



Kategoria

- Zdrowie

Rozpocznij zdrowo nowy rok szkolny

Wszyscy rodzice powinni zobaczyć najnowszy film edukacyjny Narodowego Funduszu Zdrowia. 90% dzieci w Polsce ma wady postawy - zadbajmy o zdrową postawę naszych dzieci!

Narodowy Fundusz Zdrowia przygotował film edukacyjny, który jest kompleksowym przewodnikiem dla rodziców i opiekunów. **Dr Justyna Bloda**, fizjoterapeutka pediatryczna dzieli się swoją wiedzą na temat wad postawy. Mówi m.in. dlaczego aktywność fizyczna jest kluczowa, jakie nawyki mogą prowadzić do problemów z kręgosłupem.

„Nie oszukujmy się, każdy z nas ma jakieś wady. Ale gdy chodzi o nasze dzieci, powinniśmy stanąć na głowie, by ustrzec je przed skutkami nieprawidłowej postawy” – tak rozpoczyna się film pt.

Szyja smartfonowa, skolioza, płaskostopie - jak chronić dziecko? | Zdrowie na Pierwszym Planie

Z filmu można się również dowiedzieć:

- Jakie są przyczyny wad postawy?
- Jak wybrać odpowiedni plecak dla dziecka?
- Czy skolioza to wada postawy?
- Jak ważna jest codzienna aktywność fizyczna dla kręgosłupa?
- Czy płaskostopie ma wpływ na kręgosłup?

Instytut Matki i Dziecka podaje, że około **90% dzieci w Polsce ma wady postawy** kręgosłupa, stóp i kolan. Według danych NFZ **w latach 2019-2023 liczba pacjentów w wieku 15-17 lat z rozpoznaniem wad kręgosłupa wzrosła o ponad 15%**. Jak wynika ze statystyk, to wciąż poważny problem u dzieci i młodzieży.

Postępujące zmiany w stylu życia powodują m.in., że dzieci noszą coraz cięższe plecaki, spędzają długie godziny przy komputerach i smartfonach. Negatywnie oddziałują na rozwój postawy ciała i mogą doprowadzić do nieodwracalnych zmian układu kostno-mięśniowego. Warto już teraz zadbać o kręgosłup dziecka, wybierając odpowiedni plecak, biurko czy buty, aby nadchodzący rok szkolny nie stał się początkiem problemów ze zdrowiem.

W województwie podlaskim wady postawy u dzieci można zdiagnozować w poradniach dedykowanych dzieciom w następujących placówkach:

- Uniwersytecki Dziecięcy Szpital Kliniczny w Białymstoku, ul. Waszyngtona 13
- PRIMAMED, Białystok ul. Henryka Sienkiewicza 53
- Podlaskie Centrum Medycyny Sportowej i Ortopedii, Białystok ul. Gen. Józefa Bema 2
- PANACEUM, Białystok ul. Fabryczna 39
- SP ZOZ w Hajnówce, Hajnówka, ul. doc. Adama Dowgirda 9
- Poradnia Wad Postawy CENTRUM MEDYCZNE VITAMED, Białystok ul. Antoniukowska 11/V

W innych miejscowościach dzieci są przyjmowane w poradniach ortopedyczno-urazowych w szpitalach powiatowych w: Kolnie, Grajewie, Łapach, Sokółce, Wysokiem Mazowieckiem, Bielsku Podlaskim, Augustowie i Zambrowie. Szczegółowe dane teled adresowe oraz pierwsze wolne terminy można znaleźć w Informatorze o Terminach Leczenia NFZ. Do poradni specjalistycznej potrzebne jest skierowanie od lekarza rodzinnego.

dr Beata Leszczyńska

Rzeczniczka prasowa Podlaskiego Oddziału Wojewódzkiego Narodowego Funduszu Zdrowia

Source URL: <https://hajnowka.pl/aktualnosc/zdrowie/5576-rozpocznij-zdrowo-nowy-rok-szkolny>