

## Пост-релиз

### День здоровья для населения старшего возраста

7 февраля 2023 года для населения старшего возраста в помещении территориального совета общественного самоуправления «Гоголевский» специалистами ГКУЗ НСО «РЦОЗ и МП» (далее - центр общественного здоровья и медицинской профилактики) проведен День здоровья.

Психолог центра общественного здоровья и медицинской профилактики Нестеренко Т.В. рассказала слушателям о психосоматических причинах заболеваний полости рта, в основе которых лежат проблемы в сфере общения, раздражение, обида, усталость, нереализованный личностный потенциал. Татьяна Владимировна рассказала о методах профилактики психосоматических расстройств, предложила выполнить практические упражнения и обучила слушателей техникам самостоятельной работы. Внимание участников было акцентировано на необходимости регулярного посещения стоматолога.

Так же, в рамках Дня здоровья были освещены вопросы профилактики острых респираторных вирусных инфекций и гриппа, уходу за полостью рта при вирусных заболеваниях.

В завершении специалисты ответили на все интересующие вопросы, дали рекомендации по ведению здорового образа жизни и раздали информационные материалы: «Профилактика рака полости рта», «Центры здоровья Новосибирской области», «Сделайте шаг к здоровью и долголетию! Пройдите диспансеризацию или профилактический осмотр!».