

9 июля 2025 года

Контроль артериального давления важен для предотвращения серьезных осложнений со здоровьем, таких как инсульт, инфаркт, сердечная недостаточность и повреждение почек. Повышенное давление часто протекает бессимптомно, поэтому человек может долгое время не подозревать о риске. Регулярный мониторинг помогает своевременно выявить отклонения и принять меры — изменить образ жизни или начать лечение. Поддержание давления в пределах нормы снижает нагрузку на сердце и сосуды, способствует улучшению общего самочувствия и увеличивает продолжительность жизни.

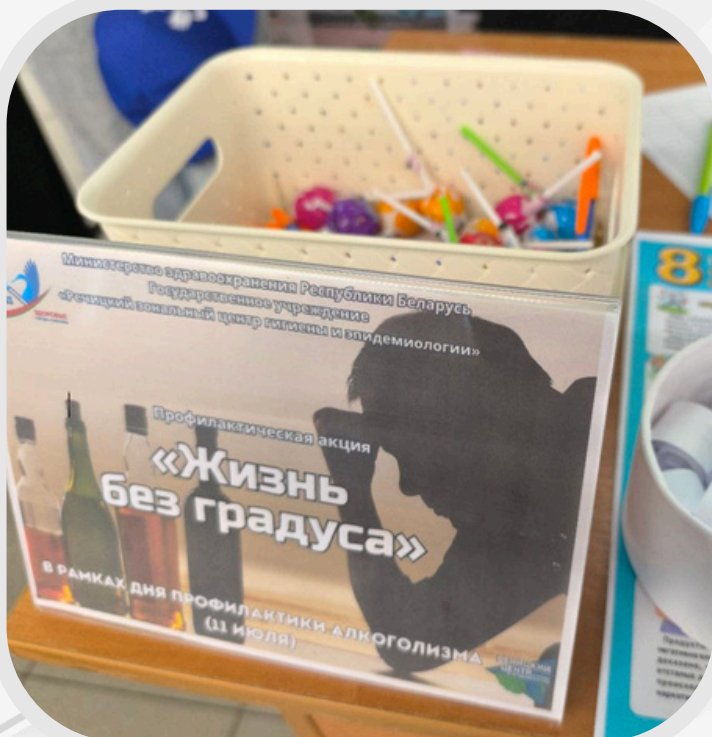
В рамках реализации **профилактического проекта «Речица - здоровый город»** специалистами отделения общественного здоровья ГУ «Речицкий зональный ЦГЭ» совместно с помощником врача УЗ «Речицкая ЦРБ» проведена акция «Контролируем давление – продлеваем жизнь!» на базе магазина «Белмаркет».



9 июля 2025 года

Многие до сих пор воспринимают алкоголь как способ расслабиться или весело провести время. Но правда в том, что за этим "весельем" часто скрываются серьёзные последствия. Регулярное употребление алкоголя разрушает печень, нарушает работу сердца и мозга, ухудшает память и внимание. Алкоголь — это не способ отдохнуть, а ловушка, в которую легко попасть и сложно выбраться. Будь осознанным — выбирай здоровье, ясную голову и настоящие эмоции.

В рамках реализации **профилактического проекта «Речица - здоровый город»** и проведения Единого дня профилактики алкоголизма психологом отделения общественного здоровья ГУ «Речицкий зональный ЦГЭ» проведена акция «Жизнь без градуса!» на базе магазина «Белмаркет».



Первая затяжка — горькая, головокружительная, почти неприятная. Но мозг, обманутый никотином, дает команду: «еще». Так запускается механизм зависимости — бесшумный, как капля яда. С каждым разом дым кажется мягче, а без него — мир грубее. И вот уже курение не выбор, а якорь. Оно не делает жизнь насыщеннее, не добавляет шарма — оно лишь укорачивает путь. И этот путь ведет не к свободе, а к зависимости, боли и утратам.

В рамках реализации **профилактического проекта «За жизнь без сигарет»** психологом отделения общественного здоровья ГУ «Речицкий зональный ЦГЭ» проведен профилактический рейд по борьбе с табакокурением на территории остановки «микрорайон Днепровский».



17 июля 2025 года

Ты можешь чувствовать себя нормально, но давление — молчаливый враг, который долго не подаёт сигналов. Повышенное артериальное давление часто не вызывает симптомов, но медленно разрушает сердце, сосуды, почки и мозг. Контроль давления помогает вовремя заметить проблему и предотвратить серьёзные осложнения, такие как инсульт или инфаркт. Береги себя — не забывай проверять давление. Это не про возраст, это про ответственность.

В рамках реализации **профилактического проекта «Речица - здоровый город»** специалистами отделения общественного здоровья ГУ «Речицкий зональный ЦГЭ» совместно с помощником врача УЗ «Речицкая ЦРБ» проведена акция «Контролируем давление – продлеваем жизнь!» на базе ОАО «Речицкий текстиль».

