

ШКОЛА ЗДОРОВЬЯ «Артериальной гипертонии»

Цель школы: Повышение образовательного уровня населения в вопросах первичной и вторичной профилактики артериальной гипертонии и формирования здорового образа жизни, снижение риска развития сердечно – сосудистых осложнений и смертности больных.

Девиз: «Сердце человека - это дар. Будь осторожен, не относись к нему небрежно».

Содержание занятий:

Программа обучения включает 7 структурированных занятий по 60 минут. Срок обучения в школе – 3 месяц.

График работы

Ответственное лицо	Мультидисциплинарная команда	Время проведения
Врач кардиолог Игенова Л. З	Тұрлыбекова Ж. Б Психолог Оспанова Н.Ж. соцработник	Четверг 10.00-11.00

План занятий по школе Артериальной гипертонии

№	Темы занятий
1	Что надо знать об артериальной гипертонии.
2	Питание при артериальной гипертонии.
3	Физическая активность при артериальной гипертонии.
4	Курение и стресс как фактор риска при артериальной гипертонии.
5	Лечение АГ. Профилактика гипертонических кризов.
6	Осложнения артериальной гипертонии.
7	Заключительное занятие. Оценка результатов анкетирования и обучение.