

V PARKOCH A ZÁHRADÁCH SA BUDÚ ĽUDIA UČIŤ AKO SPRÁVNE DÝCHAŤ

Bratislava, 4. jún 2014 – Tento víkend, 7. a 8. júna, bude Nadačný fond Pre zdravé pľúca učiť verejnosť v bratislavskej Grassalkovichovej záhrade a záhrade Úradu vlády SR ako správne dýchať. Podujatie sa uskutoční v rámci VI. ročníka medzinárodného dobrovoľníckeho podujatia „Víkend otvorených parkov a záhrad“. Okrem dychových cvičení pod dohľadom skúsených fyzioterapeutov si môžu návštevníci tohto podujatia zmerať kapacitu pľúc – tzv. spirometriu.

Nadačný fond Pre zdravé pľúca bude v rámci prebiehajúcej informačno-vzdelávacej kampane pod názvom „Chyť svoj druhý dych“ realizovať osvetové aktivity aj v rámci podujatia „Víkend otvorených parkov a záhrad“ s cieľom informovať verejnosť o chronickej obštrukčnej chorobe pľúc. Dňa 7. júna v arcibiskupskej záhrade Úradu vlády SR a 8. júna v bratislavskej Grassalkovichovej záhrade bude mať Nadačný fond svoj informačný stánok, v rámci ktorého budú lekári, pneumológovia, poskytovať verejnosti informácie o závažnom respiračnom ochorení, akým je chronická obštrukčná choroba pľúc.

„Sme radi, že náš Nadačný fond Pre zdravé pľúca dostal príležitosť realizovať svoje aktivity aj na takom podujatí, akým je Víkend otvorených parkov a záhrad. Nakoľko ide o podujatie, ktoré je zo strany verejnosti obľúbené a navštevované, sme presvedčení, že sa nám podarí naplniť náš cieľ – zvýšiť povedomie o chronickej obštrukčnej chorobe pľúc, rizikách a prevencii tohto závažného respiračného ochorenia,“ hovorí MUDr. Marta Hájková, členka Rady Nadačného fondu a hlavná odborníčka pre pneumológiu na Slovensku.

Pod dohľadom skúsených fyzioterapeutov budú v čase od 12.00 hod. do 16.00 hod. prebiehať workshopy s praktickými cvičeniami na tému „Ako správne dýchať“. Návštevníci budú mať príležitosť zmerať si kapacitu pľúc, pričom výsledok spirometrie budú môcť konzultovať s lekárom – pneumológom.

Chronická obštrukčná choroba pľúc je závažné respiračné ochorenie, ktoré je častokrát spojené s chronickým kašľom a tvorbou hlienov. K nemu sa pridružuje zvýšená únava, znížená tolerancia záťaž a dýchavica, napr. pri chôdzi po schodoch. Už prvé symptómy, predovšetkým ranný “fajčiarsky” kašeľ, by nemal žiadny pacient



**Nadačný fond
pre zdravé pľúca**

Pomáhame tam, kde je to potrebné podceňovať. Informačno-vzdelávacie aktivity o CHOCHP realizuje Nadačný fond Pre zdravé pľúca, ktorý okrem iného pomáha pacientom trpiacim respiračnými ochoreniami v oblasti čiastočnej kompenzácie cestovných výdavkov a finančného príspevku na nákup vitamínov, probiotík a antacid. Nadačný fond ponúka aj podporu v oblasti služieb, ktoré zlepšia kvalitu života pacientov či ich zlú sociálnu situáciu. Informácie o Nadačnom fonde Pre zdravé pľúca sú dostupné na webovej stránke www.prezdravepluca.sk.

Podujatie „Víkend otvorených parkov a záhrad“ sa koná v čase, kedy naplno vyniká kvitnúca a svieža vegetácia záhrad. Jeho cieľom je sprístupniť zapojené parky a záhrady na Slovensku, aby upozornili verejnosť na krásu zelených plôch, ich kvalitu a tiež potrebu ich ochrany a zveľad'ovania. Po prvýkrát sa táto myšlienka realizovala už v roku 1998 v Londýne a odvtedy sa úspešne rozšírila do ostatných krajín Európy. Organizátorom podujatia na Slovensku je **Národný Trust n. o.**, ktorý podujatie pripravuje za pomoci Hl. mesta SR Bratislavy, MK SR a ďalších partnerov (v roku 2014 je to viac ako 40 partnerov podujatia).

KONIEC