

Horníci z OKD si nechají zkontrolovat zdravotní stav a zaměří se na zdravý životní styl

3.10.2024 - | OKD

Po čtyři říjnové čtvrtky budou mít zaměstnanci těžební společnosti OKD příležitost udělat něco pro své zdraví a tělesnou kondici. Přimo v prostorách Dolu ČSM mohou absolvovat preventivní vyšetření zraku i znamének, nechat si zanalyzovat složení těla, zkontrolovat chodidla, změřit krevní tlak, cévní věk, tělesnou kondici či hladinu PSA [1] , která vypovídá o zdraví prostaty, zkonzultovat se specialisty výživu a spánek nebo se poradit s psychologem.

Pro ženy bude navíc k dispozici vyšetření štítné žlázy a poradna pro prevenci rakoviny prsu. Fyzickou kondici mohou zaměstnanci podpořit pohybem - na firemním badmintonovém turnaji. Dny zdraví pro své pracovníky připravila OKD spolu se zdravotní pojišťovnou RBP. „ Vzhledem k tomu, že naše společnost z velké části stojí na dlouholetých zaměstnancích, považujeme za důležité je motivovat ke zdravému životnímu stylu a pomáhat jim předcházet zdravotním obtížím . Proto pořádáme Dny zdraví v tak velkém rozsahu, a to nejen počtem preventivních vyšetření, ale i čtyřdenní dobou konání, aby měl možnost se jich zúčastnit opravdu každý,“ uvedl Radomír Štix, personální ředitel.

Všichni zaměstnanci OKD, bez ohledu na to, u jaké zdravotní pojišťovny jsou registrováni, mohou každý říjnový čtvrtek počínaje 10. říjnem vždy od 5.30 do 14.30 zdarma využít preventivních vyšetření a konzultací se specialisty přimo v místě pracoviště na Dole ČSM. K dispozici jim budou měření krevního tlaku a cévního věku, která umí včas odhalit rizikové faktory pro vznik onemocnění srdce a cév, měření zraku a očního tlaku, vyšetření znamének ručním dermatoskopem, měření tělesné kondice a analýza složení těla, které zjistí procento tělesného a viscerálního tuku a svalové hmoty, úroveň hydratace a metabolický věk, nebo stanovení hladiny PSA z krve pro včasné odhalení rakoviny prostaty. Podologická poradna poskytne diagnostiku chodidel, jejímž cílem je předejít bolestem zad a kloubů, spánková laboratoř pomůže při problémech s chrápáním nebo při nepravidelném spánkovém režimu, nutriční poradna doporučí na základě výsledků měření složení těla optimální stravu a psychologická poradna napomůže s péčí o duševní zdraví.

Ženy si mohou navíc nechat vyšetřit štítnou žlázu a naučit se, jak provádět samovyšetření prsou. 8. října se mohou zaměstnanci OKD zúčastnit badmintonového turnaje ve čtyřhře a 10. října bude v jídelnách jako upozornění na Dny zdraví podáváno menu zaměřené na zdravou stravu a k hornickým svačinám se bude vydávat také ovoce. „ Jsem velmi potěšen, že můžeme spolu s OKD realizovat Dny zdraví, které pomohou zaměstnancům lépe porozumět jejich zdravotnímu stavu a podpořit jejich snahu o zdravější životní styl. Jsem přesvědčen, že prevence a včasný monitoring zdraví jsou klíčem k dlouhému a kvalitnímu životu ,“ doplnil Antonín Klimša, výkonný ředitel RBP.

<https://www.okd.cz/cs/media/tiskove-zpravy-a-aktuality/176/hornici-z-okd-si-nechaji-zkontrolovat...>