

Světový den bez tabáku v Litoměřicích

Ve spolupráci Společnosti plánování rodiny a sexuální výchovy zastoupené lektorkou Alenou Kuldovou a Městské nemocnice v Litoměřicích zastoupené MUDr. Kubátem z Interního oddělení byla realizována ke Světovému dni bez tabáku zajímavá a neobvyklá výchovně-vzdělávací akce, zaměřená na dospívající mládež. Tato akce proběhla v Kulturním domě v Litoměřicích a zúčastnili se jí studenti ze Střední pedagogické školy a soukromé Střední školy pana Šrejbra.

MUDr. Kubát vede Centrum léčby závislosti na tabáku v Litoměřicích, zaujal studenty se svou prezentací „Vliv tabáku na lidský organismus“. Podrobně vysvětlil funkci mozku a jeho závislost na nikotinu. Vysvětlil, že cigaretový kouř obsahuje i další látky nebezpečné nejen pro plíce člověka, ale i jiné orgány v lidském těle. Před studenty se rozvinula zajímavá konverzace mezi přednášejícím lékařem a pozvaným klientem, který se sám dobrovolně přihlásil k léčbě ze závislosti na tabáku. Do této konverzace mohli studenti se svými otázkami aktivně vstupovat a tím si utvářet svůj vlastní názor k této problematice.

Ve druhé části této akce se studenti dozvěděli, jak je důležité vědět i o svém reprodukčním a sexuálním zdraví, jak je důležité vědět již v mladém věku o prevenci zhoubných nádorů. Dozvěděli se i důležitosti preventivního samovyšetřování například: naučit se již ve svém dospívajícím věku u chlapců technice pravidelného samovyšetřování varlat a u dívek technice pravidelného vyšetřování prsu a tím předcházet onemocněním, která mají negativní vliv na zdraví pohlavních orgánů.

V rámci této přednášky byly použity názorné pomůcky, například umělá varlata a prsa, na kterých měli studenti možnost se přesvědčit, jak vypadají určité nebezpečné změny a prakticky se naučit techniku samovyšetřování. Studenty rovněž zaujala názorná pomůcka lidského plodu, na které jim byla předvedena škodlivost kouření na lidský plod v době těhotenství. Zaujal i další model dělohy a vaječníků, který slouží k názornému vysvětlení důležitosti očkování děložního čípku a tím k preventivní ochraně před nádorovým onemocněním tohoto reprodukčního orgánu.

Závěr této akce byl pro přednášející dobrou zprávou. Studenti aktivně pokládali smysluplné, věcné a konkrétní otázky, přemýšleli o prevenci svého zdraví i zdraví svých blízkých.

Akce je součástí projektu města Litoměřice "MARUEL", který je realizován za finanční pomoci Revolvingového fondu Ministerstva životního prostředí ČR.

Členka komise „Zdravého města“ Alena Kuldová