Мы против COVID-19!

Сегодня трудно встретить человека, который не знает, что такое COVID и как коронавирусная инфекция способна влиять на все органы и системы человека.

Специалисты Центра общественного здоровья и медицинской профилактики г. Старого Оскола провели очередное мероприятие рамках проекта «Жизнь после COVIDа!»

9 августа в библиотеке имени А.С.Пушкина (микрорайон Жукова, 30В)

Как восстановить свой организм после перенесенной болезни, какие меры профилактики существуют? Обо всём этом и шёл разговор на данном мероприятии.

Кроме того, все присутствующие смогли узнать параметры своего здоровья:

- артериальное давление,  
- уровень насыщения крови кислородом,   
- измерить уровень холестерина,   
- сделать экспресс - обследование сердца,   
- определить содержание монокаида углерода в выдыхаемом воздухе с помощью смокилайзера,   
- получить консультацию врача-терапевта,   
- получить индивидуальные рекомендации по сохранению здоровья.

Было проведено:

-занятие по лечебной физкультуре - дыхательная гимнастика по восстановлению после Covida;   
 - психологическое консультирование;

- мастер класс «Нейротренажоры для всей семьи»

Также пациентам вручены [листовки и буклеты](https://www.med-prof.ru/skachat/) с полезными советами по восстановлению после перенесенной коронавирусной инфекции, о ведении ЗОЖ, профилактике заражения, COVID и других хронических и инфекционных заболеваний.

Проект реализуется при поддержке грантового конкурса «ВМЕСТЕ! С моим городом» компании «Металлоинвест».

Информация о проекте: [http://vmeste.oskol.city](https://vk.com/away.php?to=http%3A%2F%2Fvmeste.oskol.city&post=-168951083_502&cc_key=) [#ВМЕСТЕсМоимГородом](https://vk.com/feed?section=search&q=%23%D0%92%D0%9C%D0%95%D0%A1%D0%A2%D0%95%D1%81%D0%9C%D0%BE%D0%B8%D0%BC%D0%93%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%BE%D0%BC), [#ВМЕСТЕсМеталлоинвестом](https://vk.com/feed?section=search&q=%23%D0%92%D0%9C%D0%95%D0%A1%D0%A2%D0%95%D1%81%D0%9C%D0%B5%D1%82%D0%B0%D0%BB%D0%BB%D0%BE%D0%B8%D0%BD%D0%B2%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BC)