

18 февраля в районной поликлинике в рамках Дня защитника Отечества состоится День здоровья, посвященный профилактике заболеваний сердца "Защитнику Отечества – здоровое сердце"

Мужское здоровье – глобальная проблема, истоки которой коренятся в фундаментальных биологических закономерностях, но имеют и вполне определенные социальные причины.

Мужчины значительно чаще женщин заняты опасными профессиями, ведут более рискованный и нездоровый образ жизни (алкоголизм, курение, наркозависимость), вдвое реже обращаются к врачам, а общество не уделяет должного внимания привитию мальчикам навыков здорового образа жизни.

Мужчины значительно реже женщин пользуются услугами медицинских, особенно психологических служб и вообще предпочитают не обращаться к врачу, в результате часто упускают время для своевременной диагностики и лечения серьезных заболеваний. Мужское здоровье сегодня более всего страдает от болезней, рождаемых постоянными стрессами. Это ишемические заболевания и расстройства трудовых функций: быстрая утомляемость, бессонница, заторможенность мозговой деятельности. К большим проблемам относится и бытовой алкоголизм, который, к счастью, в отличие от хронического, поддается лечению. Наркотики и мужское здоровье – вещи несовместимые.

В этот день вы сможете получить информацию об актуальных проблемах профилактики у мужчин заболеваний сердца (соблюдение принципов рационального питания, отказ от вредных привычек – курения, злоупотребления алкоголем, регулярные занятия физической культурой и спортом, умение управлять своими эмоциями), значение регулярного прохождения медицинского обследования.