[**Центр здоровья**](http://www.zhgkb.ru/serv/serv2_64.php)



**Заведующая отделением медицинской профилактики и Центром здоровья**

Батукова Анжела Юрьевна

**О Центре**

Центр здоровья открылся на базе поликлиники Жуковской ГКБ 11 января 2010 года (в соотв. с Постановлением Правительства РФ №413 от 18.05.2009 г. и Приказом Министерства здравоохранения РФ №302н от 10.06.2009 г.)

В Центре здоровья Вы сможете оценить состояние своего здоровья, выявить факторы риска заболеваний, начать здоровый образ жизни, избавиться от вредных привычек

Обследование в Центре здоровья включает в себя:

• Исследование работы сердца - ЭКГ с определением ритма сердца, эффективности кровоснабжения, числа сердечных сокращений;

• Оценка функции дыхания (спирометрия);

• Измерение внутриглазного давления, остроты зрения, наличия астигматизма;

• Определение уровней холестерина и сахара в крови;

• Измерение эффективности периферического кровотока (лодыжечно-плечевой индекс);

• Определение состава тела (соотношение жировой, мышечной массы и воды);

• Определение эффективности насыщения крови кислородом (пульсоксиметрия);

• Осмотр стоматолога-гигиениста.

По результатам обследования квалифицированные врачи делают заключение о состоянии здоровья человека, устанавливают наличие причин и факторов, неблагоприятно влияющих на организм (факторы риска), рекомендуют индивидуальную программу - как поддержать/сохранить и улучшить свое здоровье, уменьшив риски и угрозы болезни. При наличии показаний человек направляется к врачу-специалисту либо - при соответствии года диспансеризации - на углубленное диспансерное обследование.

В дальнейшем Вы можете следить за динамикой отдельных измененных показателей в течение года и проходить полный комплекс обследования ежегодно.

**Что даёт обследование в Центре здоровья?**

Регулярное ежегодное обследование основных систем организма позволяет контролировать состояние Вашего здоровья. Если лечащий врач назначил Вам лечение, у нас Вы можете уточнить эффективность его действия, благодаря исследованию отдельных измененных показателей в динамике после приема лекарств.

Знание состояния своего организма и своих резервных возможностей может помочь при выборе решений об изменении образа жизни либо профессиональной деятельности, улучшать и поддерживать свое здоровье, рассчитав соответствие уровня физических нагрузок при занятиях физкультурой, контролировать успешность и адекватность их действия на организм, и многое другое.

Кроме того, обучая здоровому образу жизни родителей, мы помогаем всей семье - беречь не только здоровье взрослых, но и сохранить здоровье своих детей в будущем. А это - залог и семейного благополучия, возможность чаще чувствовать себя счастливым и стать более успешным в жизни.

**ВНИМАНИЕ!** Сотрудники Центра здоровья выезжают на предприятия города для обследования сотрудников по предварительным заявкам.

**Контакты:**

МО, г. Жуковский, ул. Фрунзе, д. 1 (поликлиника ГБУЗ МО «Жуковская ГКБ»), каб. №41; запись на прием: 8-498-48-7-43-58; 8-495-556-03-19; e-mail:czzuk@bk.ru

[**Здесь**](http://www.zhgkb.ru/serv/serv2_224.php) вы можете прочитать про отказ о отказе от курения

**График работы**

пн- пт с 8 до 16 ч.; сб, вс - выходной

**Наш коллектив**

Фролова Ирина Александровна - и.о. заведующей Центром, врач высшей врачебной категории по организации здравоохранения и общественному здоровью

Дмитренко Татьяна Ивановна - Заслуженный врач РФ, врач-терапевт

Беликова Любовь Степановна - врач-терапевт

Маслова Маргарита Николаевна - врач-эндокринолог

Тимошина Алёна Викторовна - старшая медицинская сестра

Чвелева Лилия Харисовна - медицинская сестра высшей категория

Бабайцева Лариса Сергеевна - медицинская сестра

Гайирбегова Аминат - медицинская сестра

Колядина Екатерина Юрьевна - медицинская сестра

Лепёшкина Марина Евгеньевна - медицинская сестра

Магомедова Румият Багомедовна - медицинская сестра

Третьякова Мария Васильевна - медицинская сестра

Кондрашкина Татьяна Михайловна - гигиенист стоматологический











