В ГУЗ «Измалковская РБ» проводится профилактическая работа с населением в школах здоровья:

- **ШКОЛЕ ЗДОРОВЬЯ ДЛЯ СТАЦИОНАРНЫХ БОЛЬНЫХ**

**Темы:** - Режим дня и личная гигиена-основа здорового образа жизни;

- Рациональное питание – основа здоровья;

- Вредные привычки и здоровье (профилактика алкоголизма, наркомании);

- Физическая культура – как фактор укрепления здоровья

- Самопомощь и взаимопомощь при травмах и других несчастных случаях

- Уход за больными в домашних условиях

- Профилактика ВИЧ – инфекции

- По памятным датам ВОЗ и эпидситуации.

**- ШКОЛА ЗДОРОВЬЯ ДЛЯ МАТЕРЕЙ**

**Темы:** - Рациональное вскармливание ребенка первого года жизни

- Закаливание ребенка раннего возраста. Гимнастика, массаж.

- Профилактика наиболее частых заболеваний у детей раннего возраста (рахит, желудочно-кишечные заболевания, воспаление легких), значение профилактических прививок. Уход за больным ребенком в семье.

- СПИД – профилактика

- По памятным датам ВОЗ и эпидситуации.

- **ШКОЛА ЗДОРОВЬЯ ДЛЯ БОЛЬНЫХ АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТОНИЕЙ**

**Темы:** - Что нужно знать пациенту об артериальной гипертензии

- Здоровое питание

- Физическая активность и здоровье.

- Стресс и здоровье.

- Медикаментозное лечение артериальной гипертонии

- По памятным датам ВОЗ и эпидситуации.

**- ШКОЛЕ ЗДОРОВЬЯ ДЛЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ**

**Темы: -**  Заболевания сердечно-сосудистой системы. Средства народной медицины. Атеросклероз. Нарушения сердечного ритма. ИБС, стенокардия, гипертоническая болезнь.

- Заболевания органов дыхания. Острый бронхит. Бронхиальная астма. Грипп и ОРВИ.

- Заболевания позвоночника, их профилактика. Как вести себя при острой боли в спине. Грыжа межпозвоночных дисков. Остеохондроз.

- Заболевание желудочно – кишечного тракта.

- Головная боль: напряжения, мигрень, при нервных заболеваниях.

- По памятным датам ВОЗ и эпидситуации.

**- ШКОЛА ЗДОРОВЬЯ ДЛЯ БЕРЕМЕННЫХ**

**Темы:** - Анатомо- физиологические особенности женского организма.

- Гигиена женщины в первую половину беременности.

- Гигиена женщины во вторую половину беременности.

- Гигиена женщины в последние два месяца беременности. Общие сведения о родах.

- Особенности новорожденного, основные сведения его вскармливания и ухода.

- Профилактика СПИД, ЗППП.

- По памятным датам ВОЗ и эпидситуации.

**ШКОЛА ЗДОРОВЬЯ ДЛЯ БОЛЬНЫХ САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ**

**Темы:** - Что такое сахарный диабет?

- Избыточный вес и сахарный диабет

- «У Вас сахарный диабет 2 типа»: значение и рекомендации

- Стресс как проявляется внутренний враг.

- Питание при избыточном весе

- Меню для человека с сахарным диабетом

- Профилактика сахарного диабета

- Питание взрослого населения