

ВАЛЕНТИНА ЕФРЕМЕНКО

В XXI веке болеть не обязательно

ТРИ ФОКУСА ВАШЕГО ВНИМАНИЯ



Валентина Евгеньевна Ефременко

В XXI веке болеть не обязательно. Три фокуса вашего внимания

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=23140613

ISBN 9785448355509

Аннотация

Неподготовленному человеку, столкнувшемуся с расстройством здоровья, очень важно понять, что случилось с его здоровьем, суметь сохранить спокойствие и, вместе с врачом, проложить курс на выздоровление. Здесь имеются нюансы. Книга о том, что следует знать о современной медицине, чтобы не «зациклиться» на болезни.

Содержание

Глава 1. Человек пришёл в больницу...

5

Конец ознакомительного фрагмента.

7

В XXI веке болеть не обязательно Три фокуса вашего внимания

Валентина Ефременко

© Валентина Ефременко, 2017

ISBN 978-5-4483-5550-9

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

*«Здоровье до того перевешивает все остальные
блага жизни, что поистине здоровый нищий
счастливее больного короля». А. Шопенгауэр*

Глава 1. Человек пришёл в больницу...

«Визит к врачу нередко мучительнее, чем его причина». Борис Кригер

Хорошо. Не сам пришёл. Направили. Привезли... Не в больницу, а в поликлинику...

За что, спрашивается?! Или ДЛЯ чего? Человек, чаще всего, попадает в лечебные учреждения не по доброй воле. Прихватило...

Если «прихватило», то, вероятно, Вы до этого момента не так уж много уделяли внимания и времени своему здоровью. (Трудоголизм хорош для Вашего руководства, но не так полезен Вашему организму!)

Самое интересное, что когда «прихватило», – лучший момент для того чтобы начать уделять внимание здоровью, но не тут-то было, мы, по незнанию, передоверяем это врачу. «Доктор, что скажете? Что мне делать?» И вместо того, чтобы заниматься здоровьем, мы вместе с доктором занимаемся болезнью.

«Если исправно платить врачу, болезнь может стать хронической». Автор неизвестен

Что получается? Мы не уделяем внимание своему (лично-

му!) здоровью, когда здоровы и не уделяем его, когда больны. **А Вы действительно хотите быть здоровыми?**

ПОЧЕМУ ТАК ПРОИСХОДИТ?

Оплошности воспитания

К сожалению, большинство из нас с детства редко учили беречь здоровье. Беречь книги, одежду, обувь, честь и девственность учили чаще. Здоровье у нас принято считать не заслугой человека, а подарком Судьбы. «Халявой», простите. И отношение к здоровью у большинства людей соответствующее – «Бог дал, Бог взял». Культура здоровья только-только приходит в нашу жизнь. Не модны вредные привычки, в фаворе спорт, фитнес, «правильное» питание...

Особенности системы здравоохранения

Так получилось, что в нашей стране преобладает «Болезнь-центрическая» философия, т.е. в центре внимания поставлена болезнь. Нас от неё страхуют, нас с ней лечат и жалеют, нам сочувствуют, от нас отмахиваются, на нас зарабатывают. Бюджеты учреждений здравоохранения прямо пропорциональны числу больных людей, и не один руководитель не будет стремиться сокращать свой бюджет. Здоровый человек не интересен системе здравоохранения. Он вызов для неё. «Нет здоровых, есть не дообследованные!» Он «как доллар в чужом кармане».

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.