



**“УНИВЕРСИТЕТСКА МНОГОПРОФИЛНА БОЛНИЦА ЗА АКТИВНО
ЛЕЧЕНИЕ – Д-Р ГЕОРГИ СТРАНСКИ” ЕАД – ПЛЕВЕН**

5800 Плевен, бул. "Г. Кочев" 8 А, тел. 064/886 444, факс: 064/804 212
e-mail: umbal@umbalpln.com; www.umbalpln.com

**УТВЪРЖДАВАМ,
ИЗПЪЛНИТЕЛЕН ДИРЕКТОР:
/Доц. Д-р Ц. Луканов, д.м./**

**„ЗДРАВНО-КОНСУЛТАТИВЕН ЦЕНТЪР“
СЕКЦИЯ „ЗДРАВНО-ОБУЧИТЕЛНА ДЕЙНОСТ“
„НАЦИОНАЛНА ПРОГРАМА ЗА ПОДОБРЯВАНЕ НА МАЙЧИНОТО И
ДЕТСКО ЗДРАВЕ 2021 – 2023 Г.“**

Здравното образование заема важно място в процеса на промяна към устойчиво развитие и е приоритет в дейността на „Здравно-консултативния център“ към „УМБАЛ Д-р Георги Странски“ ЕАД.

Безспорен факт е, че здравето на човека е резултат не само от неговите физически дадености, семейна среда, норми и традиции, но и от конкретното му поведение, което се изгражда под въздействие на натрупаните знания, умения и нагласи.

Чрез здравно-обучителната дейност, екипът на ЗКЦ цели промотиране на здравословен стил на поведение, благоприятстващ здравето на пациентите.

Темите, които ще бъдат обхванати, ще се предоставят на пациентите, чрез здравни беседи и печатни материали.

Програмата за **първо тримесечие 2023 г.** включва:

1. Препоръки за изграждане на здравословно хранително поведение на деца от 3 до 7 години. Група – родители на хоспитализирани деца в Клиника по педиатрия.
 - Хранене с пълноценна и разнообразна храна.
 - Ограничаване консумацията на тестени и сладкарски изделия
 - Ежедневно предлагане на зеленчуци и плодове
 - Изолзване на мляко имлечни продукти с ниско съдържание на мазнини.
 - Обработване на храната.
 - Примерно меню.
2. Препоръки за здравословно хранене преди и по време на бременност и кърмене. Група – бременни и родилки в Клиника по акушерство и гинекология
 - Храни, добри източници на фолат.
 - Избягване консумацията на алкохол.
 - Постигане на здравословно тегло преди бременност.
 - Нуждата от повече белтъци.
 - Калций и Вит. D.
 - Кърменето ще помогне, да се възстанови теглото преди бременността.

Програмата ще се актуализира в началото на всяко тримесечие.

С прилагането на програмата в „УМБАЛ Д-р Георги Странски“ ЕАД ще се създадат условия, за ефективна комуникация между медицинския персонал и пациентите, които са главна наша грижа.