



**Служба
здоровья**



8 800 200 0 200
TAKZDOROVU.RU



**ТЕРРИТОРИЯ
ЗДОРОВЬЯ**

ОСНОВНЫЕ ПРИЧИНЫ, ПРОВОЦИРУЮЩИЕ РАЗВИТИЕ БОЛЕЗНЕЙ ОРГАНОВ ПИЩЕВАРЕНИЯ:



**НЕРАЦИОНАЛЬНОЕ
ПИТАНИЕ**



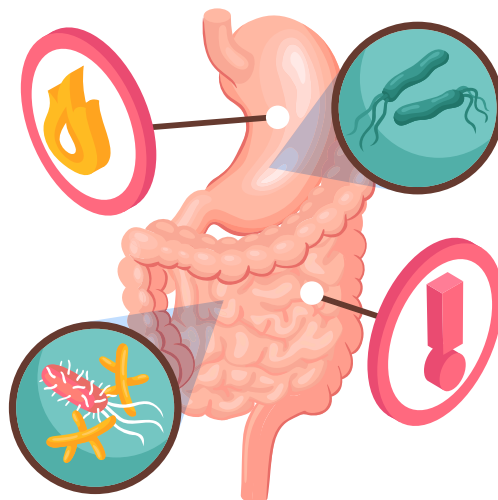
**НИЗКАЯ
ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ**



**ЗЛОУПОТРЕБЛЕНИЕ
ГАЗИРОВАННЫМИ НАПИТКАМИ**



СТРЕСС





Служба
здоровья



8 800 200 0 200
TAKZDOROVU.RU



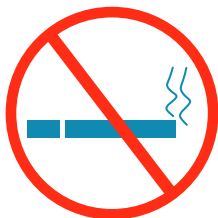
ТЕРРИТОРИЯ
ЗДОРОВЬЯ

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.



Служба
здоровья



8 800 200 0 200
TAKZDOROV.RU



ТЕРРИТОРИЯ
ЗДОРОВЬЯ

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

