

24 июня в районную поликлинику состоялся выезд краевых специалистов



24 июня 2023 года в районной поликлинике прошла профилактическая акция «Кубань - край здоровых людей. Работаем вместе».

Прием пациентов вели специалисты Краевой клинической больницы № 1 им. профессора С. В. Очаповского: кардиолог, пульмонолог, эндокринолог, нефролог, ангиохирург, невролог, врач ультразвуковой диагностики. Всего было осмотрено 165 взрослых, из них 95 человек старше 60 лет.

В ходе осмотров выявлено, что у 26% пациентов ожирение 2-3 степени, у 36% - повышенное АД, у 27% уровень глюкозы в крови выше нормы. 30 человек получили направления на дополнительные исследования и записаны на прием к специалистам в ККБ №1.

Обращаем ваше внимание, что **ожирение** является серьезным фактором риска многих заболеваний, таких как атеросклероз, гипертония, ИБС, инфаркт миокарда, варикозная болезнь, сахарный диабет, рак молочных желез, яичников, матки и предстательной железы.

Гипергликемия - главный фактор риска развития сахарного диабета! В норме содержание глюкозы в крови 3,3 - 5,5 ммоль/л.

Гипертония - серьезное расстройство здоровья, которое повышает риск повреждения сердца и кровеносных сосудов в мозге, почках и др. органах. Это одна из основных причин преждевременной смертности во всем мире. От нее страдает в среднем каждый 4 мужчина и каждая 5 женщина.

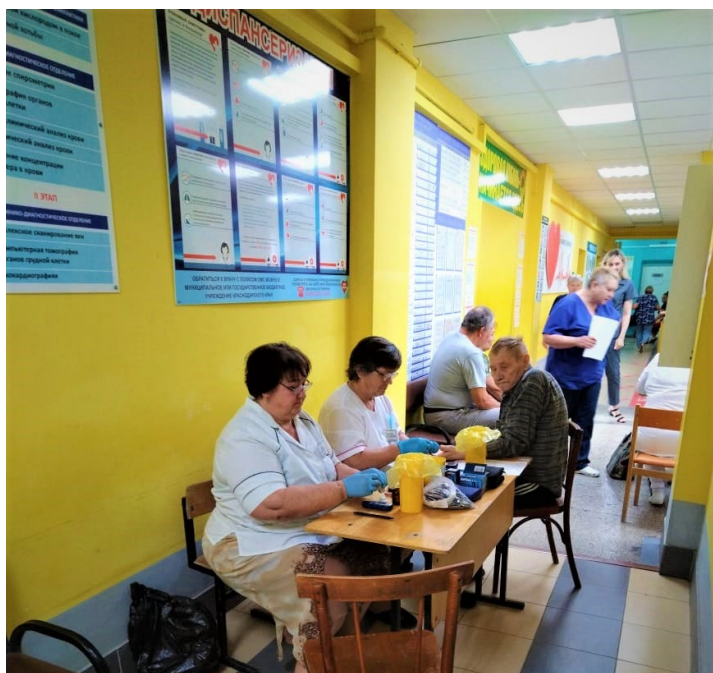
Уважаемые жители нашего района!

Сейчас, в летний период, особенно велик риск возникновения сердечно-сосудистых заболеваний. В жару усиливается потеря жидкости с потом, вместе с этим - и потеря важных солей (калия, магния). Это может спровоцировать усиление сердцебиения, перебои в работе сердца. Следствие потери жидкости —

сгущение крови, а это уже увеличивает риск тромбообразования и провоцирует развитие инфаркта миокарда, инсульта и различных тромбозов. Вот несколько рекомендаций, чтобы этого избежать:

- соблюдайте питьевой режим;
- исключите из рациона питания жаренную, «тяжелую» и соленую пищу;
- отдыхайте в обеденные часы и не выходите на улицу в жару;
- не пренебрегайте головным убором;
- выполняйте рекомендации врача и не забывайте принимать назначенные вам лекарственные препараты.

Помните! Своевременное прохождение медицинских профилактических осмотров и диспансеризации позволит вам прожить долгую и счастливую жизнь. Берегите себя и будьте здоровы!



Заведующий организационно-методическим кабинетом ГБУЗ «Щербиновская ЦРБ» МЗ КК
Звонарева Н.С.