

Побеждая артрит

12 октября во многих странах отмечается Всемирный день борьбы с артритом, который проводится ежегодно по инициативе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) с 1996 года.

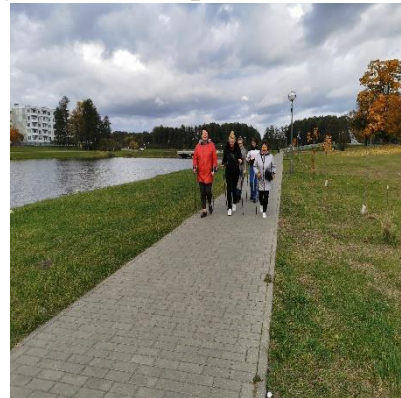
На сегодняшний день заболевания суставов стали буквально глобальной проблемой. По данным ВОЗ каждый десятый житель планеты страдает артритом.

Артрит – серьезное воспалительное заболевание сустава или нескольких суставов, которое при отсутствии лечения приводит не только к болевым ощущениям и ограничению движения, но и к инвалидности и утрате трудоспособности.

В Щучинском зональном ЦГЭ в рамках массовой акции Недели здоровья «Укрепляй здоровье, чтобы его сохранить» проведён День здоровья «Побеждая артрит». Во вторник проведён конкурс по разгадыванию кроссворда «Здоровье»: в актовом зале встретились две команды «профессионалов», которые смогли одолеть порой и сложные вопросы; поговорить о сохранении и укреплении своего здоровья.



В среду с сотрудниками проведено занятие скандинавской ходьбой, велопробег вокруг городского озера. Проведён инструктаж, разминка, у каждого присутствующего была возможность впервые попробовать пройти «скандинавской ходьбой», а кто-то смог пройти (проехать на велосипеде) весь круг возле озера.



Инструктор-валеолог

Кирилова С.И.