Здоровое питание, достаточная физическая активность, отказ от табака и алкоголя – залог сохранения репродуктивного здоровья на долгие годы.

🩺Важно регулярно проходить профилактические осмотры у медицинских специалистов - у гинекологов для женщин и урологов для мужчин. Это позволяет предотвратить развитие многих заболеваний, своевременно выявлять их на ранней стадии, даже при отсутствии жалоб.

На этой неделе подробнее расскажем о правилах сохранения репродуктивного здоровья и здоровой беременности, а также подготовке будущих родителей к одному из самых счастливых периодов жизни.

 Читайте материалы на нашей странице, а также в официальном Telegram-канале ведомства: [https://t.me/minzdrav63region](https://vk.com/away.php?to=https%3A%2F%2Ft.me%2Fminzdrav63region&post=-158724912_28441&cc_key=).

