

Edukacja i profilaktyka – klucz do zdrowia seniorów

rozmowa z prof. dr hab. n. med. Alicją Chybicką, posłanką na Sejm, wiceprzewodniczącą podkomisji stałej do spraw zdrowia osób starszych

Rok 2025 Senat ogłosił Rokiem Edukacji i Profilaktyki. Jakie są w związku z tym priorytety podkomisji sejmowej, w której Pani pracuje?

Chodzi nam przede wszystkim o holistyczne podejście do zdrowia seniorów. Większość z nich ma złożone problemy zdrowotne i leczy się u wielu specjalistów, bez żadnej koordynacji. Konieczny jest więc system, który zapewni kompleksową opiekę dla osób starszych, a kluczową rolę w tym procesie powinni odgrywać geriatrzy.

Takich lekarzy jest w Polsce niewielu, a zainteresowanie studentów medycyny tą specjalizacją nie jest duże.

To prawda, dlatego seniorzy pozostają pod opieką lekarzy podstawowej opieki zdrowotnej. Powinno być tak, że specjalista ustawia leczenie, a lekarz POZ kontynuuje jego wdrażanie i w razie potrzeby ponownie kieruje na konsultacje specjalistyczne. Dzięki temu pacjent czułby się „zaopiekowany”, a nie odrzucany i zmuszany do pilnowania wielu kolejek.

Czy mamy w ogóle jakiegokolwiek sukcesy w zakresie opieki zdrowotnej nad seniorami?

Oczywiście. Przykładem jest bezpłatne szczepienie przeciw COVID-19, pneumokokom i grypie dla osób 65+. Seniorzy mogą również korzystać z refundowanego w 50 procentach szczepienia przeciwko półpaścowi. Obecnie trwają prace nad refundacją szczepienia przeciwko RSV (syncytialny wirus oddechowy), która wkrótce powinna zostać ogłoszona.

Czy jest szansa, że szczepienie przeciw półpaścowi będzie w pełni refundowane?

Mam nadzieję, że tak. Podjęto już starania w tym kierunku. Półpasiec jest chorobą niezwykle uciążliwą, a jej skutki, np. przewlekła i bardzo bolesna neuralgia popółpaścowa, mogą towarzyszyć pacjentowi do końca życia.

Mimo wspomnianych udogodnień, odsetek wyszczepienia seniorów w Polsce jest niewielki. Dlaczego?

Dlatego, że z powodu wykluczenia cyfrowego do wielu z nich nie dociera informacja o możliwości zaszczepienia się. Problem jest rzeczywiście duży, bo szczepi się około 20 procent osób starszych, a to stanowczo za mało.

Co więc należy zrobić, by poprawić system opieki nad osobami starszymi?

Kluczowe są dwie kwestie: edukacja i profilaktyka. Musimy dotrzeć do blisko 10 milionów osób w wieku 60+, z których wiele nie potrafi obsługiwać komputera ani smartfona. W związku z tym planujemy programy edukacyjne, dzięki którym dzieci i młodzież będą pomagały seniorom m.in. w korzystaniu z e-usług zdrowotnych. Ta umiejętność w dzisiejszych czasach jest po prostu koniecznością.

Czy to się uda?

Jestem przekonana, że tak. Organizowałam kiedyś spotkania seniorów z dziećmi chorymi na nowotwory. Ich interakcje przynosiły ogromną radość obu stronom! Widzę więc duży potencjał we współpracy międzypokoleniowej. Aby wspomagać te działania, planujemy różnego rodzaju akcje informacyjne oraz systemowe wsparcie dla lokalnych inicjatyw edukacyjnych.

Co jeszcze mogłoby pomóc w poprawie stanu zdrowia seniorów?

Ważne jest, by umożliwić szczepienia także tym osobom starszym, które są unieruchomione w swoich czterech ścianach. Ogólnie rzecz biorąc, zamiast umieszczać seniorów w domach opieki, lepiej zapewnić im wsparcie medyczne i społeczne w ich własnym otoczeniu. Zorganizowanie szczepień domowych byłoby więc kolejnym krokiem w tym kierunku.

Jakie są dalsze plany w tym zakresie?

Jednym z głównych założeń na nadchodzące lata jest wdrożenie kompleksowych programów zdrowotnych, które obejmą nie tylko szczepienia, ale również edukację na temat zdrowego stylu życia, zbilansowanej diety i aktywności fizycznej. Chcemy, aby seniorzy mieli dostęp do specjalnych poradni geriatrycznych, które będą działały w ścisłej współpracy z lekarzami POZ. Ważne jest także zwiększenie liczby specjalistów z zakresu geriatryi poprzez uatrakcyjnienie tej specjalizacji dla młodych lekarzy.

Czy planowane są też kampanie skierowane do młodych pokoleń?

Tak, chcemy zainicjować ogólnopolskie programy edukacyjne dla młodzieży. Ich celem jest nie tylko uczenie empatii i zrozumienia dla starszego pokolenia, ale również przekazywanie praktycznych umiejętności, takich jak udzielanie pierwszej pomocy czy informowanie o chorobach wieku starczego. Chcemy, by młode pokolenie było lepiej przygotowane do wspierania swoich bliskich w podeszłym wieku.

Czego jeszcze możemy się spodziewać w ramach Roku Edukacji i Profilaktyki?

Planowane są liczne konferencje, warsztaty i spotkania z ekspertami, które będą prowadzone zarówno w dużych miastach, jak i w mniejszych miejscowościach. Istotnym elementem będą też działania w mediach społecznościowych, poprzez które chcemy dotrzeć do młodszych opiekunów seniorów.

Z jakich europejskich rozwiązań Polska mogłaby korzystać?

Chociażby z takich, jakie mają Dania czy Szwecja, które od lat inwestują w zintegrowane systemy opieki zdrowotnej dla seniorów. Możemy czerpać z ich doświadczeń, zwłaszcza w zakresie telemedycyny i systemów wsparcia domowego. Ważne jest jednak, by adaptować te rozwiązania do polskich realiów, uwzględniając lokalne potrzeby i możliwości.

O czym, jako społeczeństwo, powinniśmy pamiętać?

O tym, że profilaktyka zawsze jest bardziej opłacalna niż leczenie chorób. Środki ministerstwa zdrowia na ten cel są zwiększane, bo wśród decydentów świadomość konieczności działań zapobiegawczych jest wysoka, ale w społeczeństwie nadal mamy dużo do zrobienia. Potrzebujemy intensywnych kampanii edukacyjnych, by przełamać różnego rodzaju opory i dotrzeć do jak największej liczby osób. Mam nadzieję, że nasze działania przyniosą zamierzone efekty i sprawią, że osoby starsze przestaną się czuć mniej ważne, czy wręcz marginalizowane.

Bardzo dziękuję za rozmowę.

Vaccinum Pro Publico Bono!



Autoryzowany wywiad prasowy opracowany przez Stowarzyszenie Dziennikarze dla Zdrowia w ramach kampanii edukacyjno-informacyjnej „HEALTHY AGEING – długie życie w dobrym zdrowiu” i spotkania prasowego pt. „Czy 2025 będzie Rokiem Profilaktyki dla Seniorów? W oczekiwaniu na zmiany systemowe!” Zima 2025.