

با هدف تقویت سبک زندگی سالم برگزار شد؛

کارگاه آموزشی «پیشگیری از بیماری های شایع زنان» برای اعضاء کتابخانه عمومی شهید سلیمانی قرچک



کارگاه آموزشی «پیشگیری از بیماری های شایع زنان» با حضور کارشناس شبکه بهداشت برای جمعی از زنان عضو کتابخانه عمومی شهید سلیمانی روستای داودآباد شهرستان قرچک برگزار شد.

به گزارش روابط عمومی اداره کتابخانه های عمومی شهرستان قرچک، به همت نرگس رضایی عشاق مسئول کتابخانه عمومی شهید سلیمانی روستای داودآباد قرچک کارگاه آموزشی «پیشگیری از بیماری های شایع زنان» با حضور زینب خجیر کارشناس شبکه بهداشت برای جمعی از زنان عضو کتابخانه عمومی شهید سلیمانی روستای داودآباد شهرستان قرچک برگزار شد.

رضایی عشاق مسئول کتابخانه در خصوص اجرای این برنامه گفت: این کارگاه با هدف ارتقاء سبک زندگی سالم و همچنین افزایش آگاهی های علمی و آشنایی بیشتر با نحوه تشخیص و پیشگیری از بیماری های زنان برگزار شد.

در این برنامه زینب خجیر، کارشناس سلامت مرکز بهداشت روستای داودآباد قرچک، ضمن ارائه مباحث آموزشی درخصوص راه های پیشگیری و کنترل انتقال برخی بیماری ها، نقش مهم رعایت رفتار سالم و بهداشتی، با تأکید بر نقش مهم بانوان در سلامت خانواده، به تبیین بیماری های شایع در زنان و راه های پیشگیری از آن ها پرداخت.

وی در این رابطه افزود: در این کارگاه آموزشی در باره بیماری های شایع در زنان بحث و بررسی شد و نکاتی در زمینه راه های صحیح پیشگیری از بیماری ها و انجام آزمایش های لازم و بموقع، رعایت بهداشت فردی و مراجعه به مراکز بهداشت و درمان به شرکت کنندگان ارائه شد.

خجیر با بیان اهمیت آگاه سازی عمومی بانوان به سرطان های شایع در زنان تصریح کرد: شناخت، عوارض و علائم سرطان های شایع در زنان و اقدام به موقع در جهت درمان می تواند کمک زیادی به بهبودی سلامت زنان داشته باشد.

وی ادامه داد: تغییر سبک زندگی، انجام ورزش منظم و تغذیه مناسب از مهمترین راه های پیشگیری از بروز بیماری ها و سرطان ها است.

گفتنی است پایان جلسه به بررسی و پاسخ به پرسش های شرکت کنندگان اختصاص یافت.