

**ДЕПАРТАМЕНТ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ ИВАНОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
ОБЛАСТНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
«КАРДИОЛОГИЧЕСКИЙ ДИСПАНСЕР»**

# ***Ваше здоровье в Ваших руках!***



**Обычно мы вспоминаем о здоровье, когда оно напоминает нам о себе – тут болит, там колет, при ходьбе одышка мучает...**

**Следует четко понимать, что люди, имеющие острые или хронические заболевания, должны проходить лечение у своего участкового врача. Но теперь появилась возможность позаботиться о себе еще до появления проблем.**

**Каждый, кто считает себя почти или совсем здоровым, может обратиться в ближайший Центр здоровья и оценить свою физическую форму, получить помощь в избавлении от вредных привычек, проанализировать свое питание, узнать, есть ли риск развития сердечно-сосудистых заболеваний, получить рекомендации о том, как сделать свой образ жизни и образ жизни своих детей более здоровым. Полноценное обследование, консультации специалистов, возможность следить за динамикой своего здоровья – и все это бесплатно!**

**С собой нужно иметь всего два документа – паспорт и полис обязательного медицинского страхования.**

**При первом посещении Вы пройдете стандартное обследование, а затем станете обладателем Карты здорового образа жизни.**

**Специалисты центра здоровья проведут анкетирование на компьютере, измеряют ваше давление, проверят уровень глюкозы и холестерина в крови, оценят работу сердца и легких, а гигиенист стоматологический проверит состояние полости рта. Офтальмологическое обследование позволит не только проверить зрение, но и измерить внутриглазное давление бесконтактным способом (для раннего выявления глаукомы)**

**В ходе визита врач оценит состояние Вашего здоровья на данный момент и даст необходимые рекомендации. Вы узнаете о наиболее вероятных факторах риска развития заболеваний, резервах Вашего организма, получите прогноз состояния здоровья, индивидуальную программу здорового образа жизни.**

**Наши сотрудники смогут ответить на Ваши вопросы о здоровом питании, физической нагрузке, гигиене, режиме труда и отдыха, расскажут, как отказаться от вредных привычек.**