سلام

به مشاوره صحی خوش امدید

شما می‌توانید برای سلامتی خود بسیاری از کارها را انجام دهید. با عادات سالم زندگی خود را می‌توانید از خطر ابتلا به سکته قلبی، سکته مغزی، سرطان و بیماري قند/شکر حفاظت کنید. بدون توجه به اینکه آیا خودتان را کاملاً سالم می‌بینید یا مریضی دارید، مشاوره صحی میتواند به شما کمک کند. همچنین برای بهبود صحت تان، به شما مشاوره و پشتیبانی ارائه می‌شود، تا شما بتوانید بهترین حالت سلامتی را داشته باشید.

مشاوره صحی برای افراد ۵۰ تا ۵۹ ساله در مرکزصحی شما

پیدا کردن انگیزه و وقت برای عادات زندگی سالم دشوار به نظر میرسد. بنابراین، شما به مشاروه صحی با آزمایشات و معاینه در مرکز صحی خود دعوت می‌شوید. این مشاروت بر اساس شرایط شما، عادات شما و وضعیت شما، انجام می‌شود. در طول این مکالمه، به شما مشاوره و حمایت ارائه می‌شود که به وضعیت زندگی شما همخوانی دارد.

مشاوره صحی رایگان است و تقریباً یک ساعت طول می‌کشد. مشاوره صحی براساس نتایج آزمایش‌ها شما در مرکز صحی همراه به پاسخ‌های شما است.

برای معلومات بیشتر درباره چگونگی مشاوره صحی، صفحه را برگردانید

انجام مشاوره صحی از این قرار است

**۱.** ما قرار است با تاریخ ............................... به شما تماس بگیریم. در جریان مکالمه تلفنی، اطلاعات بیشتری را در برای مشاوره صحی دریافت می‌کنید و هم امکان پرسش سوالات را دارید. اگر شما به مشاوره صحی موافقت کنید، ما یک وقت ملاقات را برای شما تعیین می‌کنیم. اگر نتوانیم شما را پیدا کنیم، تلاش می‌کنیم دوباره با شما زنگ بزنیم.

آیا در روز تعیین شده نمی خواهید که با شما تماس بگیریم................................... زنگ بزنید

آیا زبان سو‌یدی برای تان مشکل است، می‌توانید در جریان تماس تلفنی، شخصی را که زبان سویدی می‌فهمد، همراه خود داشته باشید

**۲**. پیش از مشاوره صحی، شما باید به سوالاتی در مورد صحت و عادات زندگی خود پاسخ دهید

**۳.** حداکثر یک هفته قبل از مشاوره صحی، نمونه خون خود را تحویل می‌دهید. نمونه خون در حالت گرفته می‌شود که چیزی نخورده باشید.

**۴.** در جریان مشاوره صحی، با پرسنل متخصص در مرکز صحی ملاقات می‌کنید. در جریان این دیدار، فشار خون، وزن، قد و کمر و شکم شما اندازه‌گیری می‌شود و در مورد صحت وعادات زندگی صحبت می‌کنید**.**

**۵.** خودتان تصمیم می گیرید که آیا برای تغییر مشاوره و حمایت می خواهید.

خوش امدید