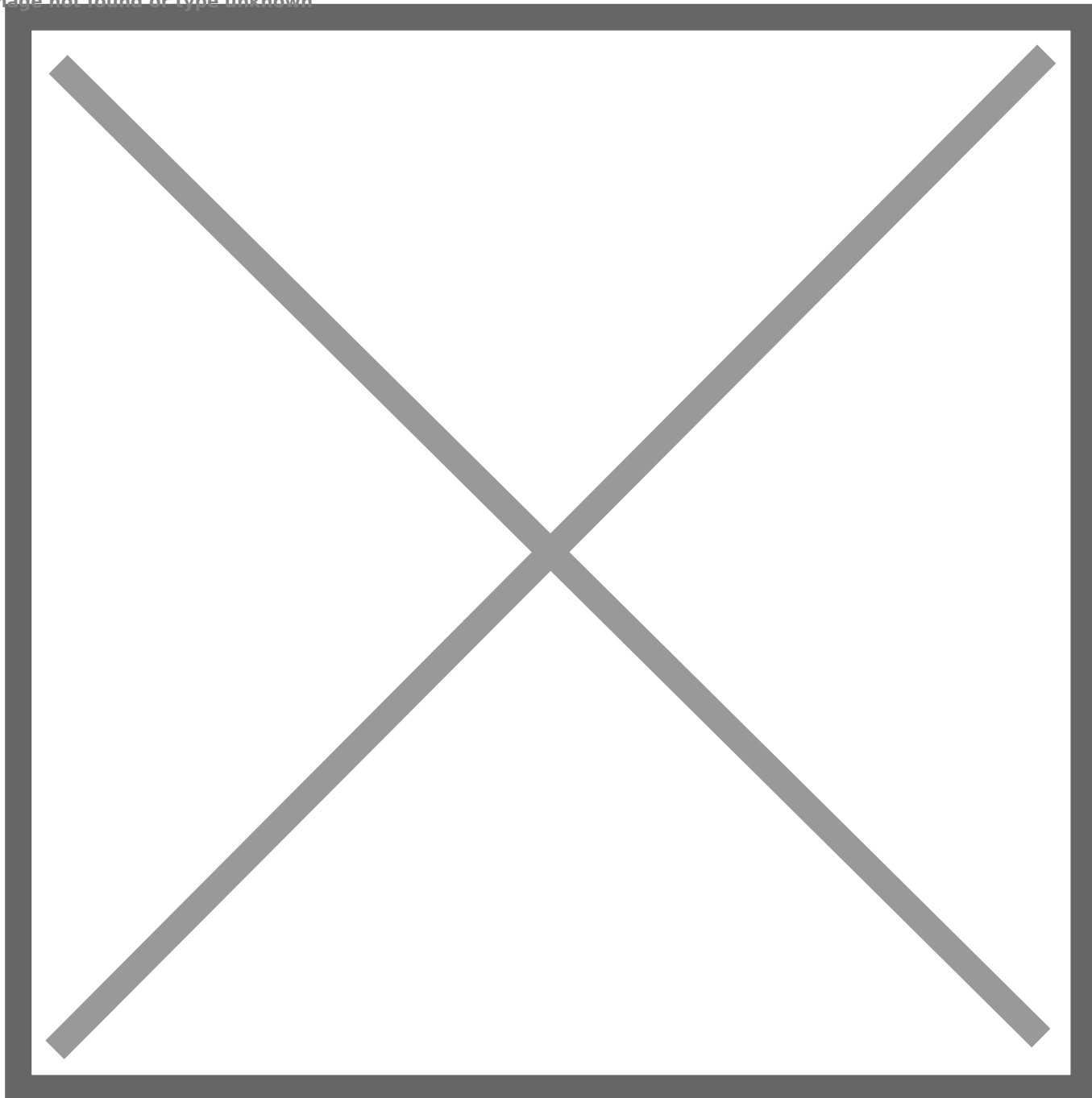


# CZYTELNIA DIETETYCZNA

---

Image not found or type unknown



Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Sejnach zachęca do lektury artykułów poświęconych zasadom prawidłowego żywienia, a także zaleceń żywieniowych w poszczególnych jednostkach chorobowych.

Będziemy Państwu prezentować publikacje, aby edukować, uświadamiać, pomagać zmieniać dotychczasowe nawyki żywieniowe na zdrowsze. Często nawet drobne zmiany modyfikują przebieg choroby, opóźniają wystąpienie powikłań, ale przede wszystkim zmieniając swój sposób

żywienia możemy w ogóle nie zachorować.

Na takim poziomie wiedzy jaką dysponujemy w dzisiejszych czasach, możemy, a nawet musimy zapobiegać chorobom na różnych płaszczyznach.

„Nie ma ważniejszej wartości niż zdrowie człowieka!” - zgadzamy się z profesorem Mirosławem Jaroszem w 100 %.

Tymczasem, wg statystyk coraz więcej Polaków choruje i umiera z powodu otyłości i jej powikłań

- osteoporozy,
- kamicy nerkowej,
- raka żołądka,
- zawału serca,
- udaru mózgu,
- nadciśnienia tętniczego.

Narastającym problemem zdrowotnym, społecznym i ekonomicznym w Polsce są nowotwory złośliwe. Nowotwory są przyczyną ponad 25% zgonów w Polsce!

Te i liczne inne ciężkie, skomplikowane schorzenia mają swój początek nie gdzie indziej, ale właśnie w odżywianiu oraz w stylu życia.

W ochronie zdrowia nie ma miejsca na snucie własnych tez, dlatego wszystko, co publikujemy oparte jest na badaniach naukowych i wynika z aktualnego stanu wiedzy.