

# Védd, amíg megvan!

***Érdekli Önt testi-lelki állapota? Törődik Ön a magyar lakosság nagy részét fenyegető betegségek megelőzésével? Biztos benne, hogy kielégítő tudása van egészségi állapotáról? Szeretne biztos lenni benne, hogy főbb egészségügyi mutatói megnyugtatóak? Szeretné tudni, mihez kezdjen, ha kisebb-nagyobb rendellenességet találna egy szűrés?***

A Kiskunhalasi Semmelweis Kórháznak kérdés nélkül is fontos az Ön helyzete, egészségi állapota! Ezért pályázta meg az intézmény az Új Széchenyi Terv keretein belül meghirdetett pályázatot. Egyúttal létrehozta saját Egészségfejlesztési Irodáját (EFI). A halasiak és környékbeliek közül sokan már találkoztak az EFI által szervezett nyilvános szűrésekkel. Értesültek róla, hogy a program a halasi és a kistérségi lakosok egészségmegőrzésére, az egészséges életmódra nevelésére és a betegségek korai felismerésére összpontosít.

## A KÓRHÁZI EFI-IRODÁBAN INGYENESEN HOZZÁFÉRHETŐ

- ❖ a vérnyomásmérés,
- ❖ a vércukorszint-mérés,
- ❖ testzsírszint-mérés és testtömeg-index,
- ❖ a viszcerális zsír (a hasüregi zsír, mely a szervekre rakódik, s többek között gyulladást, szív- és cukorbetegséget okozhat) és az izomtömeg mérése,
- ❖ a minimum-kalóriahasználat mérése,
- ❖ a szénmonoxid mérés,
- ❖ és a bőrredőmérés.

# Védd, amíg megvan!

## Betegség-megelőzés, egészségvédelem és lelki-testi jóllét – ezt kínálja Önnek a Kiskunhalasi Semmelweis Kórház Egészségfejlesztési Irodája!

Az EFI iroda a kórház területén, a Bőrgyógyászat épületének emeletén várja Önt! Folyamatosan végez állapot-felméréseket, szűréseket a kistérségben. Emellett egészségfejlesztési céllal klubokat hív életre, előadásokat, ismeretterjesztő tevékenységet folytat. Szakemberei egészségügyi és szemléletformáló előadásokat és foglalkozásokat tartanak az EFI által szervezett klubokban és a kitelepülések során.

A névvel vagy anonim módon leadott kérdőív kitöltése és a mérések eredménye alapján az EFI-munkatársak segítenek a megfelelő lépést **megtenni**. Klienseinktől csupán annyit kérünk, hogy a mérések sikere érdekében legalább 2 órával étkezés után vagy nyitási időben (reggel 8.30-tól), evés előtt látogassanak be hozzánk!

***Az egészségünk fontosságát gyakran csak akkor értékeljük,  
amikor veszélybe került.***

***A kórházi EFI-iroda azt szeretné, hogy ezt a veszélyt  
megelőzhessük, elháríthassuk!***

**Kérjük, hívjon-keressen bennünket!  
Várjuk Önt ingyenes szűréssel és tanácsadással!**

Telefonszám: 77/522-085

E-mail: [kiskunhalas\\_efi@halasi-korhaz.hu](mailto:kiskunhalas_efi@halasi-korhaz.hu)

Nyitva tartás: H-P 8.30-16.00