

ЗдОрОвому быть здОрово!!!



ОГБУЗ "Иркутский областной центр
общественного здоровья и
медицинской профилактики"

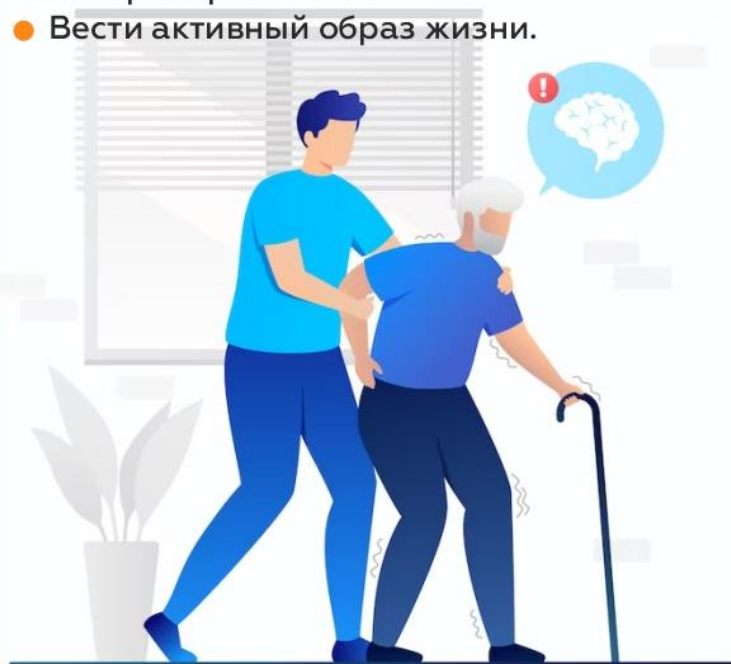
Следите за своим здоровьем, внимательно прислушивайтесь к организму и обращайтесь внимание на любые изменения, которые могут быть значимыми симптомами, своевременно обращайтесь к специалистам, которые проведут всестороннюю диагностику и назначат эффективное лечение, учитывая индивидуальные особенности каждого

С заботой о вашем здоровье
ОГБУЗ «Иркутский областной центр общественного здоровья и медицинской профилактики».



Как сохранить здоровье эндокринной системы?

- Употреблять продукты, содержащие йод, поскольку этот микроэлемент необходим для правильной работы щитовидной железы.
- Избегать переутомления и стрессовых ситуаций.
- Уменьшить количество сахара и простых углеводов в рационе.
- Контролировать вес.
- Вести активный образ жизни.





Что будет если не лечить эндокринную систему?

Нарушения в работе эндокринной системы, в работе щитовидной железы, гормональный дисбаланс приводят к неправильной работе внутренних органов, обменных процессов, функций желез внутренней секреции, возникновению нарушений, которые сильно сказываются на качестве жизни человека и могут привести к потере работоспособности и даже инвалидности

Какие болезни лечит врач-эндокринолог?

- Сахарный и несахарный диабет.
- Заболевания щитовидной железы.
- Усиленная выработка гормона роста – акромегалия.
- Нарушение функционирования надпочечников, получившее название Болезнь Иценко-Кушинга.
- Нарушенный метаболизм кальция.
- Другие гормональные нарушения.



Как понять, что у тебя проблемы с эндокринной системой?

- Постоянное чувство жажды
- Повышение аппетита
- Частое мочеиспускание
- Изменение кожных покровов
- Увеличение щитовидной железы
- Депрессия, чрезмерная усталость
- Сухость кожных покровов, ломкость ногтей
- Нарушение менструального цикла, снижение либидо
- Увеличение массы тела от 10 кг.





ОГБУЗ "Иркутский областной центр
общественного здоровья и
медицинской профилактики»



22 - 28 мая 2023 г. -

**Неделя профилактики заболеваний эндокринной системы
(в честь Всемирного дня щитовидной железы 25 мая)**

Эндокринная система состоит из желез внутренней секреции: гипофиза, щитовидной, околощитовидных, поджелудочной, надпочечников, половых.
Эти железы выделяют гормоны – регуляторы обмена веществ, роста и полового развития организма.