

Placówki podstawowej opieki zdrowotnej Szpitala im. Ojca Rafała z Proszowic SP ZOZ w Proszowicach realizują **działania na rzecz edukacji zdrowotnej** w sposób zaplanowany zmierzający do zwiększenia wiedzy o chorobie, nauki samoopieki i samokontroli, zwiększenia przestrzegania zaleceń medycznych, wdrożenia zdrowego stylu życia i zmiany niezdrowych nawyków.

Edukacja zdrowotna dla pacjentów przewlekle chorych (z cukrzycą, astmą, POChP, nadciśnieniem tętniczym, niedoczynnością i nadczynnością tarczycy, PChN) placówek POZ SP ZOZ w Proszowicach prowadzona jest **w każdy ostatni piątek każdego miesiąca w godzinach: 13.00 – 15.00**. Spotkania te prowadzone są przez personel medyczny.

TERMINY GRUPOWYCH SPOTKAŃ DLA PACJENTÓW CHORYCH PRZEWEKLE W RAMACH EDUKACJI ZDROWOTNEJ NA ROK 2026

Data	Temat spotkania edukacyjnego	Grupa pacjentów chorych przewlekle
30 STYCZNIA 2026r.	Znaczenie samokontroli glikemii i codziennego monitorowania stanu zdrowia	Pacjenci z cukrzycą
27 LUTEGO 2026r.	Zasady racjonalnego żywienia w niedoczynności tarczycy	Pacjenci z niedoczynnością tarczycy
27 MARCA 2026r.	Wpływ stresu na układ hormonalny – zarządzanie stresem w nadczynności tarczycy	Pacjenci z nadczynnością tarczycy
24 KWIETNIA 2026r.	Trening oddychania i techniki oszczędzania energii w POChP	Pacjenci z POChP
29 MAJA 2026r.	Umiejętne stosowanie leków wziewnych i profilaktyka zaostrzeń astmy	Pacjenci z astmą
26 CZERWCA 2026r.	Znaczenie diety niskobiałkowej i nawodnienia w przewlekłej niewydolności nerek	Pacjenci z przewlekłą niewydolnością nerek
31 LIPCA 2026r.	Promowanie samokontroli ciśnienia tętniczego i prowadzenia dzienniczka pomiarów	Pacjenci z chorobą nadciśnieniową
28 SIERPNIĄ 2026r.	Znaczenie aktywności fizycznej i jej dostosowanie do stanu zdrowia pacjenta	Wszyscy pacjenci przewlekle chorzy
25 WRZEŚNIA 2026r.	Szczepienia ochronne dla pacjentów z chorobami przewlekłymi (grypa, pneumokoki, COVID-19)	Wszyscy pacjenci przewlekle chorzy
30 PAŹDZIERNIKA 2026r.	Niedobory witaminy D a układ odpornościowy w chorobach przewlekłych	Wszyscy pacjenci przewlekle chorzy
27 LISTOPADA 2026r.	Dieta DASH – zdrowe odżywianie przy nadciśnieniu i cukrzycy	Pacjenci z nadciśnieniem i cukrzycą
18 GRUDNIA 2026r.	Znaczenie badań kontrolnych i konsultacji specjalistycznych w chorobach przewlekłych	Wszyscy pacjenci przewlekle chorzy