



Zdravý životný štýl Diabetes mellitus

20.04.2017

Zdravý životný štýl môžeme účinne ovplyvniť a premeniť v náš prospech. Ako predchádzať civilizačným chorobám „Diabetes mellitus“ a oboznámiť sa s najnovšími poznatkami z oblasti medicíny? Predsa stretnutím s kvalifikovanou odborníčkou na zdravú výživu. Pani Janka Kratochvílová z Regionálneho úradu verejného zdravotníctva v Dolnom Kubíne nám odprezentovala súčasnú problematiku a možnosti prevencie ako predchádzať rizikám spojeným s nedostatkom pohybu a nadmerným príjmom cukrov. Pri vyváženej strave, pravidelnom pohybe v rámci možností a zdravotného stavu človeka, je možné tejto chronickej chorobe predísť. Množstvo kladených otázok z radov seniorov rozvinulo diskusiu s pozitívnym ohlasom na danú tému.

