

Warszawa, 10 czerwca 2021

Rusza kampania społeczna „Zentiva – Zmieniamy Przyzwyczajenia”

Bezpłatne badania profilaktyczne w 23 miastach w Polsce!

Podczas pandemii koronawirusa skupiliśmy się na negatywnych konsekwencjach zachorowania na COVID-19, zapominając o skutkach odkładania terminów badań kontrolnych umożliwiających wykrycie wielu poważnych chorób na wstępnym etapie ich rozwoju. Z początkiem czerwca br. rusza kampania społeczna „Zentiva – Zmieniamy Przyzwyczajenia”, która ma na celu zmianę nawyków polskiego społeczeństwa i zachęcenie Polaków do powrotu do regularnych badań profilaktycznych. Mieszkańcy 23 miast będą mogli bezpłatnie wykonać m.in. EKG serca, BMI, pomiar ciśnienia i saturacji krwi w mobilnym punkcie diagnostycznym. Przez ponad 4 miesiące dyżurować w nim będą lekarze, z którymi można będzie porozmawiać o profilaktyce: kardiologicznej, urologicznej, reumatologicznej oraz chorobie Alzheimera. Inicjatorem akcji jest firma Zentiva.

Kampania społeczna „Zentiva – Zmieniamy Przyzwyczajenia” wychodzi naprzeciw potrzebie edukacji i diagnostyki polskiego społeczeństwa. W okresie od czerwca do września mobilny punkt diagnostyczny odwiedzi 23 miasta w Polsce. Każdy miesiąc poświęcony będzie edukacji w innym obszarze profilaktyki zdrowotnej. W czerwcu realizowane będą bezpłatne badania z zakresu kardiologii, w lipcu – urologii, sierpniu – reumatologii, a we wrześniu związane z chorobą Alzheimera. Podczas każdej akcji pacjenci będą mogli skonsultować się z lekarzem specjalistą. W czerwcu mobilny punkt diagnostyczny odwiedzi m.in.: Białystok (Pałac Branickich, 9-10 czerwca), Trójmiasto, (plac przy Bramie Wyżynnej w Gdańsku, 16 czerwca), (Rzeszów, Plac Farny, 18 czerwca).

Mapę dokładnych terminów i przystanków mobilnego punktu diagnostycznego w kolejnych miastach można śledzić na stronie www.zmieniamyprzyzwyczajenia.pl.

„Kampanie zwiększające świadomość społeczeństwa w zakresie profilaktyki zdrowotnej są niezwykle potrzebne. Pacjenci często nie są świadomi roli regularnych badań przesiewowych, a to właśnie dzięki nim możemy wykryć choroby nie dające zazwyczaj żadnych objawów m.in. nadciśnienie tętnicze czy hipercholesterolemię – schorzenia, które nieleczone, mogą doprowadzić do wystąpienia zawału serca i udaru mózgu” – zaznacza prof. dr hab. n. med. Piotr Jankowski, Instytut Kardiologii, Uniwersytet Jagielloński Collegium Medicum, ekspert Rady Naukowej kampanii „Zentiva – Zmieniamy Przyzwyczajenia”.

Badanie opinii¹ pt. „Stan Zdrowia Polaków” przeprowadzone w ramach kampanii „Zentiva – Zmieniamy Przyzwyczajenia” wykazało, że profilaktyka zdrowia w pandemii nie jest dla Polaków priorytetem: co trzeci pytany nie wykonał w ciągu 6 miesięcy żadnych badań profilaktycznych, a ponad połowa respondentów przyznaje, że koronawirus znacznie zmniejszył częstotliwość ich wykonywania. Wniosek jest oczywisty – rzeczywistość pandemiczna nie sprzyja regularnym badaniom diagnostycznym i trosce o zdrowie. Najwięcej, bo aż 15% bagatelizowanych objawów podczas pandemii COVID-19 należało do symptomów chorób sercowo-naczyniowych. Blisko połowa badanych, bo 49,1% zadeklarowało, że szuka porad zdrowotnych w Internecie.

„Niepokoi fakt, że bardzo duża grupa Polaków próbuje leczyć się w oparciu o porady pozyskane z Internetu jednocześnie rezygnując z wykonywania regularnych badań profilaktycznych. Eksperci są zgodni, że ten trend należy koniecznie odwrócić. Dlatego podjęliśmy decyzję o uruchomieniu akcji bezpłatnych badań przesiewowych” – komentuje Zofia Kurek-Maciejewicz, Head of Communications Zentiva Polska.

Szacuje się, że 20 milionów² Polaków cierpi na hipercholesterolemię, a 13 milionów³ może chorować na różne rodzaje nadciśnienia tętniczego. Pacjenci nie zawsze zdają sobie sprawę ze swoich dolegliwości, a także unikają wizyt u lekarzy specjalistów oraz wykonywania badań, które są kluczowe w wykrywaniu chorób przebiegających z początku bezobjawowo (np. lipidogramu niezbędnego do monitorowania stanu gospodarki lipidowej w organizmie). Jak pokazało badanie opinii publicznej zaledwie 10% respondentów mierzy ciśnienie codziennie, a co dziesiąty respondent nie robi tego wcale.

Duży problem dla pacjentów stanowi podzielenie się z lekarzem informacjami o bardziej wstydliwych objawach choroby. Co piąta osoba spośród respondentów badania zadeklarowała, że nie powiedziała lub nie wie, czy powiedziała lekarzowi o problemie zapominania zdarzeń, które przed chwilą miały miejsce. Tymczasem szacuje się, że otępienie może dotyczyć nawet 500 tys. Polaków, a im wcześniej uda się wykryć chorobę, tym łatwiej można opóźnić jej skutki takie jak upośledzenie funkcjonowania i utrata samodzielności w codziennych czynnościach. Celem akcji jest więc także przełamanie szkodliwych stereotypów i tematów tabu wobec przypadłości, uznawanych przez społeczeństwo za wstydliwe takich jak np. nietrzymanie moczu lub zapominanie w chorobie Alzheimera.

„Częste współistnienie naczyniopochodnych zmian patologicznych w mózgu i zwyrodnienia alzheimerowskiego powoduje, że z formalnego punktu widzenia większość zespołów otępiennych może być zakwalifikowana do otępienia o etiologii mieszanej. Stąd kluczowe znaczenie w profilaktyce

¹ Badanie zrealizowane w dniach 06.05-07.05.2021 metodą wywiadów on-line (CAWI) na panelu internetowym SW Panel, na reprezentatywnej grupie Polaków.

² Badanie zrealizowane w dniach 06.05-07.05.2021 metodą wywiadów on-line (CAWI) na panelu internetowym SW Panel, na reprezentatywnej grupie Polaków.

³ Jankowski P. i wsp. Epidemiologia chorób układu krążenia w Polsce. W: Innowacyjna diagnostyka i leczenie chorób układu krążenia. Medycyna Praktyczna. Kraków 2019

dotyczącej choroby Alzheimera ma dbanie o stan naczyń mózgowych, czyli m.in. walka z nadciśnieniem tętniczym, hipercholesterolemią, cukrzycą i otyłością, ale także inne zasady, które w ramach kampanii „Zentiva – Zmieniamy Przyzwyczajenia” umieściliśmy w dekalogu zdrowych zasad. Edukacja społeczeństwa pod kątem stosowania się do tych kilku reguł zdrowego życia jest kluczowa” – prof. dr hab. n. med. Tomasz Gabryelewicz, kierownik Oddziału Alzheimerowskiego Centralnego Szpitala Klinicznego MSWiA w Warszawie, Prezes Polskiego Towarzystwa Alzheimerowskiego, ekspert Rady Naukowej kampanii „Zentiva – Zmieniamy Przyzwyczajenia”

W ramach kampanii „Zentiva – Zmieniamy Przyzwyczajenia” każdy odwiedzający mobilny punkt diagnostyczny otrzyma materiały poradnikowe z ćwiczeniami i dietą oraz dzienniczkiem pomiaru ciśnienia. Materiały edukacyjne udostępniane pacjentom odwiedzającym mobilny punkt diagnostyczny mają na celu wsparcie procesu edukacji polskiego społeczeństwa na temat zdrowia i jego profilaktyki. Eksperti Rady Naukowej kampanii „Zentiva – Zmieniamy Przyzwyczajenia”: prof. dr hab. n. med. Maciej Banach – Prezes Polskiego Towarzystwa Lipidologicznego, prof. dr hab. n. med. Ewa Barcz – Międzyleski Szpital Specjalistyczny w Warszawie, prof. dr hab. n. med. Piotr Chłosta – kierownik Katedry i Kliniki Urologii Uniwersytetu Jagiellońskiego w Krakowie, prezes Polskiego Towarzystwa Urologicznego, prof. dr hab. n. med. Tomasz Gabryelewicz – kierownik Oddziału Alzheimerowskiego Centralnego Szpitala Klinicznego MSWiA w Warszawie, Prezes Polskiego Towarzystwa Alzheimerowskiego, prof. dr hab. n. med. Piotr Jankowski – Instytut Kardiologii, Uniwersytet Jagielloński Collegium Medicum, prof. dr hab. n. med. Piotr Wiland – kierownik katedry i Kliniki Reumatologii i Chorób Wewnętrznych Uniwersytetu Medycznego i USK we Wrocławiu, dr n. med. Anna Barczak – neuropsycholog, Oddział Alzheimerowski, Klinika Neurologii, Centralny Szpital Kliniczny MSWiA w Warszawie, Vice-Prezes Polskiego Towarzystwa Alzheimerowskiego, dr n. med. Maria Rell-Bakalarska – specjalistka w zakresie reumatologii, aby ułatwić Polakom prowadzenie skutecznej profilaktyki zdrowotnej, opracowali dekalog zasad zdrowego życia:

#dziesiątka dla zdrowia!

DEKALOG ZDROWEGO I DŁUGIEGO ŻYCIA:

1. Zdrowa dieta – bogata w warzywa i owoce. Rekomendowana dieta śródziemnomorska i nordycka (w Polsce nazywana dietą bałtycką).
2. Regularna aktywność fizyczna – co najmniej 150 minut tygodniowo wysiłku fizycznego o co najmniej umiarkowanej intensywności lub co najmniej 75 minut wysiłku tygodniowo fizycznego o dużej intensywności.
3. Utrzymywanie prawidłowej masy ciała, leczenie nadwagi i otyłości.
4. Unikanie dymu papierosowego i nadmiernego spożycia alkoholu.
5. Wypracowanie indywidualnych metod radzenia sobie ze stresem. Dbanie o dobrostan psychiczny m.in. wczesne rozpoznawanie i właściwe leczenie zaburzeń depresyjnych

i lękowych. Pielęgnowanie relacji z członkami rodziny oraz przyjaciółmi, aktywność społeczna i przeciwdziałanie samotności.

6. Higiena snu i właściwe leczenie bezsenności. Zalecana liczba godzin snu – 6-8 h.
7. Zwiększenie i utrzymywanie aktywności umysłowej, regularna edukacja (np. Uniwersytety Trzeciego Wieku), hobby, czytanie książek.
8. Zwrócenie uwagi na wszelkie nieprawidłowości związane z oddawaniem moczu, krwiomoczem (profilaktyka nietrzymania moczu w ciąży, po porodzie i wieku dojrzłym).
9. Przeznaczenie czasu na edukację na temat profilaktyki zdrowia – wyłącznie na podstawie rzetelnych źródeł informacji (co najmniej godzinę w tygodniu).
10. Regularne badania, samokontrola i przestrzeganie zaleceń lekarskich. Sygnalizowanie lekarzowi nowych objawów. Nie ma objawów wstydlivych.

Szczegóły na stronie: zmieniamyprzyzwyczajenia.pl

O firmie Zentiva

Zentiva jest producentem wysokiej jakości leków w przystępnej cenie, które trafiają do pacjentów w Europie i poza nią. Firma zatrudnia 4,5 tys. pracowników i ma sieć zakładów produkcyjnych, w tym flagowe fabryki w Pradze, Bukareszcie i Ankleshwar. Zentiva pragnie być liderem markowych i generycznych leków w Europie, by w ten sposób lepiej zaspokajać codzienne potrzeby zdrowotne pacjentów.

Dążymy do tego, by opieka zdrowotna stała się prawem, a nie przywilejem. Ludzie szczególnie w dzisiejszych czasach potrzebują dostępu do dobrej jakości leków i opieki zdrowotnej w przystępnej cenie. Współpracujemy z lekarzami, farmaceutami, hurtowniami, organami regulacyjnymi i władzami, by wspólnie tworzyć najlepsze rozwiązania problemów życia codziennego.

Więcej informacji o firmie znajduje się na www.zentiva.pl i www.zentiva.com

13146