

Уважаемые родители,

в целях формирования здорового образа жизни согласно Плану проведения региональных тематических мероприятий по профилактике заболеваний на 2023 год с 17 июля по 23 июля проводятся мероприятия, посвященные «Неделе сохранения головного мозга» в честь Всемирного дня мозга – 22 июля.

Предлагаем ознакомиться с основными тезисами:

- Для сохранения здоровья головного мозга важно сохранить высокий уровень умственной активности, больше двигаться, следить за давлением и обязательно своевременно проходить диспансеризацию и профилактические осмотры.
- Нарушения работы мозга могут быть разнообразными: нервно-мышечные заболевания, рассеянный склероз, эпилепсия, болезнь Паркинсона, различные виды деменций, хроническая ишемия головного мозга, инсульт.
- Если человек перенес инсульт, то крайне важно, чтобы он получал терапию, направленную на предупреждение повторных сосудистых событий.
- При наличии умеренных когнитивных расстройств обязательно нужно следить за уровнем артериального давления, холестерина, глюкозы, а также ритмом сердца.

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!