

## **Centrum Rehabilitacji i Edukacji Zdrowotnej „Aktywne starzenie się”**

**– szansa na nową, jakość życia naszych seniorów**

**W Bydgoskiej Smukale powstanie jedyny w regionie nowoczesny ośrodek zajmujący się kompleksową rehabilitacją i aktywizacją seniorów. Centrum Rehabilitacji i Edukacji Zdrowotnej – „Aktywne Starzenie się” tworzone przy wsparciu władz województwa kujawsko-pomorskiego przez Kujawsko-Pomorskie Centrum Pulmonologii w Bydgoszczy, jest wyczekiwaną odpowiedzią na naglące potrzeby mieszkańców Bydgoszczy i całego województwa kujawsko-pomorskiego.**

Wraz z rozwojem medycyny i podniesieniem poziomu życia, w społeczeństwach rozwiniętych i szybko rozwijających się wydłuża się średnia wieku, a tym samym wzrasta populacja osób starszych. Osoby te stają się często w mniejszym lub większym stopniu zależne od wsparcia innych oraz wymagają kompleksowego podejścia terapeutycznego, ukierunkowanego na ich szczególne potrzeby. Jest to wyzwanie, na które szeroko pojęta ochrona zdrowia musi pilnie

i aktywnie reagować. Podejmowane działania powinny w pierwszej kolejności umożliwić seniorom jak najdłuższe niezależne funkcjonowanie we własnym środowisku, przy utrzymaniu sprawności pozwalającej na możliwie aktywne życie, a w przypadku braku takiej możliwości zapewnić miejsce, w którym pacjent zostanie otoczony profesjonalną i holistyczną opieką, wykraczającą ponad samą tylko podaż leków i zapewnienie podstawowego bytu.

Obecnie w całym województwie kujawsko-pomorskim nie ma ośrodka, który odpowiadałby tym potrzebom i zapewniłby kompleksowe leczenie rehabilitacyjne oraz obejmował edukacją zdrowotną tak seniorów, jak i ich rodziny i opiekunów. Celem projektu, który powstanie na terenie Kujawsko-Pomorskiego Centrum Pulmonologii w Bydgoszczy przy ul. Meysnera 9 jest utworzenie właśnie takiego miejsca. Nowoprojektowane Centrum Rehabilitacji i Edukacji Zdrowotnej „Aktywne starzenie się” umożliwi prowadzenie kompleksowej rehabilitacji zarówno w warunkach stacjonarnych jak i ambulatoryjnych, wykorzystując najnowocześniejsze narzędzia i techniki medycyny konwencjonalnej, wspartej dodatkowo alternatywnymi metodami fizjoterapii, takimi jak akupunktura, dogoterapia, joga, pilates, muzykoterapia czy terapia tańcem. Jednocześnie aktywizacja seniorów nie będzie się ograniczała jedynie do ich fizycznego usprawniania, ale będzie obejmować walkę

ze społecznym i cyfrowym wykluczeniem osób starszych, poprzez edukowanie ich nie tylko w zakresie dbałości o zdrowie, ale także korzystania z komunikatorów społecznych, zintegrowanego informatora pacjenta – ZIP/IKP, korzystania z bankowości elektronicznej itp.

Pacjent trafiający do Centrum – w zależności od swoich potrzeb – będzie mógł korzystać z zespołu poradniano-diagnostycznego, zakładu rehabilitacji, oddziałów stacjonarnych (rehabilitacji ogólnoustrojowej i neurologicznej) lub oddziału dziennego (rehabilitacja ogólnorozwojowa). Prowadzona równolegle edukacja zdrowotna pozwoli zapoznać seniorów z zasadami dbałości o własny organizm i profilaktyki chorób, na które szczególnie są narażeni, a opiekunowie dowiedzą się jak właściwie pielęgnować chorego i wspierać go w dalszej rehabilitacji oraz w jaki sposób przystosować dom do jego zwiększonych potrzeb. Ponieważ komfort pacjentów i wsparcie bliskich jest ważną składową sukcesu terapeutycznego, rodziny pacjentów będą mogły spędzać wraz z nimi czas wolny w ośrodku, ale także uczestniczyć w prowadzonych zajęciach rehabilitacyjnych. Takie podejście sprzyja umacnianiu więzi międzypokoleniowych i atmosfery motywującej chorych do podejmowania skutecznej rehabilitacji. W związku z tym, że współcześnie wielu chorych pragnie aktywnie uczestniczyć w życiu społecznym, dla osób planujących powrócić do pracy prowadzone będzie również doradztwo zawodowe. Istotną – z punktu widzenia potrzeb mieszkańców regionu – częścią planowej inwestycji będzie zapewnienie ciągłości opieki w przypadku osób, które po zakończonej rehabilitacji nie mają możliwości otrzymać opieki domowej. Pacjenci, którzy znajdą się w takiej sytuacji mogą zostać zakwalifikowani do dalszego pobytu w zlokalizowanym w zabytkowym budynku Zakładzie Opiekuńczo-Lecznicy, na Oddziale Paliatywnym, czy w nowoczesnym i funkcjonalnym Domu Seniora, składającym się z modułowych apartamentów (jedno/dwuosobowych), wyposażonych w system przyzywowy personelu.

Bogata oferta terapeutyczna i edukacyjna Centrum Rehabilitacji i Edukacji Zdrowotnej – „Aktywne Starzenie się”, realizowana w nowoczesnych budynkach, salach gimnastycznych i na basenie obejmuje świadczenia m.in. w zakresie: kinezyterapii i aquakinezyterapii, ćwiczeń z egzoszkieletem, ćwiczeń z użyciem biofeedback, fizykoterapii – elektrolecznictwa, światłolecznictwa, ciepłolecznictwa, krioterapii, leczenia polem magnetycznym wysokiej i niskiej częstotliwości, masażu klasycznego (suchego), sonoterapii (leczenie ultradźwiękami)

hydroterapii. Ponadto pacjenci uczący się funkcjonować z ograniczeniami zdrowotnymi będą mieli możliwość ćwiczenia w naturalnych warunkach życiowych, w specjalnie przygotowanym dla nich typowym mieszkaniu „treningowym” z pokojem, łazienką, i wyposażoną kuchnią.

W ramach powstałego kompleksu do dyspozycji pacjentów będzie także basen pływacki, sala informatyczna, biblioteka, kawiarnia, restauracja oraz kaplica, a na otoczonym lasami terenie zewnętrznym siłownia, szachy ogrodowe oraz ścieżki dydaktyczne „Rehabilitacja w Terenie”, uczące radzenia sobie z barierami architektonicznymi, schodami, pochylniami, itp.

Inwestycja realizowana przez Kujawsko-Pomorskie Centrum Pulmonologii w Bydgoszczy, współfinansowana ze środków unijnych, w swych głównych założeniach odpowiada na naglące potrzeby mieszkańców regionu, determinowane czynnikami demograficznymi, promuje aktywizację seniorów w aspekcie fizycznym i psychospołecznym, niweluje ograniczenia w dostępie do świadczeń rehabilitacyjnych i opieki paliatywnej oraz skutecznie przeciwdziała wykluczeniu i izolacji społecznej seniorów i osób z niepełnosprawnościami.