



8 800 200 0 200
TAKZDOROV.RU

ПЕЧЕНЬ – УНИКАЛЬНЫЙ, ЖИЗНЕННО ВАЖНЫЙ И НЕЗАМЕНИМЫЙ ОРГАН ЧЕЛОВЕКА!

ГЛАВНЫЕ ВРАГИ ПЕЧЕНИ:

- Алкоголь
- Вирусные гепатиты
- Лекарственные препараты
- Нездоровая еда
- Курение





8 800 200 0 200
TAKZDOROV.RU

ПРОФИЛАКТИКА БОЛЕЗНЕЙ ПЕЧЕНИ - ВЕДЕНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ!

- Отказ от алкоголя и курения
- Регулярная умеренная физическая активность
- Укрепление иммунитета
- Исключение бесконтрольного, самопроизвольного приема медикаментов





8 800 200 0 200
TAKZDOROV.RU



- Своевременное лечение заболеваний, приводящих к нарушениям работы печени
- Сбалансированный рацион
- Вакцинопрофилактика
- Регулярное прохождение диспансеризации и профилактических осмотров



8 800 200 0 200
TAKZDOROVU.RU

КАК УБЕРЕЧЬСЯ ОТ ЗАРАЖЕНИЯ ВИРУСНЫМИ ГЕПАТИТАМИ?

- При проведении медицинских и косметических (пирсинг, татуаж) манипуляций применять только одноразовые инструменты
- Избегать случайных половых связей, использовать презерватив
- Соблюдать правила личной гигиены





8 800 200 0 200
TAKZDOROV.RU

КАКИЕ СИГНАЛЫ, УКАЗЫВАЮТ НА ТО, ЧТО ПЕЧЕНИ ТРЕБУЕТСЯ ПОМОЩЬ?

- Общее недомогание
- Слабый аппетит и изменение стула
- Кожный зуд и аллергические реакции, жёлтый оттенок кожи
- Ощущение тяжести в животе, метеоризм
- Болевые ощущения в области правого подреберья
- Тошнота и чувство горечи во рту
- Возникновение синяков и высыпаний на коже



8 800 200 0 200
TAKZDOROV.RU

**ЕСЛИ У ВАС НАБЛЮДАЮТСЯ ЭТИ СИМПТОМЫ,
ОБРАТИТЕСЬ К ВРАЧУ И ПРОЙДИТЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ!**

**Без печени человек прожить не сможет.
Можно жить после удаления селезенки,
поджелудочной железы, почки (даже при отказе
обеих почек возможна жизнь на диализе),
но заменять чем-то функции печени медицина
пока не научилась.**

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

