

# SVETOVÝ DEŇ ZDRAVIA

**7. apríl**

Každoročne na tento deň pripadá Svetový deň zdravia (World Healthy Day), ktorý bol vyhlásený v roku 1950 Svetovou zdravotníckou organizáciou (WHO) ako pripomenutie vzniku WHO v roku 1948. Tento dátum býva tradične sprevádzaný celosvetovými podujatiami sústreďujúcimi sa na každoročne vyhlasovanú tému.

WHO využíva Svetový deň zdravia na informovanie svetového spoločenstva, ale najmä na jeho mobilizáciu pre riešenie aktuálnych závažných problémov, ktoré priamo súvisia so zdravím, alebo majú na zdravie negatívny dopad. Cieľom Svetového dňa zdravia je zvyšovať celosvetové povedomie o špecifických problémoch týkajúcich sa zdravia, ktorými sa prioritne zaoberá Svetová zdravotnícka organizácia.

Svetový deň zdravia 2019 dáva do povedomia, že zdravotná starostlivosť má byť dostupná nie len jednotlivcom, ale celej spoločnosti ako celku. Tento rok sa apeluje na dôsledné zhromažďovanie zdravotných údajov, aby sa mohlo zamerať na problémy a robiť zmeny tam, kde sú najviac potrebné.

Univerzálne zdravotné pokrytie je jedným z cieľov WHO. Kľúčom k jeho dosiahnutiu je zabezpečiť, aby každý mohol získať starostlivosť, ktorú potrebuje.

Pokrok sa dosiahol v mnohých krajinách vo všetkých regiónoch sveta, no milióny ľudí však stále nemá prístup k zdravotnej starostlivosti. Sú nútení vybrať si medzi zdravotnou starostlivosťou a inými dennými výdavkami, ako sú potraviny, oblečenie a dokonca aj bývanie. Kvalitná zdravotná starostlivosť je dobrá pre naše zdravie, dobrá pre hospodárstvo a dobrá i pre spoločnosť. WHO preto vyzýva svetových lídrov, aby zlepšenie zdravia bolo pre všetkých skutočnosťou!

Ak Vám nie je ľahostajné Vaše zdravie, zväzťe aký máte deficit v tejto oblasti a čo všetko o sebe nevíete. V **poradni zdravia**, ktorá pracuje v priestoroch Regionálneho úradu verejného zdravotníctva, Kuzmányho 18 v Bardejove, sa bezplatne vykonávajú vyšetrenia niektorých rizikových faktorov: meranie tlaku krvi, hmotnosti, pričom stanovíme % podkožného tuku, svalstva a vody v tele, z krvi vyšetrenie cholesterolu, triglyceridov, glukózy, HDL cholesterolu. Ak máte problém s nadváhou, v **poradni obezity** poskytujeme následne poradenstvo, ako upraviť váhu, vyhodnotíme a prekonzultujeme Váš jedálniček. Vedeíme

**poradňu pohybovej aktivity**, kde pravidelne 2 x týždenne cvičíme. Poskytujeme aj **poradenstvo na odvykanie od fajčenia** v poradni, kde fajčiarom stanovíme hladinu COHb a CO vo vydychovanom vzduchu.

Klientom poradne sa môže stať každý občan, ktorý sa do poradne objedná osobne alebo telefonicky na tel. č. 4880716.