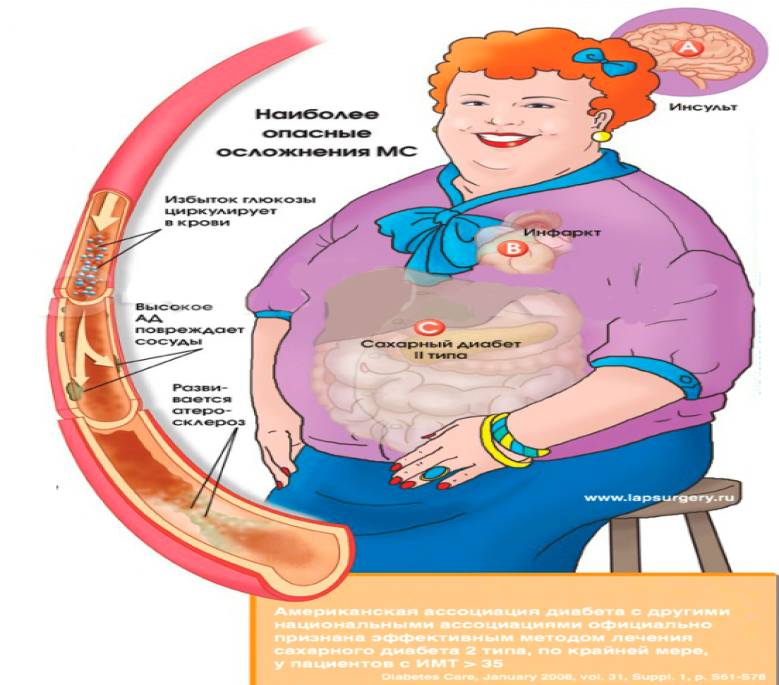
**УВАЖАЕМЫЕ ПАЦИЕНТЫ!!!**

**«ГОРОДСКАЯ ПОЛИКЛИНИКА № 102»**

**КАБИНЕТ МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ**

**ПРИГЛАШАЕТ ВАС В ШКОЛЫ ЗДОРОВЬЯ:**

**ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ С АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТОНИЕЙ.**

**ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ С ИЗБЫТОЧНОЙ МАССОЙ ТЕЛА И ОЖИРЕНИЕМ**

****

**ШКОЛА**

**ОТКАЗА**

**ОТ КУРЕНИЯ**

**ШКОЛА ЗДОРОВЬЯ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ С САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ**

**В ШКОЛЕ ЗОРОВЬЯ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ С АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТОНИЕЙ:**

ВЫ НАУЧИТЕСЬ ГРАМОТНО КОНТРОЛИРОВАТЬ АРТЕРИАЛЬНОЕ ДАВЛЕНИЕ, КВАЛИФИЦИРОВАННО ДЕЙСТВОВАТЬ В СЛУЧАЕ РЕЗКОГО ПОВЫШЕНИЯ ДАВЛЕНИЯ (ГИПЕРТОНИЧЕСКОГО КРИЗА) .



А ТАКЖЕ ОСВОИТЕ ПРИНЦИПЫ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ, КОРРЕКЦИИ ИЗБЫТОЧНОЙ МАССЫ ТЕЛА И ДИСЛИПИДЕМИИ, ОРГАНИЗАЦИИ АДЕКВАТНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ. ВТЕЧЕНИИ ПОСЕЩЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПРОВОДИТСЯ КОНТРОЛЬ АД И ПУЛЬСА, ПО СОСТОЯНИЮ ЗДОРОВЬЯ ПРОВОДЯТСЯ ДООБСЛЕДОВАНИЯ, КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТОВ, КОРРЕКЦИЯ МЕДИКАМЕТОЗНОЙ ТЕРАПИИ ПО ПОКАЗАНИЯМ , ПРОВОДИТСЯ КОНТРОЛЬ ЛАБОРАТОРНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ КРОВИ , В ТОМ ЧИСЛЕ ЛИПИДНОГО СПЕКТРА. В ДАЛЬНЕЙШЕМ , В ТЕЧЕНИЕ ГОДА ПАЦИЕНТЫ ШКОЛЫ НАХОДЯТСЯ ПОД НАБЛЮДЕНИЕМ ВРАЧА-ТЕРАПЕВТА , ЗАВЕДУЮЩЕЙ КАБИНЕТОМ МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ Кузнецовой Наталии Ивановны.





БУДЕМ РАДЫ ВИДЕТЬ ВАС НА

НАШИХ ЗАНЯТИЯХ !!!

ЗАПИСЬ В ШКОЛУ ЗДОРОВЬЯ

В КАБИНЕТЕ МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ

ИЛИ

ПО ТЕЛЕФОНУ : **246-73-56**

**241-27-79**

**В ШКОЛЕ ЗДОРОВЬЯ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ С ИЗБЫТОЧНОЙ МАССОЙ ТЕЛА :**

ВЫ ПОЛУЧИТЕ ЗНАНИЯ О ПОСЛЕДСТВИЯХ



 ОЖИРЕНИЯ , НАВЫКИ СОСТАВЛЕНИЯ ГИПОКАЛОРИЙНОГО МЕНЮ И РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ , ВЕДЕНИЕ ПИЩЕВОГО ДНЕВНИКА . В ХОДЕ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПРОИЗВОДИТСЯ КОНТРОЛЬ АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ( ВЕС И РОСТ ,РАСЧЁТ ИНДЕКСА МАССЫ ТЕЛА ), ПОКАЗАТЕЛЕЙ МЕТАБОЛИЧЕСКОГО СИНДРОМА ( ГЛЮКОЗА И ХОЛЕСТЕРИН , АЛТ И АСТ В КРОВИ ) , АД и ПУЛЬСА.

ВСЕ ПАЦИЕНТЫ ПРИ ЖЕЛАНИИ НАПРАВЛЯЮТСЯ НА КОНСУЛЬТАЦИЮ ДИЕТОЛОГА . ПРИ НАЛИЧИИ ПОКАЗАНИЙ ПРОВОДЯТСЯ КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТОВ И ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ДООБСЛЕДОВАНИЯ . В ДАЛЬНЕЙШЕМ , В ТЕЧЕНИЕ ГОДА ПАЦИЕНТЫ ШКОЛЫ НАХОДЯТСЯ ПОД НАБЛЮДЕНИЕМ ВРАЧА-ТЕРАПЕВТА , ЗАВЕДУЮЩЕЙ КАБИНЕТОМ МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ Кузнецовой Наталии Ивановны.

 БУДЕМ РАДЫ ВИДЕТЬ ВАС НА

НАШИХ ЗАНЯТИЯХ !!!

ЗАПИСЬ В ШКОЛУ ЗДОРОВЬЯ

В КАБИНЕТЕ МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ

ИЛИ

ПО ТЕЛЕФОНУ : **246-73-56**

**241-27-79**

**В ШКОЛЕ ЗДОРОВЬЯ ОТКАЗА ОТ КУРЕНИЯ :**



В ШКОЛЕ ОТКАЗА ОТ КУРЕНИЯ ПАЦИЕНТАМ ПРОВОДИТСЯ ОБСЛЕДОВАНИЕ ДЛЯ ВЫЯВЛЕНИЯ НА РАННИХ СТАДИЯХ ЗАБОЛЕВАНИЙ ,ЯВЛЯЮЩИХСЯ ОСЛОЖНЕНИЕМ КУРЕНИЯ (ХОБЛ,ХРОНИЧЕСКИЙ БРОНХИТ, ГИПЕРТОНИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ И ДР.) С ЭТОЙ ЦЕЛЬЮ ВЫПОЛНЯЮТСЯ: ФЛЮОРОГРАФИЯ,

ЭЛЕКТРОКАРДИОГРАММА,СПИРОМЕТРИЯ,КЛИНИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ КРОВИ,ГЛЮКОЗА И ХОЛЕСТЕРИН , ОБЩИЙ АНАЛИЗ МОЧИ,АНАЛИЗ МОКРОТЫ ПРОВОДИТСЯ КОСУЛЬТАЦИЯ ПУЛЬМОНОЛОГА. ЦИКЛ ЗАНЯТИЙ ПРОВОДИТ ВРАЧ – ТЕРАПЕВТ С КОНТРОЛЕМ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ И ПСИХОЛОГ , ПО ОКОНЧАНИИ ЦИКЛА ПРИНИМАЕТСЯ РЕШЕНИЕ О ДАЛЬНЕЙШЕЙ ТАКТИКЕ : ЛИБО ПАЦИЕНТ ПРИ ПОМОЩИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ БРОСАЕТ КУРИТЬ , ЛИБО НАЗНАЧАЕТСЯ МЕДИКАМЕТОЗНАЯ ТЕРАПИЯ , ВЗАВИСИМОСТИ ОТ СТАЖА КУРЕНИЯ И УРОВНЯ НИКОТИНОВОЙ ЗАВИСИМОСТИ.







МЫ РАДЫ БУДЕМ ВАМ ПОМОЧЬ!!!

ДЛЯ ЗАПИСИ В ШКОЛУ ОБРАЩАЙТЕСЬ

В КАБИНЕТ МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ.

**В ШКОЛЕ ЗДОРОВЬЯ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ С САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ:**

После постановки диагноза «сахарный диабет» мы часто сталкиваемся с обилием противоречивой информации о своем заболевании из самых разных источников. К сожалению, не все источники одинаково надежны. Школа диабета как раз позволяет получить достоверную и структурированную информацию от специалиста.



Что вас ждет в школе диабета?

Примерное содержание цикла подобных занятий включает в себя: вводное занятие, где освещают общие вопросы, формируя представление о сахарном диабете; вопросы питания (что такое углеводы и «хлебная единица», как считать ХЕ); принципы самоконтроля гликемии (как и с какой частотой измерять сахар крови, каким должен быть уровень глюкозы крови); вопросы инсулинотерапии, как самостоятельно рассчитывать дозу инсулина; техника инъекций инсулина; гипогликемия (симптомы, профилактика и принципы купирования); вопросы физической активности и спорта при диабете; острые и хронические осложнения диабета; социальные и психологические аспекты сахарного диабета.