

**HAJNALFÉNY
ORVOSCSOPORT**

SZAKMAI BESZÁMOLÓ

SZERZŐDÉS SZÁMA: TOP_PLUSZ-3.1.3-23-HE1-2024-00008
SZERZŐDÉS CÍME: Boconád község által vezetett térségi humán fejlesztés
SZERZŐDŐ NEVE: Zaránk Községi Önkormányzat
IDŐPONT: 2025.11.16
ESEMÉNY: Sportnap/Egészségügyi szűrés
HELYSZÍN: Zaránk Alapszolgáltatási Centrum

A „*Hajnalfény Orvoscsoport Egyesület*” 2025. november 16-án Zaránkon sportnap egészségügyi szűrővizsgálatot szervezett, amelynek célja a lakosság egészségi állapotának felmérése, a megelőzés fontosságának hangsúlyozása, valamint a betegségek korai felismerésének elősegítése volt. A rendezvényen során a résztvevők több szakterületet érintő vizsgálatokon és felvilágosító programokon vehettek részt, amelyek egyaránt szolgálták az egészségtudatosság növelését és a lakosság életminőségének javítását. A délután folyamán szemészeti szűrővizsgálatok, általános laborvizsgálatok, cukor és vérnyomásmérések zajlottak. A telemedicinális bőrgyógyászat is kiemelt szerepet kapott, ahol digitális eszközön keresztül véleményezte szakorvos a látottakat. A résztvevők számára gyógytorna- és mozgásrehabilitációs tanácsadás is elérhető volt, ahol a szakember a helyes testtartás, a gerincvédelem és a mozgásszervi problémák megelőzésének gyakorlati lehetőségeit mutatta be. Újraélesztési és elsősegélynyújtási oktatás is zajlott, amely során az érdeklődők elsajátíthatták az alapszintű újraélesztés lépéseit. A rendezvény kiemelt szakmai eseményeként **Dr. Mészáros Péter** onkológus főorvos tartott előadást a gyomor-és bélrendszeri daganatokról, azok kialakulásáról, korszerű kezelési lehetőségeiről, valamint a megelőzésben betöltött kulcsszerepű életmódbeli tényezőkről. A főorvos részletesen bemutatta a lefontosabb rizikótényezőket, köztük a helytelen táplálkozási szokásokat, a mozgásszegény életmódot, a túlzott alkoholfogyasztást, a dohányzást és az elhízást. Hangsúlyozta, hogy a daganatos betegségek jelentős része tudatos életmóddal, rendszeres szűrésekkel és egészséges táplálkozással megelőzhető, vagy korai stádiumban felismerhető, amikor a kezelési lehetőségek még lényegesen hatékonyabbak. Előadásban kitért a betegségre utaló korai tünetek felismerésére is, amik tartósan fennálló panasz esetén mindenképp kivizsgálást igényelnek. Felhívta a figyelmet arra, hogy sok korai daganatos elváltozás tünetmentesen alakul ki, ezért a rendszeres szűrővizsgálatoknak kiemelt jelentősége van. Részletesen ismertette a kolonoszkópiai vizsgálat menetét, lépésről lépésre. Az előadás egyik hangsúlyos eleme volt a táplálkozás szerepének bemutatása, külön kiemelve a rostban gazdag étrend, a

SZÉCHENYI 2020**MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA****Európai Unió
Európai Szociális
Alap****BEFEKTETÉS A JÖVŐBE**

zöldségek és gyümölcsök rendszeres fogyasztása, valamint a feldolgozott élelmiszerek kerülésének hatását a daganatok megelőzésére. Dr. Mészáros Péter a résztvevők kérdéseire részletesen, a mindennapi életben jól alkalmazható tanácsokat adott, tovább erősítve az egészségmegőrzés szerepét és a lakosság tájékozottságát.

A sportnapi szűrőprogram és előadáson ugyan a vártnál kevesebben vettek részt, azonban az esemény így is értékes és hasznos tapasztalatokkal szolgált. Ezek a programok hozzájárulnak a lakosság egészségi állapotának javításához, valamint támogatják őket a megelőzésben.

Zaránk, 2025.november 16.

Bátky-Bártfai Franciska
ügyintéző

SZÉCHENYI 



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE