

מרכז רפואי ברזילי, אשקלון 78306

22 אוגוסט, 2007

דיווח פעילות "הפורום" – רבעון II 2007

אנחנו שמחים לבשר, ש"הפורום" הגיע לשלב בו התוכניות כבר מתבצעות ובהצלחה ניכרת ובקצב ובהיקף, שהולכים וגדלים. "הפורום" השתתף בתוכנית הטלוויזיה "בנוגע ללב" בהנחייתה של דנה וייס. בעקבות השידור, התפרסמו כתבות על תוכניות הפורום ב"הארץ" וב"ידיעות אחרונות". ישנה התעניינות רבה ועלייה בהיקף של ההזמנות להפעלת התוכנית.

1. **תוכנית "הלב בוחר ירוק" – "מפעלי נייר חדרה"** – ביצענו סקר משוב של כל הסועדים בחדרי האוכל בעקבות הפעלת תוכנית "הלב בוחר ירוק". בסקר נבחנה מידת שביעות רצון העובדים מכל אחד מהשינויים שחלו בחדר האוכל בעקבות התוכנית. בממוצע נמצא כי 96.5% מהעובדים מרוצים מאוד או במידת מה מהשינויים שחלו בעקבות התוכנית:

- 96.1% מבין העובדים היו שבעי רצון מתצוגת המנות בויטרית הזכוכית.
 - 100% מהעובדים שהשתתפו בסקר היו מרוצים מתוספת מנות בריאות לתפריט.
 - 98.4% מהעובדים היו שבעי רצון מהסימון התזונתי לכל מנה.
 - 99.3% מהעובדים היו שבעי רצון מסימון המנות הבריאותיות בצבע ירוק.
 - 88.4% מהעובדים היו שבעי רצון מדפי המידע, עובד אחד ציין שלא ראה דפים אלו.
- שביעות הרצון הגבוהה מהתוכנית "הלב בוחר ירוק", יוצרת ציפייה להמשכיות ולבניית תוכניות משלימות. הנהלת מנא"י החליטה להזמין את "הפורום" להרחיב את התוכנית גם לארוחות הבוקר. כזכור, התוכנית מתמקדת בבדיקת כל המתכונים של ארוחת הצהריים בחדרי האוכל, החלפת המתכונים שאינם בריאים במתכונים בריאים, סימון המנות הבריאות בצבע ירוק וסימון המנות הפחות בריאות בצבע אדום בצירוף הסברים ודפי מידע. תוכנית "הלב בוחר ירוק" מתבצעת כעת בשני קיבוצים: משמר העמק וקבוצת יבנה. כמו כן, בשלבי ביצוע במשרד החקלאות וב"כרמל מערכות".

2. **תוכנית מעקב** – לאיתור בעלי סיכון לפתח מחלות לב וכלי דם. תוכנית זו מופעלת בהצלחה רבה **במפעל "אל-אופ"**. עיקרי התוכנית: בדיקת העובדים (באמצעות 4 מדדים למחלות לב וכלי דם), איפיון העובדים (תוך שמירה על צנעת הפרט) כבעלי סיכון: קל, בינוני או ניכר לפתח מחלות לב וכלי דם, הדרכת בעלי הסיכון פעמיים בשבוע בפעילות גופנית ופעם בשבועיים לתזונה נבונה.

נתוני הקבוצה: 70% מהם נמצאו בהתחלה כבעלי סיכון ניכר לפתח מחלות לב וכלי דם. כמעט כל הקבוצה השתתפה בהדרכה של צוות "הפורום", שחברת "אל-אופ" מימנה באדיבותה. לאחר שלושת חודשי ההדרכה לפעילות גופנית ולתזונה נבונה, וניתור של יישום הנלמד גם בבית, מצאנו שמספר בעלי הסיכון הניכר לפתח מחלות לב וכלי דם ירד מ- 70% ל- 34% בלבד. כמו כן, גם מספר האנשים עם סיכון קל עלה, כתוצאה של מעבר אנשים מסיכון גבוה לסיכון קל עד בינוני. רוב הגברים עם היקף מותניים גבוה, תיקנו את הערכים שלהם, חלק ניכר מתוך אלה עם יתר לחץ דם, הגיעו ללחץ דם תקין, למעט בודדים שלחץ הדם שלהם היה 140/90 מ"מ כספית. "הפורום" הציע להנהלת "אל-אופ" קו פתוח עבור עובדים אלה, שיוכלו להתקשר ולקבל הדרכה אישית מפרופ' ויסקופר – יו"ר "הפורום".

תוכנית המעקב מבוצעת גם בקיבוץ משמר העמק, בקבוצת יבנה ובקרוב בתעשייה האווירית.

3. מתקיימות כעת סדנאות הדרכה לתזונה נבונה ולהפחתת משקל בחברת "טבע" ובמשרד החקלאות.

4. **ירידי בריאות** – כזכור, בחול המועד פסח הופעלה בהצלחה רבה, תוכנית של בדיקת 4 מדדים לפתח מחלות לב וכלי דם: לחץ דם, היקף מותניים, עישון ופעילות גופנית, במספר רב

הפורום הישראלי למניעת מחלות לב וכלי דם

משרד הבריאות ♦ ההסתדרות הרפואית בישראל ♦ קופות החולים



מרכז רפואי ברזילי, אשקלון 78306

של סניפי רשת "סופר-פארם". נבדקו כ- 6,000 איש. בעקבות ההצלחה, החלטנו למסד את שיתוף הפעולה בין "הפורום", "סופר-פארם" ו"עמותת פרחי - רפואה" ולהציע לארגונים השונים לקיים ירידי בריאות, עם הרצאות מרכזיות מטעם "הפורום" ודוכנים לבדיקת לחץ דם והיקף מותניים. כמו כן תתאפשר הרשמה לסדנאות מטעם הפורום, כשלב ראשון להפעלת תוכניות הפורום. יש סיכום לקיים ירידי בריאות ב: משרד החקלאות, אוניברסיטת בר-אילן, בקיבוץ משמר העמק ובקבוצת יבנה.

5. צה"ל :

- א. הוחלט להפעיל את תוכנית המעקב במרפאות שלהם.
- ב. צוותי הרופאים – חובשים יקבלו הדרכה ע"י צוות הפורום.
- ג. ישנה כוונה לבחון שיתוף פעולה עתידי בנושא התזונה בעקבות הצלחת התוכנית "הלב בוחר ירוק", לפי התקדמות פרויקט הפרטת ההסעדה בצה"ל.
6. **המוסד לבטיחות ונהיגה** – מתכוון לכלול בתוכניותיו לשנת 2008: הדרכת נאמני בריאות מקרב נאמני הבטיחות והנהיגה וכן להעביר הדרכה במפעלי ההסתדרות החדשה.

7. מרכז השלטון המקומי :

- א. הוכשרו 4 צוותים של "נאמני בריאות" מטעם עיריית קריית-גת, אשר עוסקים בהצלחה בהדרכה, במסגרות שונות בעיר וגם קיימו מספר ימי בריאות.
- ב. עיריית אשקלון – נקבעה תוכנית להכשרת נאמני בריאות
- ג. עיריית הרצלייה - נקבעה תוכנית להכשרת נאמני בריאות
- ד. עיריית ראשלי"צ – יש תוכנית לא סופית להכשרת נאמני בריאות

"הפורום" רואה, כיעד הראשי, את הגברת המודעות שמניעה ראשונית של מחלות לב וכלי דם = שמירת כל המדדים לפתח מחלות לב וכלי דם במרחק ניכר מהערכים שבהם יש צורך להתחיל בטיפול תרופתי. אין ספק, שהשתתפות "הפורום" בתוכנית "בנוגע ללב" בטלוויזיה, עזרה להשיג מטרה זו.

אני משוכנע, שכעת לאחר שיש לנו את תוצאות ההתערבות, נוכל להתקדם ביתר שאת.

הגענו כבר לניוזלטר מספר 10. הניוזלטרס זוכים לביקורות טובות ולהתעניינות רבה.

באתר הפורום www.2life.co.il מופעל פורום לפניית הציבור. מספר הכניסות לאתר עומד על מעל 4,000. ברצוננו להודות לחברת "שטראוס" על האחזקה המתמשכת של אתר הפורום ועל נכונותם לפעול לתרגום האתר לרוסית.

ברצוננו להדגיש, שכל פעילות הפורום מתאפשרת הודות לחסויות של החברות "שטראוס", "טבע" ו"סופר-פארם", ואנו מדודים להם מקרב לב.

**הפורום מאחל לכם וליקיריכם שנה טובה, שנת בריאות טובה,
שתזכו להניע את גלגל הבריאות בהצלחה בכל הארץ.**

בברכה

פרופ' י.ר. ויסקופר – יו"ר