



**Magiczny
Kraków**

Wykonaj bezpłatne badania i powiedz stop cukrzycy

2018-06-23

Dziś, 24 czerwca, na placu Wolnica stanęło „Niebieskie miasteczko”, w którym można skorzystać z bezpłatnych badań profilaktycznych w kierunku cukrzycy. Na miejscu pod czujnym okiem specjalistów mieszkańcy mogą zmierzyć ciśnienie krwi, określić poziom cukru, przeprowadzić szczegółową analizę składu ciała oraz przy wskazaniach lekarza sprawdzić poziom cholesterolu. Akcja jest częścią ogólnopolskiego rajdu rowerowego „Razem przeciwko cukrzycy typu 2”, organizowanego już po raz szósty przez Fundację Medicovert. Patronat honorowy nad wydarzeniem objął prezydent Krakowa Jacek Majchrowski.

W Polsce na cukrzycę choruje blisko 3 miliony osób, w tym 80–90 proc. to pacjenci zmagający się z cukrzycą typu 2. Jak podkreślają eksperci, mimo iż cukrzyca uznawana jest za pierwszą, niezakaźną epidemię na świecie, wciąż wyzwaniem pozostaje świadomość Polaków na temat tej choroby i jej profilaktyki. W efekcie na przestrzeni kolejnych lat liczba nowych zachorowań może znacząco wzrosnąć. Zdaniem ekspertów kluczowe w profilaktyce cukrzycy typu 2 są regularne badania oraz zdrowy, aktywny tryb życia, stąd gorąco zachęcają do odwiedzania „Niebieskich miasteczek” na trasie rajdu.

– Nie ma konieczności specjalnego przygotowania się do badań, wystarczy przyjść na plac Wolnica w Krakowie i skorzystać z porad naszych dietetyków, którzy będą czekali na mieszkańców w godzinach od 10.00 do 15.00 – zachęca Aleksandra Paszkowska, dietetyk udzielający porad podczas VI edycji rajdu rowerowego „Razem Przeciwko Cukrzycy Typu 2”. – Jednym z badań, z których będą mogli skorzystać mieszkańcy, jest analiza składu ciała, która poza wskazaniem wagi oraz indeksu masy ciała pozwala na określenie wieku biologicznego, ilości tkanki mięśniowej, tłuszczowej i kostnej oraz ich proporcji. Badanie jest proste – wystarczy stanąć boso na wadze, a po 30 sekundach otrzymuje się wydruk z wynikami, które będzie można skonsultować z dietetykiem. Najlepiej przyjść ubranym w lekki strój – dodaje.

„Niebieskie miasteczka” to także przystanki na trasie szóstej edycji rajdu „Razem przeciwko cukrzycy typu 2”, w której w tym roku bierze udział 47 wolontariuszy z Polski, Niemiec, Ukrainy, Rumunii i Szwecji. Zawodnicy wyruszą w trasę z Zakopanego oraz Berlina, a po tygodniu wspólnych zmagani i pokonaniu łącznie 1600 kilometrów spotkają się 1 lipca na mecie w Gdyni. Na trasie odwiedzą siedem „Niebieskich miasteczek” usytuowanych w wybranych miastach Polski. Wszystko po to, by zwrócić uwagę Polaków na rolę aktywności fizycznej i zdrowy tryb życia w profilaktyce cukrzycy typu 2.

Zmagania uczestników, przebieg trasy oraz aktywności w „Niebieskich miasteczkach” można śledzić na bieżąco [na stronie internetowej rajdu](#).