



Ответственное отношение к здоровью — это соблюдение здорового образа жизни, мониторинг собственного здоровья, ответственное использование продукции для самостоятельной заботы о здоровье, правильное хранение и употребление лекарственных препаратов. Рациональный режим дня и отдыха — необходимый элемент здорового образа жизни любого человека.

Всемирная организация здравоохранения определяет ответственное отношение к здоровью как способность отдельных лиц, семей и сообществ укреплять здоровье, предотвращать болезни, поддерживать здоровье и справляться с заболеваниями и инвалидностью при поддержке медицинской организации, либо самостоятельно.

Ответственное отношение к своему здоровью поможет не только улучшить качество жизни, но и позволит увеличить продолжительность жизни.

Проверить свое здоровье можно с помощью профилактических осмотров и диспансеризации, которые помогают предотвратить развитие заболеваний, а также диагностировать заболевания на ранней стадии для скорейшего начала их лечения.

Даже если пациент уже состоит на диспансерном учете в поликлинике по месту жительства, ему необходимо проходить диспансеризацию!

Цель диспансеризации - систематическое квалифицированное лечение, облегчение течения возникшей болезни, оказание всесторонней помощи в улучшении условий труда и быта, и, наконец, самое главное - активная профилактика обострений, осложнений, рецидивов и возникновений заболеваний.

