



## ЗАБОЛЕВАНИЯ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ТРАКТА





## ОСНОВНЫЕ ПРИЧИНЫ, ПРОВОЦИРУЮЩИЕ РАЗВИТИЕ БОЛЕЗНЕЙ ОРГАНОВ ПИЩЕВАРЕНИЯ:



НЕРАЦИОНАЛЬНОЕ  
ПИТАНИЕ



НИЗКАЯ  
ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ



ЗЛОУПОТРЕБЛЕНИЕ  
ГАЗИРОВАННЫМИ НАПИТКАМИ



СТРЕСС





## 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.





## ПРОФИЛАКТИКА БОЛЕЗНЕЙ ОРГАНОВ ПИЩЕВАРЕНИЯ ВКЛЮЧАЕТ:



СОБЛЮДЕНИЕ ПИТЬЕВОГО РЕЖИМА



ЕЖЕДНЕВНОЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ ТЕПЛОЙ ЕДЫ И НАПИТКОВ



ОГРАНИЧЕНИЕ ОСТРЫХ, СОЛЕННЫХ  
КОНСЕРВИРОВАННЫХ, КОПЧЕНЫХ, МАРИНОВАННЫХ  
ПРОДУКТОВ В РАЦИОНЕ



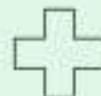
ДОСТАТОЧНОЕ КОЛИЧЕСТВО КЛЕТЧАТКИ  
В ЕЖЕДНЕВНОМ МЕНЮ



РЕГУЛЯРНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ



ОТКАЗ ОТ ТАБАКА И АЛКОГОЛЯ





ПРОХОДИТЕ ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ  
И ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕДИЦИНСКИЕ ОСМОТРЫ  
ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ ВЫЯВИТЬ БОЛЕЗНИ ОРГАНОВ  
ПИЩЕВАРИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ НА РАННЕЙ СТАДИИ  
И УБЕДИТЬСЯ В ОТСУТСТВИИ ЗЛОКАЧЕСТВЕННЫХ  
НОВООБРАЗОВАНИЙ.

