



Неделя профилактики неинфекционных заболеваний



15-21 января



Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики

ЧТО ТАКОЕ ХНИЗ?

Хронические неинфекционные заболевания (ХНИЗ) - это хронические болезни органов дыхания, сахарный диабет, сердечно-сосудистые, онкологические заболевания



8 800 200 0 200
TAKZDOROVG.RU



Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики

ФАКТОРЫ РИСКА



курение



неправильное
питание



ожирение



малоподвижный
образ жизни



8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU



Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики

ФАКТОРЫ РИСКА



злоупотребление
алкоголем



стресс



артериальная
гипертония



повышенный
холестерин



8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU



Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики

МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ



регулярная физическая
активность



здоровое питание



снижение веса
(при его избытке)



отказ от вредных
привычек



полноценный
отдых



регулярные измерения
давления, уровня
глюкозы и холестерина
в крови





Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики

Диспансеризация и профилактические медосмотры - основа ранней диагностики неинфекционных заболеваний



Найдите время для здоровья - пройдите диспансеризацию!



8 800 300 0 200
TAKZDOROVU.RU