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