**Program podpory zdraví IKEM**

Úkolem Programu podpory zdraví IKEM je zdůraznit význam aktivního přístupu pacientů, jejich blízkých a pracovníků IKEM k péči o své zdraví. Program zahrnuje prioritní oblasti
a konkrétní projekty za účelem udržení a zlepšování zdraví, na které budou kontinuálně navazovat další opatření.

Program podpory zdraví IKEM klade důraz na dostupnost co nejširších zdrojů informací
o projektech IKEM s cílem trvale zlepšovat zdraví a kvalitu života pacientů, jejich blízkých
a pracovníků nemocnice.

Program podpory zdraví IKEM je v souladu s programem Nemocnice podporující zdraví, který vyhlásila Světová zdravotnická organizace.

Uvedené projekty jsou určeny pacientům, jejich blízkým a pracovníkům IKEM.

**V letošním roce jsou připravovány projekty:**

**Ústavní lékárna IKEM**

**Světový den spánku** – Lékárna IKEM v průběhu této akce upozorňuje pacienty na rizika nadužívání a nesprávného používání hypnotik. Edukuje pacienty o racionálním užívání léků na spaní. Seznamuje pacienty s pravidly spánkové hygieny a poskytuje pacientům kontakty
na centra diagnostiky a léčby poruch spánku.

**Světový den hypertenze** – Informování veřejnosti o rizicích spojených s arteriální hypertenzí. O tom, jak jí předcházet, jak se projevuje. Pacienti se dozví, jak se tlak správně měří a jaké jsou cílové hodnoty krevního tlaku. Dále mají pacienti možnost si nechat zdarma změřit krevní tlak a naměřené hodnoty s farmaceuty konzultovat.

**Světový den bez tabáku** – Kouření tabákových výrobků je bohužel celospolečensky přijímaná závislost. Lékárna IKEM v rámci této akce upozorňuje na rizika spojená s kouřením. Zdůrazňuje vliv tabákového kouře na rozvoj celé řady závažných onemocnění. Motivuje pacienty k tomu, aby přestali kouřit. Lékárna IKEM je zapojena do projektu Odvykání kouření v lékárnách a poskytuje odborné konzultace na odvykání kouření. Během konzultací se pacient dozví o dostupné léčbě závislosti na tabáku, jak se správně volně prodejné nebo předepsané léky užívají. Vytvoří se individuální plán na odvykání kouření.

**Světový den antikoncepce** – Akce seznamuje pacientky s různými metodami antikoncepce. Jejich případnými riziky, správností užívání.

**Světový den proti osteoporóze** – Pacienti se mohou během akce dozvědět v lékárně IKEM informace o osteoporóze. O tom, jak se projevuje, komu nejvíce hrozí, jak jí předcházet. Pacienti dostanou informace o nejefektivnější léčbě a prevenci.

**Konzultační činnost** – Pacienti se mohou celoročně objednat na konzultace. Lékárna IKEM je vybavena oddělenou konzultační místností, kde může rozhovor s pacientem probíhat diskrétně. Konzultace jsou zaměřeny na lékové poradenství, lékové interakce, snižování nadváhy, odvykání kouření nebo správnou životosprávu.

**On-line poradna SENSEN** – V rámci projektu Senzační senioři ([www.sensen.cz](http://www.sensen.cz)) poskytuje lékárna IKEM on-line poradnu. Tématy poradny jsou konzultace nežádoucích účinků léků, samoléčba nezávažných onemocnění, poradenství ohledně platnosti receptů nebo vzájemné ovlivňování léků a doplňků stravy.

**Edukační projekty pro seniory** - Přednášky pro kluby seniorů. Farmaceut a farmaceutický asistent z lékárny IKEM navštěvují kluby a domovy seniorů. Témata přednášek jsou
např. bolest, osteoporóza, arteriální hypertenze, chřipka/nachlazení apod.

**Den lékáren** – Akce pořádána Českou lékárnickou komorou. Každoročně se do ní zapojuje
i lékárna IKEM. Tématem roku 2015 je bezpečné užívání léků.

**Antibiotický týden v prostředí lékáren** – Akce pořádána Českou lékárnickou komorou. V rámci tohoto projektu se zdůrazňuje role antibiotik v léčbě bakteriálních infekcí. Pacienti jsou edukováni o správném používání antibiotik. Upozorňuje se také na rizika neracionálního používání antibiotik.

**Klinika diabetologie**

**Víkendové reedukační pobyty pro diabetiky s DM I a s DM II léčené inzulinem**

Víkendové reedukační pobyty se pořádají především pro diabetiky, kteří prošli edukačním kursem pořádaným IKEM a pro jejich partnery. Zdravotnický personál se skládá z lékaře diabetologa, psychologa a tzv. edukační, dietní a rehabilitační sestry. Základem reedukace
je kontrola zdravotního stavu, reedukace zaměřená na konkrétní problémy spojené s DM. Program relaxační a společenský.

**Týdenní rekondiční pobyty pro diabetiky s DM I nebo DM II léčené inzulínem**

Týdenní rekondiční pobyty jsou pořádány pro diabetiky s DM na inzulínu z celé ČR. Základem rekondičního pobytu je kompenzace. Dále také relaxační a společenský program.

**Klinika kardiologie**

Sjezd české kardiologické společnosti, Den prevence mozkové mrtvice, Kunratické babí léto, Běchovický běh.

**Klinika hepatologie**

Gastroenterologický kongres, Májové hepatologické dny, Televizní přenosy (vybrané endoskopické výkony se zahraniční účastí pro odbornou veřejnost), Výstavy obrazů pacientů na lůžkovém oddělení.

**Oddělení kvality ÚOPK**

**IKEM**