

Kampania realizowana w ramach Projektu LIFE-IP EKOMAŁOPOLSKA

Powiat Limanowski jest partnerem kampanii realizowanej w ramach projektu LIFE-IP EKOMAŁOPOLSKA „Wdrażanie Regionalnego Planu Działań dla Klimatu i Energii w Województwie Małopolskim”

Do największych zagrożeń środowiskowych, ekonomicznych i społecznych należą obecnie zmiany klimatu. Wieloletnie obserwacje prowadzone przez naukowców wykazują, że na całym świecie dochodzi do podnoszenia się poziomu mórz, topnienia śniegu i lodu, a także wzrostu globalnych średnich temperatur powietrza i oceanów.

Raport Międzyrządowego Zespołu ds. Zmian Klimatu IPCC z 2021 r. wskazuje, że ocieplenie systemu klimatycznego Ziemi można przypisać emisji gazów cieplarnianych do atmosfery w wyniku działalności człowieka. 75% globalnej emisji gazów cieplarnianych pochodzi ze spalania węgla, ropy naftowej i gazu, a 25% z rolnictwa i wycinki lasów.



Efekty zmian klimatu zaczynają być widoczne na co dzień. Pojawiają się coraz częstsze i groźniejsze w skutkach zdarzenia pogodowe, takie jak:

- gwałtowne burze, które doprowadzają do zniszczenia budynków i pojazdów, pożarów wywoływanych uderzeniami piorunów, zniszczenia pól uprawnych;
- ekstremalne temperatury, które przyczyniają się do przegrzania i awarii urządzeń elektrycznych, wzrostu zużycia energii związanym z potrzebą chłodzenia a także do występowania zagrożeń dla zdrowia i życia (udary, zawały);
- podtopienia i powodzie, które doprowadzają do zniszczenia budynków, dróg, pojazdów, zniszczenia upraw, zanieczyszczenia pól uprawnych i wody pitnej;
- susze, których skutkiem jest zmniejszenie produkcji rolnej, co w konsekwencji prowadzi do wzrostu cen żywności, występowania niedoboru wody pitnej i niezdolności do odprowadzenia ścieków oraz do wzrostu ryzyka wystąpienia pożarów lasów i łąk.

Należy pamiętać, że każde podjęte przez nas działanie ma wpływ na otaczające nas środowisko i klimat w jakim żyjemy. Dokonując codziennych wyborów musimy mieć świadomość, że od naszych decyzji zależą losy planety, którą zostawimy naszym dzieciom i wnukom.

Więcej informacji dotyczących projektu można znaleźć na stronie internetowej: www.klimat.ekomalopolska.pl

Wpływ zmiany klimatu na zdrowie

Leżące badania prowadzone w ciągu ostatnich lat dowiodły, że widać wyraźny wzrost zmian globalnego systemu klimatycznego. Do widocznych zmian klimatycznych należą podwyższenie średniej globalnej temperatury, zmiany w przepływach i wilgotności powietrza.

Skutki zmian klimatu mogą wpłynąć na stan zdrowia poloników i bezrobotnych. Bezpośrednie efekty zmian klimatu to wzrost śmiertelności w wyniku podwyższenia średniej temperatury, powodzi, ekstremalnych zjawisk pogodowych itp. Wpływność zmian na zdrowie wynika z zmian klimatu, prowadzących do zmiany układu ekologicznego, które skutkują wzrostem się doń doświadczeń.

- ALERGIE I INNE ZWIĄZANE Z NIM ZAKŁADY** spowodowane wzrostem poziomu skażeń powietrza i roślinności, które mogą sprzyjać występowaniu alergii oraz zaostrzaniu chorób.
- WYKŁADNIKI** powodują zanieczyszczenie powietrza i powstanie chorób.
- INFEKCYJE** Do 200 roku liczba zachorowań na choroby zakaźne może wzrosnąć o 100% w obszarach o wysokim ryzyku.
- CHOROBY I ZWIĄZANE Z NIM ZAKŁADY** spowodowane wzrostem wody w środowisku i wzrostem wilgotności powietrza, które sprzyja rozwojowi chorób zakaźnych i innych chorób.
- ZARADKI** Wzrost średniej globalnej temperatury wpływa na stan zdrowia i powoduje wzrost temperatury powietrza i zanieczyszczenia powietrza.

Realizacja działań zapobiegających zmianom klimatu przynosi znaczne korzyści zdrowotne:

- zmniejszenie emisji gazów cieplarnianych, które przyczyniają się do zmiany klimatu;
- zmniejszenie liczby zanieczyszczeń powietrza, które przyczyniają się do rozwoju chorób;
- ograniczenie emisji gazów cieplarnianych, które przyczyniają się do zmiany klimatu;
- zmniejszenie liczby zanieczyszczeń powietrza, które przyczyniają się do rozwoju chorób;

Konkretnie: jeżeli zmiana klimatu to skutki do oceny, ale skutki klimatu to skutki klimatu. Zmiany klimatu to skutki klimatu. Zmiany klimatu to skutki klimatu. Zmiany klimatu to skutki klimatu.

W celu ochrony zdrowia Twojego i najbliższych:

Wpływ zmiany klimatu na zdrowie

- podczas burzy i wiatrowych zjawisk pogodowych zostań w domu;
- w trudnych warunkach pogody, a najlepiej zostań w domu podczas największych temperatur, aby uniknąć przebiegu choroby i choroby serca i dróg oddechowych;
- zadbaj o odpowiednią dietę i wodę, aby uniknąć odwodnienia, nie zapomnij o naciąganiu;
- skłóć się, aby uniknąć, że możesz zostać dla bezpieczeństwa i dla zdrowia zmieniających się klimatu;
- przebiegi choroby i powstanie i skutki w środowisku, zachęcaj innych do wspólnego działania!

Dołącz się do nas! www.klimat.albania.gov.pl

MAŁOPOLSKA JAK ALERGIĘ

MAŁOPOLSKA JAK ALERGIĘ

Zaproszenie na bezpłatne badania mammograficzne LUX MED

LUX MED Diagnostyka zaprasza na bezpłatne badania mammograficzne dla Pań w wieku 50-69 lat finansowane przez NFZ w ramach Programu Profilaktyki Raka Piersi. Badania można wykonać w dowolnej lokalizacji, niezależnie od miejsca zamieszkania i bez skierowania lekarskiego.

Zadbajmy o zdrowie na wiosnę. Dla siebie, dla bliskich. Zróbmy profilaktyczną mammografię.

Zapraszamy do mobilnej pracowni mammograficznej LUX MED:
Limanowa – 11 kwietnia w godzinach od 11.00 do 17.00 przy Krytej Pływalni, ul. Zygmunta Augusta 37
Mszana Dolna – 12 kwietnia w godzinach od 8.20 do 11.10 przy Urzędzie Gminy, ul. Spadochroniarzy 6

W ramach programu NFZ do badania uprawnione są Panie od 50 do

69 lat, ubezpieczone, które spełniają jeden z dwóch warunków:

- nie miały wykonanej mammografii w ciągu ostatnich 24 miesięcy,
- lub są w grupie ryzyka (rak piersi w rodzinie u matki, siostry lub córki lub mutacje w obrębie genów BRCA1 lub/i BRCA2) i w roku poprzedzającym otrzymały w ramach realizacji programu pisemne wskazanie do wykonania ponownej mammografii po upływie 12 miesięcy.

Programem nie są objęte Panie, u których wcześniej zdiagnozowano zmiany nowotworowe o charakterze złośliwym w piersi.

Zachęcamy do regularnych badań i dbania o swoje zdrowie. Mammografia jest najbardziej czułym i specyficznym badaniem w zwalczaniu raka piersi. Pozwala na wykrycie zmian, których nie można zaobserwować podczas samokontroli piersi, a wcześniej wykryty nowotwór umożliwia natychmiastowe, skuteczne leczenie oraz daje niemal 100 % gwarancję powrotu do zdrowia.

W przypadku wykrycia nieprawidłowości udział w programie zapewnia szybką ścieżkę diagnostyki i leczenia. Dzięki stałemu monitoringowi usprawniamy kontakt z placówkami prowadzącymi dalszą diagnostykę i przyspieszamy ewentualne konieczne leczenie.

Rejestracja pod nr tel. 58 666 24 44 , 22 338 19 60 lub poprzez formularz <http://www.mammo.pl/formularz>. W celu weryfikacji uprawnień do badania przed połączeniem telefonicznym prosimy przygotować dowód osobisty.

Na badanie prosimy zabrać ze sobą zdjęcia lub płyty CD z poprzednich mammografii, o ile nie były one wykonane w pracowni LUX MED. Prosimy o stawienie się na badanie w maseczce ochronnej i w czasie wyznaczonym podczas rejestracji. Więcej informacji na temat mammografii i Programu Profilaktyki Raka Piersi znajdziecie Państwo na stronie www.mammo.pl.

Informacje o innych badaniach z zakresu diagnostyki obrazowej na stronie www.luxmed-diagnostyka.pl.

Rejestracja: 58 666 24 44

Masz 50-69 lat?

Przyjdź na bezpłatną mammografię w ramach Programu Profilaktyki Raka Piersi.



12 kwietnia 2023



Mszana Dolna - przy Urzędzie Gminy
ul. Spadochroniarzy 6

NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia

MAMMOGRAFIA *AM*

LUXMED
DIAGNOSTYKA

mammo.pl

Posiedzenie Rady Społecznej Szpitala Powiatowego w Limanowej

W ubiegłym tygodniu odbyło się pierwsze w tym roku posiedzenie Rady Społecznej Szpitala Powiatowego w Limanowej.

Podczas wydarzenia obecni byli przedstawiciele Zarządu Powiatu Limanowskiego: Starosta Limanowski Mieczysław Uryga, Przewodniczący Rady Powiatu Limanowskiego Józef Pietrzak, Członkowie Zarządu Powiatu Limanowskiego Czesław Kawalec i Józef Jaworski oraz Radni Powiatu Limanowskiego: Dorota Stanisławczyk, Ewa Filipiak oraz Kazimierz Jasiński.





Spotkanie rozpoczęto od złożenia podziękowań dla przechodzącego na emeryturę doktora Artura Kality. Wyrazy wdzięczności za ponad 40 letnią pracę w Szpitalu, opiekę nad pacjentami zgłaszającymi się do Dziennego Oddziału Chemioterapii Onkologicznej i Poradni Onkologicznej oraz za wkład w rozwój limanowskiej placówki złożyli, w imieniu własnym oraz wszystkich pracowników, Marcin Radzięta Dyrektor Szpitala Powiatowego w Limanowej oraz lek. Andrzej Gwiazdowski Z-ca Dyrektora ds. Lecznictwa. Dyrektor Szpitala dziękował także za współpracę na płaszczyźnie administracyjnej – w czasie gdy doktor Kalita pełnił funkcję Z-cy Dyrektora ds. Lecznictwa. Podziękowanie za lata pracy oraz symboliczny upominek dla przechodzącego na emeryturę doktora Artura Kality w imieniu Zarządu oraz Rady Powiatu Limanowskiego złożył także Starosta Limanowski Mieczysław Uryga.



Głównym tematem posiedzenia Rady Społecznej było omówienie planu finansowego i inwestycyjnego na rok 2023. Podjęto uchwałę w sprawie pozytywnej opinii do planu finansowego i inwestycyjnego Szpitala Powiatowego w Limanowej na rok 2023.

źr./fot: szpital.limanowa

Nowa Pracownia diagnostyczna wraz z nowoczesnym aparatem RTG oddana do użytku w Szpitalu Powiatowym w Limanowej

15 lutego 2023 r. odbyło się otwarcie nowej Pracowni RTG połączone z oddaniem do użytku nowego aparatu rentgenowskiego typu Telekomando. Sprzęt medyczny został zakupiony dzięki dofinansowaniu w ramach Funduszu przeciwdziałania Covid-19 w wysokości 1 400 000 zł.

Wśród gości wydarzenia obecni byli : Wojewoda Małopolski Łukasz Kmita, Starosta Limanowski Mieczysław Uryga, Przewodniczący Rady Powiatu Limanowskiego Józef Pietrzak, Wiceprzewodniczący Rady Powiatu Limanowskiego Janusz Potaczek, Wicestarosta Limanowski Agata Zięba, członkowie zarządu Powiatu Limanowskiego: Wojciech Włodarczyk i Józef Jaworski, jak również radny Powiatu Marian Wójtowicz. W oddaniu do użytku nowego aparatu RTG uczestniczyli również: lek. Andrzej Gwiazdowski Z-ca Dyrektora ds. leczenia, mgr inż. Cecylia Kochańczyk Z-ca Dyrektora ds. technicznych, Pani Bożena Bugajska Przełożona Pielęgniarek limanowskiego Szpitala oraz Pani Lucyna Kowalska Pełnomocnik ds. Zarządzania Jakością. Nie zabrakło ordynatorów, kierowników pracowni oraz przedstawicieli poszczególnych oddziałów Szpitala Powiatowego w Limanowej.

Spotkanie rozpoczął Dyrektor Szpitala Marcin Radzięta. Witając obecnych gości, wyraził swoją radość z faktu zakupu tak nowoczesnego sprzętu, który z pewnością będzie dobrze służyć pacjentom Szpitala, pomagając w skutecznej diagnozie i skracając czas oczekiwania na pomoc medyczną.



Dyrektor Szpitala Powiatowego w Limanowej Marcin Radzięta witając zgromadzonych przedstawił krótko zakres zadania zrealizowanego dzięki środkom z Funduszu przeciwdziałania Covid19. Zadanie obejmowało nie tylko dostawę i montaż aparatu ale również dostosowanie istniejącej pracowni do nowego sprzętu i remont korytarza Zespołu Pracowni Techniki Obrazowej. Dyrektor złożył również podziękowania dla Wojewody Małopolskiego, a także Zarządu i Rady Powiatu Limanowskiego za wspieranie podejmowanych przez szpital działań i dobrą współpracę. Jak podkreślał Dyrektor Marcin Radzięta – zmiany, jakie udało się wprowadzić w Szpitalu Powiatowym w ciągu ostatnich lat sprawiły, iż stał się on nowoczesną, dobrze wyposażoną placówką, oferującą pacjentom wysoką jakość usług medycznych, a pracownikom -umożliwiającą korzystanie z wysokiej klasy sprzętu i szansę na rozwój zawodowy.



Poświęcenia aparatu dokonał ks. Piotra Jaworski – kapelan Limanowskiego Szpitala, po czym możliwości nowego sprzętu zaprezentował Pan Witold Leszczyński Starszy technik RTG.

Więcej szczegółów na temat specyfikacji i działania nowoczesnej aparatury RTG w Szpitalu Powiatowym w Limanowej można przeczytać [TUTAJ](#).



Ostrzeżenie 1 stopnia o zanieczyszczeniu powietrza dla powiatu limanowskiego i powiatów województwa małopolskiego

Wydano ostrzeżenie dla miasta Krakowa oraz powiatów: krakowskiego, limanowskiego, miechowskiego, nowotarskiego, proszowickiego, suskiego oraz wadowickiego dotyczące ryzyka przekroczenia poziomu dopuszczalnego pyłu PM10 ze względu na zwiększoną emisję zanieczyszczeń oraz niekorzystne warunki meteorologiczne.

Ostrzeżenie I stopnia obowiązuje w dniu 08.02. 2023 od godz. 06.00 do godz. 24.00.

Obowiązuje zakaz eksploatacji kominków i ogrzewaczy pomieszczeń na węgiel lub drewno (kozy, piece kaflowe), jeżeli nie stanowią jedyne źródła ciepła.

* Na obszarze Krakowa zakaz używania wszystkich kominków i ogrzewaczy na węgiel i drewno obowiązuje przez cały rok.

Zalecenia zdrowotne:

- Rozważ ograniczenie intensywnego wysiłku fizycznego na zewnątrz, jeśli odczuwasz pieczenie w oczach, kaszel lub ból gardła.
- Ogranicz wietrzenie pomieszczeń.
- Unikaj działań zwiększających zanieczyszczenie powietrza, np. korzystania z samochodu, używania dmuchaw

do liści, rozpalania ognisk.

- Śledź na bieżąco informacje o zanieczyszczeniu powietrza.

Dodatkowe zalecenia dla osób o większej wrażliwości na zanieczyszczenie powietrza

(dzieci i młodzież, osoby starsze i w podeszłym wieku, osoby z zaburzeniami układu oddechowego lub krwionośnego, osoby zawodowo narażone na zapylenie oraz osoby palące papierosy i bierni palacze)

- Ogranicz intensywny wysiłek fizyczny na zewnątrz.
- Nie zapominaj o normalnie przyjmowanych lekach.
- Osoby z astmą mogą silniej odczuwać objawy (duszność, kaszel, świsty) i potrzebować swoich leków częściej niż normalnie.

W przypadku nasilenia objawów chorobowych zalecana jest konsultacja z lekarzem.

Nowoczesny aparat RTG w Szpitalu Powiatowym w Limanowej

W pracowni RTG zlokalizowanej na II piętrze budynku głównego Szpitala (budynek A) zamontowany został cyfrowy aparat rentgenowski typu Telekomando wraz generatorem. Szpital jest na etapie dopełnienia ostatnich formalności związanych z uruchomieniem pracowni, w tym odbioru przez Wojewódzką Stację Sanitarno – Epidemiologiczną w Krakowie.

Zakup nowoczesnego aparatu RTG typu Telekomando to inwestycja

zrealizowana dzięki dofinansowaniu z Funduszu przeciwdziałania Covid-19 z którego pozyskaliśmy środki w wysokości 1 400 000 zł.

Wartość całej inwestycji to: 1 759 864,35 zł, z czego 1 400 000 zł to koszt zakupu aparatu, pozostała kwota to koszty dostosowania pracowni oraz generalny remont korytarza. Różnicę między całkowitą wartością zadania a dofinansowaniem w całości pokrył Szpital.

Zakup i montaż nowego aparatu RTG wymagał prac związanych z dostosowaniem pomieszczenia dotychczasowej pracowni pod nowy sprzęt. Przeprowadzone zostały również roboty mające na celu odnowienie korytarza Zespołu Pracowni Techniki Obrazowej. W ramach robót budowlanych wykonano nową instalację wentylacji mechanicznej i klimatyzacji oraz instalację elektryczną. Przebudowano także instalację wod-kan i c.o. W pomieszczeniach pracowni oraz na korytarzu wykonano nowy sufit podwieszany oraz nowe posadzki z wykładziny rulonowej PCV. We wszystkich pomieszczeniach objętych modernizacją wymieniono drzwi wewnętrzne oraz parapety. W pomieszczeniu pracowni uzupełnione zostały także osłony stałe zabezpieczające przed wydostawaniem się promieniowania RTG – w tym celu ściany obłożone zostały blachą ołowianą.

Cyfrowy aparat do radiografii i fluoroskopii SHIMADZU FLEXAVISION F4 to najnowszy model serii FLEXAVISION umożliwiający wykonywanie szerokiego zakresu badań, od lewatywy barowej po żołądkowo-jelitowe, interwencyjne procedury radiologii pozanaczyniowej, DIP i inne akwizycje środków kontrastowych dróg moczowych. Z łatwością można również wykonać ogólne badania radiograficzne klatki piersiowej, miednicy i kończyn, a także z zakresu chirurgii ortopedycznej.

Zastosowany w aparacie bezprzewodowy dynamiczny detektor cyfrowy wysokiej rozdzielczości i czułości pozwala na akwizycje obrazów do 15 klatek na sekundę. Panel detektora o

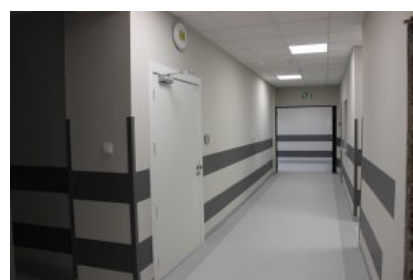
rozmiarze obszaru roboczego 43 cm x 43 cm umożliwia wykonywanie badań o szerokim zakresie.

FLEXAVISION F4 oferuje szeroką gamę rozwiązań, które przyczyniają się do wydajnego przepływu pracy oraz bezpieczeństwa pacjentów i techników.

Stół RTG zapewnia pacjentowi komfort i bezpieczeństwo, takie jak funkcja miękkiego startu/stopu. Aby ułatwić wsiadanie i wysiadanie w pozycji pionowej, podnózek można obniżyć do wysokości stopnia 10 cm. Dodatkowe czujniki na krawędzi stołu zapobiegają przytrzaśnięciu.

Różne funkcje redukcji i kontroli ekspozycji sprawiają, że badania są bezpieczniejsze – zarówno dla pacjentów, jak i personelu medycznego. Pulsacyjna fluoroskopia oraz inteligentne filtry utwardzające (filtry utwardzające wiązkę promieniowania), wyjmowana kratka przeciwrozproszeniowa w dowolnej pozycji oraz wirtualna kolimacja pozwalają zminimalizować dawkę promieniowania rentgenowskiego.

To już drugi nowoczesny cyfrowy aparat RTG w limanowskim Szpitalu. Pierwszy zakupiony został w roku 2017 na potrzeby pacjentów Szpitalnego Oddziału Ratunkowego.



info/foto: Szpital Powiatowy w Limanowej

Rak jelita grubego – co o nim wiesz?

Szpital Powiatowy Imienia Miłosierdzia Bożego realizuje projekt pn. „Promowanie profilaktyki raka jelita grubego wśród osób w wieku aktywności zawodowej na terenie powiatów: dąbrowskiego, limanowskiego, nowosądeckiego, oświęcimskiego, suskiego, tatrzańskiego i wadowickiego”. Celem projektu jest podniesienie świadomości społecznej w zakresie profilaktyki raka jelita grubego, zwiększenie zgłaszalności na badania kolonoskopowe oraz promowanie trwałego i wysokiej jakości zatrudnienia na regionalnym rynku pracy m.in. poprzez zapobieganie przerywaniu aktywności zawodowej z przyczyn zdrowotnych. Program realizowany jest dzięki wsparciu ze środków Unii Europejskiej w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Małopolskiego na lata 2014 -2020.

Szpital Powiatowy w Limanowej realizuje projekt w okresie od 1.04.2021 r. do 31.03.2023 roku.

Obecnie rejestracja na badania jest już zamknięta.

W ramach projektu do końca 2022 roku udało się przebadać 1 500 osób w wieku aktywności zawodowej, które mieszkają, pracują lub uczą się na obszarze powiatów: dąbrowskiego, limanowskiego, nowosądeckiego, oświęcimskiego, suskiego, tatrzańskiego i wadowickiego i są w wieku:

- od 50 do 65 lat (częstość występowania polipów i ryzyko ich zezłośliwienia wzrasta z wiekiem. Badania kobiet i mężczyzn między 50 a 65 rokiem życia mają na celu wykrycie zmian potencjalnie wyleczalnych),
- 40 – 49 lat mające krewnego pierwszego stopnia (rodzice, rodzeństwo, dzieci), u którego rozpoznano raka jelita

grubego,

- od 25 do 49 lat i pochodzą z rodzin z zespołem Lyncha,
- od 20 do 49 lat i pochodzą z rodziny z zespołem polipowatości rodzinnej gruczolakowatej – FAP.

Osoby spełniające powyższe kryteria zgłaszały się na badanie samodzielnie lub na podstawie skierowania od lekarza podstawowej opieki zdrowotnej lub specjalisty medycyny pracy. Osoby te nie mogły mieć wykonywanej kolonoskopii w ciągu ostatnich dziesięciu lat.



Rzeczpospolita
Polska



MAŁOPOLSKA

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Poniżej prezentujemy Państwu kilka informacji na temat raka jelita grubego, objawów, czynników zwiększających możliwość jego wystąpienia, a także samego badania kolonoskopowego. Na końcu artykułu dowiedzą się Państwo jakie można podjąć działania profilaktyczne.

Rak jelita grubego to jedna z głównych przyczyn zgonów nowotworowych u obydwu płci. Rak jelita grubego to w krajach europejskich drugi, po raku płuca u mężczyzn i raku piersi u kobiet, najbardziej rozpowszechniony typ nowotworu. Rozwija się powoli, zwykle kilkanaście lat, ze zmian tzw. polipów. Początkowo niewielkie polipy powstają ze zmutowanych komórek nabłonka jelita grubego. Niektóre z nich rozrastają się nadmiernie, zachodzą w nich kolejne mutacje, aż w końcu rozwija się nowotwór, przyjmując w pierwszej fazie formę łagodnych zmian, czyli gruczolaków. Ich usunięcie skutecznie zapobiega ich przekształceniu w inwazyjnego raka, zaś wykrycie początkowego stadium nowotworu złośliwego daje szansę na całkowity powrót do zdrowia. Stąd tak ważne jest odpowiednio wczesne wykrycie choroby. Wcześniej wykryty rak jest również bardzo często wyleczalny. (Źródło: www.wylacZRaka.pl, www.onkologia.org.pl)

Czynniki ryzyka wystąpienia raka jelita grubego:

- wiek – ryzyko zachorowania na nowotwór rośnie po 50. roku życia,
- przebyte choroby zapalne jelit, takie jak wrzodziejące zapalenie jelita grubego oraz choroba Leśniowskiego-Crohna,
- nadciśnienie, otyłość, cukrzyca, hipertriglicydemia, niski HDL,
- tryb życia – niska aktywność fizyczna, palenie papierosów, nadużywanie alkoholu,
- dodatni wywiad w kierunku występowania polipów gruczolakowych lub raka jelita grubego,
- uwarunkowanie genetyczne.

Objawy nowotworów jelita grubego są uzależnione od stopnia zaawansowania choroby i umiejscowienia choroby w obrębie jelita. Do najbardziej typowych, wczesnych objawów należą:

- obecność krwi w/na stolcu i objawy związanej z tym niedokrwistości z niedoboru żelaza (łatwe męczenie się, osłabienie),
- zmiany rytmu wypróżnień w ciągu ostatnich kilku miesięcy,
- utrata wagi.

Badanie kolonoskopowe – przebieg, korzyści

Badanie polega na wprowadzeniu do jelita grubego światłowodu, za pomocą którego można obejrzeć jelito. Istotą profilaktycznej kolonoskopii jest odnalezienie bezobjawowych jeszcze zmian (polipów) i ich usunięcie. Takie postępowanie pozwala zmniejszyć ryzyko zachorowania na raka jelita grubego nawet o 60-90%.

Profilaktyka raka jelita grubego

Każdy z nas ma pewien wpływ na zapobieganie rozwojowi raka w jelicie grubym. Podejmując proste, określone działania związane z trybem życia możemy znacząco (nawet o połowę) zredukować ryzyko zachorowania. Niewiele jest nowotworów występujących tak często, na których powstawanie, wykrywanie a

następnie leczenie mamy wpływ. Zasada jest prosta: pierwszy krok to zapobieganie pojawieniu się nowotworu. To zmiana szkodliwego stylu życia, mająca na celu zapobieganie kancerogenezie, czyli przemianie zdrowych komórek nabłonka jelita w nowotworowe.

Co możesz zrobić, by zminimalizować ryzyko zachorowania na raka jelita grubego?

Nie pal tytoniu. W żadnej formie. Ani czynnie, ani biernie. Nie skazuj osób przebywających z Tobą na działanie dymu tytoniowego. Szczególnie dzieci! Palenie ma negatywny wpływ na powstawanie większości nowotworów ale i na choroby wszystkich układów Twojego ciała, w szczególności na Twoje serce, układ krążenia i płuca.

Utrzymuj prawidłową masę ciała. Twoje ciało to maszyna. Doskonale zaprojektowana, potrafi przetrwać w ekstremalnych warunkach. Ale coraz ciężiej jej przetrwać w Twoim domu, gdzie jest stały dostęp do lodówki a jedzenie jest przetworzone i słabej jakości. Zaniedbana, otłuszczona staje się niewydolna i nie da rady funkcjonować tak jak powinna. Widziałeś kiedyś otyłego 90-latkę? Czy to przyjemne wiązać buty na siedząco w wieku 50 lat? Otyłość nie wydarza się sama. To Ty o tym decydujesz.

Codziennie bądź aktywny fizycznie. Twoje jelito jest w takim stanie jak reszta Twojego ciała. Cierpisz na zaparcia? Podstawa leczenia to ruch (grawitacja) i odpowiednia ilość wypijanych płynów.

Zadbaj o zdrową dietę. Unikaj czerwonego mięsa oraz diety wysokotłuszczowej. Spożywaj duże ilości błonnika: warzyw i owoców. Pij dużo wody. Myśl o jelicie jak o rurze kanalizacyjnej, która wymaga regularnego czyszczenia żeby uniknąć zalegających, gniących resztek uszkadzających nabłonek, powodujących fermentację oraz zaburzenia pasażu stolca.

Jeśli pijesz alkohol – ogranicz jego ilość. Najlepiej nie pij alkoholu. Każda jego ilość jest szkodliwa dla Twojego ciała a nadużywanie również dla psychiki i Twoich bliskich.

Bierz udział w zorganizowanych programach przesiewowych w kierunku raka jelita grubego (mężczyźni i kobiety) www.pbp.org.pl. Gdyby każdy człowiek w wieku 40-50 lat regularnie wykonywał profilaktyczną kolonoskopię moglibyśmy praktycznie wyeliminować raka jelita grubego z populacji.

Informacja o projekcie z tłumaczeniem na Polski Język Migowy

Projekt „Promowanie profilaktyki raka jelita grubego wśród osób w wieku aktywności zawodowej na terenie powiatów: dąbrowskiego, limanowskiego, nowosądeckiego, oświęcimskiego, suskiego, tatrzańskiego i wadowickiego” realizowany jest w ramach 8 Osi Priorytetowej – Rynek pracy, Działania 8.6 Wsparcie na rzecz wydłużania aktywności zawodowej, Poddziałania 8.6.2 Programy zdrowotne, Typ projektu A: Wdrażanie krajowych programów zdrowotnych dotyczących rozwoju profilaktyki nowotworowej w kierunku wykrywania raka jelita grubego, szyjki macicy i piersi Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Małopolskiego na lata 2014-2020, współfinansowanym z Europejskiego Funduszu Społecznego.



Rzeczpospolita
Polska



MAŁOPOLSKA

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Dostępność architektoniczna budynku:

Budynek: Szpital Powiatowy w Limanowej Imienia Miłosierdzia Bożego.

Do budynku podzielonego na części: budynek główny, budynek Zespołu Poradni Specjalistycznych (ZPS) oraz boczne skrzydło budynku (gdzie znajduje się m.in. Pracownia Rezonansu oraz Oddział Pulmonologiczny i Medycyny Paliatywnej) prowadzą odpowiednio 3 wejścia.

Badania w ramach ww projektu realizowane są w Pracowni Endoskopii Przewodu Pokarmowego na II piętrze budynku głównego Szpitala.

Wejście do budynku głównego jest dostosowane do potrzeb osób niepełnosprawnych, przy schodach zewnętrznych budynku jest pochylnia dla niepełnosprawnych wyposażona w poręcze i uchwyty.

Nad wejściami nie ma głośników systemu naprowadzającego dźwiękowo osoby niewidome i słabowidzące. Wejścia nie są zabezpieczone bramkami. W budynku nie ma pętli indukcyjnych. W budynku nie ma oznaczeń w alfabecie braila ani oznaczeń kontrastowych lub w druku powiększonym dla osób niewidomych i słabowidzących.

W budynku głównym, gdzie realizowane są badania, jest winda osobowa z sygnalizatorem głosowym oraz oznaczeniem wypukłym.

Na parterze budynku głównego jest toaleta dla niepełnosprawnych.

Korytarze, które stanowią dojście do Pracowni są szerokie, nie posiadają przeszkód, wystających gablot, które mogłyby utrudniać poruszanie się. Listwy na ścianach są w kolorach kontrastowych. Na korytarzu umieszczona jest ławka dla oczekujących pacjentów.

W odległości około 50 m od budynku głównego wyznaczono 2 miejsca parkingowe dla osób niepełnosprawnych. Ponadto osoby niepełnosprawne mogą korzystać z parkingu nieodpłatnie po okazaniu legitymacji osoby niepełnosprawnej. Dojście do budynku – nawierzchnia z kostki granitowej.

Info/Foto: Szpital Powiatowy w Limanowej

Dobiega końca czwarta edycja bezpłatnych badań dla mężczyzn w wieku 50-75 lat

Mężczyźni z terenu powiatu limanowskiego w przedziale wiekowym 50-75 lat, mogą bezpłatnie wykonać oznaczenie stężenia markera PSA w surowicy krwi. Jest to badanie przesiewowe, które pozwala wykryć bezobjawowego raka prostaty. Badania wykonywane są w ramach kampanii promocyjno – edukacyjnej dotyczącej nowotworu gruczołu krokowego w całości finansowanej ze środków Powiatu Limanowskiego. To już ostatni moment akcji profilaktyki zdrowia, z której będzie można skorzystać jeszcze do 23.12.2022 r. !

W celu wykonania badania stężenia markera PSA w surowicy krwi należy się zgłosić do rejestracji pracowni analitycznej a następnie pobrać krew w punkcie pobrań. Punkt pobrań jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 7.00 – 11.00. Odbiór wyników jest możliwy od poniedziałku do piątku w godzinach 7.00 – 14.00.

Na badanie wykonane w ramach akcji nie jest wymagane skierowanie.

W badaniu mogą brać udział mężczyźni, którzy w ramach kampanii oznaczali poziom markera PSA w ubiegłych latach. Coroczne kontrolowanie wskaźnika PSA jest niezwykle istotne dla zdrowia mężczyzn.

Poniżej prezentujemy informacje na temat samego markera PSA, jak również sposobu przygotowania do badania oraz wskazań do jego wykonania:

Nowotwór gruczołu krokowego

Rak prostaty jest najczęściej występującym nowotworem u mężczyzn. Jest on drugą, zaraz po raku płuc, przyczyną zgonów. Jest to podstępna choroba, we wczesnym stadium nie daje

żadnych objawów. Kiedy jest wykrywany, niejednokrotnie ma postać zaawansowanego nowotworu z przerzutami. W Polsce nowotwór złośliwy gruczołu krokowego najczęściej rozpoznawany jest w II stadium. Z powodu nowotworu prostaty w Polsce co roku umiera około 4 000 mężczyzn. Nowoczesne terapie mogą wydłużyć życie chorych nawet o blisko 5-10 lat oraz znacznie poprawić jego jakość. Dlatego też, w celu wczesnej diagnostyki, jednym z coraz popularniejszych badań kontrolnych jest badanie PSA.

Co to jest PSA?

PSA (ang. Prostate Specific Antigen) to antygen gruczołu krokowego, białko wytwarzane przez komórki stercza. Jego stężenie można oznaczyć w zwykłym badaniu krwi, którą pobiera się z żyły łokciowej pacjenta.

Do czego służy marker PSA?

Marker PSA jest drugim, obok badania prostaty, testem przesiewowym, który pozwala na wykrycie bezobjawowego raka prostaty. Często pozwala na wykrycie choroby na wczesnym etapie rozwoju, dzięki czemu leczenie jest bardziej efektywne. Antygen PSA produkowany jest również przez zdrowy nabłonek w okolicy prostaty i może być wykrywany także u osób ze zdrowym gruczołem, w stanach zapalnych gruczołu, jak i u osób z nowotworem stercza. Dlatego też wynik badania PSA powinien być w każdym przypadku interpretowany przez specjalistę.

Przebieg i przygotowanie do badania

Stężenie poziomu PSA oznacza się w zwykłym badaniu krwi, którą pobiera się z żyły łokciowej pacjenta. Badany nie musi być na czczo, jednak dla wiarygodności wyników powinien pamiętać, że poziom PSA całkowitego może wzrosnąć i utrzymywać się na nienaturalnie wysokim poziomie w ciągu 48 godzin po stosunku czy jeździe na rowerze. Dlatego też co najmniej na dwa dni przed wykonaniem testu PSA badany powinien powstrzymać się od tego typu aktywności.

Kiedy należy wykonać badanie PSA?

Na coroczne badanie poziomu PSA powinien się zgłaszać każdy

mężczyzna po 50. roku życia lub – jeśli należy do grupy podwyższonego ryzyka raka prostaty (mężczyźni, u których w rodzinie występował rak prostaty, oraz osoby rasy czarnej) – powyżej 40. lub 45. roku życia.

Ponadto, badanie poziomu PSA zaleca się u mężczyzn, u których występują takie objawy jak:

- częste oddawanie moczu
- parcie na pęcherz
- osłabienie strumienia moczu
- zaparcia
- bóle pleców w odcinku lędźwiowym kręgosłupa
- utrata wagi
- zaburzenia erekcji

Objawy te wynikają z przerostu gruczołu krokowego, który może mieć charakter nowotworowy. Należy pamiętać, że są one charakterystyczne również dla innych schorzeń, np. zapalenia lub łagodnego przerostu gruczołu krokowego. Dlatego ważne jest, by wynik badania PSA zinterpretowany przez specjalistę.

KAMPAKNA PROMOCYJNO-EDUKACYJNA
dotycząca profilaktyki nowotworu gruczołu krokowego wraz z bezpłatnym oznaczeniem markera PSA dla mężczyzn w wieku 50-75 lat zamieszkałych na terenie Powiatu Limanowskiego

Rak prostaty jest najczęstszym występującym nowotworem u mężczyzn. Byłoby raka gruczołu krokowego można walczyć z sukcesem. Nowotwór ten rzadko objawia się przed 50. rokiem życia, a ponad połowa chorych na w nowotwór rozpoznana choroby ma nieprzeżył 70 lat. W większości przypadków nowotwór ten początkowo nie daje żadnych objawów, może jednak zostać wcześniej wykryty poprzez oznaczenie stężenia swoistego antygenu sterczowego PSA.

Co to jest PSA?
PSA (ang. Prostate Specific Antigen) to antygen gruczołu krokowego, który wydzielany przez komórki stercza. Jego stężenie można oznaczyć w zwykłym badaniu krwi, które pobiera się z żyły łokciowej pacjenta.

O co czego służy marker PSA?
Marker PSA jest drugim, obok badania prostaty, testem przesiewowym, który pozwala na wykrycie bezobjawowego raka prostaty. Często pozwala na wykrycie choroby na wczesnym etapie choroby, dzięki czemu leczenie jest bardziej efektywne. Pacjenci antygen PSA produkowany jest również przez zdrowy rdzeń w okolicy prostaty i może być wydalany także u osób ze zdrowym gruczołem, w stanach zapalnych gruczoła, jak i u osób z nowotworem stercza. Dlatego też wynik badania PSA konieczne skonsultuj z lekarzem rodzinnym lub lekarzem specjalistą.

Nie czekaj! Zadbaj o swoje zdrowie i już dzisiaj zgłoś się na bezpłatne badanie poziomu PSA!

Przebieg i przygotowanie do badania
Stężenie poziomu PSA oznaczane jest w zwykłym badaniu krwi, którą pobiera się z żyły łokciowej pacjenta. Badany nie musi być na czczo, jednak dla wiarygodności wyników powstanie pamiętać, że poziom PSA całkowitego może wzrosnąć i utrzymywać się na nieadekwatnie wysokim poziomie w ciągu 48 godzin po skutunku czy ćwiczeniach fizycznych. Dlatego też nie zapracuj na dwa dni przed wykonaniem testu PSA. Badany powinien pamiętać o tym, aby przed badaniem nie uprawiać seksu.

Kiedy należy wykonać badanie PSA?
Na konkretne badanie poziomu PSA powinien się zgłosić każdy mężczyzna po 50. roku życia lub – jeśli należy do grupy podwyższonego ryzyka raka prostaty (mężczyźni, u których w rodzinie występował rak prostaty) – powyżej 40. lub 45. roku życia.

Badanie poziomu PSA zaleca się u mężczyzn, u których występują takie objawy jak:

- częste oddawanie moczu
- parcie na pęcherz
- osłabienie strumienia moczu
- zaparcia
- bóle pleców w odcinku lędźwiowym kręgosłupa
- utrata wagi
- zaburzenia erekcji

Objawy te wynikają z przerostu gruczołu krokowego, który może mieć charakter nowotworowy. Należy jednak pamiętać, że są one charakterystyczne również dla innych schorzeń, np. zapalenia lub łagodnego przerostu gruczołu krokowego. Dlatego wynik należy zawsze skonsultować z lekarzem.

Nie czekaj! Zadbaj o swoje zdrowie i już dzisiaj zgłoś się na bezpłatne badanie poziomu PSA!

W celu wykonania badania należy się zgłosić do recepcji powiatowego szpitala, w którym wykonano badanie w godzinach: w poniedziałki od 8:00 do 16:00, w czwartki od 8:00 do 16:00, w piątki od 8:00 do 16:00, w soboty od 8:00 do 16:00. Informacje pod numerem telefonu: 33 231 7000 lub 33 231 7001.

Kampania Promocyjno-Edukacyjna

Szpital Powiatowy zaprasza na bezpłatne badania kolonoskopowe w znieczuleniu

Szpital Powiatowy Imienia Miłosierdzia Bożego zaprasza na bezpłatne badania kolonoskopowe w znieczuleniu. Badania realizowane są w ramach projektu pn. „Promowanie profilaktyki raka jelita grubego wśród osób w wieku aktywności zawodowej na terenie powiatów: dąbrowskiego, limanowskiego, nowosądeckiego, oświęcimskiego, suskiego, tatrzańskiego i wadowickiego”.

Celem projektu jest podniesienie świadomości społecznej w zakresie profilaktyki raka jelita grubego, zwiększenie zgłaszalności na badania kolonoskopowe oraz promowanie trwałego i wysokiej jakości zatrudnienia na regionalnym rynku pracy m.in. poprzez zapobieganie przerywaniu aktywności zawodowej z przyczyn zdrowotnych.

Program realizowany jest dzięki wsparciu ze środków Unii Europejskiej w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Małopolskiego na lata 2014 -2020.

Grupę docelową projektu stanowią osoby w wieku aktywności zawodowej mieszkające, pracujące lub uczące się na obszarze powiatów: dąbrowskiego, limanowskiego, nowosądeckiego, oświęcimskiego, suskiego, tatrzańskiego i wadowickiego, które są w wieku:

od 50 do 65 lat – częstość występowania polipów i ryzyko ich zezłośliwienia wzrasta z wiekiem. Badania kobiet i mężczyzn między 50 a 65 rokiem życia mają na celu wykrycie zmian potencjalnie wyleczalnych.

40 – 49 lat mające krewnego pierwszego stopnia (rodzice, rodzeństwo, dzieci), u którego rozpoznano raka jelita grubego, od 25 do 49 lat i pochodzą z rodzin z zespołem Lynch

od 20 do 49 lat i pochodzą z rodziny z zespołem polipowatości rodzinnej gruczolakowatej – FAP

Osoby spełniające powyższe kryteria mogą zgłaszać się na badanie samodzielnie lub na podstawie skierowania od lekarza podstawowej opieki zdrowotnej lub specjalisty medycyny pracy. O zakwalifikowaniu na badania kolonoskopowe decyduje kolejność zgłoszeń. Do badania nie będą kwalifikowane osoby, które miały kolonoskopię w ciągu ostatnich dziesięciu lat.

Osobom zgłaszającym się na badanie Szpital zapewnia bezpłatny środek przygotowujący jelita do badania. Szczegółowe informacje oraz zapisy na badania prowadzone są pod numerem telefonu 668-535-114.

Przed badaniem pacjenci będą proszeni o wypełnienie kilku druków, m.in. formularza zgłoszeniowego. Druki te można również pobrać z linków poniżej i mieć ze sobą w dniu badania lub wcześniej przesłać mailem na adres: kolonoskopia@szpitallimanowa.pl lub faksem: 18/ 33-72-778.

Druki do pobrania:

[Deklaracja udziału w projekcie](#)

[Formularz Zgłoszeniowy](#)

[Ankieta przed badaniem](#)

[Informacja dla Pacjenta – Kolonoskopia](#)

[Upoważnienie](#)

[Oświadczenie lekarz, oświadczenie pacjent](#)

[Ankieta anestezyjologiczna](#)

[Zgoda pacjenta na znieczulenie](#)

[Oświadczenie uczestnika dot. RODO](#)

Przygotowanie do badania

Pracownia Endoskopii limanowskiego Szpitala, w której prowadzone są badania jest dostosowana do potrzeb osób niepełnosprawnych.

Poniżej prezentujemy Państwu kilka informacji na temat raka jelita grubego, czynników zwiększających możliwość jego wystąpienia oraz objawów, a także samego badania kolonoskopowego.

Rak jelita grubego to jedna z głównych przyczyn zgonów nowotworowych u obydwu płci. Rak jelita grubego to w krajach europejskich drugi, po raku płuca u mężczyzn i raku piersi u kobiet, najbardziej rozpowszechniony typ nowotworu. Rozwija się powoli, zwykle kilkanaście lat, ze zmian tzw. polipów. Początkowo niewielkie polipy powstają ze zmutowanych komórek nabłonka jelita grubego. Niektóre z nich rozrastają się nadmiernie, zachodzą w nich kolejne mutacje, aż w końcu rozwija się nowotwór, przyjmując w pierwszej fazie formę łagodnych zmian, czyli gruczolaków. Ich usunięcie skutecznie zapobiega ich przekształceniu w inwazyjnego raka, zaś wykrycie początkowego stadium nowotworu złośliwego daje szansę na całkowity powrót do zdrowia. Stąd tak ważne jest odpowiednio wczesne wykrycie choroby. Wcześniej wykryty rak jest również bardzo często wyleczalny.

Źródło: www.wylacZRaka.pl , www.onkologia.org.pl

Czynniki ryzyka wystąpienia raka jelita grubego:

wiek – ryzyko zachorowania na nowotwór rośnie po 50. roku życia

przebyte choroby zapalne jelit, takie jak wrzodziejące zapalenie jelita grubego oraz choroba Leśniowskiego-Crohna
nadciśnienie, otyłość, cukrzyca, hipertriglicydemia, niski HDL

tryb życia – niska aktywność fizyczna, palenie papierosów, nadużywanie alkoholu

dodatni wywiad w kierunku występowania polipów gruczolakowych
lub raka jelita grubego
uwarunkowanie genetyczne

Objawy nowotworów jelita grubego są uzależnione od stopnia
zaawansowania choroby i umiejscowienia choroby w obrębie
jelita. Do najbardziej typowych, wczesnych objawów należą:

obecność krwi w/na stolcu i objawy związanej z tym
niedokrwistości z niedoboru żelaza (łatwe męczenie się,
osłabienie)

zmiany rytmu wypróżnień w ciągu ostatnich kilku miesięcy
utrata wagi

Badanie kolonoskopowe – przebieg, korzyści

Badanie polega na wprowadzeniu do jelita grubego światłowodu,
za pomocą którego można obejrzeć jelito. Istotą
profilaktycznej kolonoskopii jest odnalezienie bezobjawowych
jeszcze zmian (polipów) i ich usunięcie. Takie postępowanie
pozwała zmniejszyć ryzyko zachorowania na raka jelita grubego
nawet o 60-90%.

Nie czekaj! Już dzisiaj zapisz się na bezpłatne badanie
kolonoskopowe w znieczuleniu w Szpitalu Powiatowym w
Limanowej!

BEZPŁATNE BADANIA KOLONOSKOPOWE W ZNIECZULENIU

„Promowanie profilaktyki raka jelita grubego wśród osób w wieku aktywności zawodowej na terenie powiatów: **dąbrowskiego, limanowskiego, nowosądeckiego, odwiecimskiego, suskiego, tatrzańskiego i wadowickiego**”

Rak jelita grubego

to nowotwór dotyczący się w szczególności lub odbytnicy. To drugi, po raku płuca u mężczyzn i raku piersi u kobiet, najbardziej rozpowszechniony typ nowotworu. Rozwija się powoli, zwykle kilkanaście lat, od czasu rozpoczęcia, tak zwanych polipów. Podlegają one badaniu odpowiednio wcześniej i usuwając polipy, można zapobiec rozwojowi raka.

Czynniki ryzyka wystąpienia raka jelita grubego:

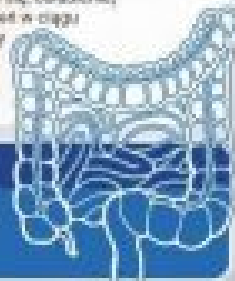
- wiek – ryzyko zachorowania na nowotwór rośnie po 50. roku życia
- przewlekle choroby zapalne jelit, takie jak wrzodziejące zapalenie jelita grubego oraz choroba Leśniowskiego-Crohna
- nadciśnienie, otyłość, cukrzyca, hipertriglicerydemia, niski HDL
- tryb życia – niska aktywność fizyczna, palenie papierosów, nadużywanie alkoholu
- dodatni wywiad w kierunku występowania polipów gruczołowych lub raka jelita grubego
- ewentualowanie genetyczne

Objawy nowotworów jelita grubego są uzależnione od stopnia zaawansowania choroby i umiejscowienia choroby w obrębie jelita. Do najbardziej typowych, wczesnych objawów należą:

- obecność krwi w stolcu i objawy związane z tym niedokrwistości z niedoboru żelaza (łagwe męczące się, osłabienie)
- zmiany rytmu wypróżnień w ciągu ostatnich kilku miesięcy
- utrata wagi

Badanie kolonoskopowe - przebieg, korzyści

Badanie polega na wprowadzeniu do jelita grubego światłowodu, za pomocą którego można obejrzeć jelita, łatwiej profilaktycznie kolonoskopia jest wykonywana bezobjawowych polipów zmian (polipów) i ich usunięcie. Takie postępowanie pozwala zmniejszyć ryzyko zachorowania na raka jelita grubego nawet o 60-90%.



To już czwarta edycja bezpłatnych badań dla mężczyzn w wieku 50-75 lat

Mężczyźni z terenu powiatu limanowskiego, we wskazanym przedziale wiekowym, mogą bezpłatnie wykonać oznaczenie stężenia markera PSA w surowicy krwi. Jest to badanie przesiewowe, które pozwala wykryć bezobjawowego raka prostaty. Badania wykonywane są w ramach kampanii promocyjno – edukacyjnej dotyczącej nowotworu gruczołu krokowego w całości finansowanej ze środków Powiatu Limanowskiego.

W celu wykonania badania należy się zgłosić do rejestracji pracowni analitycznej a następnie pobrać krew w punkcie pobrań. Punkt pobrań jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 7.00 – 11.00. Odbiór wyników jest możliwy od poniedziałku do piątku w godzinach 7.00 – 14.00.

Na badanie wykonane w ramach akcji nie jest wymagane skierowanie.

W badaniu mogą brać udział mężczyźni, którzy w ramach kampanii oznaczali poziom markera PSA w ubiegłych latach. Coroczne kontrolowanie wskaźnika PSA jest niezwykle istotne dla zdrowia mężczyzn. Skorzystać

Poniżej prezentujemy informacje na temat samego markera PSA, jak również sposobu przygotowania do badania oraz wskazań do jego wykonania.

Nowotwór gruczołu krokowego

Rak prostaty jest najczęściej występującym nowotworem u mężczyzn. Jest on drugą, zaraz po raku płuc, przyczyną zgonów. Jest to podstępna choroba, we wczesnym stadium nie daje żadnych objawów. Kiedy jest wykrywany, niejednokrotnie ma postać zaawansowanego nowotworu z przerzutami. W Polsce nowotwór złośliwy gruczołu krokowego najczęściej rozpoznawany jest w II stadium. Z powodu nowotworu prostaty w Polsce co roku umiera około 4 000 mężczyzn. Nowoczesne terapie mogą wydłużyć życie chorych nawet o blisko 5-10 lat oraz znacznie poprawić jego jakość. Dlatego też, w celu wczesnej diagnostyki, jednym z coraz popularniejszych badań kontrolnych jest badanie PSA.

Co to jest PSA?

PSA (ang. Prostate Specific Antigen) to antygen gruczołu krokowego, białko wytwarzane przez komórki stercza. Jego stężenie można oznaczyć w zwykłym badaniu krwi, którą pobiera się z żyły łokciowej pacjenta.

Do czego służy marker PSA?

Marker PSA jest drugim, obok badania prostaty, testem przesiewowym, który pozwala na wykrycie bezobjawowego raka

prostaty. Często pozwala na wykrycie choroby na wczesnym etapie rozwoju, dzięki czemu leczenie jest bardziej efektywne. Antygen PSA produkowany jest również przez zdrowy nabłonek w okolicy prostaty i może być wykrywany także u osób ze zdrowym gruczołem, w stanach zapalnych gruczołu, jak i u osób z nowotworem stercza. Dlatego też wynik badania PSA powinien być w każdym przypadku interpretowany przez specjalistę.

Przebieg i przygotowanie do badania

Stężenie poziomu PSA oznacza się w zwykłym badaniu krwi, którą pobiera się z żyły łokciowej pacjenta. Badany nie musi być na czczo, jednak dla wiarygodności wyników powinien pamiętać, że poziom PSA całkowitego może wzrosnąć i utrzymywać się na nienaturalnie wysokim poziomie w ciągu 48 godzin po stosunku czy jeździe na rowerze. Dlatego też co najmniej na dwa dni przed wykonaniem testu PSA badany powinien powstrzymać się od tego typu aktywności.

Kiedy należy wykonać badanie PSA?

Na coroczne badanie poziomu PSA powinien się zgłaszać każdy mężczyzna po 50. roku życia lub – jeśli należy do grupy podwyższonego ryzyka raka prostaty (mężczyźni, u których w rodzinie występował rak prostaty, oraz osoby rasy czarnej) – powyżej 40. lub 45. roku życia.

Ponadto, badanie poziomu PSA zaleca się u mężczyzn, u których występują takie objawy jak:

- częste oddawanie moczu
- parcie na pęcherz
- osłabienie strumienia moczu
- zaparcia
- bóle pleców w odcinku lędźwiowym kręgosłupa
- utrata wagi
- zaburzenia erekcji

Objawy te wynikają z przerostu gruczołu krokowego, który może mieć charakter nowotworowy. Należy pamiętać, że są one charakterystyczne również dla innych schorzeń, np. zapalenia lub łagodnego przerostu gruczołu krokowego. Dlatego ważne

jest, by wynik badania PSA zinterpretowany przez specjalistę.

 ul. J. Piłsudskiego 61, 34-600 Limanowa
www.szpitallimanowa.pl
e-mail: szpitallimanowa@szpitallimanowa.pl

 **SZPITAL POWIATOWY**
w Limanowej
Imienia Miłosierdzia Bożego

KAMPANIA PROMOCYJNO – EDUKACYJNA

dotycząca profilaktyki nowotworu
gruczołu krokowego **wraz z bezpłatnym
oznaczeniem markera PSA**
dla mężczyzn w wieku **50-75 lat**
zamieszkałych na terenie Powiatu Limanowskiego

Rak prostaty jest najczęściej występującym nowotworem u mężczyzn. Ryzyko raka gruczołu krokowego wzrasta wraz z wiekiem. Nowotwór ten rzadko ujawnia się przed 50. rokiem życia, a ponad połowa chorych ma w momencie rozpoznania choroby co najmniej 70 lat. W większości przypadków nowotwór ten początkowo nie daje żadnych objawów, może jednak zostać wcześniej wykryty poprzez oznaczenie stężenia swoistego antygenu sterczowego PSA.

Co to jest PSA?
PSA (ang. Prostate Specific Antigen) to antygen gruczołu krokowego, białko wytwarzane przez komórki stercza. Jego stężenie można oznaczyć w zwykłym badaniu krwi, która pobiera się z żyły łokciowej pacjenta.

Do czego służy marker PSA?
Marker PSA jest drugim, obok badania prostaty, testem przesiewowym, który pozwala na wykrycie bezobjawowego raka prostaty. Często pozwala na wykrycie choroby na wczesnym etapie rozwoju, dzięki czemu leczenie jest bardziej efektywne. Pamiętaj! antygen PSA produkowany jest również przez zdrowy nabłonek w okolicy prostaty i może być wykrywany także u osób ze zdrowym gruczołem, w stanach zapalnych gruczołu, jak i u osób z nowotworem stercza. Dlatego też wynik badania PSA koniecznie skonsultuj z lekarzem rodzinnym lub lekarzem specjalistą.

Nie czekaj! Zadbaj o swoje zdrowie i już dzisiaj zgłoś się na bezpłatne badanie poziomu PSA!

Przebieg i przygotowanie do badania

Stężenie poziomu PSA oznacza się w zwykłym badaniu krwi, którą pobiera się z żyły łokciowej pacjenta. Badany nie musi być na czczo, jednak dla wiarygodności wyników powinien pamiętać, że poziom PSA całkowitego może wzrosnąć i utrzymywać się na nienaturalnie wysokim poziomie w ciągu 48 godzin po stosunku czy ćwiczeniach fizycznych. Dlatego też co najmniej na dwa dni przed wykonaniem testu PSA badany powinien powstrzymać się od tego typu aktywności.

Kiedy należy wykonać badanie PSA?

Na coroczne badanie poziomu PSA powinni się zgłaszać każdy mężczyzna po 50. roku życia lub – jeśli należy do grupy podwyższonego ryzyka raka prostaty (mężczyźni, u których w rodzinie występował rak prostaty) – powyżej 40. lub 45. roku życia.

Badanie poziomu PSA zaleca się u mężczyzn, u których występują takie objawy jak:

- częste oddawanie moczu
- bóle pleców w odcinku lędźwiowym kręgosłupa
- parcie na pęcherz
- utrata wagi
- osłabienie strumienia moczu
- zaburzenia erekcji
- zaparcia

Objawy te wynikają z przerostu gruczołu krokowego, który może mieć charakter nowotworowy. Należy jednak pamiętać, że są one charakterystyczne również dla innych schorzeń, np. zapalenia lub łagodnego przerostu gruczołu krokowego. Dlatego wynik należy zawsze skonsultować z lekarzem.

Nie czekaj! Zadbaj o swoje zdrowie i już dzisiaj zgłoś się na bezpłatne badanie poziomu PSA!

W celu wykonania badania należy się zgłosić do rejestracji pracowni analitycznej, a następnie wykonać badanie w punkcie pobrań. Punkt pobrań jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 7.00 – 11.00. Informacja pod numerem telefonu: 18/ 33 01 700 wew. 844

Kampania finansowana ze środków Powiatu Limanowskiego