

Promocja zdrowia pracowników GEOPOMP - PRO4MED

Od dawna, zdrowie było zawsze jedną z najważniejszych wartości, o które zabiegał człowiek. Pomimo upływu czasu nic w tym



względzie się nie zmieniło. Zdrowie stanowi podstawę do osiągnięcia celów życiowych, realizacji zamierzeń, pragnień i ambicji. Postrzegane jest również jako jeden z podstawowych zasobów społecznych i ekonomicznych, ponieważ tylko zdrowe społeczeństwo może rozwijać się, tworzyć i osiągać najwyższy poziom jakości życia.

Zdrowie – według definicji Światowej Organizacji Zdrowia – to stan pełnego fizycznego, umysłowego i społecznego dobrostanu. W ostatnich latach definicja ta została uzupełniona o sprawność do prowadzenia produktywnego życia społecznego i ekonomicznego, a także wymiar duchowy.

Definicja ta wyraźnie podkreśla, że kształtowanie czynników wpływających na zdrowie człowieka, (zarówno pozytywnie, jak i negatywnie) zależy w ogromnej większości od niego samego. Styl życia oraz zachowania zdrowotne, które wybierze, znacząco wpłyną na jego kondycję biopsychospołeczną oraz jakość życia.



Zakres promocji zdrowia proponowany przez WHO obejmuje edukację zdrowotną, której celem jest kształtowanie postaw i zachowań prozdrowotnych, organizację ochrony zdrowia, tworzenie odpowiednich przepisów prawnych oraz profilaktykę chorób; zdrowie jest rozumiane nie tylko jako wartość indywidualna, ale jako zasób, którego posiadanie pozwala jednostkom i grupom (społecznościom) na realizację aspiracji, zaspokajanie potrzeb i tworzenie dóbr; takie pojmowanie zdrowia wprowadza myślenie ekon. do formułowanej w kategoriach biol., psychol. i socjol. definicji zdrowia. W ostatnich latach w ramach promocji zdrowia wyróżnia się kilka grup problemów: eksponowanie znaczenia czynników ryzyka oraz działania edukacyjne zmierzające do wskazania sposobów uniknięcia niektórych chorób (choroby serca, choroby nowotworowe) przez zalecenia dotyczące stylu życia, diety, zachowań; społ. politykę zdrowotną jako część polityki społ. państwa, rozwój środowisk wspierających zdrowie; świadczenia na rzecz zdrowia; społ. odpowiedzialność za własne zdrowie przez prozdrowotny styl życia; ochronę środowiska; wprowadzanie norm dla produkcji i handlu; szacowanie nakładów na nar. programy zdrowotne. Złożoność uwarunkowań zdrowia zakłada konieczność ścisłej współpracy między wieloma sektorami, dotyczy nie tylko ochrony zdrowia, lecz także administracji państw., samorządów i organizacji pozarządowych.



Uświadomienie ludziom ich ogromnych możliwości w zakresie ochrony i potęgowania własnego zdrowia jest jednym z podstawowych zadań, a jednocześnie warunków powodzenia, wszelkich poczynań w zakresie promocji zdrowia, która jest procesem umożliwiającym każdemu człowiekowi zwiększenie oddziaływania na własne zdrowie, w sensie jego poprawy i utrzymania.

Podstawowym i niezbędnym warunkiem podejmowania przez ludzi pożądanego dla zdrowia zachowań i rezygnowania z zachowań szkodliwych, jest przekazywanie im wiedzy na temat zdrowia i jego uwarunkowań. Oprócz tego, warunkiem sukcesu w zakresie działań promujących zdrowie, jest kształtowanie u odbiorców odpowiedzialności, motywacji, a także pozytywnego nastawienia do inicjatyw prozdrowotnych. Edukacja zdrowotna oraz planowanie i realizowanie różnorodnych działań profilaktycznych, to podstawowe formy promowania zdrowia.

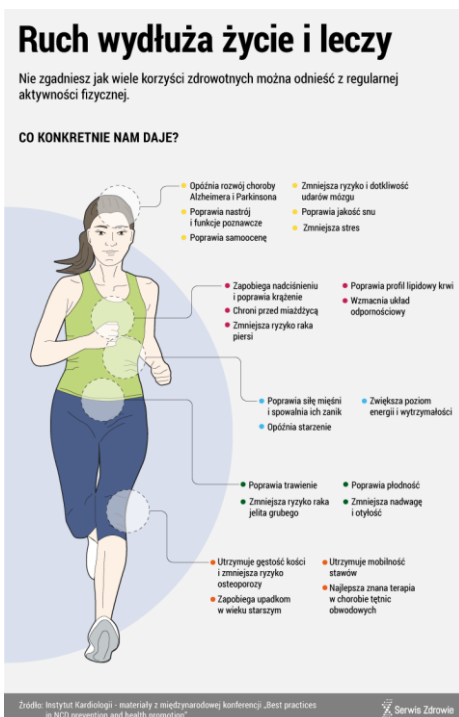
Do zadań promocji zdrowia w miejscu pracy można zakwalifikować:

- propagowanie zdrowego odżywiania się w pracy poprzez np. rozprzestrzenianie wiedzy na ten temat lub zmodyfikowanie menu w stołówkach (wprowadzenie tzw. „zdrowej żywności”)
- naświetlenie problemu szkodliwości palenia tytoniu, m.in. poprzez proponowanie udziału w programach motywujących do rozstania się z nałogiem czy wprowadzenie całkowitego zakazu palenia na terenie firmy
- promowanie zdrowia psychicznego, poprzez np. umożliwienie udziału w warsztatach uczących radzenia sobie ze stresem czy zapewnienie wsparcia psychologicznego dla wszystkich pracowników
- działania dążące do poprawy samopoczucia w miejscu pracy, np. elastyczny czas pracy, praca w domu
- wspieranie **aktywności fizycznej** poprzez np. dostęp do obiektów sportowych, zachęcanie do ćwiczeń, oferowanie kursów sportowych
- dbałość o ogólny stan zdrowia poprzez np. zapewnienie okresowych badań ciśnienia krwi czy poziomu cholesterolu
- zachęcanie do udziału pracowników w procesie polepszenia organizacji pracy
- **dbałość o ogólny stan zdrowia poprzez np. zapewnienie** okresowych badań ciśnienia krwi czy poziomu cholesterolu.

Korzyści dla pracodawcy z podejmowania programów promujących aktywność fizyczną w miejscu pracy

- poprawa wizerunku firmy: pracodawca wysyła sygnał, że troszczy się o podwładnych, a firma posiada dobry status ekonomiczny i jest zarządzana w nowoczesny sposób;
- rozwój osobisty personelu: nabywanie umiejętności radzenia sobie ze stresem, wzrost poczucia własnej wartości, otwarcie na nowe wyzwania, poprawa kompetencji i zaangażowania;
- oszczędności kapitałowe: ograniczenie m.in. kosztów absencji chorobowej, wypadków, ryzyka zawodowego, ubezpieczeń;
- poprawa relacji wewnątrz firmy: integracja personelu, wzrost poziomu moralności i lojalności pracowników
- zwiększenie poziomu satysfakcji zawodowej pracowników

Korzyści dla pracownika z podejmowania aktywności fizycznej



• poprawa stanu zdrowia (m.in. większa wydolność i sprawność układu krążenia, większa zawartość tlenu we krwi, niższe ciśnienie tętnicze krwi, poprawa wentylacji i zwiększenie pojemności płuc, zapobieganie otyłości, poprawa pracy układu trawiennego, wzmocnienie mięśni, więzadeł, ścięgien, zwiększenie gęstości kości)

• poprawa samopoczucia, łatwiejsze radzenie sobie ze stresem, poprawa jakości snu, wzrost samooceny, zmniejszenie objawów depresyjnych, poprawa koordynacji psychoruchowej i percepcji wzrokowej

• poprawa wzajemnych relacji pomiędzy pracownikami

• poprawa jakości i efektywności wykonywanej pracy

• zwiększenie produkcji firmy i wydajności pracowników.

Inżynieria odwrotna w medycynie

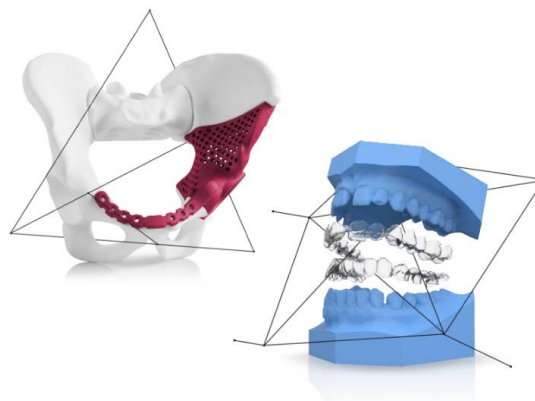
Skanery 3D w medycynie – nowoczesne rozwiązania dla celów medycznych.



ciała. sprawia, że skanowanie 3D jest w 100% bezpieczne dla żywych organizmów. Skanery nie wytwarzają promieniowania magnetycznego, które mogłoby uszkodzić lub nawet zniszczyć aparaturę medyczną. Dodatkowo, skanery są lekkie i wygodne. Są zasilane na baterie, dzięki czemu można je stosować w dowolnym miejscu.

Użycie skanerów 3D w medycynie i pokrewnych dziedzinach nauki odnalazło bardzo szerokie zastosowanie. Dzięki niemu możemy wykonać skan człowieka szybko, bezpiecznie i co najważniejsze niesamowicie dokładnie, wszędzie tam, gdzie potrzebny jest model 3D ludzkiego

Wykorzystanie w technologii światła strukturalnego



Ortopedia i opieka pourazowa



Skanery 3D używane są w tej dziedzinie min. do badania i diagnozowania wad postawy, deformacji kończyn czy lejkowatości klatki piersiowej. Skanery 3D pozwalają na precyzyjne zaprojektowanie gorsetów, butów czy wkładek ortopedycznych, a także spersonalizowanych stabilizatorów, ortez oraz pionizatorów.

Dermatologia

Dzięki użyciu skanerów 3D możliwe jest bezinwazyjne badanie zmian skórnych, głębokości ran, blizn i innych defektów skóry. Skanery 3D w dermatologii umożliwiają monitorowanie i dokumentację postępów leczenia.

Ultraszybki pomiar w medycynie.

Dzięki szybkiemu pomiarowi, który nie przekracza 0,2 sekundy, SMARTTECH3D portable może zostać wykorzystany bezpośrednio w gabinecie lekarskim przy skanowaniu części ciała. Wynik pomiaru posłuży przy tworzeniu wirtualnego modelu pacjenta, który pomoże przy planowaniu operacji.

Posiadając możliwość wykonywania pomiarów w kolorze pozwoli również pozyskać informacje o zmianach skórnych, które posłużą do weryfikacji stosowanej kuracji.

<https://www.scanner3d.pl/skanery-3d/medycyna/>

<https://www.scanner3d.pl/skanery-3d/przemysl/micron3d/>

Wykorzystanie druku 3D w medycynie

Druk 3D jest techniką, która dzięki swoim właściwościom w coraz szerszym zakresie wspiera medycynę. Stosuje się go na etapie przygotowań do operacji – precyzyjnie wydrukowane modele, np. kręgosłupa, pozwalają przeprowadzić analizę chirurgiczną, zmniejszając ryzyko wystąpienia błędów w czasie właściwej operacji. Druk przestrzenny to także pomoce szkolne i akademickie – modele organów, których produkcja niskoseryjna z wykorzystaniem tradycyjnych metod byłaby nieopłacalna.

Walczymy z pandemią koronawirusa

W trudnej sytuacji pandemii postanowiliśmy wykorzystać naszą wiedzę i doświadczenie oraz potencjał kadrowy przy współpracy z Pro4Med Sp. z o.o. do walki z koronawirusem. Z uwagi na trudności w kontaktach z naszymi kontrahentami i podwykonawcami czujemy się w obowiązku podjąć aktywne działania na rzecz ochrony zdrowia i życia. Chcemy realnie przyczynić się do polepszenia obecnej sytuacji. Zmobilizowaliśmy cały zespół GEOPOMP oraz zaprzyjaźnione firmy i instytucje. Dbamy o swoje zdrowie, aby w niezakłócony sposób realizować składane nam zamówienia. Dokładamy wszelkich starań, aby wykorzystać nasz potencjał najlepiej, jak tylko jest to możliwe. W myśl zasady, że obecną pandemię pokonamy tylko odpowiednio zabezpieczeni i uzbrojeni w rzetelną wiedzę – czyli wartości, które propagujemy dla dobra całej społeczności.

Pamiętajmy, że wspierając się wzajemnie, możemy efektywniej pomagać służbie zdrowia, pacjentom, seniorom, młodzieży i dzieciom. Razem możemy zdecydowanie więcej!

Informujemy, iż zgodnie z rekomendacją Ministerstwa Zdrowia, aby sprawdzić czy jesteśmy wolni od koronawirusa, należy przeprowadzić test według poniższych zaleceń.

Jak się przygotować do badania w mobilnym punkcie pobrań?



MINIMUM 2 GODZINY PRZED BADANIEM:



nie spożywaj posiłków



nie pij



nie żuj gumy



nie myj zębów



nie płucz jamy ustnej i nosa



nie przyjmuj leków



nie pal papierosów

Promujemy szczepienia na COVID-19 – popieramy Narodowy Program Szczepień

"Nie ma co czekać, spoglądać, jak inni postąpią. Teraz jest nasz czas, to my mamy dać przykład. Wszyscy tęsknimy za normalnością, za powrotem do normalnej nielimitowanej pandemicznymi ograniczeniami pracy. To umożliwi nam szczepionka"

Według zaleceń Rady Europejskiej – wspólnie we współpracy z Pro4MED Sp. z o.o. prowadzimy koordynację na rzecz bezpiecznych i skutecznych szczepień



Źródło: <https://www.consilium.europa.eu/pl/infographics/covid-19-vaccines/#>

W grudniu zaszczepią się pracownicy służby zdrowia

Jako pierwsi zostaną zaszczepione osoby z tzw. grupy „0”, wskazanej w Narodowym Programie Szczepień. To:

- pracownicy szpitala węzłowego,
- pracownicy pozostałych podmiotów wykonujących działalność leczniczą w tym stacji sanitarno-epidemiologicznych,
- pracownicy domów pomocy społecznej i miejskich ośrodków pomocy społecznej,
- pracownicy aptek, punktów aptecznych, punktów zaopatrzenia w wyroby medyczne, hurtowni farmaceutycznych, w tym firm transportujących leki,
- osoby zatrudnione na uczelni medycznych i studenci kierunków medycznych,
- osoby zatrudnione w izbach lekarskich, pielęgniarek i położnych, aptekarskich oraz diagnostów laboratoryjnych i fizjoterapeutów;



Ze szczepienia w pierwszej kolejności skorzysta personel niemedyczny – czyli administracyjny i pomocniczy, który pracuje w tych placówkach. Zaszczepić będą się mogły także osoby zatrudnione w firmach współpracujących z tymi podmiotami, którzy przebywają w trybie ciągłym w danej placówce.

– Szczepionka jest dobrowolna, ale gorąco zachęcamy do tego, żeby ona stała się tym prawdziwym przełomem dla zdrowia

publicznego i zdrowia indywidualnego wszystkich ludzi oraz przełomem w życiu gospodarczym. Im szybciej zwalczymy wirusa, tym szybciej będziemy mogli powrócić do gospodarczej normalności – powiedział premier Mateusz Morawiecki.

Infografika – źródło: <https://www.consilium.europa.eu/pl/policies/coronavirus/>

Proces zgłoszeń medyków do 28 grudnia – przez formularz online

1. Osoby z grupy „0”, które chcą zaszczepić się przeciwko COVID-19, zgłaszają się do swojego pracodawcy, przekazując jednocześnie wypełnione oświadczenie o zgodzie na przetwarzanie danych osobowych.
2. Pracodawca wybiera szpital węzłowy i przekazuje zbiorcze zestawienie chętnych pracowników do danego szpitala.

Ważne! Przy zgłoszeniu pracodawca może skorzystać z przeznaczonego do tego formularza online dostępnego pod adresem: <https://szczepieniakadry.rcb.gov.pl/>. Jeżeli dany podmiot przekazał już zgłoszenie poprzez gabinet.gov.pl, to nie musi ponownie go przysyłać za pośrednictwem formularza.

3. Szpital węzłowy ustala grafik i zaprasza na szczepienia – wystawia dla wskazanych pracowników e-skierowania i umawia z daną placówką datę szczepienia zgłoszonego personelu (dzień lub więcej dni tylko dla danej placówki).
4. Osoba, która została zaproszona na szczepienie musi pojawić się w danej placówce, przejść kwalifikację i podpisać zgodę na szczepienie.
5. Po przyjęciu pierwszej dawki szczepionki w tym samym szpitalu węzłowym należy umówić się na podanie drugiej dawki szczepionki.
6. Jeżeli dana osoba nie może zaszczepić się w terminie zaproponowanym przez szpital węzłowy, należy zgłosić się do koordynatora szczepień i umówić na inny termin.

Źródło: <https://www.gov.pl>

Szczegółowe i najbardziej aktualne informacje na temat szczepień można uzyskać, dzwoniąc na bezpłatną infolinię Narodowego Programu Szczepień przeciw COVID-19 pod numer 989 (lub (22) 62 62 989)