

PAKIET INFORMACYJNO – SZKOLENIOWY DLA LEKARZA POZ



„NA ZDROWIE”

Wdrożenie Regionalnego Programu Zdrowotnego
wspierającego pacjentów w walce z nadwagą i otyłością z obszaru m. Łodzi, powiatu
pabianickiego i zgierskiego.

Projekt współfinansowany z ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach
Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Łódzkiego na lata 2014-2020

RPLD.10.03.02-10-A022/19

INFORMATOR
DLA LEKARZA PIERWSZEGO KONTAKTU

ESKULAP Spółka Cywilna E. Pankowska- Pryt, J. Pankowska, M. Pryt w Łodzi
ul. Kusocińskiego 61

w okresie 01.06.2020 – 30.06.2022

realizuje projekt: „**NA ZDROWIE**”

Wdrożenie Regionalnego Programu Zdrowotnego
wspierającego pacjentów w walce z nadwagą i otyłością.

SPIS TREŚCI:

1. DO KOGO KIEROWANY JEST PROGRAM „NA ZDROWIE”?
2. ZAŁOŻENIA PROJEKTU
3. CELE PROGRAMU
4. SZCZEGÓŁY PROGRAMU
5. KORZYŚCI DLA UCZESTNIKA PROGRAMU
6. KRYTERIA KWALIFIKACJI DO UDZIAŁU W PROJEKCIE
7. ZGŁOSZENIE DO PROJEKTU
8. LISTA BADAŃ
9. KONTAKT DO BIURA PROJEKTU

DO KOGO KIEROWANY JEST PROGRAM „NA ZDROWIE”?

Program skierowany jest do grupy pacjentów:

- w wieku 30-65 lat
- zamieszkujących miasto Łódź oraz powiaty: zgierski oraz pabianicki
- o BMI między 25- 39,9 albo obwodzie talii: u kobiet >80 cm, u mężczyzn >94 cm.

ZAŁOŻENIA PROJEKTU

Wdrożenie programów zdrowotnych mających wpływ na utrzymanie i przedłużenie aktywności zawodowej mieszkańców regionu, w tym szczególnie osób powyżej 50 roku życia.

CELE PROGRAMU

Program ma na celu przeciwdziałanie nadwadze i otyłości w województwie łódzkim wśród osób w wieku aktywności zawodowej (30-65 lat).

Rezultatem działań Projektu będzie zmniejszenie masy ciała co najmniej o 5% wyjściowej masy ciała uczestników i/lub wskaźnika BMI i/lub zmniejszenie obwodu talii u zakwalifikowanych do udziału w Projekcie i uczestniczących w jego działaniach.

Głównym celem Projektu jest wzrost szans na utrzymanie i przedłużenie aktywności zawodowej mieszkańców miasta Łodzi oraz powiatów pabianickiego i zgierskiego, zmagających się ze skutkami nadwagi lub otyłości. Poprzez podniesienie wiedzy i zwiększenie świadomości w zakresie nadwagi i otyłości i ich wpływu na zdrowie, a także zdrowego odżywiania oraz aktywności fizycznej.

SZCZEGÓŁY PROGRAMU

Uczestnictwo w Programie daje Pacjentowi możliwość skorzystania z najbardziej skutecznych form walki z nadwagą i otyłością. Zastosowana będzie terapia dietą i ruchem, przy wsparciu psychologa.

KORZYŚCI DLA UCZESTNIKA PROGRAMU

PROGRAM GWARANTUJE:

- 12 konsultacji dietetycznych, co dwa tygodnie oraz indywidualny plan żywieniowy,
- 2 indywidualne konsultacje z psychologiem,
- 3 grupowe zajęcia z psychologiem,
- refundacja comiesięcznych zajęć aktywności fizycznej,
- końcowe badania laboratoryjne wraz z wizytą lekarską.

W uzasadnionych przypadkach potrzebujący Pacjent może się ubiegać o zwrot kosztów dojazdu na konsultacje oraz kosztów opiekuńczych.

KRYTERIA KWALIFIKACJI DO UDZIAŁU W PROJEKCIE

Program „NA ZDROWIE” adresowany jest do osób, które spełniają następujące kryteria kwalifikacji do udziału w projekcie:

- ✓ miejsce zamieszkania: miasto Łódź + powiat: zgierski, pabianicki
- ✓ wiek: **30 – 65 lat**
- ✓ BMI: $\geq 25 \text{ kg/m}^2$ – $\leq 39,9 \text{ kg/m}^2$ lub obwód talii: **kobiety >80 cm, mężczyźni >94 cm**
- ✓ pozytywna opinia lekarza pierwszego kontaktu dotycząca udziału osoby w Programie (załącznik nr 1- SKIEROWANIE)
- ✓ wyniki badań obowiązkowych wykonanych przez pacjenta na potrzeby wstępnej kwalifikacji do Programu (wykonane nie później, niż 1 miesiąc przed wizytą u dietetyka); lekarz rodzinny może zalecić dodatkowo badania fakultatywne;

ZGŁOSZENIE DO PROJEKTU

- Pacjent spełniający kryteria uczestnictwa zostaje skierowany do udziału w Projekcie przez swojego lekarza rodzinnego POZ, po czym bezpośrednio umawia się na pierwszą wizytę u dietetyka.

✓ **Realizatorzy będą stosować preferencje w pierwszeństwie dostępu do programu:**

1. dla osób w wieku 50 lat i więcej;
2. dla osób z otyłością i skrajną otyłością (30 kg/m^2 – $39,9 \text{ kg/m}^2$);
3. dla osób z niepełnosprawnością;
4. dla osób z miejscowości/obszarów wiejskich słabo zaludnionych tj. Głowno (gm. wiejska), Parzęczew, Stryków, Zgierz (gm. wiejska) oraz Dłutów, Dobroń, Lutomiernik, Pabianice (gm. wiejska) plus z miast średnich, które utraciły funkcję społeczno-gospodarczą tj. Zgierz, Aleksandrów Łódzki, Ozorków, Pabianice;
5. dla osób w wykształceniu podstawowym i średnim – wg klasyfikacji stopnia uzyskanego wykształcenia ISCED 1-5.

W niniejszym Programie nie określono kryteriów wyłączenia, w postaci zamkniętej listy chorób stanowiących przeciwwskazanie dla leczenia ruchem czy dietą. Wynika to z faktu, że wstępna kwalifikacja do Programu odbywa się poza ścieżką działań finansowaną w ramach Programu, przez lekarza pierwszego kontaktu, lekarza POZ, a w dalszym kroku przez dietetyka.

LISTA BADAŃ

Jakie należy wykonać w ramach kwalifikacji wstępnej do **Programu „NA ZDROWIE”**

Kwalifikując pacjenta do Programu Odchudzającego zleca się wykonanie badań - są one dostępne w ramach świadczeń gwarantowanych finansowanych ze środków NFZ.

Na potrzeby wstępnej kwalifikacji do projektu badania podzielono:

➤ OBLIGATORYJNIE BADAŃIA POWINNY OBEJMOWAĆ:

- morfologia,
- badanie wartości wskaźników przemiany lipidowej - stężenie cholesterolu całkowitego, cholesterolu frakcji LDL, HDL, trójglicerydów,
- gospodarki węglowodanowej - stężenie glukozy na czczo, glikemii przygodnej
- stężenie aminotransferaz wątrobowych,
- kwasu moczowego,
- ciśnienia tętniczego krwi.

➤ FAKULTATYWNE BADAŃIA MOGĄ OBEJMOWAĆ

U niektórych pacjentów niezbędne mogą być także wyniki badań dotyczących:

- w przypadku zaburzeń z gospodarką węglowodanową - hemoglobina glikowana HbA1c oraz insulina
- w przypadku zaburzeń z gospodarką hormonalną – TSH

➤ WYNIKI INNYCH BADAŃ ZLECONYCH PRZEZ LEKARZA

Lekarz może zalecić dodatkowo inne badania, potrzebne przed wdrożeniem regularnych treningów – kwalifikację lekarską (przez kardiologa) obejmującą wykonanie spoczynkowego badania elektrokardiograficznego (EKG), testu wysiłkowego i pełnej oceny sprawności fizycznej u pacjentów z brakiem aktywności fizycznej w przeszłości, rozpoznanymi chorobami układu krążenia, dużym ryzykiem chorób układu krążenia, rozpoznaną cukrzycą.

Szczegółowe informacje uzyskacie Państwo w Biurze Projektu w PORADNI ESKULAP

czynne od poniedziałku do piątku w godz. 8:00-18:00

ADRES BIURA PROJEKTU:

NZOZ ESKULAP - RETKINIA

ul. Kusocińskiego 61, 94-054 Łódź

e- mail: kontakt@eskulapretkinia.pl, tel. (42) 52-10-90

Załącznik nr 1

SKIEROWANIE

do udziału w projekcie „NA ZDROWIE”
Wdrożenie Regionalnego Programu Zdrowotnego
wspierającego pacjentów w walce z nadwagą i otyłością.
Okres realizacji programu 01.06.2020 – 30.06.2022.

.....

pieczęć placówki kierującej

.....

miejsowość, data

1. IMIĘ I NAZWISKO PACJENTA

2. PESEL

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

3. Miejsce zamieszkania:

kod pocztowy -.....

miejsowość powiat

ulica nr

4. WIEK K / M

5. MASA CIAŁA WZROST

6. OBWÓD TALII BMI

Zaświadczenie/opinia lekarza:

Pacjent kwalifikuje się do uczestnictwa w Regionalnym Programie Zdrowotnym „NA ZDROWIE” w związku z nadwagą / otyłością. Brak przeciwwskazań do zastosowania dietoterapii i aktywności fizycznej.

UWAGI:

.....

pieczęć, data i podpis lekarza kierującego

Pacjent zgłasza się do biura projektu ze skierowaniem od lekarza oraz wynikami badań laboratoryjnych wykonanych nie później niż 1 miesiąc przed wizytą.

Badania obligatoryjne: morfologia, cholesterol całkowity, LDL, HDL, trójglicerydy, stężenie glukozy na czczo, glikemia przygodna, aminotransferazy wątrobowe, kwas moczowy, ciśnienie tętnicze.

*skierowanie do pobrania www.eskulapretkinia.pl