

XI Piknik na Zdrowie

Ponad sześćdziesiąt stoisk, kilka tysięcy wykonanych badań i kilkaset udzielonych porad, konkursy plastyczne, zdrowe jedzenie i mnóstwo dobrej zabawy – tak w skrócie można opisać XI Piknik na Zdrowie. Impreza zorganizowana przez GUMed odbyła się 11 czerwca br. w Parku Zielonym. Chętni mogli m.in. nauczyć się samobadania piersi i zasad udzielania pierwszej pomocy przy użyciu automatycznego defibrylatora (AED), dowiedzieć się co to jest PCOS czy nauczyć się szycia chirurgicznego. Nie zabrakło cieszących się co roku dużym powodzeniem pokazów ratownictwa medycznego. Gościem Pikniku było Pomorskie Centrum Słuchu i Mowy „Medincus”, którego przedstawiciele wykonywali przesiewowe badania słuchu oraz udzielali porad logopedycznych i psychologicznych. Zaprezentowali się również przedstawiciele Fundacji Pomorze Dzieciom i Biura Rzecznika Praw Pacjenta.

Najwięcej osób odwiedziło stoiska kardiologiczne i diabetologiczne. Lekarze mierzyli poziom cholesterolu i glukozy we krwi oraz podpowiadali co zrobić, aby długo cieszyć się zdrowiem. Oblegany był również namiot stomatologów, gdzie można było zrobić bezpłatny przegląd stomatologiczny oraz dowiedzieć się jak prawidłowo dbać o higienę zębów. Po badaniu dorośli mogli przekąsić marchewkę i jabłko, a dzieci dostawały dyplomy i szczoteczki do mycia zębów. Wielu piknikowych gości zdecydowało się na pomiar ciśnienia w namiocie Kliniki Nadciśnienia Tętniczego i Diabetologii i SKN Hipertensjologii przy Klinice Nadciśnienia Tętniczego i Diabetologii oraz wykonanie pomiaru zawartości tkanki tłuszczowej na stoisku Zakładu Żywienia Klinicznego i Dietetyki. SKN przy Zakładzie Żywienia Klinicznego i Dietetyki przygotowało także dietetyczne ciasteczka. Dużym powodzeniem cieszyły się prezentacje studentów z IFMSA-Poland, którzy próbowali oswoić najmłodszych uczestników z białym fartuchem. Dzięki misiom podarowanym przez Polfarmę studenci zorganizowali Szpital Pluszowego Misia w terenie, zabawę polegającą na badaniu maskotek. W ten sposób przekonywali najmłodszych, że wizyta u lekarza nie jest niczym strasznym. Pielęgniarki pediatryczne mierzyły i ważyły najmłodszych, a pielęgniarki chirurgiczne wykonywały pomiar glukozy i zachęcały do rzucenia palenia. SKN Diabetologii Dziecięcej sprawdzało stężenie glukozy u najmłodszych oraz zachęcało do uprawiania sportu. O przewlekłej chorobie nerek informowali lekarze z Katedry i Kliniki Nefrologii, Transplantologii i Chorób Wewnętrznych. Na ich stoisku można było wykonać podstawowe badanie moczu. Szkolenie z udzielania pierwszej pomocy przy użyciu AED przeprowadzili członkowie SKN przy Katedrze i Klinice Anestezjologii i Intensywnej Terapii. Na ich stoisku można było poznać techniki wkłuć i potrenować je na specjalnym modelu ręki. Centrum Medycyny Rodzinnej GUMed Sp. z o.o. wykonywało pomiary stężenia glukozy i cholesterolu we krwi oraz ciśnienia tętniczego. Nie zabrakło pomiaru wagi ciała, tkanki tłuszczowej ciała, wyliczania BMI i wieku biologicznego.

Zakład Pielęgniarstwa Położniczo-Ginekologicznego wraz z SKN „Przyszłe Położne” informował ciężarne jak przygotować się do cudu narodzin oraz co zabrać ze sobą do szpitala. Pokazywali na fantomie co zrobić, gdy dziecko nagle przestanie oddychać. Z instrukcją obsługi noworodka, czyli jak pielęgnować i karmić małe dziecko zaprezentowało się SKN Neonatologii. Jego przedstawiciele udzielali informacji z zakresu przygotowania się do przyjęcia nowego członka rodziny, edukowali z zakresu fizjologicznych stanów w okresie noworodkowym, prowadzili warsztaty prawidłowej pielęgnacji i opieki nad noworodkiem. Przedstawiciele Zakładu Fizjoterapii zapoznawali z praktyczną wiedzą o narządzie ruchu oraz radzili co robić, by zapobiegać żyłakom. Członkowie Studenckiego Koła Ultrasonografii przy Pracowni Ultrasonograficznej i Biopsyjnej Kliniki Pediatrii, Hematologii i Onkologii wykonywali badanie USG tarczycy. Nie zabrakło też studentów z Młodej Farmacji, którzy uświadamiali niebezpieczeństwa związane ze stosowaniem leków i suplementów diety niewiadomego pochodzenia. SKN przy Katedrze i Zakładzie Bromatologii omawiało zalety racjonalnej diety jako cennej broni w walce z chorobami cywilizacyjnymi. SKN Medycyny Ratunkowej przy Katedrze i Klinice Medycyny Ratunkowej urządziło pokaz udzielania pierwszej pomocy oraz symulację wypadku – zawalenie budynku. SKN Kliniki Onkologii i Radioterapii przekazywało wiedzę o profilaktyce i leczeniu w najczęściej występujących nowotworach. Na stoisku Zakładu Mikrobiologii Jamy Ustnej można było uzyskać poradę dotyczącą diagnostyki grzybic, zbadać pH śliny oraz zobaczyć pod mikroskopem drobnoustroje jamy ustnej. Dla dzieci zorganizowano konkurs *Jak wygląda bakteria*. Katedra i Klinika Chorób Wewnętrznych, Chorób Tkanki Łącznej i Geriatrii udzielała porad z zakresu reumatologii oraz mierzyła ciśnienie i wykonywała pomiar cukru we krwi. O częstych chorobach neurologicznych opowiadali przedstawiciele SKN Neurologii przy Klinice Neurologii Dorosłych. SKN Chirurgii Klatki Piersiowej przeprowadziło warsztaty o wpływie palenia papierosów na wydolność organizmu. Na stoisku Katedry i Kliniki Ortopedii i Traumatologii Narządu Ruchu chętni mogli dowiedzieć się czegoś więcej o profilaktyce, diagnostyce i leczeniu chorób stóp. W trosce o zdrowie mężczyzn na Pikniku pojawili się urolodzy. Obłężenie przeżywało stoisko przygotowane przez SKN przy Katedrze i Klinice Okulistyki. Wykonywano badanie dorosłych pod kątem jaskry z użyciem lampy szczelinowej i tonometru bezkontaktowego, a dzieci przez zabawę przy użyciu tablic Snellena, lampy szczelinowej oraz tablic Ishihary (diagnostyka ślepoty na barwy). O wskazówkach dla prawidłowego rozwoju dziecka opowiadali przedstawiciele Kliniki Neurologii Rozwojowej. Udzielali także informacji na temat padaczki, zaburzeń zachowania i emocji. Na stoisku Kliniki Rehabilitacji można było się dowiedzieć jak sobie radzić z bólami miesięczkowymi i bruksizmem. Biblioteki Główna GUMed jak co roku propagowała bookcrossing, czyli ideę nieodpłatnego przekazywa-

nia książek poprzez pozostawianie ich w miejscach publicznych, jak również w miejscach celowo utworzonych, tzw. półkach bookcrossingowych, po to, aby znalazca mógł je przeczytać i przekazać dalej. Zakład Higieny i Epidemiologii wskazywał jak istotny wpływ na zdrowie ma jedzenie. SKN Mikrobiologii Środowiska przy Zakładzie Immunobiologii i Mikrobiologii Środowiska omawiało dobroczynne skutki działania bakterii w naszym organizmie, wykonywało pokaz wykonywania posiewów mikrobiologicznych na pożywkach agarowych i odcisku przy użyciu płytek agarowych. Przedstawiciele Zakładu Toksykologii Środowiska oraz SKN Zdrowia Środowiskowego uczył jak prawidłowo przechowywać żywność. SKN przy Katedrze i Klinice Chirurgii Ogólnej, Endokrynologicznej i Transplantacyjnej zachęcało do profilaktyki raka jelita grubego. Członkowie Koła opowiedzieli o pierwszych objawach jednego z najczęstszych nowotworów w naszej populacji oraz podpowiadali jak pysznie zapobiegać. Klinika Gastroenterologii i Hepatologii wraz z Centrum Nauki EXPERYMENT w Gdyni uczyła anatomii układu pokarmowego na podstawie anatomicznego modelu człowieka. Na stoisku można było samodzielnie tworzyć model układu trawiennego. Nie zabrakło też eksperymentów chemicznych pokazujących proces trawienia pokarmu. O owrzodzeniach i ranach opowiadało SKN Chirurgii Plastycznej. Studenci prezentowali metody zapobiegania i leczenia owrzodzeń oraz powikłanych ran. Zakład Endokrynologii Klinicznej i Doświadczalnej zaprezentował problem PCOS, czyli zespołu wielotorbielawatych jajników. To zaburzenie wieloczynnikowe, co oznacza, że oprócz czynników genetycznych na jego występowanie

może wpływać również szereg czynników środowiskowych m.in. nieprawidłowa dieta bogata w cukry proste, tłuszcze nasycone, produkty typu *fast food*. Naukowe Koło Logopedów przy Katedrze Logopedii UG zachęcało do konsultacji logopedycznych. Specjalnie dla najmłodszych uczestników imprezy przygotowano wiele konkursów nagrodami.

Dzięki pozyskanym na Piknik środkom udało się zakupić 13 ciśnieniomierzy, 3 wagi z pomiarem zawartości wody i tkanki tłuszczowej, 3 pulsoksymetry, fantom noworodka z możliwością usuwania ciała obcego z dróg oddechowych, miarki, wzrostomierze, fałdomierz, termometry bezdotykowe i dynamometr, piłki rehabilitacyjne oraz laser bosch. Sponsor platynowy – Accu Check podarował także 12 glukometrów.

Serdecznie dziękuję za udział w XI Pikniku na Zdrowie. Szczególnie dziękuję osobom bezpośrednio zaangażowanym w organizację stoisk. Dzięki Państwa aktywności po raz kolejny udało się zorganizować świetną imprezę. Serdeczne podziękowania kieruję także w stronę Biura ds. Nauki, Działu Gospodarczego, Działu Techniczno-Budowlanego, Sekcji Wydawnictw i Sekcji Transportu. Dziękuję także Sylwii Scisłowskiej, grafikowi z Katedry i Zakładu Anatomii, fotografowi Zbigniewowi Wszeborowskiemu oraz Maćkowi Pikulskiemu i Łukaszowi Raszei z Sekcji Projektów Internetowych. Już dziś zapraszam do udziału w kolejnym Pikniku na Zdrowie w 2017 r. Galeria zdjęć i dodatkowe informacje dostępne są na www.pikniknazdrowie.gumed.edu.pl.

Jolanta Świerczyńska,
Sekcja Informacji i Promocji