

Zariadenie pre seniorov a domov sociálnych služieb Dolný Kubín
M. Hattalu 2161, 026 01 Dolný Kubín
v zriaďovateľskej pôsobnosti Žilinského samosprávneho kraja

Význam liekov a ich správne užívanie

25.07.2019

V doobedňajších hodinách sa v zariadení uskutočnila odborná prednáška o zdravom životnom štýle vo vyššom veku. Pod vedením p. A. Ucháľovej z REGIONÁLNEHO ÚRADU VEREJNÉHO ZDRAVOTNÍCTVA V DOLNOM KUBÍNE, ktorá sa viac ako hodinu venovala hlavným princípom zdravej životosprávy. V úvode upozornila na pohyb, ktorý je nesmierne dôležitý pri udržiavaní si dobrého zdravia. A to nielen pre mobilných ľudí, ale aj ľudí s hendikepom. Ponúkla rôzne typy na zlepšenie si zdravia, praktické rady pri užívaní liekov a výživový režim (ako sa správne stravovať). Zaujímavou ponukou pracovníčky regionálneho úradu verejného zdravotníctva pre klientov zariadenia bolo vyšetrenie základných ukazovateľov zdravia (hladina cholesterolu, tukov a cukru), o ktoré prejavili záujem. Všetky informácie mali klienti možnosť aj vidieť pomocou premietania. V neposlednom rade p. Ucháľová zodpovedala konkrétne otázky obyvateľov zariadenia, ktoré sa týkali stravovania a ich ochorenia. V mene klientov sa chceme ešte raz poďakovať za užitočné informácie.

