

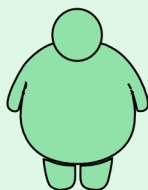


ЗАБОЛЕВАНИЯ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ТРАКТА





ОСНОВНЫЕ ПРИЧИНЫ, ПРОВОЦИРУЮЩИЕ РАЗВИТИЕ БОЛЕЗНЕЙ ОРГАНОВ ПИЩЕВАРЕНИЯ:



НЕРАЦИОНАЛЬНОЕ
ПИТАНИЕ



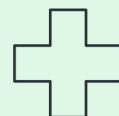
НИЗКАЯ
ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ



ЗЛОУПОТРЕБЛЕНИЕ
ГАЗИРОВАННЫМИ НАПИТКАМИ



СТРЕСС





ПРИЧИНЫ-ЛИДЕРЫ ПО ПРОВОКАЦИИ БОЛЕЗНЕЙ ОРГАНОВ ПИЩЕВАРЕНИЯ



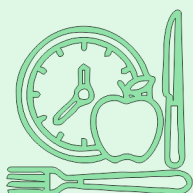
АЛКОГОЛЬ

У ПАЦИЕНТОВ, ЗЛОУПОТРЕБЛЯЮЩИХ АЛКОГОЛЕМ,
ЧАЩЕ РАЗВИВАЮТСЯ ГАСТРОЭЗОФАГЕАЛЬНЫЙ РЕФЛЮКС,
ВОСПАЛЕНИЕ ПИЩЕВОДА, РАЗЛИЧНЫЕ ПРЕДРАКОВЫЕ
СОСТОЯНИЯ



КУРЕНИЕ

КУРЕНИЕ СУЩЕСТВЕННО УВЕЛИЧИВАЕТ РИСК РАЗВИТИЯ ЯЗВЫ
И ОНКОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ



НАРУШЕНИЕ РЕЖИМА И НЕПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ

РЕГУЛЯРНОСТЬ ПИТАНИЯ И РАЦИОНАЛЬНЫЙ ОБЪЕМ
ПОТРЕБЛЯЕМОЙ ПИЩИ КРАЙНЕ ВАЖНЫ ДЛЯ НОРМАЛЬНОГО
ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ТРАКТА.



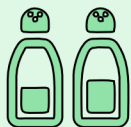
ПРОФИЛАКТИКА БОЛЕЗНЕЙ ОРГАНОВ ПИЩЕВАРЕНИЯ ВКЛЮЧАЕТ:



СОБЛЮДЕНИЕ ПИТЬЕВОГО РЕЖИМА



ЕЖЕДНЕВНОЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ ТЕПЛОЙ ЕДЫ И НАПИТКОВ



ОГРАНИЧЕНИЕ ОСТРЫХ, СОЛЕННЫХ
КОНСЕРВИРОВАННЫХ, КОПЧЕНЫХ, МАРИНОВАННЫХ
ПРОДУКТОВ В РАЦИОНЕ



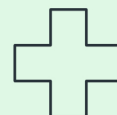
ДОСТАТОЧНОЕ КОЛИЧЕСТВО КЛЕТЧАТКИ
В ЕЖЕДНЕВНОМ МЕНЮ



РЕГУЛЯРНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ



ОТКАЗ ОТ ТАБАКА И АЛКОГОЛЯ





ПРОХОДИТЕ ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ
И ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕДИЦИНСКИЕ ОСМОТРЫ
ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ ВЫЯВИТЬ БОЛЕЗНИ ОРГАНОВ
ПИЩЕВАРИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ НА РАННЕЙ СТАДИИ
И УБЕДИТЬСЯ В ОТСУТСТВИИ ЗЛОКАЧЕСТВЕННЫХ
НОВОООБРАЗОВАНИЙ.

