

Пост релиз на 29.11.2022

В рамках недели укрепления здоровья и поддержки физической активности среди людей с инвалидностью 29.11.2022 в Комплексном центре социального обслуживания населения Дзержинского и Калининского районов города Новосибирска специалистами Регионального центра общественного здоровья и медицинской профилактики были проведены лекции по профилактике артериальной гипертензии и сахарного диабета. В мероприятии участвовали инвалиды и граждане старшего возраста - получатели социальных услуг по реабилитации. Слушатели принимали активное участие в обсуждении различных аспектов, касающихся артериального давления, гиперхолестеринемии, сахарного диабета, задавали много вопросов. Большой интерес проявили к изучению правил оказания первой помощи при гипертоническом кризе и подозрении на инсульт. В ходе мероприятия особое внимание было уделено вопросу физической активности, проведено обучение простым физическим упражнениям для поддержания здоровья и физической формы, выбору оптимальной физической нагрузки. По окончании мероприятия слушатели получили информационные материалы по вопросам укрепления и сохранения здоровья.