

SZAKMAI BESZÁMOLÓ

SZERZŐDÉS SZÁMA:	TOP_PLUSZ-3.1.3-23-HE1-2024-000008
SZERZŐDÉS CÍME:	Boconád község által vezetett térségi humán fejlesztés
SZERZŐDŐ NEVE:	Erk Községi Önkormányzat
ESEMÉNY:	SPORTNAP: Gyógytorna – Onkológiai előadás - Egészségügyi szűrések; „Hajnalfény” Orvoscsoport Egyesület
HELYSZÍN:	3295 Erk, Fő tér 8. - Kiállító hely
IDŐPONT:	2025.11.15.

A „HAJNALFÉNY” Orvoscsoport Egyesület idei utolsó rendezvényének egyik részében a sport, ezen belül a gyógytorna fontosságára helyezte a hangsúlyt.

A gyógytorna a fizioterápia egyik ága, amely mozgásszervi, belgyógyászati és neurológiai problémák kezelésére szolgál, és a mechanikai energia gyógyító erejét használja fel. Célja a fájdalom csökkentése, az ízületi mozgások javítása, a funkciók helyreállítása és a testi komfortérzet javítása, gyakran mozgásterápiák és manuális technikák alkalmazásával. A kezelés egyénre szabott, a páciens állapotának felmérése és funkcionális diagnózis felállítása után történik.

A gyógytorna erősíti az izmokat, beleértve a gyengült vagy sérült területeket is. Ez segít javítani a testtartást, a stabilitást és az egyensúlyt. Az erős izmok csökkenthetik a visszaesés és a sérülés kockázatát, valamint javíthatják a mindennapi tevékenységek végrehajtását.

A mai programot az Egyesület egy onkológiai előadással is kiegészítette.

Dr. Mészáros Péter az Országos Onkológiai Intézet sebész főorvosa előadást és konzultációt tartott a **vastagbél-daganatról**. Röviden az alábbiak hangzottak el:

A **vastagbélrák** a vastagbél nyálkahártyájából kiinduló rosszindulatú daganat. A betegség tünetmentesen is kialakulhat több éven keresztül, ezért a megelőző szűrések rendkívül fontosak a korai stádiumú, akár még tüneteket nem okozó daganatok és elő-daganatos állapotok, a **polipok** felfedezéséhez és eltávolításához. A polipok a bél felszínén éveken át növekvő, hosszú ideig jóindulatú, ám a rosszindulatúvá válás kockázatát hordozó szövetszaporulatok.

A leggyakoribb tünetek közé tartozik a széklet megváltozása, a véres széklet, a hasi fájdalom, a magyarázhatatlan fogyás és a gyengeség.

A vastag- és végbél-daganat az 50 év felettieket fenyegeti leginkább, különösen akkor, ha a családban korábban már másnak is volt hasonló tumora.

Jelenlegi kutatások szerint a vastagbélrák kialakulásának okai a túlzott állati zsiradék-, vörös- és feldolgozott hús-, és alkoholfogyasztás, a kevés rost- és kalciumbevitel, a csökkent fizikai aktivitás, az elhízás, a dohányzás, családi halmozódás, krónikus gyulladós bélbetegség.

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

A **vérteszt** a legáltalánosabb szűrési mód: A székletből vértesztet készítenek. Pozitív eredmény esetén további vizsgálatok és **kolonoszkópia** következik.

Doktor úr hangsúlyozta a megelőző szűrések fontosságát, és kérte a jelenlevőket, hogy az itt elhangzottakat mondják el a környezetükben élőknek. Aki kapott az népegészségügyi központból értesítő levelet, jelentkezzen a házi orvosánál és a saját érdekében küldje el a mintát vértesztre.

Az előadáson a község házi orvososa is részt vett. Elmondta a megjelenteknek, hogy mindent elkövet, hogy a vastagbélrák megelőző szűrését minél többen elvégezzék, mert sajnos a „megelőzési kultúránk” országos szinten is elég gyenge.

Természetesen a mai nap is voltak szűrővizsgálatok, így ma is kiderült, kinek kell a házi orvosnál beutalót kérni, vagy az optikusnál szemüveget csináltatni. Tanácsot adtak, hogy egyeseknek milyen életmódbeli változtatásra, illetve gyógytornára van szüksége, hogy javítson az állapotán. Mindenki tehet valamit a saját egészsége érdekében. Sajnos a szegénység, tájékozatlanság, bizonyos lehetőségek szükségessége sokszor gátolja az akaratot.

Erk, 2025.11.15.

Gondáné Falcsik Mónika
adminisztrátor

SZÉCHENYI 



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE