

Szakmai feljegyzés, emlékeztető

Program címe: EÜ Szűrőnap

Időpont: 2026.03.28. (szombat) 9:00-14:00 óra

Helyszín: Művelődési Ház és Bányászati Kiállítóhely (3245 Recsk, Várbükki út 10.)

Szervező: Recsk Nagyközség Önkormányzata

Projekt száma és címe: TOP_PLUSZ-3.1.3-23-HE1-2024-00005 azonosítószámú, "Helyi humán fejlesztések Recskén"

Az egészségügyi szolgáltatást nyújtó cég neve: NorthRose – INT Kft. (1188 Budapest, Ültetvény u. 8.)

A program célja a lakosság egészségi állapotának térítésmentes, több szakterületre kiterjedő helyszíni felmérése, a kockázati tényezők korai felismerése, továbbá az egészségtudatosság, a prevenció és az egészségnevelés erősítése volt. A program keretében a résztvevők komplex szűrővizsgálatokon, személyre szabott tanácsadáson és szükség esetén további ellátásra irányító szakmai konzultáción vehettek részt.

Az EÜ Szűrőnap szakmai sajátosságát az adta, hogy a hasi ultrahangvizsgálat és a pajzsmirigy-ultrahangvizsgálat kiemelt szerepet kapott. Ennek eredményeként az egyéb vizsgálatok eredményei több esetben célzottabban, egymással összefüggésben voltak értelmezhetők, ami a résztvevők további vizsgálatokra történő irányítását és a helyszíni szakmai tanácsadást megalapozottabbá tette.

Fogászati állapotfelmérés

A fogászati állapotfelmérés során a szakemberek a szájüreg, a fogazat, a fogíny és a fogágy állapotát vizsgálták, továbbá figyelmet fordítottak a szájüregi daganatos elváltozások korai jeleinek felismerésére is. A vizsgálat szerves részét képezte a szájhigiénés állapot felmérése és az alapvető megelőző szájápolási tanácsadás.

A szűrés során szerzett tapasztalatok megerősítették, hogy a szájüreg állapota az általános egészségi állapottal, az életmódbeli kockázatokkal és a krónikus gyulladásos folyamatokkal is összefüggésben állhat. A fogászati vizsgálat eredményei ezért nemcsak önmagukban bírtak jelentőséggel, hanem a többi szűrési terület megállapításaival együtt értelmezve is hozzájárultak a résztvevők egészségi állapotának komplexebb megítéléséhez.

A résztvevők szükség szerint fogorvosi kontrollra, további diagnosztikai vizsgálatra, illetve rendszeres szájhigiénés gondozásra kaptak javaslatot.

Tüdőgyógyászati felmérés

A tüdőgyógyászati vizsgálatok keretében légzésfunkciós mérés, pulzoximetriás ellenőrzés, valamint a krónikus obstruktív tüdőbetegség kockázatának felmérése történt. A szűréshez dohányzásról történő leszokást támogató tanácsadás is kapcsolódott.

A vizsgálati eredmények különösen jól összevethetők voltak a szív- és érrendszeri vizsgálatok, valamint a testösszetétel-elemzés megállapításaival, mivel a légzőszervi terhelhetőség, az általános fizikai állapot és a kardiovaszkuláris kockázati tényezők több esetben egymással szoros összefüggésben értelmezhetők. Ez a szakmai megközelítés hozzájárult ahhoz, hogy a résztvevők átfogóbb képet kapjanak saját egészségi állapotukról.

Szükség esetén háziorvosi, tüdőgondozói vagy további képalkotó vizsgálatok igénybevételére történt szakmai javaslattevés.

Hasi ultrahangvizsgálat

A hasi ultrahangvizsgálat a program egyik kiemelt szakmai eleme volt. A vizsgálat célja a máj, az epehólyag, a hasnyálmirigy, a lép, a vesék, valamint a nagyobb erek és nyirokcsomók állapotának áttekintése, továbbá az esetleges szerkezeti eltérések, gyulladásos folyamatok vagy egyéb további kivizsgálást indokló elváltozások gyanújának felismerése volt.

A hasi ultrahang különös jelentősége abban állt, hogy gyors, fájdalommentes és célzott diagnosztikai tájékoztatót biztosított, amely a laborvizsgálati eredményekkel, a testösszetételi adatokkal és a táplálkozási tanácsadás során feltárt életmódbeli kockázatokkal együtt értelmezve pontosabb szakmai következtetések levonását tette lehetővé. A vizsgálat ezáltal orientáló szerepet töltött be a teljes szűrési folyamatban.

A vizsgálatot követően szükség szerint háziorvosi kontroll, laboratóriumi után követés, illetve szakorvosi kivizsgálás javaslata történt.

Testösszetétel-elemzés

A testösszetétel-elemzés során sor került testsúly-, testmagasság- és körfogatmérésre, ödémavizsgálatra, testtömegindex-meghatározásra, valamint a sarokcsont csontsűrűségének vizsgálatára. A felmérés lehetőséget biztosított a tápláltsági állapot, az esetleges túlsúly, a centrális zsírfelhalmozódás és más, életmóddal összefüggő egészségügyi kockázatok azonosítására.

A vizsgálati eredmények a szív- és érrendszeri állapotfelméréssel, a laborvizsgálatokkal és a hasi ultrahang megállapításaival együtt értelmezve különösen hasznosnak bizonyultak az anyagcsere- és kardiometabolikus kockázatok megítélése szempontjából. Ez a több szakterületet összekapcsoló megközelítés erősítette a helyszíni szakmai tanácsadás megalapozottságát.

A résztvevők személyre szabott életmódbeli, testsúlyrendezésre, fizikai aktivitásra és szükség esetén további kivizsgálásra vonatkozó javaslatokat kaptak.

Szemészeti szűrés

A szemészeti szűrés keretében látásélesség-vizsgálat, dioptriafelmérés, színtévesztés-szűrés, zöldhályogszűrés, valamint szemészeti tanácsadás valósult meg. A vizsgálatok célja nemcsak a látásromlás felismerése volt, hanem azon állapotok kiszűrése is, amelyek hosszabb távon életminőségromláshoz vagy további szövődményekhez vezethetnek.

A szemészeti megállapítások több esetben fontos kiegészítő információt nyújtottak az általános keringési és anyagcsere-állapot megítéléséhez is. A szemészeti szűrés ezért a komplex egészségi állapotfelmérés részeként külön szakmai értéket képviselt, mivel a résztvevők egy helyszínen, több szakterület eredményeinek összefüggésében kaphattak visszajelzést.

Szükség esetén szemészeti szakrendelés, kontrollvizsgálat vagy további műszeres vizsgálat javaslata hangzott el.

Laborvizsgálatok

A helyszíni laborvizsgálatok keretében vércukorszint-, koleszterinszint-, PSA- és Ca125-meghatározás történt. A vizsgálatok célja az volt, hogy a résztvevők gyors és azonnal értelmezhető képet kapjanak néhány fontos anyagcsere- és kockázati paraméterükről.

A laboreredmények szakmai jelentőségét növelte, hogy azok a hasi és pajzsmirigy-ultrahang, a kardiovaszkuláris vizsgálatok és a testösszetétel-elemzés eredményeivel együtt kerültek értelmezésre.

Ez a komplexebb megközelítés nemcsak az eltérések korai felismerését segítette, hanem a további teendők irányának pontosabb meghatározását is lehetővé tette.

Az érintettek szükség esetén háziorvosi kontrollra, részletesebb laborvizsgálatra vagy szakorvosi konzultációra kaptak javaslatot.

Önvizsgálat tanítása

Az önvizsgálat tanítása során a résztvevők a leggyakoribb népbetegségekhez kapcsolódó alapvető önellenőrzési és tünetfelismerési ismereteket sajátíthatták el. Kiemelt hangsúlyt kapott a vérnyomásmérés helyes technikája, a figyelmeztető tünetek felismerése, valamint az időben történő orvoshoz fordulás jelentősége.

A kisebb létszám közvetlenebb kommunikációt és személyesebb edukációt tett lehetővé, amelynek eredményeként az önvizsgálat tanítása nem csupán tájékoztató elemként, hanem a prevenció gyakorlati eszközeként tudott megjelenni. Ez elősegítette, hogy a résztvevők a helyszínen megszerzett ismereteket a mindennapi életükben is hasznosítani tudják.

Pajzsmirigy-ultrahangvizsgálat

A pajzsmirigy-ultrahangvizsgálat célja a pajzsmirigy szerkezeti eltéréseinek, göbös elváltozásainak, cisztáinak, gyulladásos folyamatainak, illetve egyéb, további kivizsgálást indokló ultrahangos jelek felismerése volt.

A vizsgálat szakmai jelentőségét az adta, hogy több, általánosnak tűnő panasz vagy életmódbeli probléma hátterében is állhat endokrin eredetű eltérés. A pajzsmirigy-ultrahang ezért különösen jól kapcsolódott a testösszetétel-elemzés, a szív- és érrendszeri vizsgálatok, valamint az általános közérzetre vonatkozó információk értékeléséhez. A vizsgálat eredményei több esetben érdemben támogatták a további vizsgálati út pontosabb kijelölését.

Szükség esetén endokrinológiai konzultáció, laboratóriumi hormonvizsgálat vagy ultrahangos kontroll javaslata történt.

Szív- és érrendszeri vizsgálat

A szív- és érrendszeri vizsgálatok során vérnyomásmérés, EKG, érszűkület-vizsgálat és ritmuszavar-szűrés történt. A vizsgálatok célja a magas vérnyomás, a keringési terhelés, az esetleges ritmuszavarok és az érrendszeri kockázatok korai felismerése volt.

A vizsgálati eredmények a laborparaméterekkel, a testösszetételi mutatókkal, a tüdőgyógyászati felméréssel és részben az ultrahangos megállapításokkal összevetve még pontosabb szakmai értékelést tettek lehetővé. Ennek köszönhetően a résztvevők nem elszigetelt mérési eredményeket kaptak, hanem összefüggéseiben értelmezhető, átfogóbb egészségi állapotképet.

Szükség esetén háziorvosi, kardiológiai vagy további műszeres kivizsgálásra vonatkozó javaslat történt.

Egészségfejlesztési alapismeretek, táplálkozási tanácsadás

Az egészségfejlesztési tájékoztatás és a táplálkozási tanácsadás célja az volt, hogy a résztvevők a helyszíni eredményekhez közvetlenül kapcsolódó, a mindennapi életben is alkalmazható javaslatokat kapjanak. A tanácsadás kiterjedt a megfelelő folyadékbevitelre, a só- és cukorfogyasztás mérséklésére, a testsúlykontrollra, a rendszeres mozgás jelentőségére, valamint a hosszú távon is fenntartható étrendi szokások kialakítására.

A célzottabb ultrahangos és egyéb szűrési eredmények ismeretében a tanácsadás személyre szabottabbá és a résztvevők számára könnyebben értelmezhetővé vált. Ez különös jelentőséggel bír prevenciós szempontból, mivel az életmódbeli ajánlások akkor a leghatékonyabbak, ha közvetlenül kapcsolódnak a feltárt egészségi állapothoz.

Összegzés

A program megvalósítása hozzájárult a lakosság egészségtudatosságának erősítéséhez, a kockázati tényezők korai felismeréséhez, valamint ahhoz, hogy a résztvevők szükség esetén időben megfelelő háziorvosi vagy szakorvosi ellátásba kerülhessenek. A programon meghatározó elem volt a prevenció, a személyre szabott tanácsadás és a további ellátásba irányítás.

A tavaly megvalósult Egészségnaphoz képest a szakmai többletet egyértelműen az adta, hogy a program fókuszáltabb, diagnosztikai szempontból célzottabb szerkezetben valósult meg. A hasi és pajzsmirigy-ultrahangvizsgálatok hangsúlyos jelenléte jelentősen erősítette a helyszíni szűrési tevékenység szakmai mélységét, mivel az ultrahangos tájékozódás a laboratóriumi, kardiovaszkuláris, testösszetételi és egyéb vizsgálatok eredményeivel együtt értelmezve pontosabb következtetések levonását tette lehetővé.

Ennek eredményeként a további vizsgálatokra történő irányítás megalapozottabbá, a helyszíni tanácsadás személyre szabottabbá, a prevenciós üzenetek pedig gyakorlatiasabbá váltak. Az EÜ Szűrőnap ezért nem egyszerű ismétlésként értékelhető, hanem a projekt szakmai célkitűzéseit elmélyítő, a korai felismerést, a célzott továbbírányt és az egészségtudatos döntéshozatalt hatékonyan támogató programként.

A program összességében hozzájárult ahhoz, hogy a résztvevők saját egészségi állapotukról árnyaltabb képet kapjanak, felismerjék az esetleges kockázati tényezőket, és szükség esetén időben eljussanak a megfelelő további ellátási szintre.

Dokumentált résztvevők száma:

A programon részt vevők összesen (jelenléti íven szereplők száma)	Hátrányos helyzetű célcsoport (recski lakosok) összesen	Hátrányos helyzetű célcsoport (recski férfi lakosok) összesen	Hátrányos helyzetű célcsoport (recski nő lakosok) összesen	Egyéb résztvevő (nem célcsoport – pl. nem recski lakos, nem 65 feletti férfi stb.) szakmai munkatársak, program előadó/megvalósító személyek
62 fő	39 fő	9 fő	30 fő	23 fő

A rendezvényhez kapcsolódó szervezési, közönségkapcsolati és dokumentációs feladatok a Forti Pectore Egyesület szakmai munkatársainak és a helyi közösségfejlesztő, lakossági közösség-szervező munkájának közreműködésével valósultak meg.

A programhoz kapcsolódó jelenléti ív, valamint fotódokumentáció az EPTK felületen rögzítésre került.