



Medexpress, 2022-09-16 11:15

Save the date!

Kongres Zdrowia Mężczyzn - Męskość znaczy zdrowie



**kongres
zdrowia
mężczyzn.**

Już 28 września zapraszamy na pierwszy Kongres Zdrowia Mężczyzn.

Według danych Eurostatu średnia długość życia mężczyzn w Polsce wynosi niewiele ponad 74 lata. Ponadto, mężczyźni w naszym kraju żyją krócej od kobiet aż o osiem lat. I choć w ostatnich dekadach przeciętna długość życia na świecie wzrosła, to w naszym przypadku trudno mówić o zadowalającej średniej. Dlatego też pod tym względem zajmujemy niskie, bo 29. miejsce na 36 europejskich państw objętych badaniami.

Na co wskazują te statystyki? Dlaczego mężczyźni nie dbają o swoje zdrowie?

Eksperti twierdzą, że przeciętny Polak wciąż zbyt często sięga po alkohol i papierosy, zaniedbuje aktywność fizyczną i dietę. Nie korzysta z okresowych badań profilaktycznych, diagnozuje się późno i niechętnie poddaje leczeniu. Z danych GUS-u z 2020 roku wynika, że niecałe 5 procent mężczyzn poddało się badaniom w kierunku prostaty. Co prawda, wynik z 2016 roku również nie był imponujący: 5,6 procent. Już ten jeden przykład doskonale obrazuje podejście mężczyzn - ojców, synów, mężów, dziadków - do

dbania o własne zdrowie.

Nadciśnienie tętnicze, choroba wieńcowa, cukrzyca, choroby nowotworowe, depresja, problemy hormonalne i seksualne to tylko niektóre schorzenia, występujące u mężczyzn w sile wieku. To oznacza, że przedwcześnie tracą zdrowie i pełną aktywność społeczną, obciążając kosztami nie tylko siebie, ale też system ochrony zdrowia i gospodarkę. Nie wspominając już o rolach społecznych, jakie w zmieniającym się świecie, stawiają przed ich ambicjami coraz większe wyzwania.

- Dla mężczyzn praca, rozrywka, znajomi często są ważniejsze od zdrowia. Choroba jest postrzegana jako oznaka słabości. Jest źle widziana w pracy. Mężczyźni wstydzą się chorować, ale wstydzą się też dbać o zdrowie. Kiedy pojawia się problem zdrowotny, mężczyźni często wypierają myśl, że coś może zagrażać ich zdrowiu. Czas to zmienić – mówi Iwona Schymalla, prezes **Fundacji Żyjmy Zdrowo**, organizator I Kongresu Zdrowia Mężczyzn.

Zapraszamy 28 września. Zarejestruj się już dziś!

Rejestracja: [TU](#)

Szczegóły: www.kongreszdrowiamezczyzn.pl