

Link: <http://www.pnky.sk/aktuality/odbornici-trnavskej-univerzity-zlepsuju-zivoty-ludom-kenskom-pobrezi/>

Odborníci z Trnavskej univerzity zlepšujú životy ľuďom na kenskom pobreží

Od [PNky.sk](http://www.pnky.sk) - 23. februára 2017



V poskytovaní pomoci a vo vzdelávaní nie sú žiadne hranice, čoho príkladom sú odborníci z Fakulty zdravotníctva a sociálnej práce, Trnavskej univerzity v Trnave, ktorí už od roku 1998 spolupracujú s kenskými partnermi na rôznych zdravotných, sociálnych a vzdelávacích projektoch. Prvotné miesta rozvojových aktivít boli slumy v hlavnom meste Nairobi. Odtiaľ fakulta presmerovala svoju činnosť na kenské pobrežie do regiónu Kwale a od roku 2010 tam má zriadené svoje špecifické pracovisko zamerané na činnosti v oblasti vzdelávania, zdravia a budovania kapacít.



Meranie žiakov základnej školy (Dr.Rafajdus)

V rokoch 2015 a 2016 zahájila fakulta na svojom pracovisku v Keni dôležité projekty za účelom zlepšovania kvality vzdelávania a vedecko-výskumnej činnosti.

Projekt, pod vedením Dr. Michala Rafajdusa, je zameraný na celosvetový fenomén nového civilizačného ochorenia, a sice vertebrogénne ochorenia školopovinných detí. S tým súvisia nesprávne pohybové návyky, následná svalová nerovnováha a problémy s pohybovým aparátom. V ľudskom organizme je svalstvo rozložené tak, že vždy proti posturálnym svalom (vertikálne stabilizačné reťazce, ktoré nás stabilizujú v kľude) pracujú na opačnej strane svaly fázičné (špirálne dynamické reťazce, ktoré stabilizujú pohyb). Záleží na tom, ako navzájom spolupracujú. Ak dôjde k nerovnováhe medzi týmito svalmi, ak budú na jednej strane tela posturálne svaly vo väčšom napätí a fázičné ochabnuté, vznikne stav, ktorý sa volá svalová dysbalancia- nerovnováha. Svalové dysbalancie sa vyskytujú vo vysokom počte u detí, mládeže a dospelých. Vznikajú v dôsledku nedostatočnej, ale i vysokej telesnej záťaže alebo ju môžu zapríčiniť rôzne úrazy a ochorenia. Je považovaná za najvýznamnejšiu príčinu chronických bolestí pohybového systému a stúpajúceho počtu porúch chrbtice.

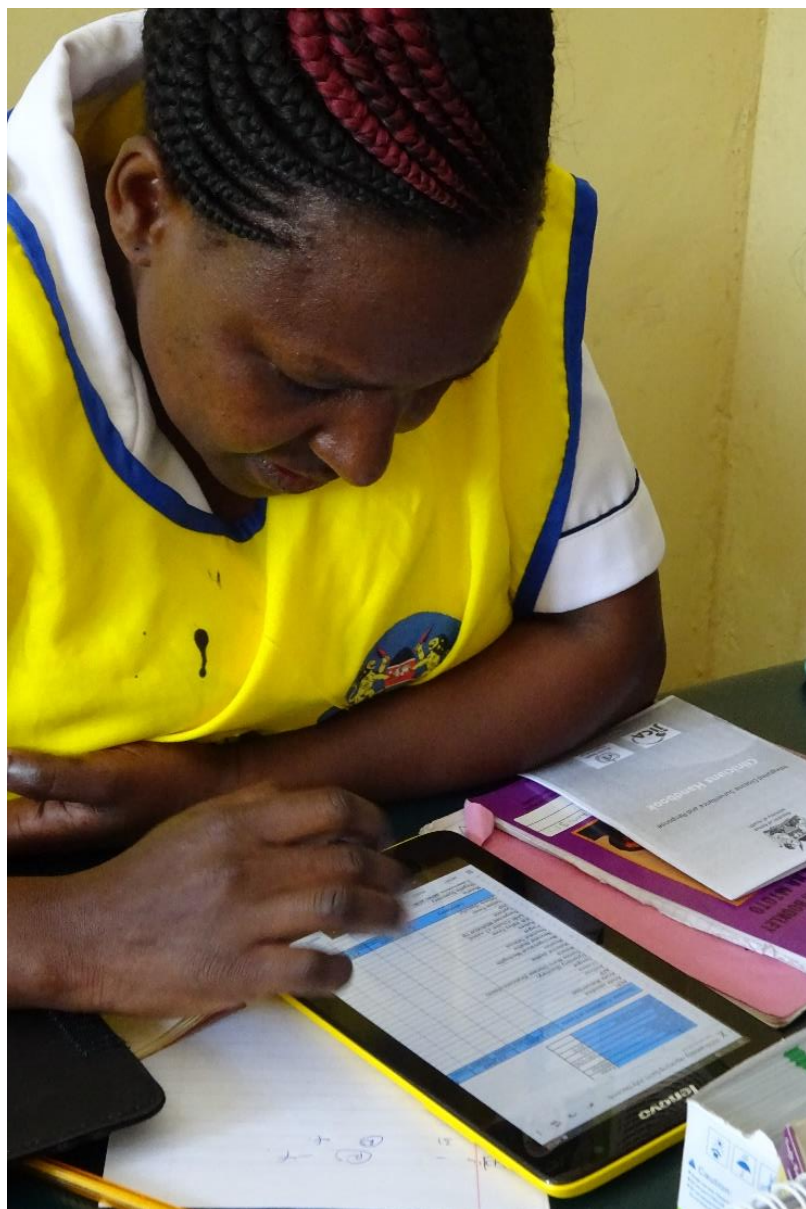


Kenská štátna základná škola



Pohľad zvnútra

Hlavným cieľom projektu v prvej fáze bolo vykonať posturologické a rozsahové merania u žiakov-chlapcov, vo veku 14-16 rokov, na základných školách v Kwale. Hoci dopad komerčnej doby, ako zohnutý chrbát nad mobilom, tabletom či hranie počítačových hier miesto športovania a chôdze, v chudobných kenských oblastiach neexistuje, i tak priebežné výsledky z analýzy zozbieraných meraní potvrdzujú výskyt vertebrogénneho ochorenia školopovinných detí aj v Keni.



Nový systém hlásenia výskytu infekčných ochorení v praxi vo vidieckom zdravotníckom zariadení

Deti v Keni majú často prvé topánky v 12-tich rokoch, denne prejdú pešo niekoľko kilometrov na trase z domu do školy a späť. Po škole doma pracujú väčšinou v záhrade, idú po drevo či vodu, ručne si perú oblečenie. Nemožno v tomto prípade vraviť o nedostatku pohybu. No v prípade kenských detí treba hľadať príčiny svalovej nerovnováhy v nerovnakom zaťažovaní tela pri fyzicky náročných prácach, ktorým sú deti vystavované od mala. A preto chceme pokračovať v druhej fáze projektu, a to navrhnúť a zrealizovať vzdelávacie a tréningové aktivity zamerané na zlepšenie rozsahovo-pohybového aparátu žiakov v regióne Kwale. Ako kompenzačné cvičenie odskúšané praxou Dr. Michala Rafajdusa, sa využije cvičenie SM systém od MUDr. Smíška. Táto metóda pracuje na princípe jednoduchých a účinných cvikov, ktoré ak sa vykonávajú optimálnym spôsobom, uvoľňujú preťažované časti chrbtice, znižujú svalovú dysbalanciu a prispievajú k celkovému zdraviu.



Práca s tabletom a novým systémom hlásenia výskytu infekčných ochorení počas vzdelávacieho tréningu pre zdravotníckych pracovníkov (Dr.Jakubcová)

Ďalší fakultný rozvojový projekt, ktorý vedie Dr. Denisa Jakubcová, pomáha kenským kolegom predchádzať vzniku a šíreniu epidémií infekčných ochorení. Pre miestnych komunitných pracovníkov, zdravotné sestry a lekárov v regióne Kwale na kenskom pobreží sme zrealizovali vzdelávací tréning, ktorého cieľom bolo naučiť zdravotnícky personál ako rozpoznať príznaky infekčných ochorení nielen u pacientov prichádzajúcich do zdravotníckych stredísk, ale aj v odľahlých vidieckych komunitách. Ďalej rozpoznať stav epidémie a ako postupovať preventívne a represívne v miestach ohniska nákazy. Významnou zložkou tréningu bolo zavedenie jednotného systému hlásenia výskytu infekčných ochorení vo všetkých zdravotníckych zariadeniach kraja prostredníctvom tabletov.



*Cvičenie práce s tabletom v rámci vzdelávacieho tréningu pre zdravotníckych pracovníkov
(Dr. Jakubcová)*

Úloha tohto nového systému spočíva v monitorovaní epidemiologickej situácie infekčných ochorení v potrebnom čase a kvalite, vo funkcii včasného varovania medzi jednotlivými krajinami a v získaní dát o stave zdravia kenskej populácie na plánovanie a realizáciu dát preventívnych programov, najmä imunizačného programu. „Po uplynutí 6 mesiacov sme analyzovali úspešnosť tréningu. Môžeme ho označiť za úspešný. Skrátil sa časový interval hlásenia infekčných ochorení v kraji. Tým sa preventívne aktivity realizujú skôr a ich dopad je účinnejší. V jednom zo zdravotníckych zariadení sa podchytila začínajúca sa epidémia osýpok. Ďalším pozitívnym dopadom tréningu je fakt, že na základe hlásení presného počtu prípadov vieme povedať, ktoré infekčné diagnózy sú prioritné a zamerať sa špecificky na ne pre udržanie zdravia verejnosti,“ uviedla doktorka Denisa Jakubcová.

O tréning a systém hlásenia prejavili záujem už ďalšie kraje, čo je pozitívnou spätnou väzbou pre prácu odborníkov z Trnavskej univerzity. Dr. Alžbeta Kaiglová sa vo svojej práci na kenskom pobreží zameriava na hyperendemické oblasti z pohľadu výskytu závažného chronického parazitárneho ochorenia schistosomózy. Vidiecke zdravotnícke zariadenia prvého kontaktu chceme zapojiť do boja na elimináciu

ochorenia zavedením kontroly prenosu ochorenia a zdravotníckou osvetou komunít. Dôležitým krokom je prenos expertízy na miestnych odborníkov v zdravotníckych zariadeniach na vidieku, čím sa zefektívni systém vyhľadávania nakazených pacientov, diagnostiky ochorenia a kontroly nakazených vodných zdrojov. Pre ďalšiu fázu projektu pripravujeme metodiku dôkazu urogenitálnej schistosomózy, ktorú plánujeme zaviesť v zdravotníckych strediskách na vidieku.



Laboratórium vo vidieckom zdravotníckom zariadení (Dr.Kaiglová)

Fakulta zdravotníctva a sociálnej práce Trnavskej univerzity v Trnave, svojim detašovaným pracoviskom v Keni má nezastupiteľné miesto vďaka odborným dlhoročným skúsenostiam, pozitívnym výsledkom z realizácie projektov a stále aktívne prebiehajúcim vedecko-výskumným aktivitám. Taktiež neustále rozširuje spektrum svojich aktivít a zapája viacerých odborníkov zo sociálnej, zdravotnej a vzdelávacej oblasti.

Autori: Zuzana Kráľová, Denisa Jakubcová, Michal Rafajdus, Alžbeta Kaiglová

Foto: Zuzana Kráľová