JYTE Jyväskylän yhteistoiminta-alueen terveyskeskus

VALTIMOTAUTIEN YHTEISVASTAANOTTO

Yhteisvastaanotto on suunnattu valtimotaudin sairastumisriskissä oleville ja tautiin vasta sairastuneille.

Yhteisvastaanotto on kerran kokoontuva pienryhmä (2–7 osallistujaa), jossa yhdessä keskustellen pohditaan terveitä elintapoja sekä elintapojen vaikutusta elimistöön ja sairastumisriskiin.

Osallistujien on mahdollista saada toisiltaan vertaistukea ja intoa omassa elämässä tarvittaviin muutoksiin.

Sinulla on terveysriski, jos

- verensokeriarvosi on kohonnut
- diabetesriskitestissä pisteitä on yli 15
- veren rasva-arvot ovat kohonneet
- verenpaine on kohonnut
- olet ylipainoinen
- sinulla on metabolinen oireyhtymä

Terveysriskiin kannattaa puuttua, sillä hyvällä omahoidolla voit välttyä sairauden puhkeamiselta tai merkittävästi viivästyttää sitä.

Jos haluat ”ottaa elämän haltuun”, osallistu valtimotautien yhteisvastaanotolle!

Kysy asiasta lisää oman asuinalueesi sairaanhoitajalta tai lääkäriltä.