

4 lutego zapraszamy na Dzień Otwartych Drzwi ?CO [1]

?wi?tokrzyskie Centrum Onkologii zaprasza w najbli?sz? sobot?, 4 lutego w godzinach 10-13 na Dzień Otwartych Drzwi. B?dzie mo?na dowiedzie? si?, jak zdrowo ?y? i od?ywia? si?, by zmniejszy? ryzyko zachorowa? na nowotwory, skorzysta? z porad onkologa, dietetyka, wykona? bezp?atnie badania profilaktyczne (mammografia, cytologia, ci?nienie t?tnicze krwi, BMI, poziom CO) i nauczy? si? udzielania pierwszej pomocy w przypadku nag?ego zatrzymania kr??enia.

?CO, jako co roku, aktywnie w??cza si? w obchody ?wiatowego Dnia Walki z Rakiem, odbywaj?ce si? pod patronatem Polskiej Unii Onkologii. Przygotowali?my bogaty program dnia?a? edukacyjnych i profilaktycznych. – Serdecznie zapraszam na sobotnie spotkanie z onkologi?. B?dzie mo?na nie tylko pos?ucha? ciekawych wyk?adów o tym, co sami mo?emy poprawi? w swoim ?yciu, ?eby zmniejszy? ryzyko zachorowania na nowotwory, czyli jak dba? o siebie, jak m?drze wybiera? ?ywno??, jak radzi? sobie ze stresem, ale r?wnie? skorzysta? z bada? profilaktycznych i nauczy? si? udzielania pierwszej pomocy. Wszyscy, którzy maj? w?tpliwo?ci co do swojego stanu zdrowia, zauwa?yli niepokoj?ce symptomy, maj? w rodzinie chorych na nowotwory, b?d? mogli porozmawia? z onkologiem i uzyska? odpowied? na nurtuj?ce ich pytania – mówi profesor Stanis?aw Gó?d?, dyrektor ?wi?tokrzyskiego Centrum Onkologii.

Dzień Drzwi Otwartych ?wi?tokrzyskiego Centrum Onkologii

4.02.2017 r. /10.00- 13.00/

1. Rozmowy i konsultacje z lekarzami ?CO /10.00 - 13.00/:
 - gabinet 57 / hol g?ówny parter / lek. onkolog
2. Pobieranie cytologii u kobiet mi?dzy 25 a 59 rokiem ?ycia, które nie mia?y pobieranej cytologii w ci?gu ostatnich 36 miesi?cy:
 - gabinet nr 6 / Poradnia Ginekologiczna parter / godz. 10.00 - 13.00.
3. Mammografia dla kobiet mi?dzy 50 a 69 rokiem ?ycia, które nie mia?y wykonanej mammografii w ci?gu ostatnich 24 miesi?cy:
 - parter / Punkt Rejestracji Mammografii / godz. 10.00 - 13.00.
4. Cykl wyk?adów w sali konferencyjnej na II pi?trze:
 - 10.00 - 10.20 – „Jak s?ucha? swojego organizmu” specjalista ds. promocji zdrowia Jadwiga Zapa?a
 - 10.30 - 10.50 – „Jak czyta? etykiety, aby zdrowo wybiera?” dietetyk Joanna Dziurzy?ska
 - 11.00 - 11.20 – „Jak skutecznie si? relaksowa?” mgr Jadwiga Ko?mi?ska - Kiniorska
 - 11.30 - 11.50 – „Jak wybiera? zdrowe t?uszcze w diecie” dietetyk Marta Go?aszewska
5. Akcja profilaktyczna w holu g?ównym ?CO w godz. 10.00 - 13.00:
 - pomiar ci?nienia krwi, wska?nika masy cia?a BMI, pomiar tkanki t?uszczowej, poradnictwo dietetyczne oraz nauka samodzielnego badania piersi – stoisko ?CO
 - pomiar tlenu w?gla w wydychanym powietrzu, poradnictwo antytytoniowe - stoisko Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej
 - nauka pierwszej pomocy: resuscytacja kr??eniowo – oddechowa na fantomach (doros?ego i dziecka), pos?ugiwanie si? defibrylatorem AED - Grupa Ratownictwa PCK - Kielce
 - stoisko informacyjne NFZ z zak?adaniem ZIP, EKUZ.

Akcji profilaktycznej towarzyszy? b?dzie kiermasz zdrowego ?ywienia (miód, olej lniany, ekologiczne przyprawy, zio?a i naturalne herbaty) w holu g?ównym ?CO w godzinach 10.00 - 13.00.

Aktualności

Source URL: <https://www.onkol.kielce.pl/pl/aktualnosci/4-lutego-zapraszamy-na-dzien-otwartych-drzwi-sco>

Links

[1] <https://www.onkol.kielce.pl/pl/aktualnosci/4-lutego-zapraszamy-na-dzien-otwartych-drzwi-sco>