

Załącznik do Uchwały Nr

Rady Miasta Legionowo

z dnia 23 marca 2016 r.

MIEJSKI PROGRAM PROMOCJI ZDROWIA NA ROK 2016

Legionowo 2016 r.

WSTĘP

Gmina Miejska Legionowo realizuje zadania własne w zakresie zapewnienia równego dostępu do świadczeń opieki zdrowotnej. Obejmują one w szczególności: promocję zdrowia i profilaktykę, mającą na celu tworzenie warunków sprzyjających zdrowiu, wdrażanie programów zdrowotnych wynikających z rozpoznanych potrzeb zdrowotnych i stanu zdrowia mieszkańców miasta, rehabilitację oraz edukację zdrowotną zmierzającą do zaznajomienia mieszkańców z czynnikami szkodliwymi dla zdrowia jak również ich skutkami. Proponowane działania stanowią uzupełnienie oferty świadczeń Narodowego Funduszu Zdrowia.

Akty prawne regulujące wsparcie powyższych zadań to:

- 1) Ustawa z dnia 27 sierpnia 2004 r. o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych (Dz.U. z 2015 r., poz. 581 z późn. zm.),
- 2) Ustawa z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (Dz.U. z 2015 r., poz. 1515 z późn. zm.).
- 3) Ustawa z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i wolontariacie (jt. Dz. U. Z 2016 r., poz 239).

Głównym celem Miejskiego Programu Promocji Zdrowia jest poprawa zdrowia i związana z nim jakość życia mieszkańców Gminy Miejskiej Legionowo, kształtowanie prozdrowotnego stylu życia społeczeństwa, aktywizowanie mieszkańców, w tym podopiecznych zrzeszonych w organizacjach pozarządowych (seniorzy, diabetycy, niewidomi i niedowidzący) i innych podmiotów do działań na rzecz poprawy zdrowia.

Do szczegółowych celów Miejskiego Programu Promocji Zdrowia na rok 2016 należą:

Cel 1. Zmniejszenie zachorowalności i przedwczesnej umieralności z powodu chorób układu krążenia.

Cel 2. Zmniejszenie zachorowalności i przedwczesnej umieralności z powodu nowotworów.

Cel 3. Zmniejszenie częstości urazów powstałych w wyniku wypadków i upowszechnianie wiedzy udzielania pierwszej pomocy.

Cel 4. Zmniejszenie przedwczesnej zachorowalności i ograniczenie negatywnych skutków

przewlekłych schorzeń układu kostno-stawowego.

Cel 5. Zwiększenie skuteczności zapobiegania chorobom zakaźnym i zakażeniom.

Cel 6. Zmniejszenie różnic w dostępie do niektórych świadczeń opieki zdrowotnej.

Cel 7. Zwiększenie opieki zdrowotnej nad matką, noworodkiem i małym dzieckiem.

Cel 8. Wspieranie rozwoju i zdrowia fizycznego oraz zapobieganie najczęstszym problemom zdrowotnym dzieci i młodzieży.

Cel 9. Tworzenie warunków do zdrowego i aktywnego stylu życia od juniora do seniora.

Cel 10. Tworzenie warunków do zdrowego i aktywnego stylu życia osób niepełnosprawnych, w tym działanie przeciwko wykluczeniu osób niepełnosprawnych.

Cel 11. Aktywizacja placówek oświatowych, podmiotów leczniczych oraz organizacji pozarządowych do działań na rzecz poprawy zdrowia społeczeństwa Gminy Miejskiej Legionowo.

Cel 12. Współpraca z placówkami oświatowymi, podmiotami leczniczymi oraz organizacjami pozarządowymi w zakresie działań na rzecz poprawy zdrowia społeczeństwa Gminy Miejskiej Legionowo.

Cel 13. Zwiększenie działań na potrzeby promocji zdrowia i edukacji zdrowotnej.

Cel 14. Działanie na rzecz diagnostyki z zakresu przesiewowego badania dzieci w zakresie integracji sensorycznej.

Cel 15. Organizowanie Białych Sobót i Niedziel w celu zwiększenia dostępności do usług medycznych oraz promocji zdrowego trybu życia dla mieszkańców Gminy Miejskiej Legionowo.

Cel 16. Wspieranie osób niepełnosprawnych wraz z ich rodzinami.

Cel 17. Organizowanie akcji prozdrowotnych od juniora do seniora.

Cel 18. Wspieranie osób z dysfunkcją wzroku.

Cel 19. Działalność profilaktyczna, edukacyjna z zakresu diabetyki.

Cel 20. Krzewienie idei krwiodawstwa.

Cel 21. Działalność wspierająca kobiety dotknięte rakiem piersi, upowszechnianie wiedzy na temat badań profilaktycznych zapobiegających zbyt późnemu wykryciu choroby, późniejsza rehabilitacja.

Cel 22. Działalność wspierająca profilaktykę zdrowego odżywiania się i eliminację chorób cywilizacyjnych wynikających z niewłaściwego sposobu odżywiania się oraz prowadzenia niezdrowego trybu życia, które przejawiają się, m.in. otyłością i cukrzycą typu II poprzez

prowadzenie i koordynację na rzecz mieszkańców Gminy Miejskiej Legionowo Poradni Dietetycznej w Centrum Profilaktyki.

Oczekiwane korzyści zdrowotne po wdrożeniu Miejskiego Programu Promocji Zdrowia na rok 2016:

- 1) zmniejszenie zachorowalności dzieci,
- 2) zmniejszenie ilości dysfunkcji związanych z niepełnosprawnością,
- 3) wyrównanie szans zdrowotnych dzieci i młodzieży w Gminie Miejskiej Legionowo,
- 4) zmniejszenie rozpowszechniania chorób układu krążenia, chorób nowotworowych, schorzeń układu kostno-stawowego, chorób metabolicznych oraz chorób krwi,
- 5) zwiększenie wykrywalności chorób nowotworowych we wczesnych stadiach,
- 6) poprawa jakości życia oraz zwiększenie uczestnictwa osób niepełnosprawnych w życiu społecznym,
- 7) rozpowszechnianie idei aktywności fizycznej i społecznej seniorów,
- 8) zmniejszenie skutków niepełnosprawności, chorób przewlekłych i przedwczesnych zgonów w populacji osób powyżej 50 roku życia,
- 9) zapobieganie chorobom dietozależnym tj.: nadwaga, otyłość, cukrzyca i związanej z nimi niepełnosprawności fizycznej.

Gmina Miejska Legionowo promować będzie realizację programów zdrowotnych poprzez rozpowszechnianie informacji wśród mieszkańców gminy w formie plakatów informacyjnych, billboardów, standów, ulotek, zamieszczanych informacji na stronie internetowej Urzędu Miasta Legionowo oraz przekazywanych informacji do lokalnych mediów oraz podmiotów działających na rzecz mieszkańców w zakresie promocji i ochrony zdrowia.

W ramach Miejskiego Programu Promocji Zdrowia na rok 2016 przewiduje się:

- 1) wprowadzenie działań mających na celu zapobieganie wystąpieniu próchnicy wśród dzieci z legionowskich szkół i przedszkoli, poprzez zorganizowanie dodatkowych przeglądów stomatologicznych,
- 2) prowadzenie edukacji zdrowotnej w zakresie prawidłowego stylu odżywiania wśród dzieci i młodzieży z legionowskich szkół oraz dorosłych mieszkańców, mającej na celu zapobieganie chorobom dietozależnym tj.: nadwaga, otyłość,

cukrzyca i związanej z nimi niepełnosprawności fizycznej,

3) organizowanie konkursów, olimpiad promujących zdrowy styl życia wśród młodzieży,

4) upowszechnianie idei zdrowego i aktywnego spędzania czasu wolnego w każdym wieku, prowadzenie działań w zakresie zmiany stylu odżywiania i zwiększenia aktywności fizycznej w celu poprawy parametrów biochemicznych oraz stanu zdrowia mieszkańców gminy, profilaktyki cukrzycy i sposobów radzenia sobie w codziennym życiu z problemami wynikającymi z choroby jaką jest cukrzyca, organizacja zajęć aktywizujących osoby niepełnosprawne, w tym szczególnie niedowidzące i niewidome, mające na celu przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu poprzez zwiększenie dostępu do dóbr i usług umożliwiających im pełniejsze uczestnictwo w życiu społecznym oraz integracja ze środowiskiem lokalnym,

5) organizowanie akcji rekrutacji dawców szpiku kostnego,

6) organizowanie akcji honorowego krwiodawstwa,

7) upowszechnianie profilaktyki zwalczania wad postawy ciała, badanie u dzieci i młodzieży prawidłowości chodu: stóp, kręgosłupa, stawów kolanowych i biodrowych. Propagowanie ćwiczeń i zabiegów rehabilitacyjnych, korygujących wady postawy.

Wymienione działania są zgodne z Konwencją o Prawach Osób Niepełnosprawnych, która jako pierwszy międzynarodowy akt prawny przedstawia jak w sposób kompleksowy zadbać o prawa człowieka i podstawowe wolności, które przecież są przywilejem każdego, w tym osób niepełnosprawnych.

Bezpośrednia realizacja zadań należeć będzie przede wszystkim do podmiotów wyłonionych w drodze otwartego konkursu ofert zgodnie z ustawą z dnia 27 sierpnia 2004 r. o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych (Dz. U. Z 2015 r., poz. 581 z późn. zm) lub Ustawa z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i wolontariacie (jt. Dz. U. Z 2016 r., poz 239). Zaangażowanie organizacji pozarządowych i podmiotów leczniczych pozwoli na osiągnięcie wysokiej jakości wykonania i optymalizację kosztów, to jest osiągnięcie zakładanych w programie celów przy oszczędnym użyciu mniejszych środków finansowych i rzeczowych.

Zgodnie z ustawą z dnia 27 sierpnia 2004 r. o świadczeniach opieki zdrowotnej

finansowanych ze środków publicznych do zadań zleconych Gminy Miejskiej Legionowo należy wydawanie decyzji w sprawach świadczeniobiorców innych niż ubezpieczeni, potwierdzając ich prawo do korzystania ze świadczeń opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych.

Decyzje będą wydawane po wcześniejszym przeprowadzeniu postępowania administracyjnego.

Koordinację programu prowadzi będzie Wydział Zdrowia Publicznego i Spraw Społecznych Urzędu Miasta Legionowo. W realizację włączone będą między innymi: podmioty lecznicze, szkoły, przedszkola, organizacje pozarządowe, wolontariusze oraz media.

Środki finansowe na realizację zadań wydzielone zostały w budżecie Gminy Miejskiej Legionowo w ramach Funduszu Programy Polityki Zdrowotnej - Dz.851 rozdz. 85149.

Miejski Program Promocji Zdrowia na rok 2016 składa się z opisanych poniżej programów zdrowotnych, które stanowią szeroko pojętą profilaktykę zdrowotną prowadzoną na terenie Gminy Miejskiej Legionowo. Wszystkie zaplanowane działania zdrowotne zawarte w jednolitym dokumencie, jakim jest Miejski Program Promocji Zdrowia na rok 2016, tworzą nierozzerwalną całość i stanowią jeden spójny program.

I. PRZESIEWOWE BADANIA DZIECI W ZAKRESIE INTEGRACJI SENSORYCZNEJ (SI)

1. Opis problemu zdrowotnego

Nieprawidłowa integracja sensoryczna przejawia się tzw. dysfunkcjami, czyli zaburzeniami. Pojawiają się one, gdy układ nerwowy niewłaściwie organizuje bodźce zmysłowe. Dysfunkcje nie są związane z uszkodzeniem narządów zmysłów, np. z niedosłuchem czy krótkowzrocznością. Oczywiście, jeśli istnieją obawy dotyczące sprawności poszczególnych analizatorów, niezbędna jest konsultacja lekarska. Dysfunkcje integracji sensorycznej dotyczą nieprawidłowości w zakresie przetwarzania bodźców sensorycznych w obrębie następujących systemów: czuciowego (dotykowego i proprioceptywnego), przedsionkowego, słuchowego, wzrokowego, węchowego i smakowego. Objawy dysfunkcji integracji sensorycznej najczęściej manifestują się:

1. wzmożoną lub obniżoną wrażliwością na bodźce,
2. niewłaściwym poziomem uwagi,
3. obniżonym poziomem koordynacji ruchowej,
4. opóźnionym rozwojem mowy,
5. nieprawidłowym poziomem aktywności ruchowej,
6. trudnościami w zachowaniu.

Dysfunkcje te mogą być rozpoznawane u dzieci w normie intelektualnej z trudnościami w uczeniu się, z niepełnosprawnością intelektualną, ruchową, autyzmem, nadpobudliwością psychoruchową, mózgowym porażeniem. Ich nasilenie jest różne, od lekkiego do znacznego.

Dysfunkcje integracji sensorycznej wpływają na uczenie się, zachowanie i rozwój społeczno-emocjonalny dziecka.

2. Cele programu

- 1) Głównym celem programu jest upowszechnienie jak najszybszego dostępu do diagnozy integracji sensorycznej dla rodzin, które zaobserwowały u swych dzieci

dysfunkcje w zakresie integracji sensorycznej.

- 2) Redukcja objawów zaburzeń z zakresu integracji sensorycznej i poprawa w funkcjonowaniu emocjonalnym, społecznym, poznawczym.
- 3) Poradnictwo psychologiczne dla rodzin, rodzic po trzech spotkaniach 60 minutowych otrzymuje Diagnozę SI wraz z wytycznymi do dalszego postępowania w domu.
- 4) Poprawa jakości życia dzieci i rodzin.
- 5) Wypracowanie standardów pomocy dzieciom i rodzicom, których dzieci przejawiają zaburzenia integracji sensorycznej.

3. Adresaci programu

Program kierowany jest do mieszkańców z terenu Gminy Miejskiej Legionowo, w wieku od 2 do 13 lat, u których występują zaburzenia z zakresu integracji sensorycznej.

4. Organizacja programu

- 1) program obejmuje cykl trzech spotkań,
- 2) spotkania skupiają się na przeprowadzeniu dogłębnej analizy stanu zdrowia dziecka przez wykwalifikowanego terapeutę Integracji Sensorycznej wpisanego na listę Polskiego Towarzystwa Integracji Sensorycznej,
- 3) zajęcia odbywać się będą na terenie Gminy Miejskiej Legionowo w miejscu wskazanym przez realizatora wyłonionego w ramach otwartego konkursu ofert na realizatorów programów zdrowotnych,
- 4) program prowadzony będzie przez osoby posiadające wykształcenie i doświadczenie w prowadzeniu terapii sensorycznej,
- 5) realizator wyłoniony w ramach ogłaszanego przez Gminę Miejską Legionowo konkursu ofert na wybór realizatorów programów zdrowotnych zobowiązany jest zapewnić zasoby kadrowe, rzeczowe i lokalowe niezbędne do realizacji powierzonego zadania,
- 6) pierwsze spotkanie obejmować będzie: wywiad z rodzicami, który dotyczy przebiegu ciąży i porodu, rozwoju dziecka w okresie niemowlęcym, przebytych chorób oraz informacji i opinii innych specjalistów oraz wypełnienie kwestionariuszy (rodzice wypełniają szczegółowo kwestionariusze dotyczące funkcjonowania dziecka w życiu

- codziennym),
- 7) drugie spotkanie obejmować będzie: obserwacje dziecka w swojej spontanicznej aktywności oraz w sytuacjach zadaniowych, gdzie ma do wykonania określone zadania lub ćwiczenia, które diagnozują i sprawdzają jakość napięcia mięśniowego, mechanizmy równoważne, pracę oczu, koordynację ruchową i symptomy przetrwałych odruchów tonicznych. Wykonanie testów które mają na celu określenie profilu dojrzałości zmysłów i ich integracji. Składają się one z kilku części badających takie funkcje jak: zdolność planowania czynności ruchowej (praksje), umiejętność lokalizacji bodźca dotykowego, płynność i koordynację ruchu, zdolność do utrzymania równowagi, czucie ciała i pracę ręki.
 - 8) trzecie spotkanie to podsumowanie diagnozy - to omówienie wyników poszczególnych testów i badań oraz zaleceń wystosowanych przez wykwalifikowanego terapeutę. Rodzice otrzymują wyniki diagnozy oraz zalecenia w formie pisemnej.
 - 9) kryterium wyboru podmiotu realizującego program stanowi wysokość stawki (tj. wybór oferenta proponującego najniższą stawkę) za przeprowadzenie 3 spotkań (trwających minimum 180 minut), przy uwzględnieniu proponowanych przez oferenta podobnych jakościowo zasobów kadrowych, rzeczowych oraz lokalowych niezbędnych do realizacji zadania.
 - 10) uczestnictwo w programie zależy od kolejności zgłoszenia,
 - 11) informacja o programie przekazana zostanie mieszkańcom gminy za pośrednictwem plakatów umieszczanych w podmiotach leczniczych, w mediach oraz na stronie internetowej Urzędu Miasta Legionowo.

5. Okres realizacji programu

Zajęcia prowadzone będą od kwiecień/maj do grudzień 2016 r.

6. Koszty programu

- 1) szacunkowa wysokość środków finansowych Gminy Miejskiej Legionowo zarezerwowana na realizację programu – 10.000 zł,
- 2) szacunkowe koszty jednostkowe:
 - całkowity szacunkowy koszt zajęć dla jednego dziecka 260 zł,

- ilość osób objęta programem 38.

7. Monitoring i Ewaluacja programu

Monitoring oraz Ewaluacja programu prowadzone będą bezpośrednio przez Wydział Zdrowia Publicznego i Spraw Społecznych Urzędu Miasta Legionowo poprzez wizyty i badania ankietowe przed i po realizacji programu, a wyniki badań zostaną uwzględnione podczas prac nad projektem kolejnego Miejskiego Programu Promocji Zdrowia na rok 2017. Na bieżąco monitorowana będzie zgłaszalność do programu, a finansowane będzie uczestnictwo tych beneficjentów, którzy zaliczą cały cykl szkolenia. Ocena jakości przeprowadzonych zajęć dokonana zostanie na podstawie informacji pozyskanych od specjalistów realizujących program oraz na podstawie wypowiedzi uczestników szkolenia po zakończonych zajęciach.

II. REHABILITACJA NIEMOWLĄT – WCZESNA DIAGNOSTYKA I ĆWICZENIA REHABILITACYJNE DLA DZIECI ZAGROŻONYCH NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ DO 1 ROKU ŻYCIA

1. Opis problemu zdrowotnego

Niepełnosprawność w ostatnich latach staje się problemem ogólnoswiatowym, stanowiącym główny cel promowanych działań przez WHO i Komisję Europejską. Z ostatnich badań wynika, iż prawie 15% ludności świata żyje z pewną formą niepełnosprawności, z czego od 2 do 4% doświadcza na co dzień poważnych trudności w funkcjonowaniu. Niestety problem ten dotyka coraz częściej małych dzieci, wskutek wad wrodzonych, chorób przewlekłych lub innych urazów. Według danych statystycznych GUS umieralność niemowląt została zredukowana do wskaźnika 6,4 na 1000 żywych urodzeń, ale niestety niepełnosprawność związana z zaburzeniami rozwojowymi występuje u 4-5%

dzieci, która spowodowana może być wcześniactwem, chorobami lub innymi urazami.

Na podstawie badań przeprowadzonych przez WHO stwierdza się, że osoby niepełnosprawne są bardziej podatne na problemy zdrowotne, mają niższe osiągnięcia edukacyjne, nie zawsze są w stanie samodzielnie egzystować w życiu społecznym. Mając na uwadze powyższe, potrzeby terapeutyczno – rehabilitacyjne dzieci są ogromne i podstawą ich profilaktyki powinna być wczesna, specjalistyczna i zindywidualizowana interwencja wykazująca systematyczność i ciągłość oddziaływań. W ramach realizowanego programu Gmina Miejska Legionowo ma na celu przeprowadzenie specjalistycznych diagnoz dziecka i dzięki nim dokonanie oceny narządu ruchu i rozwoju ruchowego oraz udzielanie rodzicom szczegółowych wskazówek wraz z ich przeszkoleniem w zakresie metod i technik pielęgnacji, opieki i stymulacji rozwoju i usprawniania dziecka w warunkach domowych. Wczesne rozpoznanie wad rozwojowych poprzez prowadzone interwencje, tj. konsultacje lekarskie i pięciokrotną rehabilitację dziecka, może doprowadzić do odpowiednio wczesnej oceny i diagnozy o stanie zdrowia dziecka.

Dane dotyczące potencjalnych grup beneficjentów działań prozdrowotnych są następujące, tj. liczba urodzonych dzieci w 2013 r. wynosi 565, w 2014 r. - 575, a w 2015 r. 535. Dzieci te mogą być beneficjentami proponowanego programu. Również z corocznie przeprowadzanych badań wynika, iż rodzice dzieci, które uczestniczyły w programie byli zadowoleni z udzielonych im dziecku świadczeń zdrowotnych i wysoko ocenili jakość wykonanych badań przez personel Centrum Dobrej Rehabilitacji. Każdy z ankietowanych, którego dziecko miało wykonane badania dostrzega potrzebę kontynuowania w przyszłości takiego programu oraz zwiększenia ilości ćwiczeń rehabilitacyjnych dla jednego dziecka. Gmina Miejska Legionowo nie posiada informacji na temat liczby dzieci niepełnosprawnych ruchowo mieszkających na jej terenie.

2. Cele programu

- 1) wykonanie oceny reaktywności posturalnej oraz rozwoju psychoruchowego przez lekarza neurologa, która umożliwi wykrycie zakłóceń w kierowaniu mechanizmami posturalnymi przez ośrodkowy układ nerwowy, koordynacji wzrokowo – ruchowej, powiązaniu psychiki i motoryki z rozwojem niemowlęcia,
- 2) przeprowadzenie wczesnej diagnostyki i terapii zaburzeń rozwojowych u dzieci z grupy ryzyka okołoporodowego,

- 3) przeprowadzenie 5 – krotnych ćwiczeń rehabilitacyjnych wśród dzieci z problemami rozwojowymi w/g metod neurofizjologicznych,
- 4) opracowanie indywidualnego zestawu ćwiczeń przez specjalistę rehabilitanta dla każdego dziecka zależnego od etapu rozwojowego na jakim się ono znajduje, aby dalszą rehabilitację poprowadzić mogli sami rodzice w domu.

3. Adresaci programu

- 1) program kierowany jest do dzieci w wieku do 1 roku życia, zamieszkujących na terenie Gminy Miejskiej Legionowo, szacunkowa liczba dzieci objęta konsultacjami neurologicznymi to około 80, natomiast pięciokrotne ćwiczenia rehabilitacyjne szacunkowo przeznaczono dla 60 dzieci zagrożonych niepełnosprawnością,
- 2) pierwszeństwo w dostępie do uczestnictwa w programie będą miały dzieci rodzin posiadających Kartę Dużej Rodziny,
- 3) proponowane zajęcia w ramach programu będą uzupełnieniem oferty NFZ i przeznaczone dla osób dotychczas niekorzystających ze świadczeń.

4. Organizacja programu

- 1) w ramach programu dziecko do 1 roku życia będzie mogło skorzystać z 1 wizyty diagnostycznej przeprowadzonej przez lekarza neurologa lub ortopedę dziecięcego,
- 2) po zdiagnozowaniu przez lekarza dysfunkcji (np.: zaburzenia rozwoju psychoruchowego, choroby i zaburzenia neurologiczne, wady wrodzone, urazy, zaburzenia napięcia mięśni), dziecko zakwalifikowane do 5 - krotnych ćwiczeń rehabilitacyjnych kierowane jest do specjalisty rehabilitacji,
- 3) świadczenia wykonywane będą na terenie Gminy Miejskiej Legionowo w miejscu wskazanym przez realizatora wyłonionego w ramach otwartego konkursu ofert na realizatorów programów zdrowotnych,
- 4) realizator wyłoniony w ramach ogłaszanego przez Gminę Miejską Legionowo konkursu ofert na wybór realizatorów programów zdrowotnych zobowiązany jest zapewnić zasoby kadrowe, rzeczowe i lokalowe niezbędne do realizacji powierzonego zadania,
- 5) kryterium wyboru podmiotu realizującego program stanowi wysokość stawki (tj. wybór oferenta proponującego najniższą stawkę) za 1 wizytę diagnostyczną

przeprowadzoną przez lekarza specjalistę oraz za 5-krotne ćwiczenia rehabilitacyjne wykonywane przez specjalistę rehabilitanta, przy uwzględnieniu proponowanych przez oferenta podobnych jakościowo zasobów kadrowych, rzeczowych oraz lokalowych niezbędnych do realizacji zadania,

- 6) uczestnictwo w programie zależy od kolejności zgłoszenia,
- 7) informacja o programie przekazana zostanie mieszkańcom gminy za pośrednictwem plakatów umieszczanych w podmiotach leczniczych, w mediach oraz na stronie internetowej Urzędu Miasta Legionowo.

5. Okres realizacji programu

- 1) program realizowany będzie w okresie od kwiecień/maj - grudzień 2016 r.
- 2) realizacja programu odbywać się będzie przy założeniu, że do przyjęć wyznaczony jest minimum 1 dzień w tygodniu oraz stałe godziny przyjęć.

6. Koszty programu

- 1) szacunkowa wysokość środków finansowych Gminy Miejskiej Legionowo zarezerwowana na realizację programu – 10.000 zł,
- 2) szacunkowe koszty jednostkowe świadczeń:
 - szacunkowa stawka za jednorazową wizytę diagnostyczną przeprowadzoną przez lekarza neurologa dla jednego dziecka – 50 zł,
 - szacunkowa stawka za 5 wizyt rehabilitacyjnych dla jednego dziecka – 100 zł.

7. Monitoring i Ewaluacja programu

Monitoring oraz Ewaluacja programu prowadzone będą bezpośrednio przez Wydział Zdrowia Publicznego i Spraw Społecznych Urzędu Miasta Legionowo poprzez wizytacje i badania ankietowe podczas realizacji programu, a wyniki badań zostaną uwzględnione podczas prac nad projektem kolejnego Miejskiego Programu Promocji Zdrowia na rok 2017. Na bieżąco monitorowana będzie zgłaszalność dzieci do programu, a jakość świadczeń oceniona zostanie na podstawie certyfikatów posiadanych przez specjalistów, którzy będą bezpośrednimi wykonawcami świadczeń oraz na podstawie wypowiedzi rodziców po udzielonych świadczeniach ich dzieciom.

III. PROGRAM ZDROWOTNY
„W ZDROWYM CIELE ZDROWY DUCH”
PROFILAKTYKA I WCZESNE WYKRYWANIE CHORÓB
U DZIECI W WIEKU OD 9 MIESIĄCA DO 17 LAT WŁĄCZNIE

1. Opis problemu zdrowotnego

Dbłość o odpowiednią profilaktykę zachorowań w każdym okresie życia jest bardzo istotna, a szczególnie w dzieciństwie. Z jednej strony jest to możliwe dzięki systematycznie wykonywanym badaniom fizykalnym u dzieci zdrowych, a z drugiej strony poprzez zwiększenie świadomości rodziców na temat najczęściej występujących chorób u dzieci.

W porównaniu z innymi krajami, w Polsce choroby u dzieci wciąż wykrywane są zbyt późno. Szczególnie niebezpieczne są nowotwory. Niestety choroby nowotworowe u dzieci często rozwijają się podstępnie i bezobjawowo, dlatego właśnie tak ważna jest wczesna profilaktyka, bo wcześniej wykryty nowotwór daje szansę 100% wyleczenia. W Polsce na te choroby zapada blisko 1200 dzieci rocznie, a ponieważ większość z nich została zbyt późno zdiagnozowana, zmniejszyło to ich szansę na szybki powrót do zdrowia.

Gmina Miejska Legionowo na przestrzeni 4 lat w ramach programu przebadala około 700 dzieci i corocznie wśród 30% - 40% wykrywane są różne nieprawidłowości w ich stanie zdrowia. Dzieci z wykrytymi schorzeniami kierowane są do dalszej diagnostyki lub ewentualnego leczenia u specjalistów. Z corocznie proponowanych bezpłatnych badań korzysta ponad 150 dzieci i zainteresowanie programem z roku na rok wzrasta. W 2016 roku Gmina Miejska Legionowo zamierza przebadać około 100 dzieci w wieku od 9 miesiąca życia do 17 roku życia włącznie, będącymi mieszkańcami Gminy Miejskiej Legionowo. Do planowanych działań w ramach programu zaliczyć można: bezpłatne badania USG jamy brzusznej, szyi, tarczycy, węzłów chłonnych i moszny u chłopców.

2. Cele programu

- 1) zwiększenie dostępności do specjalistycznych badań ultrasonograficznych dla dzieci w wieku od 9 miesiąca życia do 17 roku życia włącznie (USG jamy brzusznej, szyi, tarczycy, węzłów chłonnych, a u chłopców dodatkowo moszny),

- 2) obniżenie wskaźnika zachorowalności i umieralności na choroby nowotworowe wśród dzieci w wieku od 9 miesiąca życia do 17 lat włącznie,
- 3) zapewnienie wysokiej jakości świadczonych usług medycznych w ramach realizowanego programu,
- 4) poprawa świadomości społecznej w zakresie profilaktyki występowania chorób u dzieci.

3. Adresaci programu

- 1) program kierowany jest do dzieci zamieszkujących na terenie Gminy Miejskiej Legionowo w wieku od 9 miesiąca życia do 17 lat włącznie, szacunkowa liczba dzieci objęta bezpłatnymi badaniami ultrasonograficznymi i konsultacjami – 100.
- 2) pierwszeństwo w dostępie do uczestnictwa w programie będą miały dzieci posiadające objawy wskazujące na możliwość występowania procesu nowotworowego,
- 3) proponowane zajęcia w ramach programu będą uzupełnieniem oferty NFZ.

4. Organizacja programu

- 1) w ramach programu dziecko spełniające warunki będzie mogło skorzystać z specjalistycznych badań ultrasonograficznych w tym: USG jamy brzusznej, szyi, tarczycy, węzłów chłonnych, a u chłopców dodatkowo moszny.
- 2) Kwalifikacje do badania lekarskiego wcześniej dokona lekarz podstawowej opieki zdrowotnej, jeżeli stwierdzi objawy wskazujące na możliwość choroby nowotworowej. Wynik badania wraz z ewentualnym skierowaniem do dalszej diagnostyki lub leczenia powinien być wręczony rodzicom oraz przekazany lekarzowi kierującemu.
- 3) świadczenia wykonywane będą na terenie Gminy Miejskiej Legionowo w miejscu wskazanym przez realizatora wyłonionego w ramach otwartego konkursu ofert na realizatorów programów zdrowotnych,
- 4) realizator wyłoniony w ramach ogłaszanego przez Gminę Miejską Legionowo konkursu ofert na wybór realizatorów programów zdrowotnych zobowiązany jest zapewnić zasoby kadrowe, rzeczowe i lokalowe niezbędne do realizacji powierzonego zadania,

- 5) kryterium wyboru podmiotu realizującego program stanowi wysokość stawki (tj. wybór oferenta proponującego najniższą stawkę) za 1 badanie ultrasonograficzne oraz konsultację lekarską, przy uwzględnieniu proponowanych przez oferenta podobnych jakościowo zasobów kadrowych, rzeczowych oraz lokalowych niezbędnych do realizacji zadania,
- 6) uczestnictwo w programie zależy od kolejności zgłoszenia,
- 7) informacja o programie przekazana zostanie mieszkańcom gminy za pośrednictwem plakatów umieszczanych w podmiotach leczniczych, w mediach oraz na stronie internetowej Urzędu Miasta Legionowo.

5. Okres realizacji programu

Program realizowany będzie od kwiecień/maj do grudzień 2016 r.

6. Koszty programu

- 1) szacunkowa wysokość środków finansowych Gminy Miejskiej Legionowo zarezerwowana na realizację programu – 10.000 zł,
- 2) szacunkowe koszty jednostkowe świadczeń:
 - szacunkowa stawka za przebadanie jednego dziecka – 100 zł.

7. Monitoring i Ewaluacja programu

Monitoring oraz Ewaluacja programu prowadzone będą bezpośrednio przez Wydział Zdrowia Publicznego i Spraw Społecznych Urzędu Miasta Legionowo poprzez wizytacje i badania ankietowe podczas realizacji programu, a wyniki badań zostaną uwzględnione podczas prac nad projektem kolejnego Miejskiego Programu Promocji Zdrowia na rok 2017. Na bieżąco monitorowana będzie zgłaszalność dzieci do programu, a jakość świadczeń oceniona zostanie na podstawie certyfikatów posiadanych przez specjalistów, którzy będą bezpośrednimi wykonawcami świadczeń oraz na podstawie wypowiedzi rodziców po udzielonych świadczeniach ich dzieciom.

IV. PROGRAM SZCZEPIEŃ OCHRONNYCH PRZECIWKO PNEUMOKOKOM DLA DZIECI W WIEKU OD 6 TYGODNIA ŻYCIA DO 2 LAT

1. Opis problemu zdrowotnego

Pomimo coraz nowocześniejszych metod leczenia i kolejnych generacji antybiotyków jedną z głównych przyczyn zakażeń i infekcji układu oddechowego są bakterie *Streptococcus pneumoniae*. Na choroby wywołane przez pneumokoki chorują najczęściej dzieci do 2 roku życia, a ryzyko zakażenia znacznie się zwiększa, gdy dziecko przebywa w żłobku, przedszkolu lub innej większej grupie dzieci, i tak w populacji polskiej nosicielami *Streptococcus pneumoniae* jest 62% dzieci chodzących do żłobka lub przedszkoli, a tylko 22% dzieci przebywających w domu. Z danych epidemiologicznych wynika, iż od 2.500 do 5.000 dzieci choruje rocznie na inwazyjne choroby pneumokokowe, jednak w rzeczywistości niestety może być ich więcej, ponieważ wiele zachorowań nie identyfikuje się właściwie.

W związku z powyższym zakażenia pneumokokowe zostały uznane przez Światową Organizację Zdrowia za najwyższy priorytet wśród zakażeń, którym należy zapobiegać poprzez szczepienia ochronne. Istnieje wiele dowodów naukowych potwierdzających efektywność i bezpieczeństwo szczepionki skonfigurowanej PCV-13, posiadającej najszersze jak dotychczas udowodnione, przeciwdziałanie tym drobnoustrojom. Zespół Ekspertów ds. Programów Szczepień Ochronnych działający przy Ministrze Zdrowia oraz krajowy i wojewódzki konsultant rekomendują i jednoznacznie wykazują słuszność wprowadzenia szczepień przeciwko pneumokokom do kalendarza obowiązkowych szczepień ochronnych dla dzieci.

Eksperci są zgodni, że jedynie zaszczepienie dzieci może ograniczyć rozprzestrzenianie się pneumokoków, zmniejszyć częstotliwość występowania schorzeń oraz zgonów wywołanych przez te bakterie.

W Gminie Miejskiej Legionowo zamieszkuje ponad 1154 dzieci w wieku od 6 tygodnia życia do 2 lat (stan na 15.01.2016 r.).

Na przestrzeni 4 lat zaszczepiono 1-krotnie ponad 500 dzieci w tym wieku, a w 2016 roku

w ramach zamierzonych interwencji realizowanego programu przewiduje się zaszczepić 2-krotną dawką szczepionki około 81 dzieci, jednak pierwszeństwo do zaszczepienia będą miały dzieci, które chodzą do żłobka lub przedszkola oraz szczególnie narażone na zakażenie pneumokowe.

2. Cele programu

- 1) zwiększenie skuteczności zapobiegania chorobom zakaźnym i zakażeniom,
- 2) zwiększenie dostępności do bezpłatnych szczepień ochronnych przeciwko pneumokokom dla dzieci w wieku od od 6 tygodnia życia do 2 lat włącznie, zamieszkałych na terenie Gminy Miejskiej Legionowo,
- 3) obniżenie wskaźnika zachorowalności i umieralności na inwazyjne choroby pneumokokowe wśród dzieci w wieku od od 6 tygodnia życia do 2 lat włącznie,
- 4) zapewnienie wysokiej jakości świadczonych usług medycznych w ramach realizowanego programu,
- 5) poprawa świadomości społecznej w zakresie profilaktyki występowania chorób pneumokokowych u dzieci.

3. Adresaci programu

- 1) program kierowany jest do dzieci zamieszkałych na terenie Gminy Miejskiej Legionowo w wieku od od 6 tygodnia życia do 2 lat włącznie, szacunkowa liczba dzieci objęta bezpłatnymi szczepieniami przeciwko pneumokokom – 81.
- 2) pierwszeństwo w dostępie do uczestnictwa w programie będą miały dzieci uczęszczające do żłobka lub przedszkola,
- 3) proponowane działania w ramach programu będą uzupełnieniem oferty NFZ.

4. Organizacja programu

- 1) w ramach programu dziecko spełniające warunki będzie mogło skorzystać z bezpłatnego 2-krotnego szczepienia przeciw pneumokokom wraz z kwalifikacją lekarza,
- 2) świadczenia wykonywane będą na terenie Gminy Miejskiej Legionowo w miejscu wskazanym przez realizatora wyłonionego w ramach otwartego konkursu ofert na realizatorów programów zdrowotnych,

- 3) realizator wyłoniony w ramach ogłaszanego przez Gminę Miejską Legionowo konkursu ofert na wybór realizatorów programów zdrowotnych zobowiązany jest zapewnić zasoby kadrowe, rzeczowe i lokalowe niezbędne do realizacji powierzonego zadania,
- 4) kryterium wyboru podmiotu realizującego program stanowi wysokość stawki (tj. wybór oferenta proponującego najniższą stawkę) za 2-krotne zaszczepienie 1 dziecka wraz z kwalifikacją lekarską, przy uwzględnieniu proponowanych przez oferenta podobnych jakościowo zasobów kadrowych, rzeczowych oraz lokalowych niezbędnych do realizacji zadania,
- 5) uczestnictwo w programie zależy od kolejności zgłoszenia,
- 6) rodzice lub opiekunowie dziecka zobowiązani zostaną przed wykonaniem świadczenia do wyrażenia pisemnej zgody na zaszczepienie dziecka,
- 7) informacja o programie przekazana zostanie mieszkańcom Gminy za pośrednictwem plakatów umieszczanych w podmiotach leczniczych, w mediach oraz na stronie internetowej Urzędu Miasta Legionowo.

5. Okres realizacji programu

Program realizowany będzie od kwiecień/maj do grudzień 2016 r. lub do wyczerpania szczepionek.

6. Koszty programu

- 1) Szacunkowa wysokość środków finansowych Gminy Miejskiej Legionowo zarezerwowana na realizację programu – 40.000 zł.
- 2) szacunkowe koszty jednostkowe świadczeń:
 - szacunkowa stawka za 2-krotne zaszczepienie jednego dziecka wraz z kwalifikacją lekarską – 490 zł.

7. Monitoring i Ewaluacja programu

Monitoring oraz Ewaluacja programu prowadzona będzie bezpośrednio przez Wydział Zdrowia Publicznego i Spraw Społecznych Urzędu Miasta Legionowo poprzez wizytacje i badania ankietowe podczas realizacji programu, a wyniki badań zostaną uwzględnione podczas prac nad projektem kolejnego Miejskiego Programu

Promocji Zdrowia na rok 2017. Na bieżąco monitorowana będzie zgłaszalność dzieci do programu, a jakość świadczeń oceniona zostanie na podstawie certyfikatów posiadanych przez specjalistów, którzy będą bezpośrednimi wykonawcami świadczeń oraz na podstawie wypowiedzi rodziców po zaszczepieniu ich dziecka.

V. UPOWSZECHNIANIE UMIEJĘTNOŚCI UDZIELANIA PIERWSZEJ POMOCY W RATOWANIU ŻYCIA NA TERENIE GMINY MIEJSKIEJ LEGIONOWO.

1. Opis problemu zdrowotnego

Obecnie do głównych przyczyn zgonów w Polsce zalicza się choroby sercowo – naczyniowe, choroby nowotworowe oraz przyczyny zewnętrzne tj. wypadki komunikacyjne, samobójstwa, upadki, zatrucia i urazy. Przy analizie programu upowszechniającego zasady udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej najistotniejsze wydają się stany zagrażające życiu, wynikające bardzo często z nagłych zdarzeń, dlatego też na zgony z powodu chorób sercowo – naczyniowych oraz z przyczyn zewnętrznych należy zwrócić szczególną uwagę w omawianym programie.

Zgony z przyczyn nagłych, takich jak nagłe zatrzymanie krążenia stanowią główny odsetek wśród wszystkich przyczyn zgonów społeczeństwa. W Polsce z tego powodu umiera około 80 tysięcy osób rocznie, co stanowi trzecią co do częstości przyczynę umieralności polskiego społeczeństwa. Wielu z nich można byłoby zapobiec lub zniwelować ich negatywne następstwa poprzez na czas udzieloną pomoc. Aktualnie przyjmuje się, że śmierć mózgu w formie nieodwracalnych zmian spowodowanych niedotlenieniem komórek mózgu, następuje u człowieka w ciągu 3-4 minut od momentu zatrzymania krążenia, a tymczasem średni czas dojazdu karetki do miejsca zdarzenia sięga

30 – 40 minut. W związku z powyższym, nawet w modelowo zorganizowanym systemie ratownictwa medycznego, szybki czas dotarcia karetki i udzielenie pomocy przez wykwalifikowaną kadrę nie uchroni osoby poszkodowanej, ponieważ pomoc potrzebna jest natychmiast.

Do najważniejszych stanów zagrażających życiu, w których podjęcie działań ratunkowych przez osoby postronne ma zasadnicze znaczenie dla przeżycia osoby poszkodowanej należą: utrata przytomności, nagłe zatrzymanie krążenia i urazy. Brak odpowiednich umiejętności z zakresu udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej może prowadzić do nie podjęcia stosownych działań ratunkowych, a w konsekwencji do przedwczesnego zgonu, niezdolności do pracy i samodzielnej egzystencji, przewlekłego cierpienia lub przewlekłej choroby poszkodowanego. Efekty podjęcia działań przywracających krążenie zależą szczególnie od szybkości reakcji świadków zdarzenia. Szybkość ta wpływa nie tylko na możliwość przeżycia poszkodowanego, ale również na przyszłą jakość jego życia.

Wiedza na temat udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej jest społecznie potrzebna i pożądana. Dzięki jej wykorzystaniu można zmniejszyć umieralność z powodu nagłych wypadków, ale szczególnie poprzez posiadane umiejętności w zakresie udzielania pierwszej pomocy można uratować komuś życie i dać drugą szansę.

Gmina Miejska Legionowo w ciągu 9 lat w ramach programu przeszkoliła ponad 2.300 uczniów legionowskich szkół i przeszło 500 dorosłych osób (w tym: pracownicy samorządowi, nauczyciele legionowskich szkół, pracownicy żłobka miejskiego, pracownicy jednostek organizacyjnych Gminy, mieszkańcy miasta zrzeszeni w organizacjach pozarządowych oraz pozostali mieszkańcy miasta).

W 2016 roku w planowanych interwencjach w ramach programu przeszkolonych zostanie około 150 osób dorosłych i około 345 dzieci i młodzieży legionowskich przedszkoli i szkół. Szkolenia przeprowadzone zostaną przez akredytowanych instruktorów, zgodnie z wytycznymi Polskiego Towarzystwa Medycyny Ratunkowej, w grupach do 15 osób, w tym na jedną grupę szkoleniową przypadają będzie co najmniej 1 instruktor. Szkolenie składać się będzie z następujących modułów: ocena sytuacji i zabezpieczenie miejsca wypadku, ocena stanu poszkodowanych, kontrola czynności życiowych, postępowanie z poszkodowanym nieprzytomnym, podtrzymywanie czynności życiowych, nauka podstawowych zasad udzielania pierwszej pomocy w zagrożeniu życia,

w zadławieniach, urazach kończyn, złamaniach, urazach kręgosłupa, krwawieniach zewnętrznych.

2. Cele programu

- 1) nauka czynności ratunkowych polegających na udzielaniu pierwszej pomocy przedmedycznej,
- 2) obniżenie wskaźnika umieralności w wyniku wypadków drogowych i w miejscach publicznych,
- 3) przełamanie oporu i strachu w podejmowaniu akcji udzielania pierwszej pomocy,
- 4) zapewnienie wysokiej jakości przeprowadzonych zajęć teoretycznych i praktycznych w zakresie udzielania pierwszej pomocy w ramach realizowanego programu,
- 5) poprawa świadomości społecznej w zakresie zasad udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej.

3. Adresaci programu

- 1) program kierowany jest do:
 - około 150 osób dorosłych, które zawodowo pracują z klientami zagrożonymi utratą zdrowia i życia, tj. strażnicy miejscy, strażacy, pracownicy samorządowi, pracownicy jednostek organizacyjnych gminy i organizacji pozarządowych, pracownicy placówek oświatowo – wychowawczych, pracownicy żłobka miejskiego, rodzice dzieci ze żłobka miejskiego,rodzice, dzieci i opiekunowie dzieci z przedszkoli.
 - około 345 dzieci i młodzieży legionowskich przedszkoli i szkół,
- 2) szkolenie przeprowadzone zostanie w grupach do 15 osób,
- 3) na jedną grupę szkoleniową przypadać będzie co najmniej 1 instruktor.

4. Organizacja programu

- 1) program obejmuje szkolenia, w ramach których uczestnikom przekazana zostanie wiedza na temat zasad udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej tj.: ocena sytuacji i zabezpieczenie miejsca wypadku, ocena stanu poszkodowanych, kontrola czynności życiowych, postępowanie z poszkodowanym nieprzytomnym, podtrzymywanie czynności życiowych, nauka podstawowych zasad udzielania pierwszej pomocy w zagrożeniu życia, w zadławieniach, urazach kończyn,

- złamaniach, urazach kręgosłupa, krwawieniach zewnętrznych,
- 2) zajęcia składać się będą z omówienia teoretycznego oraz ćwiczeń praktycznych będących podstawą programu,
 - 3) zajęcia odbywać się będą na terenie Gminy Miejskiej Legionowo – miejsce szkolenia warunkowane jest od rodzaju grupy szkoleniowej,
 - 4) czas trwania programu to minimum 5 godzin dla jednej grupy liczącej maksymalnie 15 osób, przy czym na jedną grupę przypada 1 instruktor,
 - 5) program prowadzony będzie przez specjalistów, zgodnie ze standardami obowiązującymi w Unii Europejskiej oraz zgodnie z ustawą z dnia 8 września 2006 r. o Państwowym Ratownictwie Medycznym,
 - 6) realizator wyłoniony w ramach ogłaszanego przez Gminę Miejską Legionowo konkursu ofert na wybór realizatorów programów zdrowotnych zobowiązany jest zapewnić zasoby kadrowe, rzeczowe i lokalowe niezbędne do realizacji powierzonego zadania,
 - 7) kryterium wyboru podmiotu realizującego program stanowi wysokość stawki za 1 szkolenie dla jednej grupy szkoleniowej (tj. wybór oferenta proponującego najniższą stawkę) oraz ilość grup (max. 15 osobowych) proponowanych do przeszkolenia (tj. wybór oferenta proponującego największą liczbę grup), przy uwzględnieniu proponowanych przez oferenta podobnych jakościowo zasobów kadrowych, rzeczowych oraz lokalowych niezbędnych do realizacji zadania,
 - 8) informacja o programie i możliwości skorzystania ze szkolenia przekazana zostanie do dyrektorów legionowskich gimnazjów, przedszkoli i żłobka miejskiego, organizacji pozarządowych, pracowników samorządowych, Ochotniczej i Powiatowej Straży Pożarnej, pracowników jednostek organizacyjnych Gminy Miejskiej Legionowo oraz innych podmiotów.

Pomimo, że edukacja na rzecz bezpieczeństwa życia i zdrowia jest ujęta w podstawie programowej oświaty, to zajęcia z tego zakresu często nie są prowadzone na wystarczającym poziomie, dlatego zasadne wydaje się wprowadzenie dodatkowych szkoleń w zakresie udzielania pierwszej pomocy.

5. Okres realizacji programu

Program realizowany będzie od kwiecień/maj do grudzień 2016 r. w terminach

wyznaczonych przez realizatora wyłonionego w ramach konkursu ofert.

6. Koszty programu

- 1) Szacunkowa wysokość środków finansowych Gminy Miejskiej Legionowo zarezerwowana na realizację programu – 15.000 zł.
- 2) Koszty jednostkowe szkolenia
- szacunkowy koszt przeszkolenia jednej grupy (max. liczącej do 15 osób) - 450 zł.

7. Monitoring i Ewaluacja programu

Monitoring oraz Ewaluacja programu prowadzone będą bezpośrednio przez Wydział Zdrowia Publicznego i Spraw Społecznych Urzędu Miasta Legionowo poprzez wizytacje i badania ankietowe przed oraz po realizacji programu, a wyniki badań zostaną uwzględnione podczas prac nad projektem kolejnego Miejskiego Programu Promocji Zdrowia na rok 2017. Na bieżąco monitorowana będzie zgłaszalność osób dorosłych i uczniów do programu, a finansowane będzie uczestnictwo tych beneficjentów, którzy zaliczą cały cykl szkolenia. Ocena jakości przeprowadzonych zajęć dokonana zostanie na podstawie informacji pozyskanych od specjalistów realizujących program oraz na podstawie wypowiedzi uczestników szkolenia po zakończonych zajęciach.

VI. PROFILAKTYKA I WCZESNE WYKRYWANIE NOWOTWORÓW JELITA GRUBEGO DLA MIESZKAŃCÓW POWYŻEJ 40 ROKU ŻYCIA.

1. Opis problemu zdrowotnego

Nowotwory złośliwe należą do najpoważniejszych zagrożeń życia Polaków i niestety ich liczba ciągle wzrasta. Bardzo często zachorowanie na nowotwór złośliwy w danym roku wiąże się z bardzo wysokim prawdopodobieństwem zgonu z powodu tego nowotworu w tym samym roku. Nowotwory złośliwe stanowią drugą przyczynę zgonów w Polsce.

Powstanie i rozwój raka jelita grubego warunkuje wiele czynników, z których najważniejsze to genetyczne i środowiskowe. Do uznanych stanów przedrakowych w jelicie grubym należą: pojedyncze gruczolaki, zespoły polipowatości rodzinnej oraz nieswoiste choroby zapalenia jelit. Do czynników ryzyka wystąpienia tego nowotworu zaliczyć należy: polipy gruczolowe jelita grubego, choroby zapalenia jelita grubego, czynniki środowiskowe i dietetyczne (częste występowanie raka jelita grubego obserwuje się u osób pozostających na diecie z przewagą tłuszczów zwierzęcych, ubogich w błonnik i wapń) oraz wiek (zwiększone ryzyko zachorowania występuje po 50 roku życia).

Problemem związanym z leczeniem nowotworów, w tym i z rakiem jelita grubego jest wczesne wykrycie zmiany nowotworowej, dające szansę na wyleczenie. Niestety objawy kliniczne raka jelita grubego, zwłaszcza okrężnicy, są często niecharakterystyczne i przez to brane za objawy innych chorób jelita grubego. Ich lekceważenie wcale nie bywa tak rzadkie zarówno przez społeczeństwo jak i, niestety, przez wielu lekarzy. Leczenie zaawansowanego raka jelita grubego jest trudne i często obarczone niepowodzeniem.

Demografia

Rak jelita grubego jest dużym i stale wzrastającym problemem w województwie mazowieckim, natomiast w Polsce zajmuje drugie miejsce wśród

przyczyn zgonów na nowotwory złośliwe. Zachorowalność na raka jelita grubego systematycznie wzrasta i dotyczy to zarówno kobiet jak i mężczyzn. Stale utrzymująca się tendencja wzrostowa zachorowań wynosi około 3,5% rocznie u mężczyzn i około 2,5% kobiet. Zachorowalność jest ściśle związana z wiekiem i rośnie wraz z nim tj. u mężczyzn powyżej 35 roku życia i u kobiet powyżej 45 roku życia. Mieszkańców miasta Legionowo w wieku powyżej 40 roku życia jest 25380 osób (stan na 17.02.2016 r.).

2. Cele programu

- 1) zmniejszenie zachorowalności i przedwczesnej umieralności z powodu nowotworów jelita grubego,
- 2) usprawnienie wczesnej diagnostyki nad osobami zagrożonymi nowotworami jelita grubego,
- 3) zmniejszenie różnic w dostępie do specjalistycznych świadczeń opieki zdrowotnej w zakresie profilaktyki nowotworów jelit,
- 4) zapewnienie wysokiej jakości świadczonych usług medycznych w ramach realizowanego programu,
- 5) poprawa świadomości społecznej w zakresie profilaktyki występowania chorób nowotworowych jelit.

3. Adresaci programu

- 1) program kierowany do mieszkańców miasta powyżej 40 roku życia, którzy będą mogli skorzystać z bezpłatnych konsultacji i badań kolonoskopowych wraz z diagnostyką i znieczuleniem w kierunku profilaktyki raka jelita grubego,
- 2) szacunkowa liczba osób objęta programem – 50.

4. Okres realizacji programu

Program realizowany będzie w okresie od kwiecień/maj do grudzień 2016 r.

5. Organizacja programu

- 1) świadczenia wykonywane będą na terenie miasta Legionowo w miejscu

wskazany przez realizatora wyłonionego w ramach otwartego konkursu ofert na realizatorów programów zdrowotnych,

2) realizator wyłoniony w ramach ogłaszanego przez Gminę Miejską Legionowo konkursu ofert na wybór realizatorów programów zdrowotnych zobowiązany jest zapewnić zasoby kadrowe, rzeczowe i lokalowe niezbędne do realizacji powierzonego zadania,

3) kryterium wyboru podmiotu realizującego program stanowi wysokość stawki konsultacji lekarskiej oraz badania kolonoskopowego wraz z diagnostyką i znieczuleniem (tj. wybór oferenta proponującego najniższą stawkę), przy uwzględnieniu proponowanych przez oferenta podobnych jakościowo zasobów kadrowych, rzeczowych oraz lokalowych niezbędnych do realizacji zadania,

4) uczestnictwo w programie zależy od szybkości zgłoszenia się osoby, ponieważ ze względu na ograniczone środki finansowe Gminy Legionowo liczba proponowanych konsultacji i badań jest ograniczona,

5) koordynacja programu należeć będzie do organizacji pozarządowej, która w swojej działalności statutowej zajmuje się opieką i aktywizacją legionowskich seniorów.

6) informacja o programie przekazana zostanie mieszkańcom miasta za pośrednictwem plakatów umieszczanych w podmiotach leczniczych, w mediach, na stronie internetowej i tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Legionowo oraz na tablicach ogłoszeń i stronie internetowej organizacji pozarządowej koordynującej program.

6. Koszty programu

1) Szacunkowa wysokość środków finansowych Gminy Legionowo zarezerwowana na realizację programu – 25.500 zł.

2) szacunkowe koszty jednostkowe świadczeń:

- szacunkowa stawka za przebadanie jednej osoby – 510 zł.

7. Monitoring i Ewaluacja programu

Monitoring oraz Ewaluacja programu prowadzona będzie bezpośrednio przez Wydział Zdrowia Publicznego i Spraw Społecznych Urzędu Miasta Legionowo poprzez wizytacje i badania ankietowe podczas realizacji programu, a wyniki badań

zostaną uwzględnione podczas prac nad projektem kolejnego Miejskiego Programu Promocji Zdrowia na rok 2017. Na bieżąco monitorowana będzie zgłaszalność mieszkańców miasta do programu, a jakość świadczeń oceniona zostanie na podstawie certyfikatów posiadanych przez specjalistów, którzy będą bezpośrednimi wykonawcami świadczeń oraz na podstawie wypowiedzi osób po udzielonych im świadczeniach.

VII. PROGRAM ZDROWOTNY
„DBAMY O ZDROWIE NASZYCH SENIORÓW”
KONSULTACJE KARDIOLOGICZNE WRAZ Z PODSTAWOWĄ
DIAGNOSTYKĄ DLA MIESZKAŃCÓW
GMINY MIEJSKIEJ LEGIONOWO W WIEKU 50 PLUS

1. Opis problemu zdrowotnego

Pomyślne starzenie definiuje się jako osiągnięcie wieku senioralnego z małym ryzykiem chorób i niedołężności, a wysoką sprawnością umysłową i fizyczną oraz utrzymaną aktywnością życiową. Konsekwencją wyraźnego procesu starzenia się społeczeństwa polskiego jest duża liczebność grupy w wieku poprodukcyjnym (powyżej 65 roku życia), wydłuża się także średnia długość życia mężczyzn i kobiet. Nie podlega więc wątpliwości, że jednym z najważniejszych zadań polityki zdrowotnej powinna być nie tylko troska o wydłużanie życia, ale również podejmowanie działań, które będą sprzyjały pomyślnemu starzeniu się.

W procesie starzenia się istotne znaczenie ma sfera oddziaływań zewnętrznych, do których zalicza się styl życia, sposób odżywiania, środowisko życia i czynniki psychospołeczne. Aktywny styl życia i profilaktyka chorób to czynniki istotnie wpływające

na zdrowie osób starszych. Niewątpliwie niedobór ruchu i ograniczony dostęp do ćwiczeń rehabilitacyjnych może prowadzić do przyspieszenia procesów starzenia się oraz do niedołęstwa, a w niektórych przypadkach także do niepełnosprawności fizycznej.

Efektywna rehabilitacja i systematyczne jej kontynuowanie przez osoby starsze to nie tylko potencjalny czynnik zapobiegania szybkiemu starzeniu się, ale także pozytywny wpływ na sprawność umysłową seniorów. Badania dowodzą, iż w porównaniu do mniej aktywnych kobiet i mężczyzn, osoby starsze, które dbają o swoją aktywność ruchowa posiadają:

- 1) niższą zachorowalność na chorobę wieńcową, nadciśnienia, udar, cukrzycę, nowotwory,
- 2) wyższy poziom sprawności krążeniowo – oddechowej i mięśniowej,
- 3) korzystniejszą masę ciała,
- 4) odpowiedni skład kości,
- 5) wyższe poziomy funkcjonalne zdrowia,
- 6) mniejsze ryzyko upadku i lepsze zdolności percepcyjne.

Reasumując, starzenie się społeczeństwa uzasadnia potrzebę rozwoju bazy geriatrycznej poprzez m.in. zwiększenie dostępu do wybranych specjalistycznych świadczeń zdrowotnych.

W 2016 r. liczba mieszkańców Gminy Miejskiej Legionowo powyżej 50 roku życia wynosiła 18.712 (stan na 26.02.2016 r.). Choroby sercowo-naczyniowe stanowią istotny problem terapeutyczny oraz społeczno - ekonomiczny. Są najczęstszą przyczyną zgonów zarówno u kobiet jak i u mężczyzn, stanowią główną przyczynę hospitalizacji. Programy kardiologiczne redukują śmiertelność wśród pacjentów z chorobą sercowo-naczyniową.

W 2016 roku w planowanych interwencjach w ramach programu przebadanych zostanie około 93 osób, którym udzielone zostaną konsultacje kardiologiczne z diagnostyką Gmina Miejska Legionowo w celu należytej realizacji programu zakłada:

- 1) zwiększenie dostępności do świadczeń kardiologicznych tj. dla beneficjentów programu realizator zobowiązany jest do wyznaczenia odrębnych dni i godzin przyjęć,
- 2) sprawną organizację skutkującą terminowym dostępem do w/w specjalistycznych świadczeń zdrowotnych, tak aby nie kolidowały one z świadczeniami finansowanymi

przez Narodowy Fundusz Zdrowia.

2. Cele programu

- 1) zmniejszenie przedwczesnej umieralności na choroby sercowo – naczyniowe,
- 2) zmniejszenie różnic w dostępie do specjalistycznych świadczeń opieki zdrowotnej w zakresie konsultacji kardiologicznych wraz z diagnostyką (np. badanie EKG, badaniem poziomu cholesterolu, glukozy, elektrolitów we krwi itp.)
- 3) zapewnienie wysokiej jakości świadczonych usług medycznych w ramach realizowanego programu,
- 4) poprawa świadomości społecznej w zakresie profilaktyki występowania chorób serca.

3. Adresaci programu

Program kierowany jest do mieszkańców z terenu Gminy Miejskiej Legionowo w wieku senioralnym. Szacunkowa liczba osób objęta programem – 93.

4. Organizacja programu

- 1) w ramach programu mieszkańcy z terenu Gminy Miejskiej Legionowo w wieku senioralnym będą mogli skorzystać z bezpłatnych konsultacji kardiologicznych wraz z diagnostyką.
- 2) świadczenia wykonywane będą na terenie gminy w miejscu wskazanym przez realizatora wyłonionego w ramach otwartego konkursu ofert na realizatorów programów zdrowotnych,
- 3) realizator wyłoniony w ramach ogłaszanego przez Gminę Miejską Legionowo konkursu ofert na wybór realizatorów programów zdrowotnych zobowiązany jest zapewnić zasoby kadrowe, rzeczowe i lokalowe niezbędne do realizacji powierzonego zadania,
- 4) kryterium wyboru podmiotu realizującego program stanowi wysokość stawki konsultacji lekarskiej oraz badania diagnostycznego (tj. wybór oferenta proponującego najniższą stawkę), przy uwzględnieniu proponowanych przez oferenta podobnych jakościowo zasobów kadrowych, rzeczowych oraz lokalowych niezbędnych do realizacji zadania,

- 5) uczestnictwo w programie zależy od kolejności zgłoszenia się osoby,
- 6) informacja o programie przekazana zostanie mieszkańcom miasta za pośrednictwem plakatów umieszczanych w podmiotach leczniczych, w mediach, siedzibach organizacji pozarządowych oraz na stronie internetowej Urzędu Miasta Legionowo.

5. Okres realizacji programu

Program realizowany będzie od kwiecień/maj do grudzień 2016 r. w terminach wyznaczonych przez realizatora wyłonionego w ramach konkursu ofert.

6. Koszty programu

- 1) szacunkowa wysokość środków finansowych Gminy Miejskiej Legionowo zarezerwowana na realizację programu – 8.000 zł,
- 2) szacunkowe koszty jednostkowe świadczeń:
 - całkowity szacunkowy koszt przebadania jednej osoby tj.: konsultacja kardiologiczna wraz z diagnostyką – 86 zł.

7. Monitoring i Ewaluacja programu

Monitoring oraz Ewaluacja programu prowadzona będzie bezpośrednio przez Wydział Zdrowia Publicznego i Spraw Społecznych Urzędu Miasta Legionowo poprzez wizytacje i badania ankietowe podczas realizacji programu, a wyniki badań zostaną uwzględnione podczas prac nad projektem kolejnego Miejskiego Programu Promocji Zdrowia na rok 2017. Na bieżąco monitorowana będzie zgłaszalność mieszkańców miasta do programu, a jakość świadczeń oceniona zostanie na podstawie certyfikatów posiadanych przez specjalistów, którzy będą bezpośrednimi wykonawcami świadczeń oraz na podstawie wypowiedzi osób po udzielonych im świadczeniach.

**VIII. PROGRAM SZCZEPIEŃ OCHRONNYCH
PRZECIW GRYPIE DLA MIESZKAŃCÓW POWYŻEJ 50 ROKU
ŻYCIA Z TERENU GMINY MIEJSKIEJ LEGIONOWO**

1. Opis problemu zdrowotnego

Grypa to choroba charakteryzująca się wysoką zakaźnością i jest wywoływana przez różne typy wirusów, a do zakażenia dochodzi najczęściej drogą kropelkową. Kliniczny przebieg choroby zależy między innymi od właściwości wirusa, wieku i stanu immunologicznego pacjenta oraz współistnienia innych chorób. Powikłania pogrypowe niejednokrotnie uwidaczniają się dopiero po pewnym czasie od przebytej infekcji i mogą być związane z nieprawidłowością w funkcjonowaniu układu oddechowego, zaburzeń neurologicznych, niewydolnością nerek lub zapaleniem mięśnia sercowego i osierdza.

Należy zwrócić uwagę na fakt, iż część zachorowań na grypę nie jest właściwie rozpoznana, część nie jest zarejestrowana, a ponadto część powikłań występuje w późniejszym okresie, przez co nie jest kojarzona z przebytą grypą. Międzynarodowe organizacje do spraw zdrowia zalecają szczepienia osobom dotkniętym chorobami zwłaszcza układu krążenia, oddechowego, wydalniczego, cukrzycą oraz osobom o obniżonej odporności. W grupach tych szczepienia zmniejszają odsetek zachorowań na grypę, liczbę hospitalizacji z powodu jej powikłań oraz liczbę zgonów. Pomimo zmienności i nieprzewidywalności dominującego w danym sezonie typu wirusa, szczepienia są efektywne dzięki krzyżowej wrażliwości.

Kraje członkowskie Unii Europejskiej wezwane zostały do zwiększenia poziomu wyszczepialności osób z grupy ryzyka, w tym szczególnie osób wieku podeszłym. Wśród 11 krajów, w Polsce w 2006 i 2010 roku odsetek zaszczepionych osób był najniższy. Z przeprowadzonych badań wynikało, iż Polacy rezygnowali ze szczepienia z przyczyn finansowych.

Reasumując, wśród chorób zakaźnych grypa jest schorzeniem związanym z największą liczbą zachorowań. Zgony z powodu grypy występują głównie w populacji osób powyżej 60 roku życia i stanowią 80% zgonów w niektórych sezonach. Wytyczne

światowych organizacji w większości rekomendują coroczne szczepienia przeciwko grypie osób w podeszłym wieku, a ich skuteczność, wg wytycznych praktyki klinicznej, uważana jest za dowiedzioną, natomiast korzyści przeważają nad potencjalnym ryzykiem związanym z podawaniem szczepionki.

Corocznie Gmina Miejska Legionowo proponuje mieszkańcom Gminy Legionowo bezpłatne szczepienia przeciw grypie i tak na przykład na przestrzeni 10 lat (2007 – 2016) zaszczepionych zostało ponad 6.200 mieszkańców gminy powyżej 50 roku życia.

W 2016 roku w planowanych interwencjach w ramach programu zaszczepionych zostanie około 769 osób będących mieszkańcami gminy w wieku powyżej 50 roku życia.

2. Cele programu

- 1) zwiększenie dostępności do bezpłatnych szczepień ochronnych przeciwko grypie dla osób powyżej 50 roku życia zamieszkałych na terenie Gminy Miejskiej Legionowo,
- 2) obniżenie wskaźnika zachorowalności i umieralności na inwazyjne choroby wywołane wirusem grypy wśród mieszkańców gminy w wieku senioralnym,
- 3) zapewnienie wysokiej jakości świadczonych usług medycznych w ramach realizowanego programu,
- 4) poprawa świadomości społecznej w zakresie profilaktyki występowania chorób wywołanych wirusem grypy u osób starszych.

3. Adresaci programu

Program kierowany jest do około 769 osób w wieku powyżej 50 roku życia, zamieszkujących na terenie Gminy Miejskiej Legionowo.

4. Organizacja programu

- 1) w ramach programu mieszkańiec z terenu Gminy Miejskiej Legionowo powyżej 50 roku życia, posiadający aktualne zaświadczenie od lekarza POZ o braku przeciwwskazań do zaszczepienia będzie mógł skorzystać z bezpłatnego szczepienia przeciw grypie,
- 2) świadczenia wykonywane będą na terenie Gminy Miejskiej Legionowo w miejscu wskazanym przez realizatora wyłonionego w ramach otwartego konkursu ofert na realizatorów programów zdrowotnych,

- 3) realizator wyłoniony w ramach ogłaszanego przez Gminę Miejską Legionowo konkursu ofert na wybór realizatorów programów zdrowotnych zobowiązany jest zapewnić zasoby kadrowe, rzeczowe i lokalowe niezbędne do realizacji powierzonego zadania,
- 4) kryterium wyboru podmiotu realizującego program stanowi wysokość stawki (tj. wybór oferenta proponującego najniższą stawkę) za zaszczepienie 1 mieszkańca, przy uwzględnieniu proponowanych przez oferenta podobnych jakościowo zasobów kadrowych, rzeczowych oraz lokalowych niezbędnych do realizacji zadania,
- 5) uczestnictwo w programie zależy od kolejności zgłoszenia się mieszkańców gminy, ponieważ ze względu na ograniczone środki finansowe Gminy Miejskiej Legionowo liczba szczepień jest ograniczona,
- 6) informacja o programie przekazana zostanie mieszkańcom gminy za pośrednictwem plakatów umieszczanych w podmiotach leczniczych, siedzibach organizacji pozarządowych, w mediach oraz na stronie internetowej Urzędu Miasta Legionowo.

5. Okres realizacji programu

Program realizowany będzie od kwiecień/maj do grudzień 2016 r. w terminach wyznaczonych przez realizatora wyłonionego w ramach konkursu ofert.

6. Koszty programu

- 1) szacunkowa wysokość środków finansowych Gminy Miejskiej Legionowo zarezerwowana na realizację programu – 20.000 zł
- 2) szacunkowe koszty jednostkowe świadczeń:
 - koszt zaszczepienia jednej osoby 26 zł.

7. Monitoring i Ewaluacja programu

Monitoring oraz Ewaluacja programu prowadzona będzie bezpośrednio przez Wydział Zdrowia Publicznego i Spraw Społecznych Urzędu Miasta Legionowo poprzez wizytacje i badania ankietowe podczas realizacji programu, a wyniki badań zostaną uwzględnione podczas prac nad projektem kolejnego Miejskiego Programu Promocji Zdrowia na rok 2017. Na bieżąco monitorowana będzie zgłaszalność mieszkańców miasta do programu, a jakość świadczeń oceniona zostanie na

podstawie certyfikatów posiadanych przez specjalistów, którzy będą bezpośrednimi wykonawcami świadczeń oraz na podstawie wypowiedzi osób po udzielonych im świadczeniach.

IX. PROGRAM ZDROWOTNY
„DBAMY O ZDROWIE NASZYCH SENIORÓW”
5 KROTNA REHABILITACJA Z PODSTAWOWĄ DIAGNOSTYKĄ
DLA MIESZKAŃCÓW GMINY MIEJSKIEJ LEGIONOWO
W WIEKU 50 PLUS

1. Opis problemu zdrowotnego

Postępujące starzenie się społeczeństwa, brak nawyków prozdrowotnych, stresujący tryb życia, degradacja środowiska naturalnego, nasilanie się częstotliwości różnego rodzaju wypadków, wreszcie postęp medycyny ratującej życie, ale nie zawsze umiejącej zapobiec skutkom chorób czy wypadków jest przyczyną stałego wzrostu liczby osób niepełnosprawnych w społeczeństwie.

W związku ze wzrastającą niepełnosprawnością oraz zachodzącymi zmianami demograficznymi zarówno promocja zdrowia, profilaktyka, jak i rehabilitacja, mają ogromne znaczenie dla utrzymania i podnoszenia sprawności osób starszych.

Wyniki badań naukowych pokazują, że odpowiednie programy rehabilitacyjne, prowadzone z wykorzystaniem standardowych metod fizjoterapii mogą przyczynić się do zmniejszenia ograniczeń funkcjonalnych osób starszych. Prowadzenie bardziej aktywnego trybu życia oraz częstsze uprawianie różnych form aktywności fizycznej, w tym ćwiczeń aerobowych i oporowych, poprawia pracę układu krążenia, układu oddechowego, układu mięśniowo-szkieletowego oraz powoduje lepsze samopoczucie u seniorów. W związku z tym konieczne jest propagowanie regularnego wysiłku fizycznego u osób w podeszłym

wieku.

Niezależnie od jednostki chorobowej; wytyczne podkreślają, że skuteczności terapii rehabilitacyjnej decyduje czas jej rozpoczęcia, kompleksowość i wielodyscyplinarność świadczeń, intensywność zajęć terapeutycznych, a także ciągłość.

Zgodnie z zasadą kompleksowości rehabilitacja rekomenduje się prowadzenie rehabilitacji przez zespół terapeutyczny obejmujący specjalistów reprezentujących różne dziedziny medycyny oraz nauk pokrewnych wykorzystywanych w terapii, którzy współpracują ze sobą i tworzą wielopłaszczyznowy program rehabilitacji. W szeroko pojmowanym procesie rehabilitacji wyróżnia się rehabilitację medyczną, społeczną i zawodową. Rehabilitacja medyczna daje szansę nauczenia i zachęcenia pozytywnych zachowań zdrowotnych oraz zwiększenia stosowania się do zalecanej farmakoterapii.

Wytyczne podkreślają, że plan rehabilitacji powinien być dostosowany do potrzeb wynikających ze stanu chorego, zakresu potrzebnej pomocy fizjoterapeutycznej, kompleksowości, wczesności i ciągłości procesu rehabilitacji.

Efektywna rehabilitacja i systematyczne jej kontynuowanie przez osoby starsze to nie tylko potencjalny czynnik zapobiegania szybkiemu starzeniu się, ale także pozytywny wpływ na sprawność umysłową seniorów. Badania dowodzą, iż w porównaniu do mniej aktywnych kobiet i mężczyzn, osoby starsze, które dbają o swoją aktywność ruchowa posiadają:

- 1) niższą zachorowalność na chorobę wieńcową, nadciśnienia, udar, cukrzycę, nowotwory,
- 2) wyższy poziom sprawności krążeniowo – oddechowej i mięśniowej,
- 3) korzystniejszą masę ciała,
- 4) odpowiedni skład kości,
- 5) wyższe poziomy funkcjonalne zdrowia,
- 6) mniejsze ryzyko upadku i lepsze zdolności percepcyjne.

Starzenie się społeczeństwa uzasadnia potrzebę rozwoju bazy geriatrycznej poprzez m.in. zwiększenie dostępu do rehabilitacji dla osób starszych. Bezpłatne konsultacje rehabilitacyjne wraz z podstawową diagnostyką i rehabilitacją spotykają się z ogromnym zainteresowaniem.

W 2016 roku w planowanych interwencjach w ramach programu przebadanych

zostanie około 150 osób, którym udzielone zostanie konsultacja specjalisty rehabilitanta wraz z 5 – krotną rehabilitacją

Gmina Miejska Legionowo w celu należytej realizacji programu zakłada:

- 1) zwiększenie dostępności do świadczeń rehabilitacji tj. dla beneficjentów programu realizator zobowiązany jest do wyznaczenia odrębnych dni i godzin przyjęć,
- 2) sprawną organizację skutkującą terminowym dostępem do w/w specjalistycznych świadczeń zdrowotnych, tak aby nie kolidowały one z świadczeniami finansowanymi przez Narodowy Fundusz Zdrowia.

2. Cele programu

- 1) poprawa sprawności ruchowej i zmniejszenie dolegliwości związanych z układem kostno - stawowym,
- 2) zmniejszenie różnic w dostępie do specjalistycznych świadczeń opieki zdrowotnej, tj konsultacji prowadzonych przez specjalistę rehabilitanta wraz z rehabilitacją,
- 3) zapewnienie powszechności, kompleksowości, wczesności i ciągłości rehabilitacji,
- 4) zapewnienie wysokiej jakości świadczonych usług medycznych w ramach realizowanego programu,
- 5) poprawa świadomości społecznej w zakresie profilaktyki występowania chorób narządu ruchu.
- 6) Indywidualizowanie terapii w oparciu o osobisty plan ćwiczeń dla seniora,
- 7) Uświadomienie pacjenta o konieczności i opłacalności prowadzonej terapii,

3. Adresaci programu

Program kierowany jest do mieszkańców z terenu Gminy Miejskiej Legionowo w wieku senioralnym. Szacunkowa liczba osób objęta programem – 150.

4. Organizacja programu

- 1) w ramach programu mieszkańcy z terenu Gminy Miejskiej Legionowo w wieku senioralnym będą mogli skorzystać z bezpłatnych konsultacji rehabilitanta wraz z 5-krotną rehabilitacją,
- 2) świadczenia wykonywane będą na terenie gminy w miejscu wskazanym przez realizatora wyłonionego w ramach otwartego konkursu ofert na realizatorów

- programów zdrowotnych,
- 3) realizator wyłoniony w ramach ogłaszanego przez Gminę Miejską Legionowo konkursu ofert na wybór realizatorów programów zdrowotnych zobowiązany jest zapewnić zasoby kadrowe, rzeczowe i lokalowe niezbędne do realizacji powierzonego zadania,
 - 4) kryterium wyboru podmiotu realizującego program stanowi wysokość stawki konsultacji lekarskiej oraz badania diagnostycznego (tj. wybór oferenta proponującego najniższą stawkę), przy uwzględnieniu proponowanych przez oferenta podobnych jakościowo zasobów kadrowych, rzeczowych oraz lokalowych niezbędnych do realizacji zadania,
 - 5) uczestnictwo w programie zależy od kolejności zgłoszenia,
 - 6) informacja o programie przekazana zostanie mieszkańcom miasta za pośrednictwem plakatów umieszczanych w podmiotach leczniczych, w mediach, siedzibach organizacji pozarządowych oraz na stronie internetowej Urzędu Miasta Legionowo.

5. Okres realizacji programu

Program realizowany będzie od kwiecień/maj do grudzień 2016 r. w terminach wyznaczonych przez realizatora wyłonionego w ramach konkursu ofert.

6. Koszty programu

- 1) szacunkowa wysokość środków finansowych Gminy Miejskiej Legionowo zarezerwowana na realizację programu – 15.000 zł,
- 2) szacunkowe koszty jednostkowe świadczeń:
 - Całkowity szacunkowy koszt konsultacji dla jednej osoby wraz z co najmniej 5 – krotną rehabilitacją 100 zł.

7. Monitoring i Ewaluacja programu

Monitoring oraz Ewaluacja programu prowadzona będzie bezpośrednio przez Wydział Zdrowia Publicznego i Spraw Społecznych Urzędu Miasta Legionowo poprzez wizytacje i badania ankietowe podczas realizacji programu, a wyniki badań zostaną uwzględnione podczas prac nad projektem kolejnego Miejskiego Programu

Promocji Zdrowia na rok 2017. Na bieżąco monitorowana będzie zgłaszalność mieszkańców miasta do programu, a jakość świadczeń oceniona zostanie na podstawie certyfikatów posiadanych przez specjalistów, którzy będą bezpośrednimi wykonawcami świadczeń oraz na podstawie wypowiedzi osób po udzielonych im świadczeniach.

X. PROGRAM ZDROWOTNY
KONSULTACJE REHABILITACYJNE DLA
MIESZKANEK Z TERENU GMINY MIEJSKIEJ LEGIONOWO
PO PRZEBYTYCH NOWOTWORACH PIERSI

1. Opis problemu zdrowotnego

Co roku w Polsce na raka piersi zachorowuje 14 000 nowych kobiet. Nowotwory złośliwe są pierwszą przyczyną zgonów u kobiet do 65 roku życia w Polsce. Rocznie na tę chorobę umiera 4 tysiące Polek.

Rak piersi występuje 2 do 3 razy częściej niż rak szyjki macicy i rak płuc. W przypadku mężczyzn choroba ta ma marginalny charakter.

Problem zachorowalności zwiększył się znacznie z powodu nasilenia się czynników ryzyka związanych ze stylem życia, takich jak stres, niewłaściwe odżywianie, zmniejszenie aktywności fizycznej, stosowanie hormonów oraz przedłużenie się średniej dożywalności. Rzadko podkreślane jest, że rak piersi jest chorobą przewlekłą. Rzadko też słyszy się o faktycznych długofalowych skutkach doświadczenia jakim jest jego rozpoznanie i leczenie.

Usunięcie węzłów chłonnych, które niesie ze sobą konieczność codziennych masażów limfatycznych i ćwiczeń w celu uniknięcia obrzęku limfatycznego, jak też okaleczenie, jakim jest amputacja piersi, wpływają nie tylko na sprawność fizyczną, ale też na psychikę kobiet po leczeniu raka piersi, co objawia się często występującymi zaburzeniami emocjonalnymi, a w większości przypadków znacznym obniżeniem poczucia własnej

wartości.

Wpływa to z kolei zdecydowanie na aktywność zawodową kobiet dotkniętych chorobą nowotworową. Niejednokrotnie zdarza się, że z powodu swojej niepełnosprawności i długotrwałego leczenia, jak też z powodu spotykanej nieżyczliwości pracodawców wobec kobiet po takim doświadczeniu muszą podjąć one decyzję o przejściu na zasiłek rehabilitacyjny, rentę lub emeryturę, co wiąże się nie tylko z wyłączeniem zawodowym, ale często społecznym, zmianą dotychczasowego życia, kłopotami w przeorganizowaniu życia rodzinnego oraz częstym obniżeniem statusu materialnego kobiet i ich rodzin.

Wskutek zmian zdrowotnych po wyniszczającej chorobie, braku aktywności zawodowej, często także zmian w psychice kobiet, następuje wycofanie społeczne, ograniczenie pełnionych funkcji społecznych.

2. Cele programu

- 1) zwiększenie sprawności psychofizycznej kobiet po leczeniu raka piersi,
- 2) aktywizację społeczną kobiet jako formy przeciwdziałania niwelowane niekorzystnych skutków choroby,
- 3) poprawa jakości życia,
- 4) uzyskanie poprawy zakresu ruchów w stawach obręczy barkowej po stronie operowanej,
- 5) uzyskanie poprawy siły mięśniowej kończyny po stronie operowanej,
- 6) zapobieganie wystąpieniu obrzęku limfatycznego kończyny po stronie operowanej
- 7) korygowanie wad postawy wynikłych z przebytego leczenia,

3. Adresaci programu

Program kierowany jest do mieszkanki z terenu Gminy Miejskiej Legionowo, po przebytych nowotworach piersi. Szacunkowa liczba osób objęta programem – 20

4. Organizacja programu

- 1) w ramach programu mieszkanki z terenu Gminy Miejskiej Legionowo po przebytych nowotworach będą mogły skorzystać z bezpłatnych masaży limfatycznych, prowadzonych przez wykwalifikowanego rehabilitanta,

- 2) W czasie ćwiczeń będzie przestrzegać się wysokiego układania kończyny. Nie będzie wykonywać się masażu w przypadku zaczerwienienia kończyny i wystąpienia gorączki
- 3) świadczenia wykonywane będą na terenie gminy w miejscu wskazanym przez realizatora wyłonionego w ramach otwartego konkursu ofert na realizatorów programów zdrowotnych,
- 4) realizator wyłoniony w ramach ogłaszanego przez Gminę Miejską Legionowo konkursu ofert na wybór realizatorów programów zdrowotnych zobowiązany jest zapewnić zasoby kadrowe, rzeczowe i lokalowe niezbędne do realizacji powierzonego zadania,
- 5) mieszkanki Gminy Miejskiej Legionowo będą mogły skorzystać z cyklu 30 minutowych masażu limfatycznych wykonywanych przez fizjoterapeutę,
- 6) kryterium wyboru podmiotu realizującego program stanowi wysokość stawki (tj. wybór oferenta proponującego najniższą stawkę), przy uwzględnieniu proponowanych przez oferenta podobnych jakościowo zasobów kadrowych, rzeczowych oraz lokalowych niezbędnych do realizacji zadania,
- 7) uczestnictwo w programie zależy od kolejności zgłoszenia się osoby, ponieważ ze względu na ograniczone środki finansowe Gminy Miejskiej Legionowo, liczba proponowanych konsultacji i badań jest ograniczona,
- 8) informacja o programie przekazana zostanie mieszkańcom miasta za pośrednictwem plakatów umieszczanych w podmiotach leczniczych, w mediach, siedzibach organizacji pozarządowych oraz na stronie internetowej Urzędu Miasta Legionowo.

5. Okres realizacji programu

Program realizowany będzie od kwiecień/maj do grudzień 2016 r. w terminach wyznaczonych przez realizatora wyłonionego w ramach konkursu ofert.

6. Koszty programu

- 1) szacunkowa wysokość środków finansowych Gminy Miejskiej Legionowo zarezerwowana na realizację programu – 5.000 zł,
- 2) szacunkowe koszty jednostkowe świadczeń:
 - całkowity szacunkowy koszt wykonania jednego masażu limfatycznego 26 zł, ilość

masaży obejmujący jedną osobę 10.

- szacunkowa liczba osób objętych programem: 19.

7. Monitoring i Ewaluacja programu

Monitoring oraz Ewaluacja programu prowadzona będzie bezpośrednio przez Wydział Zdrowia Publicznego i Spraw Społecznych Urzędu Miasta Legionowo poprzez wizytacje i badania ankietowe podczas realizacji programu, a wyniki badań zostaną uwzględnione podczas prac nad projektem kolejnego Miejskiego Programu Promocji Zdrowia na rok 2017. Na bieżąco monitorowana będzie zgłaszalność mieszkańców miasta do programu, a jakość świadczeń oceniona zostanie na podstawie certyfikatów posiadanych przez specjalistów, którzy będą bezpośrednimi wykonawcami świadczeń oraz na podstawie wypowiedzi osób po udzielonych im świadczeniach.

XI. PROGRAM PRORODZINNY PRZYGOTOWUJĄCY PRZYSZŁYCH RODZICÓW NA PRZYJĘCIE DZIECKA

1. Opis problemu zdrowotnego

Edukacja stanowi bardzo ważny element opieki przedporodowej, szczególnie w odniesieniu do kobiet przygotowujących się do pierwszego porodu. Główne założenia, do jakich prowadzić ma poprawa poziomu opieki perinatalnej w Polsce, to obniżenie występowania wcześniactwa i małej masy urodzeniowej dziecka. Polskie Towarzystwo Ginekologiczne definiuje zadania podejmowane w szkołach rodzenia jako sprzyjanie

w utrzymaniu dobrostanu psychofizycznego ciężarnej, rodzącej i rodziny. W związku z powyższym, w czasie zajęć teoretycznych przyszli rodzice w ramach programu poznają mechanizm porodu, zasady opieki poporodowej, zaznajomią się z okresem karmienia, antykoncepcją po porodzie, natomiast podczas zajęć praktycznych, para nauczy się jak stosować gimnastykę ogólnorozwojową, pozna pozycje relaksacyjne, sposoby oddychania w różnych okresach porodu oraz zasady pielęgnacji noworodka.

Finansowanie i prowadzenie zajęć w szkołach rodzenia zostało pozytywnie zaopiniowane przez szereg ogólnopolskich ekspertów z dziedziny ginekologii i położnictwa. Dodatkowo wyrażono przekonanie, że realizacja zamierzonych celów w ramach programu przyniesie oczekiwane efekty w postaci zmniejszenia umieralności noworodków.

Współczynniki umieralności okołoporodowej w Polsce (na podstawie danych GUS) z roku na rok wykazują tendencje spadkowe, jednak do zasadniczych przyczyn zgonów matek przy porodzie dochodzi z powodu krwotoku, zakażenia lub zatoru. W przypadku noworodków najczęstszą przyczyną zgonów w dalszym ciągu są stany chorobowe w okresie okołoporodowym, czyli w trakcie trwania ciąży matki i w okresie nieprzekraczającym 6 dni życia noworodka.

Z ewidencyjnych baz Urzędu Miasta Legionowo wynika, że liczba urodzonych dzieci w 2013 r. - 565, 2014 r. - 575, 2015 r. - 535. Z corocznie przeprowadzanych badań wynika, iż uczestnicy programu pozytywnie odbierają zajęcia i każda badana para stwierdziła, że umiejętności zdobyte podczas szkolenia będą jej bardzo przydatne.

2. Cele programu

- 1) kształtowanie nawyków sprzyjających utrzymaniu dobrostanu psychofizycznego ciężarnej, rodzącej oraz jej rodziny poprzez edukację przygotowującą przyszłą matkę i ojca dziecka do porodu, położu i opieki nad noworodkiem,
- 2) zredukowanie nadmiernego lęku przed porodem oraz pomoc w pokonaniu rozmaitych oporów związanych z pielęgnacją noworodka,
- 3) zapoznanie matki i ojca dziecka z mechanizmem porodu, zasadami opieki poporodowej, okresem karmienia i antykoncepcji, które mogą być stosowane po porodzie,
- 4) przeprowadzenie praktycznych zajęć gimnastycznych ogólnousprawniających dla

matki, poprzez które pozna pozycje relaksacyjne, sposoby oddychania i parcia w różnych okresach porodu,

5) przeprowadzenie praktycznych zajęć, w trakcie których matka i ojciec dziecka poznają zasady pielęgnacji noworodka.

3. Adresaci programu

1) program kierowany jest do mieszkańców z terenu Gminy Miejskiej Legionowo, szacunkowa liczba par objęta programem to około 50 par,

2) zaleca się, aby obydwój rodzice uczestniczyli w zajęciach, ponieważ dzięki wspólnemu uczestnictwu para pogłębia, wzmacnia i rozwija związek z dzieckiem.

3) pierwszeństwo w dostępie do uczestnictwa w programie będą mieli rodzice posiadający Kartę Dużej Rodziny.

4. Organizacja programu

1) program obejmuje cykl spotkań, w ramach których uczestnikom przekazana zostanie wiedza na temat ciąży, porodu, położu i dziecka,

2) spotkania powinny składać się z omówienia teoretycznego oraz ćwiczeń praktycznych będących podstawą programu,

3) zajęcia odbywać się będą na terenie Gminy Miejskiej Legionowo w miejscu wskazanym przez realizatora wyłonionego w ramach otwartego konkursu ofert na realizatorów programów zdrowotnych,

4) program prowadzony będzie przez osoby posiadające wykształcenie i doświadczenie w prowadzeniu zajęć w szkole rodzenia (położna, lekarz ginekolog-położnik) oraz dodatkowo wymagane jest, aby podczas trwania programu odbyło się jedno spotkanie z lekarzem pediatrą, dietetykiem,

5) realizator wyłoniony w ramach ogłaszanego przez Gminę Miejską Legionowo konkursu ofert na wybór realizatorów programów zdrowotnych zobowiązany jest zapewnić zasoby kadrowe, rzeczowe i lokalowe niezbędne do realizacji powierzonego zadania,

6) kryterium wyboru podmiotu realizującego program stanowi wysokość stawki (tj. wybór oferenta proponującego najniższą stawkę) za przeprowadzenie 10 spotkań (trwających minimum 2 godziny), przy uwzględnieniu proponowanych przez oferenta podobnych jakościowo zasobów kadrowych, rzeczowych oraz lokalowych niezbędnych do realizacji zadania,

7) uczestnictwo w programie zależy od kolejności zgłoszenia się pary, ponieważ ze względu na ograniczone środki finansowe Gminy Miejskiej Legionowo liczba miejsc w szkoleniu jest ograniczona,

8) informacja o programie przekazana zostanie mieszkańcom gminy za pośrednictwem plakatów umieszczanych w podmiotach leczniczych, w mediach oraz na stronie internetowej Urzędu Miasta Legionowo.

5. Okres realizacji programu

1) zajęcia prowadzone będą od kwiecień/maj do grudzień 2016 r.

2) jeden cykl szkolenia obejmuje minimum 10 spotkań po około 2 godziny każde.

6. Koszty programu

1) szacunkowa wysokość środków finansowych Gminy Miejskiej Legionowo zarezerwowana na realizację programu – 10.000 zł,

2) dla przyszłych rodziców Gmina Miejska Legionowo zapewnia dofinansowanie zajęć w wysokości 50% kosztów pełnego uczestnictwa,

3) szacunkowe koszty jednostkowe:

- całkowity szacunkowy koszt zajęć dla jednej pary 500 zł,

- szacunkowy koszt dofinansowania jednego cyklu zajęć dla jednej pary rodziców nie większy niż 250 zł.

7. Monitoring i Ewaluacja programu

Monitoring oraz Ewaluacja programu prowadzona będzie bezpośrednio przez Wydział Zdrowia Publicznego i Spraw Społecznych Urzędu Miasta Legionowo poprzez wizytacje i badania ankietowe przed i po realizacji programu, a wyniki badań zostaną uwzględnione podczas prac nad projektem kolejnego Miejskiego

Programu Promocji Zdrowia na rok 2017. Na bieżąco monitorowana będzie zgłaszalność par do programu, a finansowane będzie uczestnictwo tych beneficjentów, którzy zaliczą cały cykl szkolenia. Ocena jakości przeprowadzonych zajęć dokonana zostanie na podstawie informacji pozyskanych od specjalistów realizujących program oraz na podstawie wypowiedzi uczestników szkolenia po zakończonych zajęciach.