

**Téma tohtoročného Svetového dňa je
„Starnutie a zdravie“
(DOBRÉ ZDRAVIE PREDLŽUJE ŽIVOT)**

Helmut Wirz
Retired pharmacist



Pri príležitosti Svetového dňa zdravia pripravilo Poradenské centrum Regionálneho úradu verejného zdravotníctva v Michalovciach pre seniorov – členov Jednoty dôchodcov mesta Michalovce **zdravotno-výchovné dopoludnie**.
Bude prebiehať 12. apríla 2012 v priestoroch Jednoty dôchodcov na Partizánskej ulici v Michalovciach.

Pozostávať bude z teoretickej a praktickej časti. Prvá časť bude prednáškovo – prezentačná na aktuálnu zdravotnú problematiku s dôrazom na prevenciu chronických ochorení – srdcovocievne ochorenia, vysoký krvný tlak, diabetes mellitus, psychologické aspekty spojené so starnutím, demencie vo vyššom veku. Účastníci si pozrú DVD o vysokom krvnom tlaku s praktickými radami o jeho nefarmakologickom ovplyvňovaní. V praktickej časti si budú môcť seniori nechať skontrolovať svoj krvný tlak a zmerať hodnotu celkového cholesterolu.

Veríme, že touto akciou umocníme odkaz Svetového dňa a prispejeme k podpore zdravia našich starších spoluobčanov.

Podľa údajov Svetovej zdravotníckej organizácie sa za posledné roky tohto storočia dĺžka života človeka dramaticky zvýšila. Je to vďaka pokročilej a modernej medicínskej vede, podpore verejného zdravia a širokému spektru preventívnych projektov a programov hlavne v ekonomicky vyspelých krajinách.

Svet bude mať už čoskoro viac starých ľudí než detí. Predpokladá sa, že v priebehu asi 10 rokov budeme mať viac ľudí nad 65 rokov ako detí do 5 rokov. Do roku 2050 sa počet seniorov nad 80 rokov zvýši asi štvornásobne.

Cieľom Svetového dňa zdravia 2012 je upozorniť na tento fenomén a **na potrebu podpory aktívneho starnutia a prežívania staroby** čo možno najzmysluplnejšie a dôstojne.

Pomocou slogana „**dobré zdravie predĺži život**“ budú aktivity a materiály kampane zamerané na plnohodnotný a produktívny život a majú seniorov viesť k záujmu o svoje zdravie. Na zorganizovaných aktivitách sa budú rozoberať jednotlivé aspekty starnutia, zdravotné problémy s dôrazom na ťažkosti súvisiace so stúpajúcim vekom (chronické ochorenia mozgu, srdcovocievne ochorenia, onkologické ochorenia, psychické zmeny typické pre seniorov).

Zároveň Európska komisia vyhlásila celý rok 2012 za „Európsky rok aktívneho starnutia a medzigeneračnej solidarity.“