



Stowarzyszenie „Serce za Uśmiech” przy Elbląskim Szpitalu Specjalistycznym z Przychodnią SPZOZ w Elblągu w ramach BIAŁEJ SOBOTY zorganizowało dla mieszkańców Elbląga „JESIENNY SPACER PO ZDROWIE”. Była to charytatywna akcja podczas której, każdy chętny mógł bezpłatnie sprawdzić swoją kondycję zdrowotną i wykonać badania kontrolne. Odbyły się konsultacje w sprawie niewydolności żylniej i żyłaków kończyn dolnych oraz porady dietetyka. Można było skontaktować się ze specjalistami z dziedziny: psychologii i rehabilitacji. Wszyscy goście, którzy odwiedzili szpital mogli zmierzyć ciśnienie tętnicze krwi, sprawdzić poziom cukru oraz wagę. Była wykonywana spirometria – badanie pojemności płuc. Ratownicy medyczni przeprowadzili instruktaże pierwszej pomocy, a w ramach profilaktyki raka piersi Panie uczyły się pod okiem licencjonowanej położnej samobadania piersi. Bezpłatną mammografię dla kobiet w wieku 50-69 lat wykonywano w Szpitalu Miejskim w Elblągu przy ul. Żeromskiego 22 w Pracowni Diagnostyki Obrazowej.

Wszystkie badania i konsultacje wykonane zostały – BEZPŁATNIE I BEZ REJESTREKJI.

1. Uczestnicy „białej soboty” mogli zmierzyć ciśnienie tętnicze krwi, sprawdzić poziom cukru oraz wagę. To badanie wykonywała pielęgniarka Bożena Przewodowska. Była również wykonywana spirometria – badanie pojemności płuc – to badanie wykonywała pielęgniarka Grażyna Korzeniowska. Z badań skorzystało 45 osób.
2. Konsultacja dietetyczna kierowana była do osób z nadwagą, ze schorzeniami układu pokarmowego i krążenia; chcących zmienić swój sposób odżywiania. Pani dietetyk mgr Ewa Bidzińska udzieliła porad 10 osobom.
3. Pacjenci onkologiczni i kardiologiczni nie mogą korzystać ze wszystkich zabiegów rehabilitacyjnych !! Specjalista rehabilitacji mgr Danuta Kofel mówiła o wskazaniach i przeciwwskazaniach do zabiegów, które zabiegi są dla bezpieczne. Z porad skorzystało 11 osób.
4. Stres, brak motywacji, wypalenie zawodowe, depresja to problemy, z którymi można było przyjść do psychologa. Pani psycholog mgr Anna Wawryszuk i psychoterapeuta Olga Boll udzieliły porad i porozmawiały z 11 osobami.
5. Problem z nogami: ból, obrzęki, uczucie mrowienia, żyłaki lub inne – można było przyjść do dwóch lekarzy, którzy jeśli była taka potrzeba wykonali badanie DOPPLER`a i diagnozowali czy to zaburzenia przepływu krwi w kończynach dolnych. Udzielono porad 20 osobom.
6. Elbląscy Ratownicy Medyczni prezentowali na fantomie zasady udzielania pierwszej pomocy, która jest bardzo ważnym elementem łańcucha przeżycia. W miejscu zdarzenia to właśnie w naszych rękach, jako świadków, znajduje się życie i zdrowie osoby wymagającej pomocy. Z zasadami udzielania pierwszej pomocy zapoznano 20 osób.
7. Regularne badanie palpacyjne piersi może zapobiec rakowi tego gruczołu, który jest najczęściej diagnozowanym nowotworem złośliwym u kobiet. Pani położna Ewa Boryszewska nauczyła 8 kobiet samobadania piersi.
8. W Pracowni Diagnostyki Obrazowej Szpitala Miejskiego w Elblągu przy ul. Żeromskiego 22

Panie w wieku 50-69 lat, które w ciągu ostatnich 2 lat nie wykonały badania mogły skorzystać z badania mammografii dla kobiet. Wykonano 6 badań.

9. W trakcie akcji można było zapoznać się z pracami pacjentów oddziału dziennego psychiatrycznego.

Serdecznie dziękujemy za zainteresowanie naszą inicjatywą że przyszlście Państwo po porady,i że znaleźliście czas dla siebie.