

## Cukrzycy w walce z chorobą

## Światowy Dzień Walki z Cukrzycą w Nowogardzie

Pełna sala przybyłych uczestników, wykłady, badania i występy zespołów wokalnych i tanecznych z NDK - tak obchodzono Światowy Dzień Cukrzycy w Nowogardzie.

Przy pełnej sali kinowej w ubiegłą sobotę 19 listopada o godz. 11 dokonano uroczystego otwarcia nowogardzkich obchodów Światowego Dnia Cukrzycy. Po powitaniu przybyłych zaproszonych gości i władz samorządowych przeprowadzono prelekcję na temat cukrzycy. Omawiano metody walki z chorobą, przyczyny zachorowania oraz jej skutki dla naszego zdrowia i życia. W dalszej części spotkania wszyscy chętni mogli zbadać poziom cukru we krwi, przed i po spożyciu miodu, co w następstwie dawało ogólny wynik poziomu cukru. O tym, jak należy rozpoznać symptomy cukrzycy powiedziała nam w krótkiej wypowiedzi prele-

gentka prezentująca wykład w trakcie obchodów p. Dorota Herman pracująca jako pielęgniarka w Klinice Diabetologii i Chorób Wewnętrznych w Policach.

"Problematyką choroby cukrzycy zajmuję się od 10 lat. O jej skutkach wiemy już tak wiele, ale to nie oznacza, że wiemy już wszystko, dlatego dzisiaj spotkałam się, by omówić aspekty tej choroby i metody jej leczenia. Dzisiejszy dzień ma na celu nie tylko zapoznanie się z samą chorobą i jej skutkami, ale również dalszoplanowym postępowaniem w leczeniu, jeżeli badania wykażą, że jest podwyższony poziom cukru we krwi. Na obecną chwilę nie możemy jeszcze podsu-



Wyróżnieni przez Zarząd Wojewódzki

mować dnia, bo badania trwają, ale z tego co się zorientowałam, to jest kilka osób, które właśnie mają podwyższony poziom cukru, co oznacza, że powinni zgłosić się do lekarza rodzinnego. Co do zaleceń, trudno jest mi o nich mówić w poszczególnych indywidualnych przypadkach - o nich zdecydować lekarz, ale ogólnie, żeby uniknąć tej choroby najlepszym będzie: ruch i zmiana trybu życia na bardziej aktywny, a także odpowiednia dieta i kontrola ciśnienia krwi oraz kontrola wagi ciała. Nowogard jest bardzo pięknym miastem. Jest jezioro, alejki, dlatego zachęcam do korzystania ze spacerów jesienią i

zimą, a latem do pływania, to na pewno pomoże w utrzymaniu dobrego zdrowia i zmniejszy ryzyko zachorowania m. in. na cukrzycę"

Warto zaznaczyć, że tak duża frekwencja świadczy o tym, że obchody Dnia Cukrzycy w Nowogardzie i zaplanowane w związku z nimi działania naszego koła diabetyków odniosły dobry skutek dla wielu mieszkańców naszej gminy. Miłym akcentem w trakcie imprezy było uroczyste nadanie przyznanych przez Zarząd Wojewódzki - odznaczenia związkowego Prezesowi Koła Diabetyków w Nowogardzie Panu Eugeniuszowi Twor-

kowi oraz wyróżnień - dyplomów za zaangażowanie w pracy społecznej na rzecz zdrowia 5 osobom - są to: Skowrońska Maria, Lubezyńska Elżbieta, Szajkowska Bożena, Zięciak Wioletta, Tadeja Mirosława

Z przyjemnością informujemy naszych Czytelników, że w dniu 26 listopada zostanie zainaugurowana Szkoła Cukrzycy w Nowogardzie. Wszelkie szczegółowe informacje na temat Szkoły Cukrzycy są udzielane w siedzibie PSD Koła Nowogard przy ul. Wojska Polskiego 7 oraz telefonicznie pod nr 500 553 190, 606 457 102.

Jarek Bzowy

