

DAN ZDRAVJA V VIPAVI

Zdravstveni dom Ajdovščina je v sodelovanju z **občino Vipava** v četrtek, 18. Junija 2015 ponovno organiziral »Dan zdravja« za občanke in občane občine Vipava.

V dopoldanskem delu programa smo izvajalci pripravili program za otroke. Tokrat smo pozornost posvetili higieni rok. Otroci so najprej dobili navodila glede pravilnega umivanja rok, potem so po istem postopku na roke nanесли poseben gel s fluoresceinom, oranžnordečim barvilom, ki daje rumeno raztopino z zeleno fluorescenco. Za oceno kvalitete umivanja rok smo uporabili »KUKU ŠKATLO«, s katero zahvaljujoč fosforescentnemu agentu vizualiziramo kvaliteto nanosa gela. V ta namen smo na prireditvi gostili ga. Matejo Lenič Hren iz podjetja IRIS d.o.o.



V dvorani Kulturnega doma so se z vodenjem Petra Kompara cel dopoldan odvijale delavnice o temeljnih postopkih oživljanja, teoretično podkrepljene s predavanjem ter ogledom filma o uporabi defibrilatorja »KO GRE ZA ŽIVLJENJE, ŠTEJE VSAKA MINUTA«.



Popoldanski del prireditve smo namenili zdravju odraslih. 58 obiskovalcev smo stehali z analizatorjem telesne mase Tanita. V nasprotju s preteklimi dogodki so nas tokrat obiskali ljudje z bolj zdravo težo. **Povprečen indeks telesne mase (ITM - razmerje med telesno višino in telesno težo) je bil pri moških 27,6, pri ženskah 25,6.** Obe vrednosti sta sicer nad zaželjeno zgornjo mejo (do 25), vendar je glede na povprečno starost obiskovalcev, ki znaša 56 let rah-

lo preseganje dopustno. Pri 7 osebah (4 moški, 3 ženske) je bil ITM nad 30. ITM nad 30 pomeni, da ima oseba telesno težo, ki resno ogroža njeno zdravje.

Pri meritvi krvnega tlaka smo ugotovili **povišane vrednosti pri 26% moških in 33% žensk**. Holesterol je imelo nad zaželjeno vrednostjo **28% žensk in 13% moških**. Najboljši rezultati so bili kot običajno pri meritvi krvnega sladkorja. Povišane vrednosti smo izmerili pri **10% moških in 4% žensk**. Meritve smo izvajale diplomirane medicinske sestre Patricija Stopar, Ivanka Vrtovec, Rosana Harej, Jana Trošt, Alenka Naglost in Tamara Kofol, na pomoč sta nama priskočili dijakinji srednje zdravstvene šole Karin Mermolja in Urška Premrl ter študentka Fakultete za vede o zdravju Andreja Bavčar. Obiskovalcem je glede svojih rezultatov osebno svetoval zdravnik Blaž Princes. EKG meritev nam je omogočilo Društvo za srce. Tudi v popoldanskem času je Peter Kompara izvajal delavnico o temeljnih postopkih oživljanja.

Tamara Kofol

