

דיווח פעילות לשנת 2006

"הפורום" שם השנה דגש על שלושה תחומים עיקריים:

1. הפעלת תוכנית לאומית למניעת מחלות לב וכלי דם. משרד האוצר הקציב לצורך הפעלת תוכנית זו 1.9 מיליון ₪, אך וועדת המכרזים של משרד הבריאות לא מצאה עדיין את הדרך להעביר זאת לפורום. הפורום פרסם תחשיב של עלות / תועלת של הפעלת התוכנית המוצעת. התחשיב מראה באופן ברור את הכדאיות שבהפעלת תוכנית מניעה זו. תחשיב זה היה גם הבסיס להסכמת משרד האוצר להקציב לפורום את הסכום הנ"ל.
2. הפעלת תוכנית לקידום בריאות- מניעת מחלות לב וכלי דם בתעשייה, ברשויות המקומיות ובמקומות העבודה. שותפים: התאחדות התעשיינים, ההסתדרות החדשה, מרכז השלטון המקומי, צה"ל ומשטרת ישראל. הקדשנו זמן רב כדי להתאים את התוכנית המוצעת להמלצות ולדרישות מהשטח. בעקבות המלצות אלה חיברנו סילבוס מורחב וסילבוס מקוצר של הצעת הפורום, אשר הועברו באמצעות השותפים, לגורמים רבים במשק. עד כה, הייתה היענות מרשימה ומבטיחה להפעלת התוכנית המוצעת והיא תופעל במספר מפעלים יוקרתיים, אשר יהוו דוגמה למקומות נוספים.

הוגדרו התכנים הבאים, אשר מופיעים בסילבוס:

- א. סדנא להכשרת "נאמני בריאות" בהיקף של שתי פגישות בנות 6 שעות כל אחת, שתועבר ע"י מומחים מטעם הפורום: רופא מומחה למניעת מחלות לב וכלי דם, פיזיולוג בכיר, פסיכולוגית בכירה ודיאטנית קלינית בכירה. תפקיד "נאמני הבריאות" להוות זרז להפעלת תוכניות לקידום בריאות- מניעת מחלות לב וכלי דם במפעלים או ברשויות המקומיות. ההסתדרות החדשה וההסתדרות ההנדסאים, יזמו תוכנית להדרכת הממונים על הבטיחות והגהות, לצורך הפעלת תוכניות למניעת מחלות לב וכלי דם. הפורום מקדם יוזמה זו בברכה. הפורום מציע לתת לנושא קידום הבריאות – מניעת מחלות לב וכלי דם, את אותו המשקל הניתן לנושאים של בטיחות וגהות. אנו מאמינים שכדי למנוע תאונות עבודה או כדי לשמור על כללי הבטיחות בעבודה, יש צורך בראש ובראשונה, בכלי דם בריאים המתפקדים היטב!
- ב. הפעלת תוכנית מעקב – 3 פעמים במשך שנה לכלל ציבור העובדים, באמצעות צוות מעקב של הפורום או צוות מקצועי מקומי אשר עבר הדרכה לכך. לצורך זה הוכנה תוכנית כוללת לאיתור מהיר של בעלי סיכון גבוה לפתח מחלות לב וכלי דם, יחד עם המלצות לטיפול מיידי. התוכנית מופעלת בצה"ל, משטרת ישראל, חברת החשמל ובמספר תעשיות. בעלי הסיכון הגבוה לפתח מחלות לב וכלי דם יודרכו במגוון אמצעים:
 - הפנייה לאתר הפורום: www.2life.co.il
 - הפנייה עתידית לתוכנית טלמדיסין, שתכלול ייעוץ טלפוני ע"י דיאטנית ורופא
 - ניוזלטר המתפרסם מדי כחודשיים (ראה בהמשך)
 - הסדנאות הבאות:

הפורום הישראלי למניעת מחלות לב וכלי דם

משרד הבריאות ♦ ההסתדרות הרפואית בישראל ♦ קופות החולים



מרכז רפואי ברזילי, אשקלון 78306

- סדנא לתזונה נבונה- ע"י דיאטנית קלינית תואר שני -4 מפגשים בני 2.5 שעות כל מפגש.
 - סדנא לפעילות גופנית – בניהולו של הפיזיולוג ד"ר עמוס גרודזינובסקי תואר שלישי - 4 מפגשים בני 2.5 שעות כל מפגש.
 - סדנא להתמודדות עם מתחים - ע"י פסיכולוג תואר שלישי- 4 מפגשים בני 2.5 שעות כל מפגש.
 - סדנא לגמילה מעישון – רופא מומחה לגמילה מעישון – 8 מפגשים בני 1.5 שעות כל מפגש. בנוסף, הרצאת רופא מומחה למניעת מחלות לב וכלי דם.
- כל מפעל או רשות מקומית, שעדיין לא יצרו איתנו קשר, מוזמנים לפנות לפורום ולבקש את סילבוס הצעות הפורום, תוך ציון כל פרטיהם כולל פקס ודוא"ל. עליהם לפנות ל: reuenv@barzi.health.gov.il

הפורום מדריך בימים אלה צוותים של מספר מפעלים גדולים ושל מספר ערים.

3. יוזמות הפורום:

1. הפעלת מסלול "הלב בוחר ירוק" במטבחים ובחדרי האוכל במפעלים
2. פרסום ניוזלטרס באמצעים אלקטרוניים
3. הכנס הרביעי של הפורום
4. תוכנית למניעת השמנת יתר בגיל הרך
5. כתבות בעיתונות

פירוט יוזמות הפורום:

1. הפעלת מסלול "הלב בוחר ירוק" במטבחים ובחדרי האוכל במפעלים. זוהי תוכנית כוללת לשינוי מקיף של סביבת חדר האוכל והעבודה, המציעה מגוון פעילויות:

- ♥ סדנאות הדרכה לצוותי המטבח וחדר האוכל
- ♥ יצירת מנות בריאות
- ♥ סימון תזונתי של המזון המוגש, בכדי לאפשר בחירה מושכלת ע"י העובדים
- ♥ העברת מידע מעניין וקליט, להעשרת ציבור העובדים
- ♥ כתיבת חומר לאתר האינטרנט של החברה ועיתון החברה
- ♥ סדנאות תזונה לעובדים

התוצאות נראות בשטח - ניכרת עלייה בשביעות הרצון ובבחירות הבריאותיות! התוכנית "הלב בוחר ירוק", הינה תוכנית דינמית, המותאמת לפי צרכי המקום, ונבנית בשיתוף פעולה מלא. התוכנית מופעלת ב"מפעלי נייר חדרה". התוכנית זכתה לחשיפה בכתבה שהתפרסמה ב"ידיעות אחרונות" בתאריך 5/11/06. התוכנית בוצעה בעזרת הדיאטנית הקלינית הבכירה גבי אורית מגלד בן-אריה, מטעם הפורום. ניתן לקבל כתבה זו ע"י פנייה לדוא"ל:

reuenv@barzi.health.gov.il

2. פרסום ניוזלטרס באמצעים אלקטרוניים: השנה פרסמנו שישה ניוזלטרס, כלומר בתדירות של אחד לחודשיים. אנו מביאים בהם סקירות קצרות על החידושים האחרונים, הן מהספרות המדעית והן ממקורות מידע אחרים, בתחום מניעת מחלות לב וכלי דם. הסקירות מלוות בהערה / המלצה מטעם המערכת. הניוזלטרס מופצים באמצעות הדוא"ל לטווח רחב של מקומות עבודה: בהתאחדות התעשיינים, ההסתדרות החדשה, מרכז השלטון המקומי, צה"ל, משטרת –

הפורום הישראלי למניעת מחלות לב וכלי דם

משרד הבריאות ♦ ההסתדרות הרפואית בישראל ♦ קופות החולים



מרכז רפואי ברזילי, אשקלון 78306

ישראל ועוד. קיבלנו תגובות חיוביות רבות, כולל לגבי יישום ההמלצות אשר פרסמנו בהם. לדוגמא: בניזולטר מספר 5 (סעיף 7) התפרסמו המלצות "הפורום" בנושא "הזכות לכיבוד הוגן-אחריות באירוח", שנכתבו ע"י ד"ר ניבה שפירא - דיאטנית קלינית בכירה וחברת הנהלת הפורום. ההמלצות יתפרסמו גם באתר הפורום: www.2life.co.il תחת מדור "עדכונים". בהסתדרות ההנדסאים בישראל, אימצו המלצות אלה בכל המפגשים, הישיבות והכנסים במוסדות שלהם.

3. הכנס הרביעי של הפורום התקיים ב- 25/6/06: הכנס התמקד ביוזמות הפורום, הן לגבי המערכת הרפואית והן לגבי הקהילה. המושב השלישי בכנס אורגן בשיתוף עם הנהלת חבר הנאמנים. במושב זה הציגו: פרופ' ויסקופר, גב' עופרה שטראוס – יו"ר קבוצת "שטראוס עלית", מר חיים הורביץ – סמנכ"ל בכיר ב"טבע" ומר ליאור רייטבלט – מנכ"ל חברת "סופר-פארם", את השקפתם על הקשר בין קידום בריאות – מניעת מחלות לב וכלי דם לאיכות החיים ועל תרומת מקום העבודה המשקיע במשאב האנושי שלו, על הגברת תפוקת העבודה והפחתת ההיעדרויות. הם ציינו את מקום העבודה כמקום ללימוד אורחות חיים בריאים.

אתר הפורום - www.2life.co.il עבר שידרוג נוסף. נוספו כעת מספר מדורים:

♦ **מדור עדכונים** - אשר בו מתפרסמים הניזולטרים, מאמרים על ומטעים הפורום, שמתפרסמים בעיתונות.

♦ **מדור מולטימדיה** – הכולל קלטת אודיו להרפיית מתחים ו-4 סרטונים המתארים את פעילויות הפורום ומדגישים את הצורך באיתור מוקדם של בעלי סיכון גבוה לפתח מחלות לב וכלי דם, כדי למנוע תחלואה מיותרת.

♦ **מדור יישומים** - שבו הפורום מברך מפעלים ומקומות עבודה אשר מפעילים את תוכניות הפורום בהצלחה.

♦ **מדור פורום קהילות** – יופעל בקרוב.

אני מודים לחברת "שטראוס-עלית" על חסותה המתמשכת בהפעלת האתר ותחזוקתו.

4. תוכנית למניעת השמנת יתר בגיל הרך: ההנהלה הרפואית של הפורום החליטה, שהגילאים 4-8 הם הגילאים המועדפים בכדי למנוע השמנת יתר. ההדרכה תתמקד בגנים ובכיתות הנמוכות של בתי הספר. יודרכו צוותי מדריכים שיורכבו בעיקר מהגננות והמורות. כמו כן, יודרכו ההורים יחד עם ילדיהם. תוכנית זו היא חלק מפרויקט משותף עם כח המשימה המיוחד למניעת השמנה של משרד הבריאות, משרד החינוך וועדת ההיגוי מיוחדת, שהוקמה לצורך זה. הפעלת התוכנית מותנית בהשגת המשאבים הדרושים.

חבר הנאמנים: הנהלת חברת הנאמנים הייתה פעילה בהכנת המושב השלישי המיוחד בכנס, וכן במתן חסות לפעילות השוטפת של הפורום. ברצוננו להודות במיוחד לגב' עופרה שטראוס, מר חיים הורביץ ולמר ליאור רייטבלט, על עזרתם ותמיכתם המתמשכת.

"כלל ביטוח": הצענו לחברת "כלל ביטוח" להנהיג פרמיה דיפרנציאלית למבוטחים אשר הפחיתו באופן מבוקר את גורמי הסיכון שלהם לפתח מחלות לב וכלי דם. ההצעה נבחנת ע"י "כלל ביטוח" באופן אוהד.

הפורום הישראלי למניעת מחלות לב וכלי דם

משרד הבריאות ♦ ההסתדרות הרפואית בישראל ♦ קופות החולים



מרכז רפואי ברזילי, אשקלון 78306

5. **כתבות בעיתונות:** משך שנה זו התפרסמו כתבות רבות בעיתונות. בין היתר, גם מוסף בריאות שלם ב"ידיעות אחרונות" שהוקדש לכתבות מטעם הפורום. מטרת הכתבות היא להגביר את המודעות למניעת מחלות לב וכלי דם. ניתן להזמין כתבה/כתבות ע"י פנייה לדוא"ל: reuenv@barzi.health.gov.il וציון שם הכתבה בה מעוניינים:

מוסף "ידיעות אחרונות" – רק בריאות" – פרויקט מיוחד בשיתוף הפורום – איך תמנעו מעצמכם מחלות לב?

- פרופ' ראובן ויסקופר – הזמנה אישית להשקיע בבריאות
- עמוס טפלא - אם קטין, אין ניקוטין
- ד"ר חיים יוספי – העיקר לשמור על עורק פתוח
- ד"ר מירה אציל – לא לוקחים אחריות
- ד"ר דב גביש – לילד יש כולסטרול גבוה
- ד"ר ניבה שפירא – יותר משקל – פחות חיים

כתבות נוספות ב"ידיעות אחרונות:

- פרופ' ראובן ויסקופר – מניעת השמנת יתר בגני הילדים
- פרופ' ראובן ויסקופר – הפעלת המסלול "הלב בוחר ירוק" במעלי נייר חדרה

מעריב:

- פרופ' ראובן ויסקופר – חיו בידי
- ד"ר נעמה קונסטנטיני – פעילות גופנית
- סקירה על כנס הפורום שהתקיים ביוני

הארץ:

- פרופ' ראובן ויסקופר – האם ביצעת טיפול 10,000?
- פרופ' ראובן ויסקופר – המלצה לבעלי גורמי סיכון תורשתיים
- פרופ' ראובן ויסקופר – הוסף תוכן לחיים

גלובס:

- סקירה על כנס הפורום שהתקיים ביוני

בברכה

פרופ' י.ר. ויסקופר – יו"ר