



Medycyna stylu życia – nowy kierunek rozwoju Medcover, rozmowa z lek. Patrykiem Poniewierzą, Dyrektorem ds. Medycznych w Medcover w Polsce

– Po bardzo trudnych doświadczeniach związanych z pandemią koronawirusa chcemy zapewniać naszym pacjentom jak najlepszy powrót do pełnej aktywności: fizycznej, psychicznej, społecznej i zawodowej. Rozwijanie obszaru medycyny stylu życia pomaga w realizacji tego celu, jak i pozostaje spójne z naszym podejściem do kwestii zdrowia i wellbeingu – mówi lek. Patryk Poniewierza, Dyrektor ds. Medycznych w Medcover w Polsce.

„Medycyna Stylu Życia” wydaje się dość pojemnym hasłem. Jak do tego zagadnienia podchodzi Medcover?

W Medicover na kwestię medycyny stylu życia patrzymy dwojako. Z jednej strony pod tym pojęciem kryje się konkretny model opieki nad pacjentem, oparty na ścisłej współpracy na linii: lekarz-specjalista medycyny stylu życia, health coach. Z drugiej strony, to hasło oznacza dla nas poświęcanie większej uwagi zagadnieniu „zmiany stylu życia”, jako sposobowi na profilaktykę i leczenie wielu schorzeń, a tym samym wydłużenie życia. Teraz szczególnie, po bardzo trudnych doświadczeniach związanych z pandemią koronawirusa chcemy zapewniać naszym pacjentom jak najlepszy powrót do pełnej aktywności: fizycznej, psychicznej, społecznej i zawodowej. Rozwijanie obszaru medycyny stylu życia pomaga w realizacji tego celu, jak i pozostaje spójne z naszym podejściem do kwestii zdrowia i wellbeingu.

Czym zatem zajmuje się lekarz medycyny stylu życia?

Lekarz medycyny stylu życia, w relacji z pacjentem, poza postępowaniem zgodnym ze sztuką i aktualną wiedzą medyczną, patrzy na stan zdrowia pacjenta w sposób holistyczny – analizuje jego indywidualne uwarunkowania, nawyki, stara się projektować „zdrowsze alternatywy” na wielu płaszczyznach życia – od sportu i aktywności fizycznej, przez dietę, zdrowie seksualne, po higienę psychiczną. Mamy więc solidną podstawę medyczną – tak, jak do tej pory, ale dochodzi do tego szersze, świeższe, po prostu inne spojrzenie na potrzeby i charakterystykę indywidualnego pacjenta.

A jak do takiego podejścia ustosunkowują się dotychczas sami pacjenci?

Obserwujemy rosnące zainteresowanie takim właśnie podejściem. Wielu z nas – lekarzy – często zauważa, że coraz więcej pacjentów pragnie poprawić stan swojego zdrowia, zadbać o ogólną formę – i to najlepiej bez uciekania się do farmakoterapii lub przy ograniczeniu jej do minimum. Nasza inicjatywa odpowiada na te potrzeby i reprezentuje pożądane w dzisiejszych czasach bardziej zintegrowane podejście do kwestii zdrowia, czy mówiąc z angielska – *lifestyle managementu*.

Jak można zostać lekarzem medycyny stylu życia?

W Medicover bardzo poważnie podchodzimy do kwestii ustawicznego kształcenia. Nasi ludzie chcą poszerzać kompetencje, rozwijać kwalifikacje, a omawiany tu obszar medycyny stylu życia to doskonałe pole do rozwoju – jako lekarz, i jako człowiek. Zaczę od tego, że medycyny stylu życia może zostać w zasadzie każdy lekarz. Są jednak specjalności, które naturalnie się z tym nowym obszarem komponują, jak np. : medycyna rodzinna, interna, pediatria, kardiologia, medycyna sportowa i psychiatria.

W naszej firmie lekarzem medycyny stylu życia może być lekarz dowolnej specjalizacji (bądź w trakcie), który odbył szkolenie z tego obszaru i nabył kompetencje w zakresie kompleksowej zmiany codziennych nawyków pacjentów.

A zatem potrzebne jest dodatkowe szkolenie?

Dużą rolę w rozwoju w medycynie stylu życia jest wymiana know-how między lekarzami, co można uznać jako *peer mentoring*. Oprócz wymiany wiedzy i doświadczeń między lekarzami Medicover – niejako na zasadzie konsylium – ważne jest gruntowne szkolenie. W tym obszarze korzystamy ze wsparcia Polskiego Towarzystwa Medycyny Stylu Życia, które prowadzi szkolenia zakończone certyfikacją. Podczas takiego kursu odbywają się wykłady prowadzone przez prelegentów różnych specjalności – m.in.: psychologów, dietetyków, trenerów fitnessu medycznego oraz, oczywiście, doświadczonych lekarzy medycyny stylu życia. Program szkolenia koncentruje się na profilaktyce i leczeniu chorób przewlekłych, chorób cywilizacyjnych poprzez prezentację narzędzi i technik pracy z pacjentem w duchu zmieniania nawyków.

Do tej pory z tej szansy rozwoju w naszej firmie skorzystało XX specjalistów, ale zainteresowanie tym kierunkiem stale rośnie.

Jak rozwój nowego obszaru wpłynie na jakość leczenia pacjenta w Polsce?

Nie jest tajemnicą, że wiele najistotniejszych problemów zdrowotnych, również w naszym kraju, takich, jak: nadwaga i otyłość, nadciśnienie, uzależnienia od używek, miażdżyca, czy cukrzyca, ma ścisły związek z codziennymi, wzmocnionymi przez lata nawykami. Medycyna stylu życia pozwala wykonywać jeszcze bardziej pogłębiony wywiad z pacjentem, dokładniej analizować zdrowotne wyzwania, projektować i wdrażać celowane plany lecznicze i efektywniej monitorować postępy. A te ostatnie, bardzo konkretne, można zaobserwować już w krótkim czasie po rozpoczęciu procesu. W dłuższej, wieloletniej perspektywie, medycyna stylu życia to szansa na istotne poprawienie stanu zdrowia Polaków i zaszczepienie zdrowych nawyków kolejnym pokoleniom.

Jakie są dalsze kroki Medicover w rozwoju medycyny stylu życia?

Jak wspomniałem, kontynuujemy szkolenia zakończone certyfikacją wraz z Polskim Towarzystwem Medycyny Stylu Życia, ale **przed nami ogólnodostępna konferencja dla lekarzy, która odbędzie się już 17 września, a której program będzie poświęcony zagadnieniom związanym z medycyną stylu życia.**

Zaproszeni liczni i uznani prelegenci przedstawią tematy związane m.in. z opieką zdrowotną nad pacjentami z chorobami wynikającymi ze stylu życia, a także z chorobami zakaźnymi, ze szczepieniami oraz zdrowiem psychicznym. Wierzę, że konferencja będzie potężnym „zastrzykiem” wiedzy merytorycznej dla wszystkich medyków, stąd bardzo **zapraszam do rejestracji i uczestnictwa!**



Kliknij, aby się zarejestrować!

[Download image](#)

PDF

Zaproszenie - XVII Konferencja Medicover.pdf

[Download](#)



Medycyna stylu życia – nowy kierunek rozwoju Medicover, rozmowa z lek. Patrykiem Poniewieżą, Dyrektorem ds. Medycznych w Medicover w Polsce.jpg

[Download](#)

PDF

Medicover - Backgrounder PL&ENG 2022.pdf

[Download](#)