, wyłonionej w ramach otwartego konkursu ofert.

## **Przebieg akcji:**

1. Przeprowadzenie akcji promocyjno - informacyjnej wśród mieszkańców.
2. Przeprowadzenie akcji zapisów pacjentów (telefonicznie lub osobiście) przez wyłonionego w konkursie ofert świadczeniodawcę.
3. Rejestracja pacjentów na badanie w dniu wizyty.
4. Uzyskanie pisemnej zgody opiekuna na badanie (zał. nr 1 do Programu wczesnego

wykrywania wad rozwojowych u dzieci ze szczególnym uwzględnieniem nowotworów).

5. Wykonanie badania ultrasonograficznego, w czasie którego lekarz dokona kompleksowej oceny stanu tarczycy i węzłów chłonnych, narządów jamy brzusznej, a u chłopców dodatkowo moszny.
6. Uzyskanie przez rodzica opisowego wyniku badania.
7. Uzyskanie przez rodzica dodatkowej porady, związanej z ewentualną koniecznością wykonania innych specjalistycznych badań i dalszej diagnostyki oraz wskazanie odpowiedniej drogi postępowania i dalszej diagnostyki w ramach świadczeń finansowanych przez NFZ.
8. Uzyskanie od opiekuna/rodzica ankiety ewaluacyjnej (zał. nr 2 do Programu wczesnego wykrywania wad rozwojowych u dzieci ze szczególnym uwzględnieniem nowotworów).
9. Uzyskanie od świadczeniodawcy zbiorczego zestawienia wyników (efektów) przeprowadzonych badań (zał. nr 3 oraz zestawienia wyników ankiet ewaluacyjnych o których mowa w pkt.8).
10. Analiza otrzymanych dokumentów przez Powiat Legionowski.

Badania wykonywać będą uprawnieni do wykonywania usg pediatrycznego radiolodzy, posiadający udokumentowane doświadczenie.

Badania przeprowadzone zostaną w jedynym w Polsce specjalistycznym ambulansie medycznym, wyposażonym w dwa gabinety lekarskie służące do ultrasonograficznych badań przesiewowych małych dzieci (pojazd jest niezależny od zewnętrznych źródeł energii i wody a jego mobilność pozwala na prowadzenie badań w pobliżu miejsca zamieszkania), oraz w formie badań stacjonarnych w zakładach opieki zdrowotnej. Badania przeprowadzone zostaną w godzinach umożliwiającym skorzystanie z nich osobom pracującym. Badania mobilne przeprowadzone zostaną na terenie gmin powiatu, tak aby umożliwić jak największej liczbie mieszkańców dostęp do badań.

## **e) Koszty**

Szacunkowa wysokość środków finansowych zarezerwowanych przez Powiat Legionowski na realizację programu – 40 000,00 zł.

Przewidywany koszt świadczenia dla 1 pacjenta to 100,00 zł.

Planowana liczba pacjentów akcji to 400 osób.

Koszt jednostkowy, a co za tym idzie liczba pacjentów może się zmienić w przypadku zaoferowania przez świadczeniodawcę wyłonionego w ramach konkursu ofert ceny jednostkowej innej, niż przewidywana.

Koszt promocji programu – ok. 500 zł.

## **f) Monitorowanie i ewaluacja**

Aby zapewnić zgłaszalność na badania przeprowadzona zostanie szeroko zakrojona akcja informacyjna. O możliwości skorzystania z badań mieszkańcy będą mogli dowiedzieć się z ulotek i plakatów informacyjnych, prasy miejscowej oraz miesięcznika powiatowego, stron internetowych powiatu i gmin. Z dotychczasowych doświadczeń z przeprowadzania podobnych akcji wynika, że świetne efekty daje współpraca w tej kwestii z parafiami, lokalnymi instytucjami użyteczności publicznej, szkołami, zakładami opieki zdrowotnej oraz przedsiębiorstwami z terenu powiatu. W sumie informacje o świadczeniach będą dystrybuowane w około 300 miejscach na terenie Powiatu.

Powiat Legionowski cały czas będzie pozostawał w kontakcie z zakładami wykonującymi dane świadczenia, tak aby w miarę potrzeby zintensyfikować akcję informacyjną, lub w miarę potrzeby zareagować na sytuację braku miejsc na badania, przed zakończeniem akcji.

Promocja, monitoring i ewaluacja programu będzie prowadzona bezpośrednio przez Wydział Spraw Społecznych Starostwa Powiatowego w Legionowie poprzez wizytacje i badania ankietowe min. 80% uczestników podczas realizacji programu. Wyniki badań zostaną uwzględnione podczas prac nad projektem Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej „Zdrowy Powiat” na rok 2018. Dodatkowo, po zakończeniu akcji zakład opieki zdrowotnej, który będzie realizował badania, będzie miał obowiązek sporządzenia sprawozdania z przeprowadzonych badań. Dokument zawierać będzie liczbę osób przebadanych w ramach programu wraz z liczbą oraz formą zdiagnozowanych nieprawidłowych wyników badań wśród tych osób.

## **g) Okres realizacji programu**

marzec – listopad 2017

**Załącznik nr 1 do Programu wczesnego wykrywania wad rozwojowych i nowotworów u dzieci**

**Zgoda rodzica / opiekuna prawnego osoby nieletniej  
na przeprowadzenie badania dziecka pod kątem wad rozwojowych.**

Ja,

.....

zam.

.....

wyrażam zgodę na objęcie „Programem wczesnego wykrywania wad rozwojowych ze szczególnym uwzględnieniem nowotworów” i wykonanie badania usg u mojego dziecka:

.....PESEL:.....  
(imię i nazwisko dziecka)

.....

(data)

.....

(czytelny podpis rodzica / opiekuna prawnego)

**Załącznik nr 2 do Programu wczesnego wykrywania wad rozwojowych i nowotworów u dzieci**

**ANKIETA SKIEROWANA DO OSÓB KORZYSTAJĄCYCH Z BADAŃ ZORGANIZOWANYCH W RAMACH POWIATOWEGO PROGRAMU POLITYKI ZDROWOTNEJ „ZDROWY POWIAT”**

**Miejsce zamieszkania (gmina) .....**

**Świadczenie z którego Pana/Pani dziecko korzystało:**

**1. Badania profilaktyki nowotworów „NIE nowotworom u dzieci” – dziecko w wieku:**

- 9 m-cy – 3 lata
- 3 lata – 6 lat

**Jak ocenia Pan/Pani jakość przeprowadzonego świadczenia:**

- dobrze
- średnio
- źle

**Dlaczego? Krótkie uzasadnienie:**

.....  
.....  
.....

**Skąd dowiedział/a się Pan/Pani o świadczeniu:**

- plakat
- billboard
- ogłoszenie w prasie lokalnej
- portale społecznościowe, strona internetowa - jakie .....
- inne źródła - jakie .....

**Czy uważa Pan/Pani że akcje bezpłatnych świadczeń są potrzebne?**

- tak
- nie
- nie wiem

**Jakie, Pana/Pani zdaniem, inne świadczenia powinny być organizowane w ramach Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej w kolejnych latach?**

1. ....
2. ....
3. ....

**Dziękujemy za udział w ankiecie.**

Wydział Spraw Społecznych  
Starostwa Powiatowego w Legionowie

**Załącznik nr 3 do Programu wczesnego wykrywania wad rozwojowych i nowotworów u dzieci**

**Sprawozdanie do faktury nr .....**

**na miesiąc .....**

**umowa nr .....**

**(usg dzieci)**

<b>Liczba wykonanych świadczeń</b>	<b>liczba wykrytych zmian i nieprawidłowości (rodzaje)</b>	<b>Liczba podejrzeń nowotworu</b>
.....	.....	.....

.....  
pieczętka

.....  
data i podpis

## **V.2. Program profilaktyki i wczesnego wykrywania nowotworów piersi**

### **a) Opis problemu zdrowotnego**

#### **PROBLEM ZDROWOTNY**

Rak piersi jest główną przyczyną zgonów kobiet po 35 roku życia, a większości z nich udało się uniknąć, gdyby choroba była wcześniej wykryta. Tymczasem standardowe postępowanie stosowane obecnie w zakresie objętym programem Narodowego Funduszu Zdrowia stanowi Populacyjny Program Wczesnego Wykrywania Raka Piersi, finansowany ze środków Narodowego Funduszu Zdrowia dla populacji kobiet w wieku 50-69 lat, objętych ubezpieczeniem zdrowotnym, które nie miały wykonywanej mammografii w ciągu ostatnich 2 lat.

Nowotwór piersi pojawia się klinicznie w postaci stwardnienia lub zgrubienia w piersi, bólu lub ucisku piersi, objawów zapalnych, zniekształcenia brodawki sutkowej, wydzieliny z brodawki sutkowej lub objawów przerzutów odległych. O ile część z tych objawów jest zauważalna, to część jest też możliwa do wykrycia jedynie w formie badania diagnostycznego.

Standardowe postępowanie stosowane obecnie w zakresie objętym programem Narodowego Funduszu Zdrowia stanowi Populacyjny Program Wczesnego Wykrywania Raka Piersi, finansowany ze środków Narodowego Funduszu Zdrowia dla populacji kobiet w wieku 50-69 lat, objętych ubezpieczeniem zdrowotnym, które nie miały wykonywanej mammografii w ciągu ostatnich 2 lat. Badania mammograficzne umożliwiają wykrycie raka piersi jeszcze w stadium przedinwazyjnym, czyli w momencie, gdy jest wyłącznie miejscowo złośliwy. Wtedy jest w 100 % wyleczalny.

#### **EPIDEMIOLOGIA**

Rak piersi jest najczęściej występującą wśród kobiet chorobą nowotworową. Przypada na niego prawie 29% wszystkich zachorowań na nowotwory. Zgodnie ze statystykami zawartymi w Mapach Potrzeb Zdrowotnych w zakresie Onkologii przygotowanymi przez Ministerstwo Zdrowia w 2015 roku - w 2012 roku w Polsce odnotowano 19 472 nowych przypadków zachorowań na nowotwory złośliwe piersi, w tym 18 952 wśród kobiet i 520 wśród mężczyzn. Największą liczbę odnotowano w województwie mazowieckim (3 022 osoby – 2959 kobiet i 63 mężczyzn) oraz śląskim.

Województwo mazowieckie było też drugim województwem w kraju o największej zapadalności na nowotwory złośliwe piersi (prawie 15 % powyżej średniej krajowej).

Lekarze podkreślają, że najważniejsza w przypadku raka piersi jest szybka diagnostyka. Największą wykrywalność nowotworów w zaawansowanym stadium notuje się u pań



po 50 r. ż. Dlatego Program Powiatowy został skierowany do młodszych pań, w celu wcześniejszego wykrycia niewielkich jeszcze zmian i wczesnego zastosowania leczenia. Co roku w Polsce odnotowuje się ok. 11 tyś. nowych zachorowań. Z powodu raka piersi każdego roku umiera ok. 5 tys. kobiet. Umieralność może być skutecznie zmniejszona dzięki wczesnemu wykrywaniu.

Potwierdzenie zasadności wprowadzenia programu prezentują przedstawione niżej wyniki badań przeprowadzonych podczas realizacji takiego zadania w poprzednich latach. W 2013 i 2014 r. z badań USG piersi skorzystało 564 osób, spośród których 191 osób skierowano na dalsze badania z powodu wykrytych nieprawidłowości, a wyniki 20 pań wskazywały wstępnie na obecność nowotworu. Stanowi to aż 37,5% wszystkich przebadanych kobiet. W roku 2015 w ramach powiatowego programu przebadano 1 039 kobiet, wśród których wykryto 403 nieprawidłowości i 66 podejrzeń nowotworów. W 2016 roku, u 361 pań spośród 816 przebadanych w ramach Programu, wykryto nieprawidłowości a u 13 podejrzeń nowotworu.

Głównymi czynnikami ryzyka wystąpienia raka piersi jest: wiek, nowotwór piersi wśród członków rodziny, wczesna pierwsza miesiączka, późna menopauza, urodzenie dziecka po 35 roku życia, bezdzietność.

Rak piersi, w zależności od stadium klinicznego zaawansowania wymaga: leczenia operacyjnego (amputacja piersi), radioterapii lub leczenia systemowego (chemioterapia, hormonoterapia) - wszystkie te metody leczenia są bardzo kosztowne.

### **POPULACJA PODLEGAJĄCA JEDNOSTCE SAMORZĄDU TERYTORIALNEGO**

Wg danych GUS (stan na dzień 31.12.2015 r.) w powiecie mieszkało 22 335 kobiet uprawnionych do udziału w badaniu.

Ze względu na zasoby finansowe Powiat Legionowski ma możliwość zorganizowania świadczeń dla ok. 900 kobiet.

Z badań skorzystać będą mogły pacjentki, u których nie zdiagnozowano wcześniej nowotworu piersi a które ostatnie badanie wykonywały nie wcześniej niż przed 12 miesiącami.

Akcja, której adresatkami są mieszkanki Powiatu Legionowskiego polegać będzie na wykonaniu badania usg piersi dla pań w wieku 25 - 49 lat oraz prezentacji instruktażu samobadania piersi u pacjentki.

Świadczenia profilaktyczne oferowane w ramach Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej mają zaspokajać ofertę badań mało dostępnych w ramach finansowania przez NFZ. Na badanie przesiewowe niepotrzebne jest skierowanie ani wizyta u lekarza pierwszego kontaktu, do którego kolejka sięga często kilku dni. Skierowanie na badanie usg piersi wydawane jest przez lekarza rodzinnego tylko w przypadku wyczuwalnych objawów, tymczasem wiele kobiet nie potrafi wykonać prawidłowo samobadania piersi,

a tym samym wykryć nieprawidłowości. Potrzebę kontynuacji badań przesiewowych usg piersi zaznaczają również uczestnicy programu w ankietach ewaluacyjnych.

## **b) Cele programu**

Głównym celem akcji Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej „Zdrowy Powiat” jest zwiększenie wykrywalności stanów nowotworowych oraz nowotworów we wczesnej postaci. Celami szczegółowymi są: zahamowanie wzrostu zachorowalności na nowotwory piersi, zmniejszenie kosztów leczenia w skali Powiatu oraz zwiększenie dostępności do badań specjalistycznych.

Oczekiwanym efektem jest zwiększenie wykrywalności raka i nieprawidłowości we wczesnym stadium oraz edukacja i uwrażliwienie mieszkanki na własne zdrowie.

Miernikiem efektywności programu jest odsetek wykrytych nieprawidłowości i podejrzeń nowotworów wśród potencjalnie zdrowych pacjentek zgłaszających się na badanie.

## **c) Adresaci programu**

Adresatkami programu są mieszkanki Powiatu Legionowskiego w wieku 25-49 lat. Wg danych GUS (stan na dzień 31.12.2015 r.) w powiecie mieszkało 22 335 kobiet uprawnionych do udziału w badaniu.

Ze względu na posiadane środki finansowe, w ramach Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej w roku 2017 istnieje możliwość przebadania ok. 900 kobiet. Aby ograniczyć kilkukrotne korzystanie ze świadczeń przez pacjentów przewrażliwionych na punkcie swojego zdrowia – prowadzony będzie elektroniczny rejestr pacjentów w którym prowadzone będą zapisy. Uniemożliwi to kilkukrotne zapisanie się na badanie jednego pacjenta.

## **d) Organizacja programu**

Program odbywać się będzie w formie przeprowadzenia badania usg piersi wraz z instruktażem samobadania dla pań w wieku 25 - 49 lat.

Badania realizowane będą przez specjalistów z uprawnieniami do wykonywania badań radiologicznych usg piersi. Badania w ramach programu prowadzone będą przez osoby posiadające uprawnienia, doświadczenie i wykształcenie potrzebne do prowadzenia tej formy świadczeń. Realizator wyłoniony podczas konkursu ofert zobowiązany jest zapewnić wymagane zasoby kadrowe, rzeczowe i lokalowe potrzebne do realizacji

powierzonego zadania.

### **Przebieg akcji:**

1. Przeprowadzenie akcji promocyjno - informacyjnej wśród mieszkańców.
2. Przeprowadzenie akcji zapisów pacjentów (telefonicznie lub osobiście) przez wyłonionego w konkursie ofert świadczeniodawcę.
3. Rejestracja pacjentów na badanie w dniu wizyty.
4. Wykonanie badania ultrasonograficznego piersi i węzłów chłonnych.
5. Edukacja pacjentki w zakresie samobadania piersi.
6. Przekazanie wyniku pacjentce wraz z przekazaniem informacji związanej z ewentualną koniecznością wykonania innych specjalistycznych badań i dalszej diagnostyki oraz wskazanie odpowiedniej drogi postępowania i dalszej diagnostyki w ramach świadczeń finansowanych przez NFZ.
7. Przekazanie do wypełnienia oraz uzyskanie od pacjenta ankiety ewaluacyjnej (zał. nr 1 do Programu profilaktyki i wczesnego wykrywania nowotworów piersi).
8. Uzyskanie od świadczeniodawcy zbiorczego zestawienia wyników (efektów) przeprowadzonych badań (zał. nr 2 do Programu profilaktyki i wczesnego wykrywania nowotworów piersi) oraz zestawienia wyników ankiet ewaluacyjnych o których mowa w pkt.8.
9. Analiza otrzymanych dokumentów przez Powiat Legionowski.

Badania odbywać się będą na terenie powiatu legionowskiego w miejscu wskazanym przez realizatora wyłonionego w ramach otwartego konkursu ofert na realizatorów programów zdrowotnych. Badania wykonywane będą zarówno w dni powszednie (rano i w godzinach popołudniowych) jak i soboty. Ma to na celu umożliwienie skorzystania ze świadczeń jak największej grupy osób.

Kryterium wyboru podmiotu realizującego program stanowi wysokość stawki za przeprowadzenie badania dla jednej osoby, przy uwzględnieniu proponowanych przez oferenta podobnych jakościowo zasobów kadrowych, rzeczowych oraz lokalowych niezbędnych do realizacji zadania.

Aby zachęcić pacjentów do wykonania badań, wraz z akcją promującą możliwość skorzystania z badań profilaktycznych, przeprowadzona zostanie akcja informująca na temat problemu nowotworów piersi, ich objawów, skutków i profilaktyki. Akcja prowadzona będzie przez stronę internetową powiatu legionowskiego oraz miesięcznik Kurier. Informator Powiatu Legionowskiego wydawany przez Starostwo Powiatowe w Legionowie w nakładzie 35 tys. egzemplarzy i bezpłatnie dystrybuowany wśród mieszkańców powiatu. Do włączenia się w akcję informacyjną, zostaną zachęceni również władarze gmin powiatu legionowskiego. Akcja informacyjna będzie miała na celu zwiększenie wrażliwości mieszkańców na własne objawy zdrowotne wskazujące na wczesne objawy nowotworów piersi.

Wskazane jest, aby badania przesiewowe były procesem długofalowym, a nie jednorazowym przedsięwzięciem. Z dotychczasowych akcji zdrowotnych, realizowanych przez Powiat Legionowski wynika, iż krótkotrwała (np. 2-miesięczna lub jednodniowa typu „białe soboty”) akcja badań przynosi o wiele większe rezultaty pod względem zgłaszalności i zainteresowania badaniami, niż całoroczna akcja. Organizacja krótkotrwałych akcji wiąże się również z wysokością środków jakimi powiat dysponuje na organizację poszczególnych świadczeń, a co za tym idzie - planowanej liczby miejsc.

Badania przesiewowe w zakresie profilaktyki raka piersi (mammografia), będą finansowane przez NFZ. Objęta nimi zostanie określona część populacji (50-69 lat). W ramach Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej „Zdrowy Powiat” będzie kontynuowana współpraca z Wojewódzkim Ośrodkiem Koordynującym Populacyjne Programy Wczesnego Wykrywania Raka Piersi oraz Profilaktyki i Wczesnego Wykrywania Raka szyjki Macicy. W ramach tej współpracy Powiat Legionowski bezkosztowo będzie promował badania mammograficzne i cytologiczne finansowane przez NFZ.

Planowana jest również organizacja ok. 1-godzinnych spotkań uczniów ostatnich klas gimnazjów oraz szkół średnich z Amazonkami. Warsztaty będą poświęcone edukacji z zakresu samokontroli piersi, pokazania szansy na całkowite wyleczenie przy wykrytym raku piersi we wczesnym stadium rozwoju. Każdy z uczestników warsztatów pod okiem specjalistek, będzie mógł nauczyć się samobadania piersi na fantomie zakupionym specjalnie w tym celu. Młodzież usłyszy też od doświadczonych osób o ich walce z nowotworem. Przekonają się również, że wykrycie guzków w trakcie samobadania nie oznacza końca życia, a wcześniej wykryta zmiana daje gwarancję wyleczenia.

Amazonki są przykładem, że po mastektomii piersi z rekonstrukcją, można normalnie żyć, pracować społecznie i w pełni czuć się kobietą. Uczniowie, na ich przykładzie, mogą zobaczyć, jak ważna jest dbałość o własne zdrowie. Podczas warsztatów przekazana zostanie również informacja nt. profilaktyki raka szyjki macicy poprzez szczepienia dziewcząt na HPV. Powiat podejmie współpracę z działającymi na terenie powiatu organizacjami amazonek. Fantom wypożyczany będzie również zainteresowanym szkołom gimnazjalnym i średnim z terenu Powiatu Legionowskiego w celu przeprowadzenia zajęć o tematyce zapobiegania nowotworom piersi poprzez samobadanie.

Planowana liczba uczniów, którzy wezmą udział w zajęciach z wykorzystaniem fantomu piersi to około 1000 osób. W roku 2016 w takich warsztatach wzięło udział 814 uczniów.

### **e) Koszty programu**

Szacunkowy wysokość środków finansowych zarezerwowanych przez Powiat Legionowski na realizację badań to 45 000,00 zł.

Przewidywany koszt świadczenia dla 1 pacjenta to ok. 50,00 zł.

Planowana liczba pacjentek akcji to 900 osób.

Planowana liczba uczniów, którzy wezmą udział w zajęciach z wykorzystaniem fantomu piersi to około 1 000 osób.

Planowany koszt przeprowadzenia 40 warsztatów z Amazonkami – 3 500,00 zł (87,5 zł za jedno świadczenie)

Koszt promocji programu – ok. 500 zł.

## **f) Promocja, monitorowanie i ewaluacja**

Aby zapewnić zgłaszalność na badania przeprowadzona zostanie szeroko zakrojona akcja informacyjna. O możliwości skorzystania z badań mieszkańcy będą mogli dowiedzieć się z ulotek i plakatów informacyjnych, prasy miejscowej oraz miesięcznika powiatowego, stron internetowych powiatu i gmin. Z dotychczasowych doświadczeń z przeprowadzania podobnych badań wynika, że świetne efekty daje współpraca w tej kwestii z parafiami, lokalnymi instytucjami użyteczności publicznej, szkołami i przedszkolami, zakładami opieki zdrowotnej oraz przedsiębiorstwami z terenu powiatu. W sumie informacje o świadczeniach będą dystrybuowane w około 300 miejscach na terenie Powiatu.

Powiat Legionowski cały czas będzie pozostawał w kontakcie z zakładami wykonującymi dane świadczenia, tak aby w miarę potrzeby zintensyfikować akcję informacyjną, lub zareagować na sytuację braku miejsc na badania, przed zakończeniem akcji.

Promocja, monitoring i ewaluacja programu będzie prowadzona bezpośrednio przez Wydział Spraw Społecznych Starostwa Powiatowego w Legionowie poprzez wizytacje i badania ankietowe min. 80% uczestników podczas realizacji programu. Wyniki badań zostaną uwzględnione podczas prac nad projektem Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej „Zdrowy Powiat” na rok 2018. Dodatkowo, po zakończeniu akcji, zakład opieki zdrowotnej, który będzie realizował badania, będzie miał obowiązek sporządzenia sprawozdania. Dokument ten zawierać będzie liczbę osób przebadanych w ramach programu wraz z ilością zdiagnozowanych nieprawidłowych wyników badań wśród tych osób.

## **g) Okres realizacji programu**

marzec - listopad 2017 r.

## Załącznik nr 1 do Programu profilaktyki i wczesnego wykrywania nowotworów piersi

### ANKIETA SKIEROWANA DO OSÓB KORZYSTAJĄCYCH Z BADAŃ ZORGANIZOWANYCH W RAMACH POWIATOWEGO PROGRAMU PROFILAKTYKI ZDROWOTNEJ „ZDROWY POWIAT”

Miejsce zamieszkania (gmina) .....

Świadczenie z którego Pani korzystała: USG piersi

Jak ocenia Pani jakość przeprowadzonego świadczenia:

- dobrze
- średnio
- źle

Dlaczego? Krótkie uzasadnienie:

.....  
.....  
.....

Skąd dowiedziała się Pani o świadczeniu:

- plakat
- billboard
- ogłoszenie w prasie lokalnej
- portale społecznościowe, strona internetowa - jakie .....
- inne źródła - jakie .....

Czy uważa Pani że akcje bezpłatnych świadczeń są potrzebne?

- tak
- nie
- nie wiem

Jakie, Pana/Pani zdaniem, inne świadczenia powinny być organizowane w ramach Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej w kolejnych latach?

1. ....
2. ....
3. ....

**Dziękujemy za udział w ankiecie.**

Wydział Spraw Społecznych  
Starostwa Powiatowego w Legionowie

**Załącznik nr 2 do Programu profilaktyki i wczesnego wykrywania nowotworów piersi**

**Sprawozdanie do faktury nr .....**

**umowa nr .....  
(usg piersi)**

<b>Liczba wykonanych świadczeń</b>	<b>liczba wykrytych zmian i nieprawidłowości</b>	<b>Liczba podejrzeń nowotworu</b>
.....	.....	.....

.....  
pieczętka

.....  
data i podpis

## **V.3. Edukacja przyszłych rodziców w Szkole Rodzenia**

### **a) Opis problemu zdrowotnego**

#### **PROBLEM ZDROWOTNY**

Ciąża i poród to bardzo duże wyzwanie i obciążenie dla organizmu kobiety. Rodzice bardzo często w tym okresie potrzebują wsparcia i wskazówek, które rozwieją wątpliwości i pomogą przygotować się do przyjścia dziecka.

Najczęstszą przyczyną zgonów niemowląt w Polsce są stany chorobowe powstające w okresie okołoporodowym oraz pierwszych 6 dniach życia noworodka. Nadrzędnym celem opieki zdrowotnej nad kobietą ciężarną staje się zapewnienie prawidłowego przebiegu ciąży oraz wczesna identyfikacja czynników ryzyka. Bardzo ważna jest świadomość i kształtowanie prozdrowotnych postaw i przeciwdziałanie antyzdrowotnym zachowaniom przyszłych rodziców w okresie przedkoncepcyjnym, w czasie ciąży i opieki nad niemowlęciem i małym dzieckiem.

Poprawa zdrowia prokreacyjnego stanowi cel operacyjny nr 6 Narodowego Programu Zdrowia. „Poprawa jakości i skuteczności opieki zdrowotnej nad matką, noworodkiem i dzieckiem do lat 3” należy do priorytetów zdrowotnych, określonych rozporządzeniem Ministra Zdrowia. Czas oczekiwania na narodziny dziecka jest etapem silnej motywacji rodziców do poszerzania wiedzy dotyczącej zdrowia, rozwoju mającego pojawić się potomka, jak również kondycji całej rodziny. Dojrzewanie do ról rodzicielskich wiąże się z szeregiem przemian w sferze psychologicznej, a czasem także z trudnościami emocjonalnymi.

Typowy program realizowany przez szkoły rodzenia obejmuje m.in. edukację prozdrowotną rodziców, ćwiczenia oddechowe, gimnastyczne i relaksacyjne a także naukę karmienia piersią i podstawowych zajęć przy noworodku.

Edukacja stanowi istotny element dotyczący opieki przedporodowej, szczególnie w odniesieniu do kobiet przygotowujących się do pierwszego porodu.

Jednym z czynników wpływających na poprawę opieki prenatalnej jest pogłębienie wiedzy związanej z ciążą, porodem, położeniem i opieką nad noworodkiem. Taką wiedzę najlepiej przekazują zajęcia w szkole rodzenia.



## **EPIDEMIOLOGIA**

Aktualnie jako główne cele, do jakich prowadzić ma poprawa poziomu opieki perinatalnej w Polsce, wymienia się obniżenie częstości występowania wcześniactwa i małej masy urodzeniowej dziecka. Na terenie powiatu legionowskiego nie ma szpitala z oddziałem ginekologiczno - położniczym. Mieszkancki powiatu w większości rodzą w szpitalach położonych o kilkadziesiąt kilometrów od miejsca zamieszkania. Tam też odpłatnie mogą skorzystać z zajęć w podobnych szkołach.

Potwierdzenie zasadności wprowadzenia programu prezentują przedstawione niżej statystyki podczas realizacji zadania w 2013 i 2014 r. Z zajęć Poradni - Szkoły Rodzenia skorzystało 60 par oczekujących dziecka. W 2015 roku takich par było 35 a w 2016 - 20. Wszystkie osoby, w wypełnianych ankietach ewaluacyjnych zaznaczyły olbrzymie znaczenie jakie miało dla nich uczestnictwo w zajęciach szkoły rodzenia.

## **POPULACJA PODLEGAJĄCA JEDNOSTCE SAMORZĄDU TERYTORIALNEGO I POPULACJA KWALIFIKUJĄCA SIĘ DO WŁĄCZENIA DO PROGRAMU**

Liczba mieszkańców Powiatu legionowskiego stale rośnie, głównie dzięki stale wzrastającemu przyrostowi naturalnemu. Zgodnie z danymi GUS, w 2015 roku w Powiecie Legionowskim urodziło się 1148 noworodków (w tym 20 dzieci z masą urodzeniową poniżej 1999 gram).

Ze względu na wysokość funduszy jakimi dysponuje powiat oraz zapotrzebowanie wykazane w poprzednich latach, z programu będzie mogło skorzystać 20 par, które otrzymają dofinansowanie 50% do kursu. Ilość par, zaplanowana do udziału w programie jest adekwatna do zainteresowania mieszkańców tą formą programu.

Opieka zdrowotna nad kobietami ciężarnymi i niemowlętami, w tym w szczególności przygotowanie kobiety do porodu, położu, karmienia piersią i rodzicielstwa, jest sprawowana przede wszystkim w ramach podstawowej opieki zdrowotnej oraz ambulatoryjnej opieki specjalistycznej, finansowanej przez Narodowy Fundusz Zdrowia.

Organizacja edukacji w szkołach rodzenia nie należy w Polsce do standardu opieki nad ciężarną. Kobiety mogą poszukiwać tego typu edukacji w prywatnych lub w przyszpitalnych szkołach rodzenia, finansowanych lub dofinansowywanych ze środków samorządowych.

Aktualnie szkoły rodzenia nie są finansowane ze środków publicznych.

## **b) Cel programu**

Podstawowym zadaniem szkół rodzenia jest przygotowanie rodziców do porodu, rodzicielstwa, pojmowanego jako całokształt zagadnień psychofizycznych związanych z ciążą, porodem, położeniem i wczesnym okresem życia dziecka. Kobiety przygotowane w szkole rodzenia lepiej odczytują sygnały swojego ciała podczas porodu i lepiej współpracują z położną i lekarzem, czego efektem jest poród krótszy o 2-4 godziny. Również mężczyźni uczestniczący ze swoją partnerką w zajęciach są przygotowani do odpowiedniego wsparcia partnerki, pielęgnacji noworodka i pomocy w opiece nad dzieckiem.

Oczekiwany efektami organizacji zajęć tego programu są:

- poprawa stanu zdrowia ciężarnych i noworodków poprzez kształtowanie nawyków prozdrowotnych tak specyficznych jak okres ciąży,
- podniesienie poziomu edukacji nt. utrzymania zdrowia matki i dziecka w okresie ciąży,
- przygotowanie do porodu, położenia i opieki nad noworodkiem i małym dzieckiem,
- zmniejszenie odsetka wczesnych urodzeń.

Z tymi wszystkimi aspektami wiąże się główny cel jakim ma być poprawa poziomu opieki prenatalnej oraz zmniejszenie występowania powikłań okołoporodowych, wcześniactwa i masy urodzeniowej noworodków.

Miernikiem efektywności będzie tutaj poziom zadowolenia pacjentów oraz ich ocena przydatności poznanego w szkole rodzenia materiału, oceniona na podstawie ankiet ewaluacyjnych przeprowadzonych po zakończeniu kursu.

## **c) Adresaci programu**

Adresatami programu są pary oczekujące przyjścia na świat pierwszego dziecka. Najbardziej wskazanym okresem dla rozpoczęcia zajęć jest koniec 20 tygodnia ciąży.

Ze względu na wysokość środków, jakimi dysponuje powiat, z programu będzie mogło skorzystać 20 par – 40 osób (refundacja kosztów przez powiat legionowski - 50%). Wszystkie pary muszą być mieszkańcami powiatu legionowskiego.

Aktualnie szkoły rodzenia nie są finansowane ze środków publicznych. Chętni do skorzystania z kursu będą się mogli o nim dowiedzieć z plakatów, ogłoszeń na stronach internetowych i lokalnej prasie. Biorąc pod uwagę zainteresowanie tą formą profilaktyki w latach poprzednich skierowanie programu do 20 par jest optymalną ofertą.

## **d) Organizacja programu**

Program szkoleń w ramach "Szkoły rodzenia" organizowany w ramach Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej „Zdrowy Powiat” obejmować będzie 10 2-godzinnych zajęć obejmujących tematykę ciąży, porodu, położu i dziecka. Podczas spotkań omówiona zostanie problematyka takich zagadnień jak: zdrowy przebieg ciąży, porodu i położu, karmienia piersią, pierwszych dni życia dziecka, w tym jego pielęgnacji oraz udzielania pierwszej pomocy w nagłych wypadkach. Zostaną zorganizowane również spotkania z pediatrą, dietetykiem i rehabilitantem oraz instruktorem ruchu drogowego (spotkanie poświęcone prawidłowemu przewożeniu dzieci w samochodach).

Spotkania będą się składać z teorii oraz ćwiczeń praktycznych.

### **Przebieg akcji:**

1. Przeprowadzenie akcji promocyjno - informacyjnej wśród mieszkańców.
2. Bieżące zapisy pacjentów (telefonicznie lub osobiście) przez wyłonionego w konkursie ofert świadczeniodawcę.
3. Organizacja 10 spotkań w ramach kursu.
4. Przekazanie do wypełnienia oraz uzyskanie od uczestnika ankiety ewaluacyjnej (zał. nr 1 do Programu edukacyjnego dla przyszłych rodziców).
5. Przekazanie do Starostwa Powiatowego ankiet ewaluacyjnych oraz sprawozdania do faktury – zestawienia świadczeń (zał. Nr 2 do Programu edukacyjnego dla przyszłych rodziców)
6. Analiza otrzymanych dokumentów przez Powiat Legionowski.

Zajęcia odbywać się będą na terenie powiatu legionowskiego w miejscu wskazanym przez realizatora wyłonionego w ramach otwartego konkursu ofert na realizatorów programów zdrowotnych.

Zajęcia w ramach programu prowadzone będą przez osoby posiadające doświadczenie i wykształcenie potrzebne do prowadzenia tej formy zajęć (położne, lekarze ginekolodzy - położnicy). W trakcie trwania programu musi odbyć się min. po jednym spotkaniu z lekarzem pediatrą, dietetykiem i instruktorem ruchu drogowego.

Zajęcia odbywać się będą w małych, max 10 osobowych grupach (5 par).

Realizator wyłoniony podczas konkursu ofert zobowiązany jest zapewnić wymagane zasoby kadrowe, rzeczowe i lokalowe potrzebne do realizacji powierzonego zadania.

Kryterium wyboru podmiotu realizującego program stanowi wysokość stawki za przeprowadzenie całości kursu, przy uwzględnieniu proponowanych przez oferenta podobnych jakościowo zasobów kadrowych, rzeczowych oraz lokalowych niezbędnych do realizacji zadania.

Uczestnictwo w programie zależy od szybkości zgłoszenia się pary, ponieważ ze względu

na ograniczone środki powiatu - liczba miejsc jest ograniczona.

Aby zachęcić kobiety do skorzystania z programu, wraz z akcją informacyjną dotyczącą samej możliwości uczestnictwa w kursie, przeprowadzona zostanie akcja informacyjna nt. zdrowego trybu życia w okresie ciąży m. in. na temat skutków palenia i picia alkoholu w okresie ciąży, roli aktywności fizycznej oraz możliwości ze skorzystania z różnego typu porad w sprawach nurtujących przyszłe i młode mamy. Akcja prowadzona będzie poprzez stronę internetową powiatu legionowskiego oraz miesięcznik Kurier. Informator Powiatu Legionowskiego wydawany przez Starostwo Powiatowe w Legionowie w nakładzie 35 tys. egzemplarzy i bezpłatnie dystrybuowany wśród mieszkańców powiatu. Do włączenia się w akcję informacyjną, zostaną zachęćeni również włodarze gmin powiatu legionowskiego.

### **e) Koszty programu**

Szacunkowa wysokość środków finansowych zarezerwowanych przez Powiat Legionowski na realizację programu to 5 000,00 zł.

Przewidywany koszt dofinansowania 50% świadczenia dla 1 pary to 250,00 zł. Planowana liczba par, które będą mogły uczestniczyć w kursie to 20 par.

Koszt promocji programu – ok. 500 zł

50% kosztów finansowane będzie z budżetu Programu powiatu legionowskiego – 50% kosztu pokrywać będzie uczestnik kursu.

Podjmując decyzję o organizacji Szkoły Rodzenia na terenie Powiatu Legionowskiego kierowano się dotychczasowym zainteresowaniem tą formą świadczeń przez mieszkańców. Mieszkańcy swoje opinie wyrażali w ankietach ewaluacyjnych przygotowanych specjalnie w tym celu w poprzednich latach trwania programu.

### **f) Promocja, monitorowanie i ewaluacja**

Aby zapewnić zgłaszalność na badania przeprowadzona zostanie szeroko zakrojona akcja informacyjna. O możliwości skorzystania z badań mieszkańcy będą mogli dowiedzieć się z ulotek i plakatów informacyjnych, prasy miejscowej oraz miesięcznika powiatowego, stron internetowych powiatu i gmin. Z dotychczasowych doświadczeń z przeprowadzania podobnych badań wynika, że świetne efekty daje współpraca w tej kwestii z parafiami, lokalnymi instytucjami użyteczności publicznej, zakładami opieki zdrowotnej oraz przedsiębiorstwami z terenu powiatu. W sumie informacje o świadczeniach będą dystrybuowane w około 300 miejscach na terenie Powiatu.

Powiat Legionowski cały czas będzie pozostawał w kontakcie z zakładami wykonującymi dane świadczenia, tak aby w miarę potrzeby zintensyfikować akcję informacyjną lub w miarę potrzeby zareagować na sytuację braku miejsc na badania, przed zakończeniem

akcji.

Promocja, monitoring i ewaluacja programu będzie prowadzona bezpośrednio przez Wydział Spraw Społecznych Starostwa Powiatowego w Legionowie poprzez wizytacje i badania ankietowe satysfakcji wszystkich uczestników podczas realizacji programu. Wyniki badań zostaną uwzględnione podczas prac nad projektem Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej „Zdrowy Powiat” na rok 2018. Dodatkowo, po zakończeniu akcji świadczeniodawca, który będzie realizował świadczenia, będzie miał obowiązek sporządzenia sprawozdania z przeprowadzonych kursów. Efektywność Programu zostanie oceniona na podstawie analizy ankiet ewaluacyjnych przeprowadzonych wśród uczestników.

### **g) Okres realizacji programu**

Program będzie realizowany od marca do listopada 2017 r. lub do wyczerpania liczby miejsc.

## Załącznik nr 1 do Programu edukacyjnego dla przyszłych rodziców

### ANKIETA SKIEROWANA DO OSÓB KORZYSTAJĄCYCH Z BADAŃ ZORGANIZOWANYCH W RAMACH POWIATOWEGO PROGRAMU PROFILAKTYKI ZDROWOTNEJ „ZDROWY POWIAT”

Miejsce zamieszkania (gmina) .....

Świadczenie z którego Pani korzystała: Szkoła Rodzenia

Jak ocenia Pani jakość przeprowadzonego świadczenia:

- dobrze
- średnio
- źle

Dlaczego? Krótkie uzasadnienie:

.....  
.....  
.....

Skąd dowiedziała się Pani o świadczeniu:

- plakat
- billboard
- ogłoszenie w prasie lokalnej
- portale społecznościowe, strona internetowa - jakie .....
- inne źródła - jakie .....

Czy uważa Pani że akcje bezpłatnych świadczeń są potrzebne?

- tak
- nie
- nie wiem

Jakie, Pana/Pani zdaniem, inne świadczenia powinny być organizowane w ramach Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej w kolejnych latach?

1. ....
2. ....
3. ....

**Dziękujemy za udział w ankiecie.**

Wydział Spraw Społecznych  
Starostwa Powiatowego w Legionowie

**Załącznik nr 2 do Programu edukacyjnego dla przyszłych rodziców**

**Sprawozdanie do faktury nr .....  
z realizacji kursu w Szkole Rodzenia  
nr umowy .....**

**Kurs przeprowadzony w terminie od ..... do .....**

	terminy poszczególnych spotkań	tematyka spotkania
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		

**Liczba osób uczęszczających na kurs  
w ramach Powiatowego Programu  
Polityki Zdrowotnej „Zdrowy Powiat” w 2017 r.**

.....

.....  
pieczętka

.....  
data i podpis

## **V.4. Badania profilaktyczne zaburzeń rozwoju psychologiczno - neurologopedycznego dzieci**

### **a) Opis problemu zdrowotnego**

#### **PROBLEM ZDROWOTNY**

Wczesne wspomaganie rozwoju to pobudzenie psychoruchowego i społecznego rozwoju małego niepełnosprawnego dziecka, podejmowane od chwili wykrycia niepełnosprawności do czasu rozpoczęcia nauki w szkole. Wczesne wykrycie, rehabilitacja i terapia zapobiega pogłębianiu się niepełnosprawności, przez co poprawia szanse edukacyjne i życiowe dziecka.

Umiejętna obserwacja i profesjonalna diagnoza pozwala rozpoznać nieprawidłowości rozwojowe u dzieci i wcześniej na nie reagować.

Dzięki dużej plastyczności centralnego układu nerwowego małego dziecka jest ono szczególnie podatne na oddziaływania rewalidacyjne, dlatego wspomaganie rozwoju jest tym efektywniejsze im wcześniej jest podejmowane.

Podstawowymi objawami, które wymagają zwrócenia uwagi na zachowanie dziecka to: dziecko nie lubi być brane na ręce i przytulane, unika kontaktu wzrokowego, nie odwzajemnia uśmiechu, często płacze i jest niespokojne bez wyraźnej przyczyny, nie interesuje się zabawkami lub nie bawi się nimi tak jak inne dzieci w tym samym wieku, ma osłabione lub wzmożone napięcie mięśniowe i jego rozwój ruchowy przebiega wolniej niż u rówieśników, ma kłopoty z mówieniem.

Wczesna interwencja i diagnostyka, o ile jest potrzebna, powinna zacząć się jak najwcześniej. Podatność małego dziecka na różnorodne oddziaływania sprawia, że łatwiej wówczas osiągnąć zamierzone cele terapeutyczne i rehabilitacyjne. Często udaje się zapobiec również powstawaniu niekorzystnych, czasem nieodwracalnych zmian w funkcjonowaniu ruchowym, psychicznym i społecznym. Zapewnienie dziecku jeszcze przed rozpoczęciem nauki w szkole odpowiedniej rehabilitacji i terapii, zapobiega pogłębieniu się niepełnosprawności, co zwiększa jego szanse edukacyjne i życiowe.

Wczesna diagnoza, stymulacja rozwoju, rehabilitacja i poradnictwo wychowawcze pomogą rodzicom zrozumieć problemy dziecka i poradzić sobie z nimi lub uniknąć niepotrzebnego niepokoju jeśli okaże się, że rozwój jest prawidłowy.

Podstawowym celem interwencji jest kształtowanie u dziecka jak największej liczby umiejętności, które pozwolą mu uzyskać niezależność w domu, przedszkolu i szkole. Drogą do tego celu jest systematyczne wzmacnianie zachowań pożądanych, adaptacyjnych oraz redukcja zachowań niepożądanych, spowalniających uczenie się. W przypadku wykrycia nieprawidłowości konieczne jest objęcie dziecka wszechstronną



opieką w ośrodku wczesnej interwencji. Złożone umiejętności dzielone są na elementy składowe, które są uczone oddzielnie.

Podstawowe badania psychologiczne i rehabilitacyjne będą w stanie ujawnić i odpowiednio skierować do leczenia, różnego typu zaburzenia rozwojowe typu: uszkodzenia ośrodkowe i obwodowe układu nerwowego wraz ze sprzężeniami towarzyszącymi, mózgowie porażenia dziecięce, epilepsję, wady genetyczne, choroby metaboliczne, opóźnienia psychoruchowe, wady wzroku i słuchu współtowarzyszące wcześniactwu.

## **EPIDEMIOLOGIA**

W 2013 i 2014 r. Powiat Legionowski przeprowadził podobny program. Wzięło w nim udział 442 potencjalnie zdrowych dzieci w wieku 0 - 6 lat. Wykryto 405 nieprawidłowości (264 - logopedyczne; 141 - psychologicznych). Wśród nich wyróżniono głównie: zaburzenia mowy (opóźnienia rozwoju mowy, zaburzenia na tle autyzmu, dyslalię, jąkanie, zaburzenia mowy na tle niedosłuchu, zaburzenia żywienia, anomalie w budowie i funkcjonowaniu aparatu mowy) oraz nadpobudliwość psychoruchową, zaburzenia integracji sensorycznej, autyzm, zaburzenia rozwojowe, zespoły genetyczne, asperger, wzmożone i obniżone napięcie mięśniowe, zaburzenia zachowania. W 2015 roku program został przeprowadzony wśród 136 dzieci. Wśród nich wykryto 70 nieprawidłowości logopedycznych i 54 psychologiczne. Wyniki Programu z 2016 roku to 183 przebadanych dzieci (w tym 78 wykrytych nieprawidłowości psychologicznych i 85 neurologopedycznych)

## **POPULACJA PODLEGAJĄCA JEDNOSTCE SAMORZĄDU TERYTORIALNEGO I POPULACJA KWALIFIKUJĄCA SIĘ DO WŁĄCZENIA DO PROGRAMU**

Liczba mieszkańców Powiatu legionowskiego stale rośnie. Wg danych GUS (podawanych w 5- letnich granicach wiekowych) na koniec 2015 r. liczba mieszkańców powiatu legionowskiego w wieku docelowym 9 m-cy - 6 lat to:

- 6 275 – dzieci w wieku 0-4 lata
- 7 870 – dzieci w wieku 5-9 lat

Należy więc założyć, że w powiecie legionowskim mieszka ok. 3 148 dzieci w wieku 5-6 lat ( $7870:5 \text{ lat} = 1574$  dzieci w jednym wieku x 2 roczniki).

W wieku docelowym znajduje się więc około 9 423 dzieci.

Ponieważ Program skierowany jest do potencjalnie zdrowych dzieci, należy wykluczyć te, u których już wcześniej zostały zdiagnozowane nieprawidłowości rozwojowe, oraz dzieci, które już w latach poprzednich wzięły udział w Programie, a nadal są w wieku kwalifikującym do udziału.

Środki, jakimi dysponuje Powiat Legionowski wskazują, że docelowo w programie może

wziąć udział ok. 230 dzieci.

## **ALTERNATYWNE ŚWIADCZENIA**

Osobom niepełnosprawnym przysługują świadczenia z zakresu opieki zdrowotnej (w tym rehabilitacja lecznicza) – finansowane z budżetu Narodowego Funduszu Zdrowia, świadczenia opieki społecznej (w tym rehabilitacja społeczna i zawodowa) finansowane ze środków wydzielonych z PFRON. Świadczenia proponowane w ramach ocenianych programów z zakresu kompleksowej terapii i rehabilitacji niepełnosprawnych dzieci i młodzieży (uwzględniające terapię logopedyczną, psychologiczną, pedagogiczną) stanowią uzupełnienie świadczeń gwarantowanych finansowanych dla tych grup beneficjentów przez Narodowy Fundusz Zdrowia, których wykaz określają rozporządzenia Ministra Zdrowia. Świadczenia te są jednak przeznaczone dla dzieci, u których zdiagnozowano już konkretną niepełnosprawność.

Sama diagnoza jest na terenie powiatu legionowskiego trudno dostępna, poprzedzona bardzo długim czasem oczekiwania. Świadczenia w ramach Programu są przeznaczone dla dzieci potencjalnie zdrowych, których zachowanie budzi niepokój rodziców. Mają za zadanie wykluczyć niepełnosprawność lub wskazać konkretny kierunek dalszego postępowania w przypadku wykrycia nieprawidłowości.

## **b) Cel programu**

Głównym celem programu jest wczesne wykrycie zaburzeń rozwojowych u potencjalnie zdrowych dzieci, poprzez umożliwienie mieszkańcom poszerzenia badań lekarskich dzieci o diagnozę psychologiczno – neurologopedyczną. Do przebadania swoich dzieci zapraszani są rodzice, którzy zauważają niepokojące zachowania wśród swoich potencjalnie zdrowych dzieci i chcieliby sprawdzić ich prawidłowy rozwój.

Szczegółowe cele to:

- wczesne wykrycie u dzieci nieprawidłowości typu: dysfunkcje ruchu, opóźnień w rozwoju psychoruchowym, zaburzeń emocjonalnych, padaczki, dysartrii, dysleksji innych wad wymowy, ADHD, autyzmu,
- wskazanie opiekunom konkretnego kierunku dalszego postępowania w przypadku wykrycia nieprawidłowości,
- zintegrowanie działań placówek oświatowych i medycznych działających na terenie Powiatu Legionowskiego na rzecz wczesnego wykrywania nieprawidłowości i wad rozwojowych u dzieci oraz przeciwdziałanie im,
- zobrazowanie problemu w skali powiatu.

## **OCZEKIWANE EFEKTY**

Wczesne wykrycie nieprawidłowości rozwojowych u potencjalnie zdrowych dzieci, których zachowanie budzi niepokój rodziców oraz wskazanie rodzicom odpowiedniej ścieżki dalszego postępowania, a co za tym idzie możliwie wczesna pomoc w leczeniu.

## **MIERNIKI EFEKTYWNOŚCI**

Miernikiem efektywności będzie odsetek pacjentów z nieprawidłowymi wykrytymi nieprawidłowościami w porównaniu do wszystkich pacjentów biorących udział w Programie.

## **c) Adresaci programu**

Adresowany jest do potencjalnie zdrowych dzieci w wieku 0-6 lat, których rozwój przebiega teoretycznie prawidłowo, ale ich zachowanie niepokoi rodziców.

W ramach środków finansowych jakimi dysponuje Powiat na realizację tego badania, możliwe jest skierowanie programu do ok. 260 dzieci.

Pierwszeństwo przy zapisach będą miały dzieci, które urodziły się w ciąży ryzyka, przyszły na świat przedwcześnie, uzyskały po urodzeniu niską ocenę Apgar, przebyły poważne niedotlenienie, miały drgawki itp.

## **d) Organizacja programu**

W ramach programu zorganizowane zostaną badania psychologiczne i neurologopedyczne oceniające rozwój psychoruchowy i emocjonalny dzieci oraz rozwój ich mowy.

Diagnostowane będą nieprawidłowości lub objawy zaburzeń wczesnodziecięcego rozwoju. Zorganizowana zostanie też doraźna pomoc psychologiczna i logopedyczna dla rodziców badanych dzieci (porady, konsultacje, rozmowy wspierające).

Badania odbywać się będą na terenie powiatu legionowskiego w miejscu wskazanym przez realizatora wyłonionego w ramach otwartego konkursu ofert na realizatorów programów zdrowotnych.

Badania w ramach programu prowadzone będą przez psychologów i neurologopedów posiadających wykształcenie i doświadczenie w diagnozowaniu dzieci.

## **Przebieg akcji:**

1. Przeprowadzenie akcji promocyjno - informacyjnej wśród mieszkańców.
2. Bieżące zapisy pacjentów (telefonicznie lub osobiście) przez wyłonionego w konkursie ofert świadczeniodawcę.

3. Organizacja modułu badań – 0,5 h u psychologa i 0,5 h u neurologopedy. Badania muszą być przeprowadzone w trakcie jednej wizyty w poradni, bez konieczności czekania z dzieckiem na wizytę pomiędzy poszczególnymi specjalistami.
4. Przekazanie opiekunowi informacji o wyniku badania oraz ewentualne wskazanie dalszego postępowania refundowanego przez NFZ w przypadku wykrycia nieprawidłowości.
5. Przekazanie do wypełnienia oraz uzyskanie od uczestnika ankiety ewaluacyjnej (zał. nr 1 do Programu badań profilaktycznych zaburzeń rozwoju psychologiczno - neurologopedycznego dzieci).
6. Przygotowanie i przekazanie przez świadczeniodawcę zestawienia wyników wykonanych badań – (zał. nr 2 do Programu badań profilaktycznych zaburzeń rozwoju psychologicznego i neurologopedycznego dzieci).
7. Analiza otrzymanych dokumentów przez Powiat Legionowski.

Realizator wyłoniony podczas konkursu ofert zobowiązany jest zapewnić wymagane zasoby kadrowe, rzeczowe i lokalowe potrzebne do realizacji powierzonego zadania.

Kryterium wyboru podmiotu realizującego program stanowi wysokość stawki za przeprowadzenie badania dla jednej osoby, przy uwzględnieniu proponowanych przez oferenta podobnych jakościowo zasobów kadrowych, rzeczowych oraz lokalowych niezbędnych do realizacji zadania.

Aby zachęcić rodziców do wykonania badań, wraz z akcją promującą możliwość skorzystania z programu, przeprowadzona zostanie akcja informująca o problemie niepełnosprawności wśród dzieci oraz możliwości skorzystania z różnych form pomocy. Akcja prowadzona będzie poprzez stronę internetową powiatu legionowskiego oraz miesięcznik Kurier. Informator Powiatu Legionowskiego wydawany przez Starostwo powiatowe w Legionowie w nakładzie 35 tys. egzemplarzy i bezpłatnie dystrybuowany wśród mieszkańców powiatu. Do włączenia się w akcję informacyjną, zostaną zachęceni również władarze gmin powiatu legionowskiego. Akcja informacyjna będzie miała na celu zwiększenie wrażliwości mieszkańców na niepokojące objawy zdrowotne wskazujące na istnienie wad u swoich dzieci.

### **e) Koszty programu**

Szacunkowa wysokość środków finansowych zarezerwowanych przez Powiat Legionowski na realizację programu to 19 550,00 zł.

100% Programu finansowanych będzie z budżetu Powiatu Legionowskiego.

Przewidywany całkowity koszt konsultacji u psychologa i neurologopedy dla 1 pacjenta to ok. 85,00 zł.

Planowana liczba pacjentów akcji to 230 osób.

Koszt jednostkowy, a co za tym idzie liczba pacjentów może się zmienić w przypadku zaoferowania przez świadczeniodawcę wyłonionego w ramach konkursu ofert ceny jednostkowej innej, niż przewidywana.

Koszt promocji programu – ok. 500 zł

Podejmując decyzję o finansowaniu tego zadania Powiat Legionowski kierował się zainteresowaniem mieszkańców daną formą Programu wykazanymi w ankietach ewaluacyjnych.

## **f) Promocja, monitorowanie i ewaluacja**

Aby zapewnić zgłaszalność na badania przeprowadzona zostanie szeroko zakrojona akcja informacyjna. O możliwości skorzystania z badań mieszkańcy będą mogli dowiedzieć się z ulotek i plakatów informacyjnych, prasy miejscowej oraz miesięcznika powiatowego, stron internetowych powiatu i gmin. Z dotychczasowych doświadczeń z przeprowadzania podobnych badań wynika, że świetne efekty daje współpraca w tej kwestii z parafiami, lokalnymi instytucjami użyteczności publicznej, zakładami opieki zdrowotnej, przedszkolami oraz przedsiębiorstwami z terenu powiatu. W sumie, przykładem z roku ubiegłego, informacje o świadczeniach będą dystrybuowane w około 300 miejsc na terenie Powiatu.

Powiat Legionowski cały czas będzie pozostawał w kontakcie z zakładami wykonującymi dane świadczenia, tak aby w miarę potrzeby zintensyfikować akcję informacyjną, lub w miarę potrzeby zareagować na sytuację braku miejsc na badania, przed zakończeniem akcji.

Promocja, monitoring i ewaluacja programu będzie prowadzona bezpośrednio przez Wydział Spraw Społecznych Starostwa Powiatowego w Legionowie poprzez wizytacje i badania ankietowe min. 80% uczestników podczas realizacji programu. Wyniki badań zostaną uwzględnione podczas prac nad projektem Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej „Zdrowy Powiat” na rok 2018. Dodatkowo, po zakończeniu akcji wykonawca, który będzie realizował badania, będzie miał obowiązek sporządzenia sprawozdania z przeprowadzonych badań.

Dodatkowo, po zakończeniu akcji zakład opieki zdrowotnej, który będzie realizował badania, będzie miał obowiązek sporządzenia sprawozdania z przeprowadzonych świadczeń. Dokument ten zawierać będzie liczbę dzieci przebadanych w ramach programu wraz z liczbą i rodzajem zdiagnozowanych nieprawidłowości i liczbą konsultacji udzielonych rodzicom. Efektywność programu wskaże odsetek pacjentów z nieprawidłowymi wykrytymi nieprawidłowościami w porównaniu do wszystkich pacjentów biorących udział w Programie.

## **g) Okres realizacji programu**

marzec - listopad 2017

**Załącznik nr 1 do Programu badań profilaktycznych zaburzeń rozwoju psychologiczno - neurologopedycznego dzieci**

**ANKIETA SKIEROWANA DO OSÓB KORZYSTAJĄCYCH Z BADAŃ ZORGANIZOWANYCH W RAMACH POWIATOWEGO PROGRAMU POLITYKI ZDROWOTNEJ „ZDROWY POWIAT”**

**Miejsce zamieszkania (gmina) .....**

**Świadczenie z którego Pana/Pani dziecko korzystało:**

**1. Badania psychologa i neurologopedy:**

- 0 – 3 lata
- 3 – 6 lat

**Jak ocenia Pan/Pani jakość przeprowadzonego świadczenia:**

- dobrze
- średnio
- źle

**Dlaczego? Krótkie uzasadnienie:**

.....  
.....  
.....

**Skąd dowiedział/a się Pan/Pani o świadczeniu:**

- plakat
- billboard
- ogłoszenie w prasie lokalnej
- portale społecznościowe, strona internetowa - jakie .....
- inne źródła - jakie .....

**Czy uważa Pan/Pani że akcje bezpłatnych świadczeń są potrzebne?**

- tak
- nie
- nie wiem

**Jakie, Pana/Pani zdaniem, inne świadczenia powinny być organizowane w ramach Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej w kolejnych latach?**

1. ....
2. ....
3. ....

**Dziękujemy za udział w ankiecie.**

Wydział Spraw Społecznych  
Starostwa Powiatowego w Legionowie

**Załącznik Nr 2 do Programu badań profilaktycznych  
zaburzeń rozwoju psychologicznego i  
neurologopedycznego dzieci**

**Sprawozdanie do faktury nr .....**

**umowa nr .....  
(badania psychologa i neurologopedy)**

<b>Liczba wykonanych badań wg wieku</b>	<b>liczba i rodzaj wykrytych zmian i nieprawidłowości</b>	<b>Liczba dzieci z wykrytymi nieprawidłowościami</b>
1 rok - .....		
2 lata - .....		
3 lata - .....	.....	.....
4 lata - .....		
5 lat - .....		
6 lat - .....		
<b>SUMA - .....</b>	.....	.....

.....  
pieczętka

.....  
data i podpis



## V.5. Program profilaktyki wad postawy u dzieci

### a) Problem zdrowotny

#### PROBLEM ZDROWOTNY

Programy profilaktyki i korekcji wad postawy u dzieci i młodzieży wchodzą w zakres rozporządzenia Ministra Zdrowia w sprawie priorytetów zdrowotnych – *zapobieganie najczęstszemu problemom zdrowotnym i zaburzeniom rozwoju fizycznego i psychospołecznego dzieci i młodzieży objętych obowiązkiem szkolnym i obowiązkiem nauki oraz kształcących się w szkołach ponadgimnazjalnych do ich ukończenia oraz zmniejszenie przedwczesnej zachorowalności i ograniczenie negatywnych skutków przewlekłych schorzeń układu kostno-stawowego*. Zgodnie z dokumentem pt. „Profilaktyka wad u dzieci w środowisku nauczania i wychowania”, przygotowanym przez zespół ekspertów na zlecenie Ministra Zdrowia, postawą ciała nazywa się sposób trzymania się człowieka w swobodnej pozycji stojącej, a zewnętrznym tego przejawem jest wzajemny przestrzenny układ poszczególnych części ciała i sylwetka danej osoby. Postawa jest cechą indywidualną i nie jest identyczna u wszystkich ludzi. Zmienia się ona też wraz z wiekiem, a nawet w ciągu dnia i jest zależna od wielu czynników. W trakcie rozwoju dziecko nabywa umiejętność trzymania pionowej postawy ciała i automatycznego utrzymania jej w warunkach równowagi chwiejnej a sama sylwetka kształtuje się przez wiele lat. Największe zagrożenia dla jakości postawy pojawiają się podczas tzw. skoków wzrostowych, przypadających na okres 6-7 lat i 12-16 lat, gdy dziecko jest najbardziej podatne na wpływ różnych czynników zewnętrznych, a rozwój układu mięśniowego nie nadąża za szybkim wzrostem kości.

Prawidłowa postawa ciała rozwija się na prawidłowym podłożu morfologiczno - czynnościowym. Bardzo duże znaczenie ma tu sposób opanowania przez dziecko postawy pionowej i wytworzonego się u niego wzorca postawy. Istotną rolę w kształtowaniu się postawy ciała są nawyki, czyli przyzwyczajenie do przyjmowania określonego układu ciała, zwłaszcza podczas codziennych czynności. Dzieci przyjmują często nieprawidłową pozycję, co sprzyja kształtowaniu się i utrwalaniu nieprawidłowej postawy.

Rozróżnia się:

- nawykową nieprawidłową postawę ciała - podlegającą czynnej korekcji i wymagającej wyeliminowania u dziecka nawyków „psujących” postawę oraz włączenia do zajęć ruchowych i korekcyjnych
- rzeczywistą wadę postawy wymagającą leczenia przez fizjoterapeutę, nie korygującej się samoczynnie i wymagającej w zależności od powagi problemu leczenia poprzez zespół

specjalistów - lekarz, fizjoterapeuta.

Problem wad postawy jest ważny z co najmniej dwóch powodów: nieprawidłowości postawy występują bardzo często wśród dzieci i młodzieży i mogą w przyszłości warunkować poważne skutki zdrowotne w postaci zaburzeń krążeniowo-oddechowych, upośledzenia sprawności i wydolności ogólnej, zespołów bólowych kręgosłupa, problemów ginekologicznych u kobiet. Przyczyny wad postawy są różne. Tylko w niewielkim ich procencie podłożem są wady wrodzone lub określone schorzenia. Najczęściej spowodowane są nawykiem przyjmowania złej postawy ciała. Wadom postawy sprzyjają:

- niewłaściwe dobrane stanowisko pracy ucznia (nie dostosowane do wzrostu dziecka);
- niewłaściwe pozycje przyjmowane podczas pracy i wypoczynku;
- zbyt ciężki "bagaż szkolny" i niewłaściwe jego noszenie;
- nadwaga;
- siedzący tryb życia oraz
- ograniczenie aktywności fizycznej dziecka.

Nieprawidłowości spowodowane tymi czynnikami, wykryte w wczesnie, są stosunkowo łatwe do usunięcia. Taka wada postawy, jeśli nie zostaną podjęte kroki zapobiegawcze, rośnie wraz z dzieckiem. Z czasem, w późniejszym stadium, mogą się pojawić przykurcze, a w konsekwencji niemożliwe do usunięcia deformacje układu kostno - stawowego. Bardzo ważną rolę odgrywają tu placówki oświatowe i organizowane przez nie wszelkiego rodzaju zajęcia sportowe i korygujące oraz odpowiednia motywacja dzieci przez nauczycieli, rodziców, opiekunów dziecka. Profilaktyka wad postawy u dzieci realizowana jest poprzez codzienną dbałość o utrzymanie prawidłowej postawy, eliminację czynników stanowiących podstawę do wystąpienia wady, zapewnienie dziecku odpowiedniej ilości ruchu, umożliwiającej wszechstronny i harmonijny rozwój fizyczny, regularna kontrola stanu zdrowia. W dzisiejszym, „szybko żyjącym” świecie często zapomina się o dbaniu o utrzymanie tych czynników. Program realizowany przez Powiat Legionowski ma na celu wykrycie i zwrócenie uwagi dzieci, ich rodziców i opiekunów oraz nauczycieli na problem. Wykrycie i wskazanie posiadania wady postawy pozwoli na rozpoczęcie podejmowania przez te jednostki środków zapobiegawczych.

## **EPIDEMIOLOGIA**

Powiatowy Program Polityki Zdrowotnej „Zdrowy Powiat” w zakresie badań przesiewowych dzieci pod kątem wad postawy w roku 2015 miał charakter pilotażowy. Pozwolił ocenić skalę problemu w powiecie i pokazał konieczność korygowania wad przez poszczególne dzieci.

W 2015 roku przebadanych zostało 1 799 drugoklasistów. Stanowi to 100% chętnych do przebadania dzieci – w przypadku nieobecności dziecka w szkole w dniu badania,

rodzic miał możliwość wykonania takiego badania w jednostce, która wykonywała badania w ramach Programu. Statystyki z przeprowadzonych badań przedstawiają się następująco: spośród 1 799 przebadanych dzieci u 932 zdiagnozowano nieprawidłowości w postawie. Stanowi to 51,8 % ogółu drugoklasistów. Wśród wad postawy wyodrębniono: postawę skoliozy (386 os. – 21,5%), koślawość kolan (313 os. – 17,4%), koślawość kostek (165 os. – 9,2%), stopy płasko – koślawe (93 os – 5,2%), plecy okrągło-wklęsłe (22 os. – 1,2%), płaskostopie (53 os – 2,9%), klatkę piersiową lejkową (63 os – 3,5%), plecy wklęsłe (72 os. – 4%), plecy okrągłe (79 os. – 4,4 %), szpotowatość kolan (7 os – 0,4%), kurzą klatkę (6 os. – 0,3%).

W roku 2016 przebadano kolejny rocznik 2-klasistów. Wśród 1848 dzieci wykryto 1169 nieprawidłowości w postawie ciała. Dodatkowo 395 dzieci uczestniczyło w dofinansowywanych przez Powiat zajęciach korekcyjno – edukacyjnych.

Zgodnie z w/w dokumentem przygotowanym na zamówienie Ministra Zdrowia, występowanie wad postawy w wieku rozwojowym ocenia się w przybliżeniu na 50-60% populacji, zależnie od regionu. Na podstawie danych z Centrum Systemów Informacyjnych Ochrony Zdrowia, sporządzonych w oparciu o druk MZ-11 sprawozdanie o działalności i pracujących w ambulatoryjnej opiece zdrowotnej, w populacji dzieci i młodzieży w Polsce w roku 2007 zdiagnozowano 417 381 zniekształceń kręgosłupa, co stanowiło 5,19% populacji w wieku 0-18 lat. Zmiany w elementach szkieletowych bezpośrednio związanych z kręgosłupem (klatka piersiowa, miednica) oraz zaburzenia pozostałych odcinków narządu ruchu (kończyn dolnych i górnych) stanowią w sumie 45-55% ogółu wad postawy.

W 2012 roku liczba wad postawy zwiększyła się już do 80% dzieci i młodzieży.

#### Wyróżniamy następujące wady postawy:

##### 1. Wady kręgosłupa:

- w płaszczyźnie strzałkowej: plecy okrągłe, plecy płaskie, plecy wklęsłe, plecy okrągło-wklęsłe,
- postawa skoliozy,
- skolioza,
- trójpłaszczyznowe odchylenie linii kręgosłupa od stanu prawidłowego w całości lub jego odcinkach, wraz z bocznym skrzywieniem kręgosłupa deformacji ulegają fizjologiczne krzywizny a także dochodzi do deformacji rotacyjnych kręgów.

##### 2. Wady klatki piersiowej:

- klatka piersiowa lejkowa,
- klatka piersiowa kurza.

##### 3. Wady kończyn dolnych:

- wady kolan: kolana koślawe i kolana szpotawe,

- wady stóp: stopa płaska (płaskostopie), stopa płasko-koślawą, stopa szpotawa i stopa wydrążona.

## **POPULACJA PODLEGAJĄCA JEDNOSTCE SAMORZĄDU TERYTORIALNEGO I POPULACJA KWALIFIKUJĄCA SIĘ DO WŁĄCZENIA DO PROGRAMU**

Liczba mieszkańców powiatu legionowskiego w wieku docelowym, wg danych GUS to:

- 8-latki - dzieci urodzone w 2009 roku – 1 223,
- 7 latki – dzieci urodzone w 2010 roku – 1 339.

Jednak przy obecnym systemie oświatowym nie wszystkie dzieci z tych roczników we wrześniu będą uczęszczać do drugiej klasy szkoły podstawowej. Część z nich już rok wcześniej poszła obowiązkowo do drugiej klasy, część uzyskała dokumenty pozwalające na odroczenie edukacji.

Ze względu na zmienioną w tym roku ustawę, pozwalającą na powtórzenie klas przez dzieci, które przymusowo rozpoczęły edukację jako 6-latki, w chwili obecnej nie ma możliwości wskazania dokładnej liczby dzieci, które w roku 2017/2018 będą uczniami klas drugich.

Na podstawie powyższych danych szacuje się, że do drugiej klasy w roku szkolnym 2017/2018 pójdzie ok. 55% dzieci 8-letnich czyli ok. 673 oraz 80% dzieci 7-letnich - 1071. W sumie ok. 1744 dzieci (Program zaplanowano dla 1800 dzieci). Niezależnie jednak od liczb wskazanych powyżej Program zostanie zorganizowany tak, aby 100 % uczęszczających do klas II szkół podstawowych na terenie Powiatu Legionowskiego została objęta programem. Będzie to możliwe ze względu na fakt, iż program ruszy dopiero w nowym roku szkolnym, a wtedy wszystkie dzieci zostaną już zadeklarowane do poszczególnych klas.

Dodatkowo, dla dzieci z wadami wykrytymi w 2017 roku zostanie zorganizowana akcja 3 zajęć nauki gimnastyki korekcyjnej skierowana do dzieci i ich rodziców. Celem akcji jest zmniejszenie lub zahamowanie rozwojowi wad już wykrytych u dzieci. Zakłada się, że z tej formy skorzysta ok. 400 dzieci.

## **DOSTĘPNE, FINANSOWANE ZE ŚRODKÓW PUBLICZNYCH ŚWIADCZENIA OPIEKI ZDROWOTNEJ**

Typowy bilans w wieku 5-6 lat może pozwolić na wykrycie wad na jeszcze wcześniejszym etapie rozwoju dzieci niż w wieku 7-8 lat. Jest to jednak bilans wykonywany przez lekarza pediatrę, a nie fizjoterapeutę czy rehabilitanta, którzy są specjalistami w danej dziedzinie. Dodatkowo 5-6 lat to wiek dzieci, które jeszcze nie rozpoczęły nauki, a więc nie generują nieprawidłowej postawy siedząc przy biurku lub szkolnej ławce. A to jest

jedną z głównych przyczyn wad postawy. Jak widać z liczb będących efektem programu pilotażowego, celem jest przeprowadzenie badań w pierwszych latach nauki.

## **b) Cel programu**

Głównym celem realizowanego przez Powiat Legionowski Programu profilaktyki wad postawy jest wczesne wykrycie wady postawy podczas badania przesiewowego uczniów w wieku 7-8 lat.

Celami szczegółowymi są:

- zmniejszenie liczby dzieci i młodzieży z wadami postawy oraz ograniczenie ich następstw,
- zobrazowanie skali problemu na terenie Powiatu Legionowskiego,
- rozwijanie poczucia odpowiedzialności za zdrowie własne i innych,
- zobrazowanie skali problemu na poziomie placówki oświatowej,
- wskazanie i zainteresowanie rodziców problemem, a co za tym idzie umożliwienie im podjęcia właściwych kroków zapobiegających dalszemu rozwojowi wady u dziecka.

### Oczekiwane efekty realizacji programu:

- zmniejszenie częstotliwości występowania wadliwych postaw u dzieci dzięki prawidłowym krokom podjętym odpowiednio wcześniej,
- wzrost świadomości uczniów i rodziców na temat wad postawy i zagrożeń z nich wynikających,
- wykształcenie u dzieci umiejętności samooceny, samokontroli i korekcji postawy,
- wzrost aktywności ruchowej dzieci i młodzieży,
- dostosowanie istniejących lub wdrożenie dodatkowych zajęć sportowych na terenie placówki dostosowanych do konkretnych uczniów u których wykryto wady.

### **OCZEKIWANE EFEKTY**

Oczekiwany efekt jest zwiększenie wykrywalności wszelkich nieprawidłowości postaw u dzieci oraz umożliwienie rodzicom uzyskanie kompetentnej informacji na temat zdrowia ich potencjalnie zdrowych dzieci.

### **MIERNIKI EFEKTYWNOŚCI**

Głównym wskaźnikiem efektywności będzie odsetek dzieci ze zdiagnozowanymi nieprawidłowościami wśród potencjalnie zdrowych pacjentów zgłaszających się na badanie oraz liczba dzieci spośród uczestniczących w nauce ćwiczeń korekcyjnych wykonuje zalecone ćwiczenia w domu.

### **c) Adresaci programu**

Adresatami programu są dzieci w wieku 7-8 lat (II klasa szkoły podstawowej). W sumie programem zostanie objętych ok. 1800 dzieci. Niezależnie jednak od liczb wskazanych powyżej Program zostanie zorganizowany tak, aby 100% dzieci uczęszczających do klas II szkół podstawowych na terenie Powiatu Legionowskiego została objęta programem.

Program realizowany będzie w szkołach podstawowych, wśród wszystkich uczniów klas II.

### **d) Organizacja programu**

Program "Trzymam się prosto - profilaktyka wad postawy u dzieci" zostanie przeprowadzony we wszystkich publicznych szkołach podstawowych z terenu powiatu legionowskiego.

Grupą docelową są uczniowie II klas szkół podstawowych, czyli dzieci w okresie skoku wzrostowego i zaraz po nim (7-8 lat), najbardziej narażone na szybkie powstanie wad postawy.

Badania przeprowadzone zostaną przez dyplomowanego magistra fizjoterapii lub magistra rehabilitacji.

Organizacja Programu w placówce oświatowej przebiegać będzie następująco:

1. Uzyskanie (za pośrednictwem wychowawcy) zgody rodzica/opiekuna na badanie dziecka (zał. nr 1 do Programu profilaktyki wad postawy).
2. Przeprowadzenie przez specjalistę badania postawy - na terenie placówki, w pomieszczeniu zapewniającym dziecku intymność, przy udziale wychowawcy lub opiekuna grupy - wypełnienie karty badania (zał. nr 2 do Programu profilaktyki wad postawy)
3. Przekazanie dziecku informacji zwrotnej/odpisu karty badania dla rodzica zawierającego opis postawy dziecka,
4. Przekazanie wychowawcy do wypełnienia ankiety ewaluacyjnej (zał. nr 4 do Programu profilaktyki wad postawy)
5. Organizacja, w każdej ze szkół, spotkania fizjoterapeuty wykonującego badania z rodzicami dzieci. Podczas spotkań rodzicom zostaną przekazane informacje o sposobach przeciwdziałania rozwojowi schorzeń i ewentualnych krokach dalszego postępowania w przypadku zauważenia/wykrycia nieprawidłowości w postawie dziecka.
6. Opracowanie ogólnego zestawienia wyników badań na poziomie szkoły i przekazanie ich do Starostwa Powiatowego w Legionowie (zał. nr 3 do Programu profilaktyki wad postawy).

Niezależnie od wyżej opisanych świadczeń zostaną zorganizowane seria 3 40 – minutowych zajęć - nauka ćwiczeń korekcyjnych dla ok. 466 dzieci i ich rodziców. Ćwiczenia zostaną zorganizowane w grupach max. 5 – osobowych. Grupy zostaną podzielone wg konkretnych wad dzieci. Rodzice, w celu zapamiętania ćwiczeń otrzymają ulotkę z instruktażem i dokładnym opisem ćwiczeń dostosowanych do danej wady. Zajęcia będą dofinansowane z Programu, część kosztów ponosić będą uczestnicy zajęć. Tutaj przebieg Programu wyglądał będzie następująco:

1. Przekazanie, za pośrednictwem wychowawców informacji o możliwości udziału dziecka i rodzica w takich ćwiczeniach,
2. Przeprowadzenie serii 3 zajęć w odstępach ok. 10 dniowych.
3. Podczas ostatnich zajęć rodzicowi zostanie przekazana do wypełnienia ankieta ewaluacyjna w której zawarte zostaną również zagadnienia dotyczące poziomu zadowolenia z przeprowadzonego programu (zał. 5 d Programu profilaktyki wad postawy).
4. Opracowanie ogólnego zestawienia wyników badań na poziomie szkoły i przekazanie ich do Starostwa Powiatowego w Legionowie (zał. nr 6 do Programu profilaktyki wad postawy).
5. Analiza dokumentów przez Starostwo Powiatowe w Legionowie.

### **e) Koszty programu**

Szacunkowa wysokość środków finansowych zarezerwowanych przez Powiat Legionowski na realizację programu – 21 600,00 zł.

Przewidywany średni koszt badania postawy ciała 1 pacjenta – ok. 8,00 zł

Planowana liczba pacjentów – ok. 1800 osób

Łączny koszt badania postawy ciała wśród drugoklasistów to 14 400,00 zł.

Ćwiczenia korekcyjne dla dzieci u których zdiagnozowano wady.

Zakłada się że przeprowadzone będą 3 zajęcia po 40 minut z instruktażem.

Koszt jednej godziny (40 minut) to ok 80,00 zł. Zakładany koszt poniesiony przez ucznia to 10 zł za zajęcia. Zakładając że na zajęciach będzie 5 uczniów, dopłata ze strony Powiatu to 30 zł.

Przy założeniu że w programie weźmie udział 400 dzieci stworzy to 80 grup, z których każda będzie ćwiczyć 3 razy co daje 240 godzin ćwiczeń.

Koszt poniesiony przez Powiat – to 7 200,00, pozostałe 12 000,00 zostaną pokryte przez uczestników.

Koszt promocji programu – 0 zł - ponieważ program docelowo realizowany będzie w szkołach.

### **f) Promocja, monitorowanie i ewaluacja**

Program docelowo realizowany będzie w szkołach, koszt promocji obejmie druk zgody rodzica na przeprowadzenie badania, informacji zwrotnej o wyniku badania oraz informacji o sposobach dalszego postępowania mającego na celu usunięcie wady.

Powiat Legionowski cały czas będzie pozostawał w kontakcie z Wykonawcami świadczeń, tak aby w miarę potrzeby zareagować na sytuację braku miejsc na badania lub w przypadku możliwości - zwiększeniem liczby badań, przed zakończeniem akcji.

Promocja, monitoring i ewaluacja programu będzie prowadzona bezpośrednio przez Wydział Spraw Społecznych Starostwa Powiatowego w Legionowie poprzez wizytacje i badania ankietowe rodziców oraz wychowawców uczestników podczas realizacji programu. Wyniki badań zostaną uwzględnione podczas prac nad projektem Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej „Zdrowy Powiat” na rok 2018. Dodatkowo, po zakończeniu akcji Wykonawca, który będzie realizował badania, będzie miał obowiązek sporządzenia sprawozdania z przeprowadzonych badań. Dokument ten zawierać będzie liczbę osób przebadanych w ramach programu wraz z ilością zdiagnozowanych nieprawidłowych wyników badań wśród tych osób.

### **g) Okres realizacji programu**

Wrzesień – listopad 2017



## Załącznik nr 1 do Programu profilaktyki wad postawy

*Zgoda rodzica / opiekuna prawnego osoby nieletniej na przeprowadzenie badania dziecka pod kątem diagnozy wad postawy.*

Ja, .....

zam. ....

wyrażam zgodę na objęcie programem „badań wad postawy u uczniów klas 2 ze szkół z terenu Powiatu Legionowskiego” i wykonanie badania przesiewowego pod kątem diagnozy wad postawy u mojego dziecka:

..... PESEL:.....  
(imię i nazwisko dziecka)

Syn / córka uczęszcza do .....  
(klasa / szkoła)

.....  
(data)

.....  
(czytelny podpis rodzica / opiekuna prawnego)

### **Informacja**

Bezpłatne badania postawy u dzieci zorganizowane zostaną w ramach Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej „Zdrowy Powiat” 2017. Przeprowadzą je specjaliści z ..... (nazwa i adres świadczeniodawcy wyłonionego w konkursie ofert).

Organizacja programu w Placówce oświatowej przebiegać będzie następująco:

- uzyskanie (za pośrednictwem wychowawcy) zgody rodzica/opiekuna na badanie dziecka
- przeprowadzenie przez specjalistę badania postawy - na terenie placówki, w pomieszczeniu zapewniającym dziecku intymność, przy udziale wychowawcy lub opiekuna grupy,
- przekazanie dziecku informacji zwrotnej dla rodzica - odpisu karty badania zawierającego opis postawy dziecka.
- organizacja, w każdej ze szkół biorącej udział w pilotażowym programie, spotkania fizjoterapeuty wykonującego badanie z rodzicami dzieci. Podczas spotkań rodzicom zostaną przekazane informacje o sposobach przeciwdziałania rozwojowi schorzeń i ewentualnych krokach dalszego postępowania w przypadku zauważenia/wykrycia nieprawidłowości w postawie dziecka. Informacja o terminie takiego spotkania znajdować się będzie obligacyjnie na karcie badania przekazywanej dziecku po badaniu.

## Załącznik nr 2 do Programu profilaktyki wad postawy

### Karta badania

.....  
(imię i nazwisko dziecka)

Powiatowy Program Polityki Zdrowotnej „Zdrowy Powiat”

#### 1. Rozpoznanie

- Postawa prawidłowa
- Postawa skoliozytna
- Plecy okrągłe
- Plecy wklęsłe
- Plecy okrągło - wklęsłe
- Koślawość kolan
- Koślawość kostek
- Stopy płasko - koślawe
- Płaskostopie
- Klatka piersiowa lejkowata
- Klatka piersiowa kurza

#### 2. Zalecenia

- Brak
- Wskazane ćwiczenia korekcyjne
- Wskazana konsultacja ortopedyczna

Zapraszamy rodziców na spotkanie z magistrem rehabilitacji/fizjoterapeutą wykonującym w/w badanie przesiewowe wad postawy u dziecka.

Odbędzie się ono w dn. .... 2017 w Szkole Podstawowej do której uczęszcza dziecko w sali nr .....

### Załącznik nr 3 do Programu profilaktyki wad postawy

Sprawozdanie do faktury nr .....

umowa nr .....  
(badania postawy ciała)

Nazwa Szkoły	Liczba wykonanych badań	Liczba wykrytych nieprawidłowości	Rodzaj i liczba wykrytych nieprawidłowości
		.....	.....
		.....	.....
		.....	.....
SUMA			X

.....  
Data

.....  
podpis

## Załącznik nr 4 do Programu profilaktyki wad postawy

### ANKIETA SKIEROWANA DO OPIEKUNÓW GRUP BIORĄCYCH UDZIAŁ W BADANIACH POSTAWY UDZIECI ZORGANIZOWANYCH W RAMACH POWIATOWEGO PROGRAMU POLITYKI ZDROWOTNEJ 2017

**Jak ocenia Pan/Pani jakość przeprowadzonego świadczenia:**

- dobrze  
 średnio  
 źle

**Dlaczego? Krótkie uzasadnienie:**

.....  
.....  
.....

**Czy uważa Pan/Pani że akcje bezpłatnych świadczeń są potrzebne?**

- tak  
 nie  
 nie wiem

**Jakie, Pana/Pani zdaniem, inne tematy profilaktyki zdrowotnej,  
powinny być podejmowane w ramach Powiatowego Programu Promocji  
Zdrowia w kolejnych latach?**

1. ....  
2. ....  
3. ....

**Dziękujemy za udział w ankiecie.**

Wydział Spraw Społecznych

Starostwa Powiatowego w Legionowie

.....

Podpis i pieczęć szkoły

## Załącznik nr 5 do Programu profilaktyki wad postawy

### ANKIETA SKIEROWANA DO OSÓB KORZYSTAJĄCYCH Z ĆWICZEŃ ZORGANIZOWANYCH W RAMACH POWIATOWEGO PROGRAMU POLITYKI ZDROWOTNEJ - profilaktyka wad postawy (ankieta przekazywana na ostatnich zajęciach)

Miejsce zamieszkania (gmina) .....

**Świadczenie z którego Pana/Pani dziecko korzystało:** Ćwiczenia w ramach profilaktyki wad postawy u dzieci.

**Jak ocenia Pan/Pani jakość przeprowadzonego świadczenia:**

- dobrze
- średnio
- źle

**Dlaczego? Krótkie uzasadnienie:**

.....  
.....  
.....

**Czy uważa Pan/Pani że ćwiczenia pomogły/pomogą dziecku w odzyskaniu prawidłowej postawy?**

- tak
- nie
- nie wiem

**Czy dziecko systematycznie wykonuje ćwiczenia korekcyjne w domu?**

- tak
- nie

**Czy uważa Pan/Pani że tego typu akcje bezpłatnych świadczeń są potrzebne?**

- tak
- nie
- nie wiem

**Jakie, Pana/Pani zdaniem, inne świadczenia powinny być organizowane w ramach Powiatowego Programu Promocji Zdrowia w kolejnych latach.**

1. ....
2. ....
3. ....

**Dziękujemy za udział w ankiecie.**  
Wydział Spraw Społecznych  
Starostwa Powiatowego w Legionowie

## **V.6. Program profilaktyki i wczesnego wykrywania raka jelita grubego**

### **a) Opis problemu zdrowotnego**

#### **PROBLEM ZDROWOTNY**

Rak jelita grubego należy do najczęstszych nowotworów złośliwych. W Polsce, w ponad połowie przypadków rozpoznawany jest zbyt późno, w momencie, gdy jest już znacznie zaawansowany.

Zdecydowana większość (90%) nowotworów jelita grubego to rak (gruczolakorak) jelita grubego. Częściej występuje u mężczyzn niż u kobiet. Rzadko występuje przed 40. rokiem życia. W Polsce jest drugą w kolejności przyczyną zgonów nowotworowych.

Zwiększone ryzyko zachorowania na raka jelita grubego dotyczy osób, w rodzinach których występowała ta sama choroba, a także chorych na chorobę Leśniowskiego i Crohna oraz wrzodziejące zapalenie jelita grubego, palaczy papierosów, osób otyłych, osób z polipami w jelicie grubym oraz osób leczonych już wcześniej z powodu nowotworów jelita grubego.

Objawy często pojawiają się dopiero, gdy choroba osiąga bardziej zaawansowaną fazę. Dolegliwościami, które mogą wskazywać na chorobę są: obecność krwi w stolcu (pozytywny wynik na krew utajoną), krwawienie z odbytu, nagła i niedająca się wytłumaczyć zmiana rytmu wypróżnień (np. nagle wystąpienie biegunek z równoczesnym odchodzeniem gazów), częste zaparcia, zmiana kształtu stolca, anemia, osłabienie sprawności, chudnięcie, zwiększona podatność na zmęczenie, gorączka, bóle w dolnej części brzucha, nudności, wymioty, trudności w przełykaniu.

Objawy nowotworów jelita grubego są uzależnione od stopnia zaawansowania choroby i umiejscowienia choroby w obrębie jelita.

Badania ułatwiające wstępne rozpoznanie nowotworu jelita grubego to:

- Test na krew utajoną – badanie diagnostyczne
- Badanie per rectum (przez odbytnicę) to jedna z podstawowych metod diagnostycznych. Lekarz palpacyjnie bada stan ścian jelita. Badanie pozwala na stwierdzenie i wykrycie źródeł krwawienia oraz guzów nowotworowych. Powinno być postępowaniem rutynowym podczas każdego badania ogólnolekarskiego u osób po 45. roku życia.
- Kolonoskopia - podczas kolonoskopii lekarz za pomocą endoskopu może obejrzeć jelito grube na całej jego długości. W jego trakcie można też pobrać próbkę tkanki do badania oraz usunąć widoczny gruczolak.

- Wlew doodbytniczy polega na wykonaniu serii zdjęć radiologicznych jelita grubego po dojelitowym podaniu (przez odbyt) płynnego kontrastu i powietrza (badanie to pozwala na obejrzenie całego jelita grubego),
- Anoskopia - badanie odbytu i końca odbytnicy,
- Rektoskopia - badanie odbytnicy.

Metoda leczenia raka jelita grubego zależy od stopnia zaawansowania choroby w momencie ustalenia rozpoznania. Jeśli nowotwór jelita grubego jest bardzo mały lub ograniczony do niewielkiego polipa, możliwe bywa miejscowe wycięcie samego guza/polipa bez wycinania fragmentu jelita. Zabieg taki można wykonywać laparoskopowo albo endoskopowo (wykorzystując kolonoskopię lub rektoskop operacyjny).

Wśród czynników ryzyka rozwoju nowotworów jelita grubego istnieje kilka, które można modyfikować, zmieniając swoje zachowania na bardziej prozdrowotne. Do działań zmniejszających ryzyko rozwoju nowotworu jelita grubego należą:

- regularna aktywność fizyczna,
- ograniczenie zawartości tłuszczów, zwłaszcza pochodzenia zwierzęcego, w diecie,
- regularne spożywanie (do pięciu razy w ciągu dnia) świeżych owoców i warzyw,
- ograniczenie dziennej podaży kalorycznej,
- zmniejszenie spożycia alkoholu.

Osobom, które ukończyły 50. rok życia, zaleca się wykonywanie co najmniej jednego okresowego badania pozwalającego na wczesne wykrycie nowotworu jelita grubego, co daje szansę na uzyskiwanie bardzo dobrych wyników leczenia. Istnieją różne schematy badań skriningowych zmierzających do wczesnego wykrywania nowotworów jelita grubego. Do najczęściej zalecanych należą:

- wykonywanie kolonoskopii co 10 lat,
- wykonywanie odpowiednich testów na ukrytą krew w stolcu co rok,
- wykonywanie badania kontrastowego jelita grubego co 5 lat.

## **EPIDEMIOLOGIA**

Rak jelita grubego należy do najczęstszych nowotworów złośliwych – jest wśród nich drugim zabójcą (po raku piersi u kobiet i płuc u mężczyzn). W Europie rocznie diagnozuje się 400 tys. nowych zachorowań, a ponad 200 tys. chorych w tym czasie umiera. Co roku diagnozę – rak jelita grubego – słyszy ok. 12 tys. Polaków. Tylko 13% społeczeństwa ma świadomość zagrożenia tym schorzeniem, a ponad 80% nie wie o badaniach przesiewowych lub nie sygnalizuje dolegliwości lekarzowi, często z powodu

zażenowania. Pod względem efektów leczenia raka jelita grubego Polska zajmuje jedno z ostatnich miejsc w Europie. Jest to spowodowane błędami w diagnostyce, wyborem niewłaściwego leczenia oraz małą wiedzą pacjentów o tym schorzeniu.

Około 80% wszystkich przypadków nowotworów jelita grubego to nowotwory niemające podłoża rodzinnego. Pozostałe 20% chorych na nowotwory jelita grubego to osoby obciążone rodzinnie, czyli mające bliskich krewnych, u których rozpoznano nowotwór tego typu. Osoby mające krewnych pierwszego stopnia chorych na nowotwory jelita grubego są obciążone większym ryzykiem rozwoju tych chorób.

Prawdopodobieństwo zachorowania na raka jelita grubego wzrasta z wiekiem – 90% zdiagnozowanych przypadków dotyczy pacjentów powyżej 50. roku życia, a szczyt zachorowań przypada na okres po 60. roku życia.

Zgodnie z przygotowanymi przez Ministerstwo Zdrowia Mapami Potrzeb Medycznych w zakresie onkologii, nowotwory złośliwe dolnego odcinka układu pokarmowego w latach 2011-2013 były odpowiedzialne za 11,8% zgonów w całej Polsce. Już teraz poziom umieralności z powodu nowotworów dolnego odcinka układu pokarmowego w powiecie legionowskim jest wyższy o 10% od ogólnokrajowego. Prognozowana zmiana liczby nowych przypadków nowotworów złośliwych jelita grubego w roku 2029 w stosunku do roku 2016 najbardziej wzrośnie w powiatach graniczących z Warszawą. Prognoza wskazuje, że w powiecie legionowskim będzie to wzrost o 43% do stanu obecnego.

## **POPULACJA PODLEGAJĄCA JEDNOSTCE SAMORZĄDU TERYTORIALNEGO**

Wg danych GUS Powiat Legionowski zamieszkuje 37 221 osób powyżej 50. roku życia. Ze względu na ograniczenia finansowe nie jest możliwe objęcie wszystkich mieszkańców programem.

Program realizowany był w 2016 roku. Cieszył się dużym zainteresowaniem mieszkańców. W jego ramach wykonano 142 badania na krew utajoną i 58 kolonoskopii. Wśród tych osób wykryto 70 nieprawidłowych badań krwi i 19 nieprawidłowych wyników kolonoskopii. Ze względu na ograniczone środki finansowe jakimi dysponuje powiat, pilotażowo planowane jest objęcie programem 150 osób.

Świadczenia profilaktyczne oferowane w ramach Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej mają zaspokajać ofertę badań mało dostępnych w ramach finansowania przez NFZ oraz zachęcić mieszkańców do ich wykonania (w trakcie promocji programu bardzo dokładnie zostaną opisane objawy nowotworu jelita grubego, aby zwrócić uwagę mieszkańców na tą chorobę). Na badanie przesiewowe niepotrzebne jest skierowanie ani wizyta u lekarza pierwszego kontaktu, do którego kolejka sięga często kilku dni.



Skierowanie na badanie na krew utajoną wydawane jest przez lekarza rodzinnego tylko w przypadku wyczuwalnych objawów, tymczasem wielu mieszkańców wstydzi się zgłosić z problemem do swojego lekarza rodzinnego. Potrzebę badań przesiewowych w zakresie nowotworów podkreślają również uczestnicy programu w ankietach ewaluacyjnych.

## **b) Cele programu**

Głównym celem akcji Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej „Zdrowy Powiat” jest zwiększenie wykrywalności stanów nowotworowych oraz nowotworów we wczesnej postaci. Celami szczegółowymi są: zwiększenie wskaźnika 5 - letnich przeżyć, zahamowanie wzrostu zachorowalności na nowotwory jelita grubego. Istotne znaczenie ma również zmniejszenie kosztów leczenia w skali Powiatu oraz zwiększenie dostępności do badań specjalistycznych.

Oczekiwanym efektem jest zwiększenie wykrywalności raka i nieprawidłowości we wczesnym stadium oraz edukacja i uwrażliwienie mieszkańców na własne zdrowie.

Miernikiem efektywności programu jest odsetek nieprawidłowych wyników badań wśród potencjalnie zdrowych pacjentów zgłaszających się na badanie.

## **c) Adresaci programu**

Adresatami programu są mieszkańcy Powiatu Legionowskiego w wieku powyżej 50 lat. Wg danych GUS (stan na dzień 31.12.2015 r.) w powiecie mieszkało 37 221 mieszkańców uprawnionych do udziału w badaniu.

Ze względu na posiadane środki finansowe, w ramach Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej w roku 2017 istnieje możliwość przebadania ok. 150 mieszkańców. Aby ograniczyć kilkukrotne korzystanie ze świadczeń przez pacjentów przewrażliwionych na punkcie swojego zdrowia – prowadzony będzie elektroniczny rejestr. Uniemożliwi to kilkukrotne wykonanie badania przez jednego pacjenta. Wprowadzone również zostanie ograniczenie uczestnictwa w Programie - 1 badanie na 5 lat.

## **d) Organizacja programu**

Program odbywać się będzie dwuetapowo :

I etap – badanie na krew utajoną w kale (wyniki prawidłowe wydawane będą standardowo w rejestracji placówki medycznej wyłonionej podczas konkursu ofert, wyniki nieprawidłowe wydawane będą podczas konsultacji lekarskiej)

II etap – konsultacja lekarska, wykonanie badań niezbędnych do przeprowadzenia kolonoskopii oraz wykonanie kolonoskopii diagnostycznej z pobraniem biopsji (ze

znieczuleniem ogólnym).

Badania realizowane będą przez specjalistów z uprawnieniami do wykonywania badań ambulatoryjnych, lekarzy i specjalistów uprawnionych do wykonywania kolonoskopii. Badania w ramach programu prowadzone będą przez osoby posiadające uprawnienia, doświadczenie i wykształcenie potrzebne do prowadzenia tej formy świadczeń. Realizator wyłoniony podczas konkursu ofert zobowiązany jest zapewnić wymagane zasoby kadrowe, rzeczowe i lokalowe potrzebne do realizacji powierzonego zadania.

#### **Przebieg akcji:**

1. Przeprowadzenie akcji promocyjno - informacyjnej wśród mieszkańców.
2. Rejestracja i wykonanie badania kału na krew utajoną.
3. Przekazanie do wypełnienia oraz uzyskanie od pacjenta ankiety ewaluacyjnej (zał. nr 1 do Programu profilaktyki i wczesnego wykrywania nowotworów jelita grubego).
4. Wydanie prawidłowych wyników w rejestracji placówki medycznej wyłonionej podczas konkursu ofert. Wyznaczenie wizyty konsultacji lekarskiej i zaproszenie na nią pacjentów z nieprawidłowymi wynikami. Podczas konsultacji przekazana zostanie kompletna informacja na temat możliwości wykonania kolonoskopii w ramach Programu. W przypadku wyczerpania limitu badań w ramach programu Powiatowego pacjenci zostaną skierowani na dalszą diagnostykę w ramach NFZ.
5. Wykonanie badań niezbędnych do przeprowadzenia kolonoskopii oraz wykonanie kolonoskopii diagnostycznej wraz z pobraniem biopsji w znieczuleniu ogólnym.
6. Przekazanie do wypełnienia oraz uzyskanie od pacjenta u którego wykonywana była kolonoskopia ankiety ewaluacyjnej (zał. nr 1 do Programu profilaktyki i wczesnego wykrywania nowotworów raka jelita grubego).
7. Uzyskanie od świadczeniodawcy zbiorczego zestawienia wyników (efektów) przeprowadzonych badań (zał. nr 2 do Programu profilaktyki i wczesnego wykrywania nowotworów raka jelita grubego) oraz zestawienia wyników ankiet ewaluacyjnych o których mowa w pkt.6.
8. Analiza otrzymanych dokumentów przez Powiat Legionowski.

Badania odbywać się będą na terenie powiatu legionowskiego w miejscu wskazanym przez realizatora wyłonionego w ramach otwartego konkursu ofert na realizatorów programów zdrowotnych. Badania wykonywane będą zarówno w dni powszednie (zarówno rano jak i w godzinach popołudniowych) jak i soboty. Ma to na celu umożliwienie skorzystania ze świadczeń jak największej grupy osób.

Kryterium wyboru podmiotu realizującego program stanowi wysokość stawki za przeprowadzenie badania dla jednej osoby, przy uwzględnieniu proponowanych przez oferenta podobnych jakościowo zasobów kadrowych, rzeczowych oraz lokalowych

niezbędnych do realizacji zadania.

Aby zachęcić pacjentów do wykonania badań, wraz z akcją informacyjną nt. możliwości skorzystania z badań profilaktycznych, przeprowadzona zostanie akcja informująca o problemie nowotworów raka jelita grubego, ich objawów, skutków i profilaktyki. Akcja prowadzona będzie poprzez stronę internetową powiatu legionowskiego oraz miesięcznik Kurier. Informator Powiatu Legionowskiego wydawany przez Starostwo Powiatowe w Legionowie w 35 000 egzemplarzy i bezpłatnie dystrybuowany wśród mieszkańców powiatu. Do włączenia się w akcję informacyjną, zostaną zachęceni również władarze gmin powiatu legionowskiego. Akcja informacyjna będzie miała na celu zwiększenie wrażliwości mieszkańców na własne objawy zdrowotne wskazujące na wczesne objawy nowotworów raka jelita grubego.

Wskazane jest, aby badania przesiewowe były procesem długofalowym a nie jednorazowym przedsięwzięciem. Z dotychczasowych akcji zdrowotnych, realizowanych przez Powiat Legionowski wynika, iż krótkotrwała (np. 2-miesięczna lub jednodniowa typu „białe soboty”) akcja badań, przynosi o wiele lepsze rezultaty pod względem zgłaszalności i zainteresowania badaniami, niż całoroczna akcja badań. Organizacja krótkotrwałych akcji wiąże się również z ograniczonymi środkami jakimi powiat dysponuje na organizację poszczególnych świadczeń a co za tym idzie - ograniczonej liczby miejsc.

### **e) Koszty programu**

Szacunkowy wysokość środków finansowych zarezerwowanych przez Powiat Legionowski na realizację badań to 36 300,00 zł.

Etap I

Przewidywany koszt wykonania 1 badania kału na krew utajoną to ok. 10,00 zł.

Planowana liczba pacjentów akcji to 150 osób.

Etap II

Przewidywany koszt wykonania konsultacji lekarskiej wraz z kolonoskopią w znieczuleniu oraz badaniami niezbędnymi do kolonoskopii – 580 zł

Planowana liczba konsultacji lekarskich wraz z kolonoskopią – ok. 60 osób

Koszt promocji programu – ok. 500 zł.

### **f) Promocja, monitorowanie i ewaluacja**

Aby zapewnić zgłaszalność na badania przeprowadzona zostanie szeroko zakrojona akcja informacyjna. O możliwości skorzystania z badań mieszkańcy będą mogli dowiedzieć się z ulotek i plakatów informacyjnych, prasy miejscowej oraz miesięcznika powiatowego,

stron internetowych powiatu i gmin. Z dotychczasowych doświadczeń wynika, że świetne efekty daje współpraca w tej kwestii z parafiami, lokalnymi instytucjami użyteczności publicznej, szkołami i przedszkolami, zakładami opieki zdrowotnej oraz przedsiębiorstwami z terenu powiatu. W sumie informacje o świadczeniach będą dystrybuowane w około 300 miejsc na terenie Powiatu.

Powiat Legionowski cały czas będzie pozostawał w kontakcie z zakładami wykonującymi dane świadczenia, tak aby w miarę potrzeby zintensyfikować akcję informacyjną, lub zareagować na sytuację braku miejsc na badania, przed zakończeniem akcji.

Promocja, monitoring i ewaluacja programu będzie prowadzona bezpośrednio przez Wydział Spraw Społecznych Starostwa Powiatowego w Legionowie poprzez wizytacje i badania ankietowe min. 80% uczestników podczas realizacji programu. Wyniki badań zostaną uwzględnione podczas prac nad projektem Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej „Zdrowy Powiat” na rok 2017. Dodatkowo, po zakończeniu akcji zakład opieki zdrowotnej, który będzie realizował badania, będzie miał obowiązek sporządzenia sprawozdania. Dokument ten zawierać będzie liczbę osób przebadanych w ramach programu wraz z ilością zdiagnozowanych nieprawidłowych wyników badań wśród tych osób.

#### **g) Okres realizacji programu**

marzec - listopad 2017 r.

## Załącznik nr 1 do Programu profilaktyki i wczesnego wykrywania nowotworów jelita grubego

### ANKIETA SKIEROWANA DO OSÓB KORZYSTAJĄCYCH Z BADAŃ ZORGANIZOWANYCH W RAMACH POWIATOWEGO PROGRAMU PROFILAKTYKI ZDROWOTNEJ „ZDROWY POWIAT”

Miejsce zamieszkania (gmina) .....

**Świadczenie z którego Pani/Pan korzystała:**

- badanie kału na krew utajoną  
 kolonoskopia diagnostyczna

**Jak ocenia Pani jakość przeprowadzonego świadczenia:**

- dobrze  
 średnio  
 źle

**Dlaczego? Krótkie uzasadnienie:**

.....  
.....  
.....

**Skąd dowiedziała się Pani/Pan o świadczeniu:**

- plakat  
 billboard  
 ogłoszenie w prasie lokalnej  
 portale społecznościowe, strona internetowa - jakie

.....  
 inne źródła - jakie .....

**Czy uważa Pani/Pan że akcje bezpłatnych świadczeń są potrzebne?**

- tak  
 nie  
 nie wiem

**Jakie, Pana/Pani zdaniem, inne świadczenia powinny być organizowane w ramach Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej w kolejnych latach?**

1. ....
2. ....
3. ....

**Dziękujemy za udział w ankiecie.**

Wydział Spraw Społecznych  
Starostwa Powiatowego w Legionowie

**Załącznik nr 2 do Programu profilaktyki i wczesnego wykrywania nowotworów raka jelita grubego**

**Sprawozdanie do faktury nr .....**

**umowa nr .....  
(nowotwór jelita grubego)**

<b>Liczba wykonanych badań na krew utajoną</b>	<b>Liczba nieprawidłowych wyników</b>	<b>Liczba wykonanych kolonoskopii</b>	<b>Wynik kolonoskopii</b>
.....	.....	.....	Prawidłowy - ..... Nieprawidłowy - .....

.....  
pieczętka

.....  
data i podpis

## **V.7. Program profilaktyki i wczesnego wykrywania raka gruczołu krokowego**

### **a) Opis problemu zdrowotnego**

#### **PROBLEM ZDROWOTNY**

Rak gruczołu krokowego to nowotwór złośliwy rozwijający się w gruczole krokowym (inaczej w sterczu albo prostaty). Szacuje się, że jest to obecnie drugi pod względem częstości nowotwór złośliwy rozpoznawany u mężczyzn w Polsce i ustępuje jedynie rakowi płuca. Dodatkowo w Polsce liczba nowo rozpoznawanych zachorowań na ten nowotwór szybko się zwiększa – każdego roku notuje się około 2–2,5% więcej nowych zachorowań.

Rak gruczołu krokowego zwykle rozwija się w sposób bezobjawowy albo powoduje jedynie nieznaczące objawy przypominające dolegliwości typowe dla łagodnego rozrostu gruczołu krokowego (częste oddawanie moczu, uczucie niepełnego wypróżnienia po oddaniu moczu oraz oddawanie moczu wąskim strumieniem, krwinkomocz). W miarę powiększania się guza może dochodzić do zastoju moczu w pęcherzu, a następnie nawet do wodonercza i niewydolności nerek. W przypadkach zaawansowanych do najczęściej występujących objawów należą dolegliwości bólowe w okolicy kręgosłupa lędźwiowego, postępująca utrata masy ciała, narastające objawy związane z oddawaniem moczu (wymienione wyżej) oraz inne dolegliwości.

Jak każdy nowotwór złośliwy, może tworzyć przerzuty do okolicznych węzłów chłonnych oraz do odległych narządów (głównie kości; rzadziej płuc, mózgu i wątroby).

Do podstawowych badań stosowanych w diagnostyce raka gruczołu krokowego należy badanie per rectum oraz ocena stężenia swoistego antygenu sterczowego (PSA) – u większości chorych stężenie tej substancji jest zwiększone. Zdarzają się jednak przypadki raka stercza, w których stężenie tego markera nie jest zwiększone.

W diagnostyce stosuje się ultrasonografię przezodbytniczą (TRUS) – za pomocą tej metody można zobrazować wewnętrzną budowę gruczołu i uwidocznienie ewentualne guzy w poszczególnych jego częściach (rak typowo umiejscowiony jest w tzw. strefie obwodowej gruczołu). Można wtedy precyzyjnie wybrać miejsce, z którego należy pobrać wycinek za pomocą biopsji przezodbytniczej. W ten sposób uzyskuje się fragment tkanki guza, który zostaje skierowany do oceny mikroskopowej – na tej podstawie ustala się ostateczne rozpoznanie raka gruczołu krokowego.

Najbardziej czułym badaniem obrazowym gruczołu krokowego jest rezonans magnetyczny. Scyntygrafia układu kostnego jest często wykonywana u chorych na raka gruczołu krokowego ze względu na dużą skłonność tego nowotworu do przerzutowania do układu kostnego.

Czynniki podwyższonego ryzyka rozwoju raka stercza to obciążenie rodzinne (rak stercza w rodzinie), rasa czarna, otyłość i dieta wysokotłuszczowa, narażenie na androgeny (męskie hormony płciowe).

Olbrzymi wpływ na zmniejszenie ryzyka powstawania raka stercza ma dieta ubogotłuszczowa i bogata w produkty roślinne.

## **EPIDEMIOLOGIA**

Rak gruczołu krokowego jest w Polsce drugim co do częstości występowania (po raku płuca) nowotworem u mężczyzn.

Zgodnie z przygotowanymi przez Ministerstwo Zdrowia Mapami Potrzeb Medycznych w zakresie onkologii, nowotwory złośliwe raka gruczołu krokowego w latach 2011 – 2013 były odpowiedzialne za 8,2% zgonów mieszkańców województwa mazowieckiego. Współczynnik rzeczywisty umieralności z powodu nowotworu złośliwego gruczołu krokowego mieszkańców województwa mazowieckiego wynosił 23,1/100 tys. ludności i był wyższy od ogólnopolskiego o 3%

## **POPULACJA PODLEGAJĄCA JEDNOSTCE SAMORZĄDU TERYTORIALNEGO**

Wg danych GUS Powiat Legionowski zamieszkuje 53 442 osoby powyżej 40. roku życia. Ze względu na ograniczenia finansowe nie jest możliwe objęcie wszystkich mieszkańców programem. Ponieważ program nie był jeszcze realizowany na terenie powiatu legionowskiego, nieznane jest zainteresowanie, jakim cieszyć się będą badania, biorąc pod uwagę ich charakter. Program realizowany więc będzie w formie pilotażu, aby można było zobrazować poziom zainteresowania i w przyszłości rozszerzyć program o kolejne miejsca. Ze względu na ograniczone środki finansowe jakimi dysponuje powiat, pilotażowo planowane jest objęcie programem 220 osób.

Świadczenia profilaktyczne oferowane w ramach Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej mają zaspokajać ofertę badań mało dostępnych w ramach finansowania przez NFZ oraz zachęcić mieszkańców do wykonania tych badań (w trakcie promocji programu bardzo dokładnie zostaną opisane objawy raka gruczołu krokowego, aby zwrócić uwagę mieszkańców na tą chorobę). Na badanie przesiewowe nie potrzebne jest skierowanie ani wizyta u lekarza pierwszego kontaktu, do którego kolejka sięga często kilku dni. Skierowanie na badanie



na krew utajoną wydawane jest przez lekarza rodzinnego tylko w przypadku wyczuwalnych objawów, tymczasem wielu mieszkańców wstydzi się zgłosić z problemem do swojego lekarza rodzinnego. Potrzebę badań przesiewowych w zakresie nowotworów zaznaczają również uczestnicy programu w ankietach ewaluacyjnych.

## **b) Cele programu**

Głównym celem akcji Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej „Zdrowy Powiat” jest zwiększenie wykrywalności stanów nowotworowych oraz nowotworów we wczesnej postaci. Celami szczegółowymi są: zahamowanie wzrostu zachorowalności na nowotwory gruczołu krokowego i zwiększenie dostępności do badań specjalistycznych.

Oczekiwany efekt jest zwiększenie wykrywalności raka i nieprawidłowości we wczesnym stadium oraz edukacja i uwrażliwienie mieszkańców na własne zdrowie.

Miernikiem efektywności programu jest odsetek nieprawidłowych wyników badań wśród potencjalnie zdrowych pacjentów zgłaszających się na badanie.

## **c) Adresaci programu**

Adresatami Programu są mieszkańcy Powiatu Legionowskiego w wieku powyżej 40 lat. Wg danych GUS (stan na dzień 31.12.2015 r.) w powiecie mieszkało 53 442 mieszkańców uprawnionych do udziału w badaniu.

Ze względu na posiadane środki finansowe, w ramach Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej w roku 2016 istnieje możliwość przebadania ok. 220 mieszkańców. Aby ograniczyć kilkukrotne korzystanie ze świadczeń przez pacjentów przewrażliwionych na punkcie swojego zdrowia – prowadzony będzie elektroniczny rejestr. Uniemożliwi to kilkukrotne wykonanie badania przez jednego pacjenta. Zostanie wprowadzone ograniczenie uczestnictwa w Programie - 1 badanie na 5 lat.

## **d) Organizacja programu**

Program odbywać się będzie dwuetapowo :

I etap – badanie poziomu PSA, badanie per rectum i badanie ultrasonograficzne (wynik badania poziomu PSA zostanie przekazany pacjentowi podczas badania usg razem z wynikiem tego badania).

II etap – konsultacja u lekarza urologa dla osób z nieprawidłowymi wynikami badań etapu I.

Badania realizowane będą przez specjalistów z uprawnieniami do wykonywania badań ambulatoryjnych, ultrasonograficznych oraz lekarza urologa. Realizator wyłoniony podczas konkursu ofert zobowiązany jest zapewnić wymagane zasoby kadrowe, rzeczowe i lokalowe potrzebne do realizacji powierzonego zadania.

### **Przebieg akcji:**

1. Przeprowadzenie akcji promocyjno - informacyjnej wśród mieszkańców.
2. Rejestracja i wykonanie badania PSA oraz wyznaczenie wizyty badania ultrasonograficznego.
3. Wykonanie badania usg. Przekazanie podczas badania wyników obydwu badań.

4. Przekazanie do wypełnienia oraz uzyskanie od pacjenta ankiety ewaluacyjnej (zał. nr 1 do Programu profilaktyki i wczesnego wykrywania nowotworów gruczołu krokowego).
5. Konsultacja u lekarza urologa – dla pacjentów u których minimum jeden wynik badania będzie nieprawidłowy. W przypadku wyczerpania limitu badań w ramach programu Powiatowego pacjenci zostaną skierowani na dalszą diagnostykę w ramach NFZ.
6. Przekazanie do wypełnienia oraz uzyskanie od pacjenta ankiety ewaluacyjnej (zał. nr 1 do Programu profilaktyki i wczesnego wykrywania nowotworów gruczołu krokowego)
7. Uzyskanie od świadczeniodawcy zbiorczego zestawienia wyników (efektów) przeprowadzonych badań (zał. nr 2 do Programu profilaktyki i wczesnego wykrywania nowotworów raka gruczołu krokowego) oraz zestawienia wyników ankiet ewaluacyjnych o których mowa w pkt.6.
8. Analiza otrzymanych dokumentów przez Powiat Legionowski.

Badania odbywać się będą na terenie powiatu legionowskiego w miejscu wskazanym przez realizatora wyłonionego w ramach otwartego konkursu ofert na realizatorów programów zdrowotnych. Badania wykonywane będą zarówno w dni powszednie (rano jak i w godzinach popołudniowych) jak i w soboty. Ma to na celu umożliwienie skorzystania ze świadczeń jak największej grupy osób.

Kryterium wyboru podmiotu realizującego program stanowi wysokość stawki za przeprowadzenie badania dla jednej osoby, przy uwzględnieniu proponowanych przez oferenta podobnych jakościowo zasobów kadrowych, rzeczowych oraz lokalowych niezbędnych do realizacji zadania.

Aby zachęcić pacjentów do wykonania badań, wraz z akcją informacyjną nt. możliwości skorzystania z badań profilaktycznych, przeprowadzona zostanie akcja informująca o problemie nowotworów raka gruczołu krokowego, ich objawów, skutków i profilaktyki. Akcja ta prowadzona będzie poprzez stronę internetową powiatu legionowskiego oraz miesięcznik Kurier. Informator Powiatu Legionowskiego wydawany przez Starostwo Powiatowe w Legionowie w 35 000 egzemplarzy i bezpłatnie dystrybuowany wśród mieszkańców powiatu. Do włączenia się w akcję informacyjną, zostaną zachęceni również władarze gmin powiatu legionowskiego. Akcja informacyjna będzie miała na celu zwiększenie wrażliwości mieszkańców na własne objawy zdrowotne wskazujące na wczesne objawy nowotworów raka jelita grubego.

Wskazane jest, aby badania przesiewowe były procesem długofalowym, a nie jednorazowym przedsięwzięciem. Organizacja krótkotrwałych akcji wiąże się również z wysokością środków jakimi powiat dysponuje na organizację poszczególnych świadczeń a co za tym idzie - ograniczonej liczby miejsc.

## **e) Koszty programu**

Szacunkowy wysokość środków finansowych zarezerwowanych przez Powiat Legionowski na realizację badań to 32 670,00 zł.

**Etap I** Przewidywany koszt wykonania 1 badania PSA wolny to ok. 35,00 zł.

Przewidywany koszt wykonania 1 badania usg transrektalnego + badanie per rectum to ok. 100,00 zł.

Planowana liczba pacjentów akcji to 220 osób.

**Etap II** Przewidywany koszt konsultacji lekarskiej – 90 zł

Planowana liczba konsultacji lekarskich – ok. 33 osoby

Koszt promocji programu – ok. 500 zł.

## **f) Promocja, monitorowanie i ewaluacja**

Aby zapewnić zgłaszalność na badania przeprowadzona zostanie szeroko zakrojona akcja informacyjna. O możliwości skorzystania z badań mieszkańcy będą mogli dowiedzieć się z ulotek i plakatów informacyjnych, prasy miejscowej oraz miesięcznika powiatowego, stron internetowych powiatu i gmin. Z dotychczasowych doświadczeń z przeprowadzania podobnych badań wynika, że świetne efekty daje współpraca w tej kwestii z parafiami, lokalnymi instytucjami użyteczności publicznej, szkołami i przedszkolami, zakładami opieki zdrowotnej oraz przedsiębiorstwami z terenu powiatu. W sumie informacje o świadczeniach będą dystrybuowane w około 300 miejsc na terenie Powiatu. Powiat Legionowski cały czas będzie pozostawał w kontakcie z zakładami wykonującymi dane świadczenia, tak aby w miarę potrzeby zintensyfikować akcję informacyjną, lub zareagować na sytuację braku miejsc na badania, przed zakończeniem akcji. Promocja, monitoring i ewaluacja programu będzie prowadzona bezpośrednio przez Wydział Spraw Społecznych Starostwa Powiatowego w Legionowie poprzez wizytacje i badania ankietowe min. 80% uczestników podczas realizacji programu. Wyniki badań zostaną uwzględnione podczas prac nad projektem Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej „Zdrowy Powiat” na rok 2018. Dokument zawierać będzie liczbę osób przebadanych w ramach programu wraz z ilością zdiagnozowanych nieprawidłowych wyników badań wśród tych osób. Dodatkowo, po zakończeniu akcji zakład opieki zdrowotnej, który będzie realizował badania, będzie miał obowiązek sporządzenia sprawozdania z przeprowadzonych badań.

## **g) Okres realizacji programu**

marzec - listopad 2017 r.

# Załącznik nr 1 do Programu profilaktyki i wczesnego wykrywania nowotworów gruczołu krokowego

## ANKIETA SKIEROWANA DO OSÓB KORZYSTAJĄCYCH Z BADAŃ ZORGANIZOWANYCH W RAMACH POWIATOWEGO PROGRAMU PROFILAKTYKI ZDROWOTNEJ „ZDROWY POWIAT”

Miejsce zamieszkania (gmina) .....

**Świadczenie z którego Pan korzystał:**

- badanie PSA + badanie usg  
 konsultacja lekarza urologa

**Jak ocenia Pan jakość przeprowadzonego świadczenia:**

- dobrze  
 średnio  
 źle

**Dlaczego? Krótkie uzasadnienie:**

.....  
.....  
.....

**Skąd dowiedział się Pan o świadczeniu:**

- plakat  
 billboard  
 ogłoszenie w prasie lokalnej  
 portale społecznościowe, strona internetowa - jakie .....  
 inne źródła - jakie .....

**Czy uważa Pan że akcje bezpłatnych świadczeń są potrzebne?**

- tak  
 nie  
 nie wiem

**Jakie, Pana zdaniem, inne świadczenia powinny być organizowane w ramach Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej w kolejnych latach?**

1. ....  
2. ....  
3. ....

**Dziękujemy za udział w ankiecie.**

Wydział Spraw Społecznych  
Starostwa Powiatowego w Legionowie

**Załącznik nr 2 do Programu profilaktyki i wczesnego wykrywania nowotworów raka gruczołu krokowego**

**Sprawozdanie do faktury nr .....**

**umowa nr .....  
(nowotwór gruczołu krokowego)**

<b>Liczba wykonanych badań PSA i usg</b>	<b>Liczba nieprawidłowych wyników</b>	<b>Liczba konsultacji lekarskich</b>	<b>Liczba podejrzeń nowotworów</b>
.....	PSA - ..... USG - .....	.....	.....

.....  
pieczęćka

.....  
data i podp

## **V.8 Program prozdrowotny dla osób przewlekle chorych po 60 r.ż „ZASKOCZENI WIEKIEM”**

### **a) Problem zdrowotny**

Siedzący tryb życia jest podstawowym czynnikiem sprzyjającym rozwojowi chorób cywilizacyjnych. Odpowiednio dawkowana aktywność ruchowa, w każdym wieku i na każdym etapie rozwoju człowieka to najtańszy i najprostszy sposób zwiększający możliwości adaptacyjne i odpornościowe ustroju. Potrzebne są zatem działania promujące aktywny tryb życia niezależnie od istniejących chorób przewlekłych. Dlatego też *wspieranie aktywności osób starszych na poziomie lokalnym* stanowi jeden z celów operacyjnych Narodowego Programu Zdrowia. Oczekiwany efekt Programu jest zmniejszenie rozpowszechniania czynników ryzyka związanych z niezakaźnymi chorobami w populacji osób starszych.

Konsekwencją procesu starzenia się społeczeństwa polskiego jest bardzo duża liczebność osób w wieku powyżej 65 roku życia (5,7 mln). jednocześnie wydłuża się długość życia zarówno kobiet jak i mężczyzn. Bardzo ważnym zadaniem polityki społecznej powinna być troska o pomyślnie starzenie się czyli przejście przez wiek podeszły z możliwie małym ryzykiem chorób i niepełności oraz wysoką sprawnością umysłową i fizyczną czyli szeroko zakrojoną aktywnością życiową.

Aktywny styl życia to jeden z czynników istotnie wpływających na zdrowie osób starszych. Wiadomo, że brak ruchu przyspiesza proces starzenia się i niepełności. Regularne ćwiczenia fizyczne są nie tylko potencjalnym czynnikiem zapobiegającym starzeniu się, ale również wpływają na sprawność umysłową.

Aby otrzymać dobre samopoczucie, należną masę ciała i sprawność potrzebny jest ruch. Program "Zaskoczeni wiekiem" to program poprawiający jakość życia poprzez zmianę jego stylu.

### **b) Epidemiologia**

Zgodnie z Analizą zapotrzebowania mieszkańców powiatu legionowskiego na świadczenia zdrowotne - ludność powiatu legionowskiego w wieku 65 lat i więcej stanowi 11% wszystkich mieszkańców.

Wyniki Ogólnopolskiego Badania Rozpowszechnienia Czynników Ryzyka Chorób Układu Krążenia NATPOL 2011 wskazują, że w Polsce na nadciśnienie tętnicze choruje 32% dorosłych Polaków (10,2 mln) – to o 2% więcej niż w 2002 r. Na cukrzyce cierpi obecnie 5% dorosłej populacji (w 2002 r. 4%). W badaniu NATPOL 2011 opublikowano również prognozy na 2035 r.: osób chorujących na nadciśnienie tętnicze będzie 50% (14 mln.) a na cukrzyce 12% (3,2 mln). Na tej podstawie można założyć że na terenie Powiatu Legionowskiego jest ok. 27 tys. (32%) mieszkańców chorych na serce i posiadających nadciśnienie tętnicze. Choroby układu

krażenia są jedną z głównych przyczyn zgonów w Polsce. W 2011 r. było to 46% na terenie województwa mazowieckiego.

Kolejnym problemem starzejącego się społeczeństwa jest zwiększone ryzyko zniedołężnienia, co związane jest m. in. ze zwiększoną liczbą upadków, a co za tym idzie złamań i urazów, jak również występowanie przewlekłego bólu, który utrudnia codzienną egzystencję. Czynniki ryzyka upadków są przede wszystkim choroby zwyrodnieniowe stawów, starszy wiek, obecność zaburzeń chodu i równowagi, osłabienie mięśniowe, upadek w przeszłości, obecność chorób przewlekłych. W całej starszej populacji po 64 r.ż. uczestniczących w badaniu POLSENIOR upadek w ciągu ostatnich 12 miesięcy zgłosiło 23% badanej grupy a w województwie mazowieckim było to 22,8% osób, w tym 56% kobiet. Przewlekły ból (powyżej 3 miesięcy) najczęściej wynikający z choroby zwyrodnieniowej stawów zgłasza 35,1% Polaków w wieku 55-59 lat i 41,6% w wieku powyżej 60 r.ż. Wśród pacjentów z bólem przewlekłym aż 41,3% nie może z tego powodu wyjść po zakupy. Według wytycznych Europejskiej Ligi do Walki z Chorobami Reumatycznymi (Medycyna Praktyczna, wydanie specjalne 6/2007) celem leczenia chorób zwyrodnieniowych stawów jest m.in. złagodzenie bólu towarzyszącego chorobie, ograniczenie niepełnosprawności oraz spowolnienie postępu choroby.

Głównymi czynnikami modyfikowalnymi rozwoju chorób przewlekłych jak i nowotworów są otyłość i mała aktywność fizyczna. Regularna aktywność fizyczna jest związana z wieloma fizycznymi i mentalnymi korzyściami dla zdrowia. Uprawianie sportu sprzyja zachowaniu prawidłowej wagi ciała, zmniejsza ryzyko rozwoju choroby niedokrwiennej serca, udaru mózgu, cukrzycy typu 2. trening obniża ciśnienie tętnicze krwi, poprawia profil lipidowy, zwiększa insulino-wrażliwość. U starszych osób sprzyja utrzymaniu prawidłowej gęstości kości i zmniejsza ryzyko upadków. W sferze psychicznej regularny trening poprawia samopoczucie, poprawia jakość życia i jest związany z mniejszym ryzykiem spadku funkcji poznawczych i rozwojem demencji starczej. Wysiłek fizyczny leczy chorobę wieńcową, nadciśnienie tętnicze, udary mózgu, miażdżycę naczyń obwodowych, otyłość, osteoporozę, bóle pleców, choroby zwyrodnieniowe stawów, depresje, demencje, niewydolność serca, zaparcia.

Potwierdzenie zasadności wprowadzenia programu prezentują przedstawione niżej statystyki z przeprowadzonych zajęć podczas realizacji zadania w 2013 i 2014 r.

W programie brało udział łącznie 68 osób (chorych na nadciśnienie tętnicze, cukrzycę, z otyłością, z chorobą wieńcową, w tym osoby po zawale serca i z chorobą zwyrodnieniową stawów).

Program cieszył się bardzo dużym zainteresowaniem, ok. 80% uczestników uczęszczało na zajęcia maksymalną możliwą liczbą razy - 3 razy w tygodniu, mimo, że obowiązkowo powinni być na zajęciach 2 razy w tygodniu.

U uczestników zaobserwowano:

\* spadek ciśnienia tętniczego - 7,0% skurczowe ogółem; 6,57% rozkurczowe ogółem

\* spadek średniej wyjściowej masy ciała wyniósł łącznie 73,1 kg, co średnio wynosi 3,2 kg na osobę,



\* ilość utraconej tkanki tłuszczowej łącznie 61,8 kg, co daje 3 kg na osobę.

### **c) Populacja podlegająca jednostce samorządu terytorialnego i populacja kwalifikująca się do włączenia do programu**

Liczba mieszkańców powiatu legionowskiego w wieku docelowym (60+) to 23 738 osób (dane GUS stan na dzień 31.12.2015r.)

Ze względu na ograniczone środki, jakimi dysponuje powiat legionowski możliwe jest zakwalifikowanie do programu ok. 80 osób.

### **d) Cel programu i oczekiwane efekty**

Głównym oczekiwanym celem Programu jest zmniejszenie rozpowszechniania czynników ryzyka związanych z niezakaźnymi chorobami w populacji osób starszych a co za tym życie poprawa jakości życia osób starszych.

Celami szczegółowymi są:

- spadek masy ciała,
- zmniejszenie ciśnienia tętniczego,
- obniżenie poziomu lipidów,
- poprawa kondycji fizycznej,
- zwiększenie sprawności w życiu codziennym poprzez poprawę elastyczności,
- zwiększenie zakresu ruchów w stawach, zwiększenie siły mięśniowej,
- zmniejszenie dolegliwości wynikających z bólu przewlekłego.

Oczekiwanym efektem uczestnictwa w zajęciach w ramach programu jest zmniejszenie ryzyka zachorowania na: chorobę wieńcową, nadciśnienie, udar, cukrzycę, raka piersi, oraz wyższy poziom sprawności krążeniowo - oddechowej.

Wśród uczestników pożądanym jest również zaobserwowanie korzystniejszej masy ciała oraz odpowiedniego składu kości. Jednym z celów jest również utrzymanie wyższych poziomów funkcjonalnych zdrowia, mniejsze ryzyko upadku i lepsze zdolności percepcyjne.

### **e) Adresaci programu**

Program adresowany jest do osób które:

- ukończyły 60 - ty rok życia, które prowadzą siedzący tryb życia,
- chorują na choroby przewlekłe i mają liczne wątpliwości co do bezpiecznego podjęcia wysiłku fizycznego.

Szczególne uwagi zostaną zwrócone w stosunku do osób:

- u których rodzinnie występuje któreś ze schorzeń: nowotwór, choroby serca, nadciśnienie

tętnicze, cukrzyca;

- obecnie cierpiących na choroby przewlekłe – co najmniej jedna z wymienionych: nadciśnienie tętnicze, choroba niedokrwienna serca, stan po zawale, cukrzyca, choroba zwyrodnieniowa stawów, nowotwór

- cierpiących na nadwagę lub otyłość ( $BMI > 25 \text{ kg/m}^2$ )

## **f) Organizacja programu**

W skład programu wejść:

1. Wstępna konsultacja medyczna – wywiad obejmujący ogólne samopoczucie, dolegliwości, wywiad rodzinny, przebyte choroby, omówienie wypełnionej wcześniej ankiety ogólnego stanu zdrowia i stylu życia, badanie fizykalne z uwzględnieniem ciśnienia tętniczego, masy ciała, BMI, obwodu pasa, pomiar komponentów ciała, ocena badań dodatkowych, przykładowa dieta dopasowana do choroby na którą cierpi pacjent, opieka podczas trwania Programu.
2. Badania zlecone przez lekarza konsultującego: morfologia, glukoza, TSH, EKG
3. Opieka trenera – wstępny wywiad dotyczący ogólnej aktywności fizycznej, ustalenie ograniczeń ruchowych, pomiar ciśnienia tętniczego przed każdymi zajęciami, zalecenia dotyczące zakresu ćwiczeń po programie, pomiary i testy sprawności fizycznej oraz funkcjonalnej dostosowane do stanu zdrowia oraz kondycji fizycznej pacjenta oraz 6-cio minutowy test chodu w celu ustalenia kwalifikacji do uczestnictwa w Programie.
4. Treningi grupowe 2 razy w tygodniu przez 8 tygodni pod stałą opieką trenera.
5. Porównanie wyników wstępnych osób ćwiczących do wyników końcowych (waga ciała, BMI, poziom ciśnienia) – konsultacja lekarska.

Program obejmuje zajęcia grupowe w klubie sportowym 2 razy w tygodniu. Przed każdymi zajęciami uczestnicy będą mieli pomiar ciśnienia tętniczego, a ci, którzy mają podwyższone wartości również po zajęciach.

Po 8 tygodniach, na zakończenie programu odbywa się kolejna konsultacja lekarska, taka sama jak wstępna wizyta lekarska, w celu oceny skuteczności programu. Jednocześnie w sali może ćwiczyć około 15 osób.

Przy planowanym treningu jednym z najważniejszych elementów jest ustalenie odpowiednich obciążeń w zależności od wyjściowej wydolności fizycznej, zaawansowania chorób i preferencji pacjenta. Wyznaczenie obciążenia progowego jest najdokładniejszą metodą ustalania optymalnego obciążenia podczas wysiłków. Intensywność ćwiczeń w praktyce treningowej przedstawia się jako zakres częstości rytmu serca odpowiadająca ustalonemu obciążeniu. Również podczas treningu najlepszą metodą monitorowania obciążeń jest pomiar tętna. Obciążenie wysiłkowe zbliżone do indywidualnie wyznaczonego progu beztlenowego są optymalne dla poprawy wydolności fizycznej. Zatem przed rozpoczęciem treningów należy wyznaczyć próg beztlenowy i odpowiadająca mu częstość rytmu serca, a na jego podstawie

najlepsze dla danego pacjenta obciążenie wysiłkiem.

Świadczenia odbywać się będą na terenie powiatu legionowskiego w miejscu wskazanym przez realizatora wyłonionego w ramach otwartego konkursu ofert na realizatorów programów zdrowotnych.

Badania w ramach programu prowadzone będą przez osoby posiadające doświadczenie i wykształcenie potrzebne do prowadzenia tej formy świadczeń

Realizator wyłoniony podczas konkursu ofert zobowiązany jest zapewnić wymagane zasoby kadrowe, rzeczowe i lokalowe potrzebne do realizacji powierzonego zadania.

Kryterium wyboru podmiotu realizującego program stanowi wysokość stawki za przeprowadzenie programu dla jednej osoby, przy uwzględnieniu proponowanych przez oferenta podobnych jakościowo zasobów kadrowych, rzeczowych oraz lokalowych niezbędnych do realizacji zadania.

Uczestnictwo w programie zależy od szybkości zgłoszenia się pacjenta, skierowanego głównie przez lekarza pierwszego kontaktu, ponieważ ze względu na ograniczone środki powiatu - liczba miejsc jest ograniczona.

Aby zachęcić pacjentów do skorzystania z programu i lekarzy do kierowania pacjentów na zajęcia w ramach programu, wraz z akcją informacyjną, przeprowadzona zostanie akcja informująca na temat profilaktyki zachorowań na choroby przewlekłe oraz roli sportu i aktywnego stylu życia osób starszych na ich zdrowie. Akcja ta prowadzona będzie poprzez stronę internetową powiatu legionowskiego oraz miesięcznik Kurier. Informator Powiatu Legionowskiego wydawany przez Starostwo Powiatowe w Legionowie w 25 tys. egzemplarzy i bezpłatnie dystrybuowany wśród mieszkańców powiatu. Do włączenia się w akcję informacyjną, zostaną zachęceni również władarze gmin powiatu legionowskiego.

Organizacja krótkotrwałych akcji wiąże się z ograniczonymi środkami jakimi powiat dysponuje na organizację poszczególnych świadczeń a co za tym idzie - ograniczonej liczby miejsc.

#### **g) Koszty programu**

Szacunkowa wysokość środków finansowych zarezerwowanych przez Powiat Legionowski na realizację programu to 24 980,00 zł.

Przewidywany koszt programu dla 1 osoby to ok. 426,00 zł.

Przewidywany koszt dofinansowania przez powiat Programu dla 1 osoby to ok. 306,00 zł.

(72%)

Maksymalna kwota dopłaty, jaka będzie musiał ponieść uczestnik Programu to 120,00 zł.

Planowana liczba uczestników akcji to około 80 osób.

Koszt promocji programu – ok. 500 zł

#### **h) Promocja, monitorowanie i ewaluacja**

Aby zapewnić zgłaszalność na badania przeprowadzona zostanie szeroko zakrojona akcja

informacyjna. O możliwości skorzystania z badań mieszkańcy będą mogli dowiedzieć się z ulotek i plakatów informacyjnych, prasy miejscowej oraz miesięcznika powiatowego, stron internetowych powiatu i gmin. Z dotychczasowych doświadczeń z przeprowadzania podobnych badań wynika, że świetne efekty daje współpraca w tej kwestii z parafiami, lokalnymi instytucjami użyteczności publicznej, zakładami opieki zdrowotnej, szkołami, przedszkolami oraz przedsiębiorstwami z terenu powiatu. W sumie, przykładem z roku ubiegłego, informacje o świadczeniach będą dystrybuowane w około 300 miejsc na terenie Powiatu.

Powiat Legionowski cały czas będzie pozostawał w kontakcie z zakładami wykonującymi dane świadczenia, tak aby w miarę potrzeby zintensyfikować akcję informacyjną, lub w miarę potrzeby zareagować na sytuację braku miejsc na badania, przed zakończeniem akcji.

Promocja, monitoring i ewaluacja programu będzie prowadzona bezpośrednio przez Wydział Spraw Społecznych Starostwa Powiatowego w Legionowie poprzez wizytacje i badania ankietowe wszystkich uczestników podczas realizacji programu. Ankieta stanowi Załącznik nr 1 do Programu prozdrowotnego dla osób przewlekle chorych po 60 r.ż „Zaskoczeni Wiekami”. Wyniki badań zostaną uwzględnione podczas prac nad projektem Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej na rok 2017. Dodatkowo, po zakończeniu akcji jednostka, która będzie realizowała badania, będzie miała obowiązek sporządzenia sprawozdania z przeprowadzonych badań. Dokument ten zawierać będzie rzeczywistą liczbę osób, które skorzystały z programu oraz efekty ćwiczeń na koniec programu. Wyniki badań zostaną uwzględnione podczas prac nad projektem Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej na rok 2017.

#### **i) Okres realizacji programu**

marzec - grudzień 2017

**Załącznik nr 1 do Programu prozdrowotnego dla osób przewlekle chorych po 60 r.ż „Zaskoczeni Wiekiem”.**

**ANKIETA SKIEROWANA DO OSÓB KORZYSTAJĄCYCH Z ĆWICZEŃ  
ZORGANIZOWANYCH W RAMACH  
POWIATOWEGO PROGRAMU POLITYKI ZDROWOTNEJ**  
- program prozdrowotny dla osób przewlekle chorych po 60 r.ż  
„Zaskoczeni Wiekiem”. (ankieta przekazywana na ostatnich zajęciach)

**Miejsce zamieszkania (gmina) .....**

**Świadczenie z którego Pana/Pani korzystała:** Program prozdrowotny dla osób przewlekle chorych po 60 r.ż „Zaskoczeni Wiekiem”

**Jak ocenia Pan/Pani jakość przeprowadzonego świadczenia:**

- dobrze
- średnio
- źle

**Dlaczego? Krótkie uzasadnienie:**

.....  
.....  
.....

**Czy uważa Pan/Pani że program pomógł Pani w poprawie zdrowia i samopoczucia?**

- tak
- nie
- nie wiem

**Skąd dowiedział się Pan o świadczeniu:**

- plakat
- billboard
- ogłoszenie w prasie lokalnej
- portale społecznościowe, strona internetowa - jakie .....
- inne źródła - jakie .....

**Czy uważa Pan/Pani że tego typu akcje bezpłatnych świadczeń są potrzebne?**

- tak
- nie
- nie wiem

**Jakie, Pana/Pani zdaniem, inne świadczenia powinny być organizowane w ramach Powiatowego Programu Polityki Zdrowotnej w kolejnych latach.**

1. ....
2. ....
3. ....

Dziękujemy za udział w ankiecie.  
Wydział Spraw Społecznych  
Starostwa Powiatowego w Legionowie