Środa z Profilaktyką NFZ: Jak zapobiegać nadciśnieniu tętniczemu?

Kolejna odsłona akcji „Środa z Profilaktyką” już 10 maja! W programie konsultacje z pielęgniarką zajmującą się profilaktyką chorób układu krążenia, a także dietetyczkami z Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu.

Pielęgniarka będzie dokonywać pomiaru ciśnienia i pokaże, jak prawidłowo obsługiwać ciśnieniomierz, natomiast dietetyczki udzielą bezpłatnych porad na temat zdrowego odżywiania.

Przy stoisku edukacyjnym NFZ będą też dostępne drukowane materiały na temat m.in. bezpłatnego serwisu z planami żywieniowymi „Diety NFZ”. Jednym z dostępnych planów jest „DASH nadciśnienie”, czyli dieta skutecznie obniżająca i regulująca wartość ciśnienia tętniczego krwi.

Pracownicy NFZ będą tego dnia informować o programach profilaktycznych Ministerstwa Zdrowia i NFZ. Zaprezentują również możliwości kanału YouTube „Akademia NFZ” oraz strony internetowej o tej samej nazwie, które mogą pomóc w zrobieniu pierwszych kroków w kierunku zdrowego trybu życia.

Wydarzenie odbędzie się **10 maja w godz. 10.00-14.00** w siedzibie WOW NFZ przy ul. Piekary 14/15 (hol Sali Obsługi Klienta).

Partnerami wydarzenia są: CenterMed Poznań i Katedra Nauk o Żywności i

Żywieniu Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu.