TLAČOVÁ SPRÁVA

Košice, 11. júl 2015

Posluchárne Lekárskej fakulty UPJŠ zaplnili malí študenti

Aj keď výučba v rámci letného semestra sa už skončila, v budove Lekárskej fakulty UPJŠ v Košiciach bolo dnes rušno a veselo. Fakultu totiž navštívilo 52 piatakov a šiestakov základných škôl v rámci projektu Univerzita bez hraníc, vrátane niekoľkých detí z detských domovov.

Na pôde najstaršej fakulty UPJŠ privítal žiakov **predseda Akademického senátu UPJŠ LF doc. MUDr. Peter Jarčuška, PhD., mim.prof.**, ktorý im porozprával o histórii a činnosti Lekárskej fakulty, ktorá patrí medzi najkvalitnejšie vzdelávacie ustanovizne v SR *(v rámci poslednej akreditácie získala 3,95 bodov zo 4,0).* Deti sa tiež dozvedeli, aký bohatý program ich čaká a následne sa tri hodiny dopoludnia a hodinu popoludní hravou formou vzdelávali – na Lekárskej fakulte UPJŠ si trénovali starostlivosť o svoj chrup i ošetrovanie rán a dozvedeli sa čosi o zdravom životnom štýle, význame omega mastných kyselín v našej výžive a tiež o vzťahu ľudského zdravia a sociálneho postavenia.

Foto: UPJŠ LF, Iveta Žihalová

V rámci dopoludňajšieho programu sa na Ústave experimentálnej medicíny nazvaného *„Má Nemo dostatok omega-3 mastných kyselín?“* sa žiaci naučili rozoznávať **potraviny s vysokým obsahom omega-6 a omega-3 mastných kyselín**, ktoré sú nevyhnutné pre ľudské zdravie. Dozvedeli sa, že pre náš organizmus sú prospešnejšie omega-3 mastné kyseliny, ktoré obsahujú najmä morské ryby, zatiaľ čo s konzumáciou omega-6 mastných kyselín, ktoré obsahujú rastlinné smená, napríklad mak a slnečnice, by sme to nemali preháňať.

Kontakt: adresa: Trieda SNP 1, 040 11 Košice, tel: 055 234 3220, mobil: 0905 344 299
e-mail: jaroslava.oravcova@upjs.sk web: www.medic.upjs.sk

Pracovníci Ústavu ošetrovateľstva v rámci bloku nazvaného *„Vieš ošetriť rany?“* prezentovali žiakom **rôzne druhy poranení a základné postupy poskytovania laickej prvej pomoci**. Ukázali im základné postupy pri ošetrovaní rôznych typov zatvorených i otvorených rán, medzi ktoré patria rezné, sečné, bodné, strelné, tržné rany a tiež pohryznutia a uštipnutia. Deti mali pritom možnosť cvičiť pri interaktívnej tabuli a niektoré techniky im pracovníčky ústavu predviedli na simulátoroch, na ktorých následne aj trénovali. ***„Tiež si mohli vyskúšať svoju zručnosť pri ošetrovaní poranených častí tiel na svojich kolegoch a veľkou zábavou pre ne bola možnosť vytvorenia si maskovania krvácajúcich rán špeciálnou hmotou a červeným farbivom. Simulované zranenia si potom navzájom ošetrovali,“*** hovorí PhDr. Mária Sováriová Soósová, PhD. z Ústavu ošetrovateľstva Lekárskej fakulty UPJŠ.

Živo bolo aj na ďalších pracoviskách. Na Ústave sociálnej a behaviorálnej medicíny Lekárskej fakulty sa účastníci dozvedeli, ako je to s výživou obyvateľov našej planéty a ako sa pod ľudské zdravie podpisuje bohatstvo alebo chudoba. Prekvapením pre nich bolo, že zatiaľ čo v našich zemepisných šírkach konzumujeme zväčša až priveľa kalórií, takmer 6 miliónov detí na svete umiera pred dosiahnutím piatich rokov života... ***„Deťom sme poskytli niektoré zaujímavosti týkajúce sa nášho životného štýlu a chorobnosti, pretože až 90 percent úmrtí na Slovensku zapríčiňujú rôzne chronické choroby, pričom každý druhý Slovák zomiera na srdcovo-cievne ochorenia. Náš program s názvom ‚Lepšie je byť bohatý a zdravý ako chudobný a chorý‘ však nebol len o strašení pred chronickými ochoreniami, ale aj o veselých hrách súvisiacich so životným štýlom, ktoré ovplyvňujú až 50 percent nášho zdravia. Deti napríklad hádali obsah cukru v rôznych potravinách a súťažili v preliezaní pomedzi symbolické laserové lúče bez toho, aby sa o ne zachytili, čo vyžadovalo nielen štíhlosť, ale i dobrú pohyblivosť,“*** konštatuje prednostka ústavu Mgr. Iveta Rajničová Nagyová, PhD. Program na Ústave sociálnej a behaviorálnej medicíny vhodne doplnili pracovníci I. internej kliniky praktickými meraniami telesného tuku, hmotnosti, obvodu pásu a výšky schovanými pod názvom programu *„Hravo a zdravo“*. Všetkým záujemcom zmerali i krvný tlak.

Popoludní potom vzali deti do parády pracovníci I. stomatologickej kliniky a Kliniky stomatológie a maxilofaciálnej chirurgie Lekárskej fakulty UPJŠ a UNLP a v rámci bloku *„Rozprávkový úsmev“* poučili účastníkov Univerzity bez hraníc, **prečo je po dobrom obede potrebné vyčistiť si zúbky**. Všetky deti dostali zubné kefky, ktorými si trénovali správnu techniku čistenia zubov a dozvedeli sa čosi i **o zložení stravy a príčinách tvorby zubného kazu**.

A čo sa účastníkom Univerzity bez hraníc 2016 na UPJŠ najviac páčilo na Lekárskej fakulte?

„Počítanie kociek cukru a preliezanie laserov, ale zaujímavé bolo aj ošetrovanie otvorených rán, ktoré sme si predtým namaskovali a tréning správneho čistenia zubov po dobrom obede s buchtami na pare,“ hovorí 11-ročný Jožko. Desaťročná Zuzka sa nám chváli simulovaný pohryznutím od mačky na ruke a strelnou ranou na stehne a jej nová kamarátka Tamarka nám zas ukazuje vierohodne namaskované sečné poranenie na predlaktí... ***„Niektoré nafingované poranenia aj obrázky zranení boli napohľad nepríjemné, ale stať sa môže všeličo a je potrebné rýchlo zareagovať. Preto boli informácie o poskytnutí prvej pomoci a trénovanie ošetrovania rán užitočné. Okrem toho sa mi veľmi páčil program s rybičkou Nemo. Keďže je to morská rybka a živí sa planktónom, došli sme k záveru, že má dostatok omega-3 mastných kyselín. Získali sme fakt zaujímavé informácie o našom jedálničku a nasmiali sme sa pri skladaní rybičky z puzzle,“*** prezrádza 12-ročná Viktória.

Jedenásťročná Vivien chváli celý program na Lekárskej fakulte UPJŠ: ***„Dnes sme sa veru nenudili, celý program bol zaujímavý, vrátane rôznych súťaží***

a telesných meraní.“ Aj 13-ročnej Gitke z detského domova v Košickej Novej Vsi sa tento deň veľmi páčil. ***„Bol to veľmi zaujímavý deň, no asi najviac zo všetkého asi ošetrovanie rán a lúštenie tajničiek,“*** poznamenáva.

O príjemne strávenom dni pre školákov svedčí i to, že zatiaľ čo ráno po príchode na Lekársku fakultu UPJŠ zdvihlo na otázku, kto by chcel študovať medicínu, ruku nesmelo asi šesť detí, popoludní ich bolo pri tej istej otázke oveľa viac... Na Lekárskej fakulte UPJŠ totiž prežili pestrý prázdninový deň, ktorý im veľmi rýchlo zbehol. Po skončení programu na fakulte sa potom presunuli na Ústav telesnej výchovy a športu UPJŠ, kde sa už venovali rôznym pohybovým aktivitám.

F O T O G A L É R I A :

Túto správu nájdete archivovanú na: ***www.medic.upjs.sk***

RNDr. Jaroslava Oravcová
PR manažérka

Kontakt: adresa: Trieda SNP 1, 040 11 Košice, tel: 055 234 3220, mobil: 0905 344 299
e-mail: jaroslava.oravcova@upjs.sk web: www.medic.upjs.sk