

## В День Здоровья лечебно-диагностический модуль работал в Колонтаево

«По-настоящему ценить здоровье я научилась не сразу, - рассказывает Татьяна. - По молодости редко о нем задумывалась. Только сейчас, когда появилась семья, муж и дети, поняла насколько важно, чтобы родные и близкие не болели. Сейчас я уделяю большое внимание здоровому образу жизни. Вот и сегодня пришла сюда, чтобы узнать что-то новое».

Татьяна – житель деревни Колонтаево. Во Вторник, 7 апреля, сюда приехал лечебно-диагностический модуль Ногинской центральной районной больницы. Выезд модуля плановый. Но в этот день он совпал с большим праздником – Всемирным Днем здоровья. «Забота стала ближе!» Под таким лозунгом «поликлиника на колесах» приезжает к жителям отдаленных пунктов. Пожилые, маломобильные, либо, напротив, очень занятые люди не упускают возможности пройти медобследование, измерить артериальное давление, сделать УЗИ, проверить сердце или посетить кабинет гинеколога. Все в одном месте, бесплатно и без предварительной записи.

Праздничный день 7 апреля выдался насыщенным. Помимо лечебно-диагностических процедур, медики проводили с жителями профилактические беседы на тему здорового образа жизни, раздавали брошюры, консультировали по вопросам питания и спорта. Многих болезней можно легко избежать – считает старшая медсестра модуля Мирослава Мединская. – Успех во многом зависит от образа жизни, от того, как человек себя эмоционально настраивает, сколько внимания уделяет физическим упражнениям, правильно ли он питается.

Мирослава советовала пришедшим жителям не тянуть, если возникают проблемы со здоровьем, а сразу обращаться в специализированные учреждения, а также пройти диспансеризацию.





## **Ногинская ЦРБ приняла участие в масштабном празднике – всероссийском Дне Здоровья!**

Во вторник, 7 апреля, страна отмечала Всемирный День здоровья. Основной темой масштабных мероприятий стала профилактика сердечно-сосудистых заболеваний. Общероссийский марафон здоровья поддержали ногинские медики. Практически во всех структурах ГБУЗ МО «НЦРБ» прошли мероприятия, приуроченные к этой дате. В 10 часов утра на центральной улице в деревне Колонтаево начал принимать пациентов передвижной лечебно-диагностический модуль. Выезд модуля – плановый. Но в честь праздника, помимо стандартных медицинских манипуляций, медики провели для пациентов профилактическую беседу на тему поддержания здорового образа жизни. Кроме этого, сотрудники НЦРБ давали рекомендации, какими видами спорта стоит заниматься в каждом определенном возрасте, консультировали население по вопросам профилактики инсультов и инфарктов, раздавали информационные брошюры. Тематические беседы о правильном питании и дыхательной гимнастике ожидали пациентов колонтаевского ФАП. Придя на обычные осмотры и процедуры, жители были приятно удивлены подготовленной для них литературой и познавательной лекцией о том, как сохранить здоровье с младенчества на долгие годы. - Я хорошо знаю своих пациентов, их образ жизни, интересы, в том числе и привычки питания, - говорит Ирина Колкина заведующая колонтаевским ФАП. За годы работы

Ирина Владимировна изучила особенности здоровья многих местных жителей. На основании этой информации к Дню Здоровья она подготовила лекцию о том, какие продукты позволяют снизить риск развития сердечно-сосудистых заболеваний. Сразу двумя крупными мероприятиями отметили общероссийский праздник в ногинском Центре здоровья. В этот день в холле Центра прошли два круглых стола по вопросам определения и снижения факторов риска сердечно-сосудистых заболеваний. Первая встреча была организована специально для медицинских работников. Вторая – для пациентов центра. Проводила круглый стол заведующая Центром Здоровья, кандидат медицинских наук, врач-невролог Евгения Крылова. Основной акцент был сделан на профилактическое направление, выявление в ходе диспансеризации факторов риска развития хронических заболеваний. Также на базе Центра сотрудники проводили тематические консультации, раздавали памятки, буклеты, листовки по факторам риска сердечно-сосудистых заболеваний и методам их коррекции.

