**Tłusty czwartek: jak płacimy za słodkie szaleństwo?**

* **Specjaliści przestrzegają przed porzucaniem ograniczeń w tłusty czwartek, taka postawa zagraża zdrowiu.**
* **Skutkiem nadmiernego spożywania słodyczy, są m.in. choroby układu krążenia, które według GUS stanowią najczęstszą przyczynę zgonów w Polsce, aż 34% przypadków.**
* **Sytuację utrudniają kolejki w NFZ – na wizytę u kardiologa trzeba czekać 4,2 miesiąca, a na wykonanie podstawowych badań kolejne kilka miesięcy. Dlatego coraz więcej Polaków korzysta z ubezpieczeń zdrowotnych.**

Tłusty czwartek świętowany jest w Polsce już od XVII wieku. Tego dnia tłumnie ruszamy do cukierni, a w oczekiwaniu na pączki nawet długie kolejki nie są nam straszne. Wielu z nas tego dnia delektuje się słodkościami bez ograniczeń i bez zaprzątania sobie głowy ewentualnymi skutkami przesadzenia z ich ilością. Specjaliści zgodnie przestrzegają jednak przed taką postawą.

– *Nadmierne spożywanie słodyczy, które potęgujemy dodatkowo w tłusty czwartek w połączeniu z ubogą w składniki odżywcze dietą i siedzącym trybem życia stanowi ogromne zagrożenie dla organizmu i przyczynia się do rosnącej liczby zachorowań na choroby układu krążenia. Lekarze alarmują już o epidemii. Jak wynika z danych Głównego Urzędu Statystycznego, tylko w pierwszym półroczu 2021 roku choroby krążenia stanowiły przyczynę aż 34% wszystkich zgonów. Ale to nie jedyne następstwa nieodpowiedniego trybu życia, z jakimi muszą mierzyć się Polacy. Coraz większy odsetek naszego społeczeństwa to osoby z nadwagą czy nawet otyłością, które przyczyniają się do występowania wielu groźnych chorób, jak np. cukrzyca czy zwyrodnienia stawów* – mówi Xenia Kruszewska, Dyrektor Działu Ubezpieczeń Zdrowotnych w SALTUS Ubezpieczenia.

**Groźne skutki słodkich przyjemności**

Specjaliści z Polskiego Towarzystwa Kardiologicznego alarmują – według ich szacunków ok. milion Polaków choruje na niewydolność serca, a zagrożonych rozwojem tej choroby w naszym kraju jest aż 12 milionów ludzi. Z powodu chorób kardiologicznych co roku umiera średnio 175 tys. Polaków. Sytuację chorych zdecydowanie utrudnia sytuacja, w której znajduje się publiczny system opieki zdrowotnej. Kardiolog to jeden z tych specjalistów, do którego na wizytę czekamy najdłużej, bo aż 4,2 miesiąca – wynika z danych Barometru WHC. Trzeba też pamiętać, że po poradę kardiologiczną można udać się dopiero po otrzymaniu skierowania od lekarza pierwszego kontaktu, co dodatkowo wydłuża cały proces. Ponadto, to właśnie w tej dziedzinie zanotowano największe wydłużenie średniego czasu oczekiwania w porównaniu do poprzednio analizowanego okresu (tj. grudzień/styczeń 2019 r.). Chorzy czekają teraz na pomoc kardiologiczną o 2,7 miesiąc dłużej.

Sytuacja nie wygląda lepiej w przypadku dostępu do świadczeń diagnostycznych, które stanowią podstawę rozpoznania choroby. Wśród wszystkich zweryfikowanych przez Fundację WHC świadczeń najdłuższy czas oczekiwania odnotowano właśnie w przypadku ECHA serca dopplerowskiego – aż 5,2 miesiąca. Ponad 3 miesiące czeka się z kolei na EKG metodą Holtera.

**Jak Polacy radzą sobie z niedoborem opieki zdrowotnej?**

Według badania „Opinie na temat funkcjonowania systemu opieki zdrowotnej” przeprowadzonego w październiku 2021 r. przez CBOS aż 2 na 3 respondentów jest niezadowolonych z funkcjonowania opieki zdrowotnej w Polsce. Duży problem według badanych stanowi dostanie się na wizytę do specjalisty w ramach NFZ oraz niewystarczająca liczba personelu w szpitalach. Szukają zatem pomocy prywatnie.

Najnowsze dane Polskiej Izby Ubezpieczeń jasno wskazują na rosnącą popularność dodatkowych ubezpieczeń zdrowotnych, które dla wielu osób stanowią wygodną alternatywę dla publicznej opieki medycznej. Na koniec III kwartału ubiegłego roku posiadało je aż 3,7 miliona Polaków, co oznacza wzrost rok do roku o aż 17 proc. Rośnie też popularność grupowych polis zdrowotnych oferowanych przez pracodawców jako benefit pozapłacowy.

– *Coraz częściej zauważamy, że to właśnie potrzeba szybkiego uzyskania diagnozy i bezzwłocznego rozpoczęcia leczenia skłania coraz więcej osób do wykupienia prywatnego ubezpieczenia zdrowotnego. Zauważamy również coraz większe zainteresowanie pakietami, które ułatwiają profilaktykę konkretnych schorzeń, zwłaszcza dotyczących układu krążenia. Ubezpieczający decyduje się na wybór podstawowego wariantu polisy, który uzupełnia zestawem najważniejszych dla niego świadczeń. W przypadku opieki kardiologicznej są to nielimitowane porady specjalistyczne oraz szybka ścieżka dostępu do najważniejszych badań,* *jak EKG czy ECHO serca* – dodaje Xenia Kruszewska z SALTUS Ubezpieczenia.

Źródło: SALTUS Ubezpieczenia