

یکشنبه 12 شهریور 1402 - 16:44

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 وآشنایی بیشتر با نحوه تشخیص وپیشگیری ازبیماری 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 آموزشي در باره بيماري هاي شايع در زنان بحث و بررسي شد و نكاتي در زمينه راه هاي صحيح پيشگيري از بيماري ها و انجام آزمايش هاي لازم و بموقع، رعايت بهداشت فردي و مراجعه به مراكز بهداشت و درمان به شركت كنندگان 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 وتغذیه 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.