

6 10 14 dla Zdrowia

Sfinansowano ze środków
Gminy Miasta Gdańska



INFORMACJA DLA RODZICÓW

Zgoda rodziców na udział w programie • Ankieta przesiewowa dla rodziców

UCK Uniwersyteckie
Centrum Kliniczne



Gdański Ośrodek
Promocji Zdrowia



Drodzy Rodzice!

Zdrowie jest dobrem, które można chronić, przywracać, ale również rozwijać, jako podstawową wartość wszystkich dziedzin życia. Działania związane z edukacją zdrowotną, promocją zdrowego stylu życia oraz profilaktyką chorób podejmowane wobec dzieci i młodzieży powinny znajdować się w centrum uwagi całego społeczeństwa. Nie można pozostawać obojętnym wobec narastającego problemu chorób cywilizacyjnych takich jak nadciśnienie, zaburzenia lipidowe czy bardzo drastycznie narastający problem nadwagi i otyłości wśród dzieci i młodzieży.

Program „6-10-14 dla Zdrowia” został stworzony przez zespół specjalistów – lekarzy, psychologów, dietetyków, specjalistów aktywności fizycznej – w celu identyfikacji zagrożeń związanych z nadwagą i otyłością u dzieci i młodzieży oraz wskazania możliwości zmiany zachowań zdrowotnych. Program ten pozwoli budować świadomość zdrowotną, która ułatwia podejmowanie odpowiednich decyzji i wyborów sprzyjających zdrowiu Państwa dzieci, a przez to i rodzin.

Serdecznie zapraszamy do współpracy przy realizacji programu.

Realizatorzy Programu



Co chcemy zrobić

Celem programu „6-10-14 dla Zdrowia” jest poprawa stanu zdrowia dzieci i młodzieży z Miasta Gdańsk.

Aby to założenie osiągnąć wyłonione w czasie badań przesiewowych dzieci z ryzykiem chorób cywilizacyjnych zostaną objęte programem rocznej opieki specjalistycznej.

Nasz program skierowany jest przede wszystkim do dzieci z nadwagą i otyłością, gdyż są to główne przyczyny (czynniki ryzyka) rozwoju nadciśnienia tętniczego, zaburzeń lipidowych i innych chorób w przyszłości. Niestety, wiele otyłych dzieci ma już pierwsze oznaki tych chorób.

Planujemy objąć interwencją (badanie przesiewowe) przez lekarza lub pielęgniarkę wszystkie dzieci w wieku 6 i 14 lat oraz wybrane grupy dzieci w wieku 9-11 lat z Gdańska.

Program na etapie podstawowym będzie realizowany w szkołach podstawowych – w ramach programu „Zdrowy Uczeń”, w szkołach gimnazjalnych oraz w Ośrodku Promocji Zdrowia i Sprawności Dziecka w Gdańsku. Tam przeprowadzane będą szczegółowe badania przesiewowe dzieci.

Etap specjalistyczny dla dzieci z wykrytymi problemami zdrowotnymi – czynnikami chorób cywilizacyjnych, realizowany będzie w Uniwersyteckim Centrum Klinicznym w Gdańsku.

Przeprowadzenia badania Państwa dziecka potrzebujemy **zgody Rodzica** oraz **wypełnionej ankiety przesiewowej**, które **dołączone są do tej broszury**.

Ich wypełnienie i podpisanie jest niezbędne do włączenia dziecka do programu.

Na kolejnych stronach przedstawiamy bardziej szczegółowy opis programu.



Główne cele programu to:

- Zmniejszenie częstości występowania nadwagi i otyłości.
- Wczesna identyfikacja dzieci i młodzieży z chorobami metabolicznymi, nadciśnieniem tętniczym oraz innymi chorobami wymagającymi leczenia.
- Przeprowadzenie edukacji zdrowotnej dzieci i ich rodzin.
- Wprowadzenie prawidłowych nawyków dotyczących żywienia, zachowań zdrowotnych, aktywności fizycznej w trakcie trwania programu oraz ich utrwalenie po zakończeniu programu.
- Zaangażowanie szkół w kształtowanie pozytywnego nastawienia do zmiany zachowań zdrowotnych.

W ramach programu wyróżnia się dwa etapy:

Etap podstawowy

Dotyczy całej populacji gdańskich dzieci i ich rodzin, podczas którego przeprowadza się ocenę parametrów zdrowotnych dzieci i identyfikuje ewentualne zaburzenia zdrowotne. Prowadzona jest także edukacja zdrowotna oraz promocja zdrowego stylu życia.

Na tym etapie każde dziecko zostanie przebadane przez lekarza lub pielęgniarkę; **otrzyma materiały edukacyjne dla rodziców oraz dalsze zalecenia.**

Części składowe etapu podstawowego:

- Przesiewowe badanie fizykalne (z pełnymi pomiarami antropometrycznymi) wraz z pogłębionym wywiadem w kierunku obciążenia ryzykiem chorób metabolicznych.
- Badanie wydolności fizycznej dziecka.
- Przekazanie materiałów edukacyjnych oraz indywidualnego planu postępowania zdrowotnego dla dzieci i rodziców z prawidłowymi wynikami badania przesiewowego.
- Dzieci z wykrytymi problemami zdrowotnymi zostaną zakwalifikowane do programu opieki specjalistycznej. Sekretariat programu skontaktuje się z Rodzicami dzieci w ciągu 14 dni od badania.

Etap specjalistyczny

Dotyczy dzieci ze zdiagnozowanymi czynnikami ryzyka rozwoju chorób cywilizacyjnych. Jego zadaniem jest wsparcie działań związanych z dokonaniem trwałych zmian stylu życia dziecka, oraz zmniejszenia ryzyka rozwoju chorób a także wczesne wykrycie chorób i podjęcie leczenia.

Części składowe etapu specjalistycznego:

- Każde dziecko zakwalifikowane do programu będzie zaproszone do wykonania badań laboratoryjnych krwi. Oferujemy szeroki pakiet badań zarówno hormonalnych jak i czynnościowych. Wyniki badań zostaną szczegółowo omówione na pierwszym spotkaniu z lekarzem. **Wszystkie badania są bezpłatne.**
- Spotkania konsultacyjne z lekarzem, psychologiem, dietetykiem oraz specjalistą aktywności fizycznej, podczas których zostanie wytyczony plan postępowania zdrowotnego dla dziecka skupiający się na zmianie diety, aktywności fizycznej i zachowań zdrowotnych w rodzinie.
- Spotkania ze specjalistami zaplanowane są 4 x w trakcie trwania programu. W 1, 4, 7, 12 miesiącu współpracy. W razie konieczności przewidziane są dodatkowe spotkania lub konsultacje ze specjalistami.
- Dostępność specjalistów do konsultacji elektronicznych w ramach istniejącej platformy internetowej, na której uczestnicy i ich rodzice będą mogli na bieżąco zadawać pytania oraz dzielić się rezultatami podejmowanych działań.
- Rodzice dzieci zakwalifikowanych do programu otrzymają zaproszenie na kurs edukacyjny „Dokonaj zmiany. Podaruj dziecku zdrowie!”. Kurs to pięciogodzinny warsztat z dietetykami, psychologami, lekarzami, specjalistami aktywności fizycznej.
- Rodzice oraz dzieci uczestniczące w programie uzyskają również dostęp do internetowej aplikacji, dzięki której będą mogli komunikować się ze specjalistami, wymieniać opinie i monitorować efekty terapii dziecka.



Niezależnym elementem programu będzie budowanie i wdrażanie polityki zdrowotnej w szkołach w zakresie zdrowego żywienia i promocji aktywności fizycznej.

Zgoda opiekunów będzie niezbędna do wykonania **badania przesiewowych**. Otrzymają Państwo informacje na temat stanu zdrowia dziecka, proponowanego dalszego postępowania oraz ewentualnego włączenia do programu interwencyjnego.

Wszelkie działania w ramach programu finansowane są przez **Urząd Miasta w Gdańsku**. **Uczestnictwo dzieci i rodziców we wszystkich etapach programu jest bezpłatne.**

Realizatorem programu jest **Uniwersyteckie Centrum Kliniczne w Gdańsku**, które posiada niezbędny zakres oraz doświadczenie w budowaniu i realizacji programów zdrowotnych o zasięgu lokalnym jak i krajowym.

Najważniejszym partnerem merytorycznym programu jest **Ośrodek Promocji Zdrowia i Sprawności Dziecka**. Jedyna placówka w Gdańsku, która kompleksowo zajmuje się oceną stanu zdrowia i promowaniem postaw zdrowotnych u dzieci i młodzieży.




Szczegółowe informacje o programie i jego przebiegu znajdują się na stronie **www.dlздrowia.uck.gda.pl**.

Na podanej stronie internetowej będą również zamieszczane wszelkie aktualne informacje dotyczące przebiegu Programu.

Wszelkie pytania lub wątpliwości prosimy kierować do **Sekretariatu Programu**:

Uniwersyteckie Centrum Kliniczne
ul. Dębinki 7 80-952 Gdańsk
tel. 58 340 88 59 fax. 58 349 15 48
dlздrowia@uck.gda.pl

Dziecko **6, 9-11, 14 letnie** – badania przesiewowe w szkole lub OPZ 

Dziecko **zdrowe**

porada edukacyjna i wsparcie rodziców w utrzymaniu potencjału zdrowego dziecka
GRATULUJEMY, Trzymajcie tak dalej

wady postawy:
zajęcia korekcyjne w ramach działań realizowanych przez Miasto Gdańsk (poza programem 6-10-14 dla Zdrowia)

dzieci z czynnikami ryzyka chorób cywilizacyjnych
(nadwaga, otyłość, czynniki rodzinne)

Wykryte choroby

dalsza opieka w ramach NFZ
Pilne wskazanie do leczenia

Kurs specjalistyczny dla rodziców 

Wsparcie systemu internetowego

Specjalistyczne badania i konsultacje lekarskie

Opieka zespołu specjalistów
– lekarz, psycholog, dietetyk, specjalista aktywności fizycznej – minimum 4 spotkania z każdym specjalistą.
Ustalenie planu postępowania zdrowotnego, wybór wspólnych celów.
Wsparcie i motywacja.



Szczegółowe informacje o programie i jego przebiegu znajdują się na stronie www.dlздrowia.uck.gda.pl.

Na podanej stronie internetowej będą również zamieszczane wszelkie aktualne informacje dotyczące przebiegu Programu.

Wszelkie pytania lub wątpliwości prosimy kierować do Sekretariatu Programu:

UCK Uniwersyteckie
Centrum Kliniczne

Uniwersyteckie Centrum Kliniczne
ul. Dębinki 7 80-952 Gdańsk
tel. 58 340 88 59
dlздrowia@uck.gda.pl