С 5 декабря по 11 декабря 2022 года - **неделя** **ответственного** **отношения** **к** **здоровью** (популяризация диспансеризации и профилактических осмотров). **Ответственное** **отношение** **к** **здоровью** включает соблюдение здорового образа жизни, мониторинг собственного **здоровья**, **ответственное** использование продукции для самостоятельной заботы о **здоровье**, правильное хранение и употребление лекарственных препаратов.

В основе здорового образа жизни находятся «три кита»:

- соблюдение режима дня и отдыха;

- правильное питание;

- важность физических упражнений для здоровья.

Профилактический медицинский осмотр проводится с 18 лет ежегодно.
Диспансеризация проводится 1 раз в 3 года для лиц от 18 до 39 лет, а с 40 лет ежегодно

