

"Zmień styl życia i sięgnij po zdrowie"



plakat nadwaga2

Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Opolu w ramach realizacji projektu pn. „Zmień styl życia i sięgnij po zdrowie” zaprasza na **bezpłatne** świadczenia medyczne w kierunku nadwagi, otyłości i cukrzycy.

Głównym celem projektu jest zwiększenie wśród mieszkańców miasta Opola i powiatu opolskiego świadomości w zakresie ryzyka zachorowania na cukrzycę, z powodu nadwagi i otyłości oraz poziomu wiedzy na temat sposobów redukcji czynników ryzyka choroby.

Udział w projekcie jest bezpłatny dla osób w wieku 6-65 lat, a w jego ramach przewiduje się przeprowadzenie świadczeń w następującym zakresie:

I ETAP BADANIA PRZESIEWOWE

Indywidualne badania diagnostyczne: wizyta w gabinecie w Opolu lub stacjonarnie w swoim zakładzie pracy:

- pomiar wzrostu i masy ciała celem określenia wartości wskaźnika BMI,
- pomiar ciśnienia tętniczego krwi,
- pomiar obwodu talii.

II ETAP multikomponentowa opieka nad osobą z nadwagą i otyłością pod okiem zespołu multidyscyplinarnego, obejmująca 3 komponenty:

- dietetyczny – dietoterapia otyłości trwająca nie krócej niż 3 miesiące;
- aktywności fizycznej indywidualnej i grupowej – zapoznanie uczestników z rodzajami ćwiczeń, które pozwolą zmniejszyć masę ciała oraz rozwinąć potrzebę podejmowania aktywności fizycznej;
- interwencji behawioralnych, indywidualne konsultacje z psychologiem – to kolejny ważny element wsparcia multikomponentowej interwencji, pozwalający uczestnikom na dokonanie zmiany w prowadzeniu dotychczasowego trybu życia oraz umacnianie motywacji do działania;
- wizyty kontrolne, monitorujące i podsumowujące udział w projekcie.

Badania przeprowadzane są w gabinecie w Opolu przy ul. Wygonowej 81/10.

Zgłoszenia udziału w projekcie można dokonać kontaktując się mailowo bądź pod numerem telefonu podanym. Jest to program unijny, który wymaga wypełnienia przez uczestnika dokumentacji podczas badania (załączniki poniżej).

Zachęcamy do wzięcia udziału w badaniach!