

황학동 12/27

"U-건강센터 감사합니다"

이름 / 나이 노정비 51

U-건강센터를 어떻게 방문하게 되었습니까?

주민센터 일보로 왔을 때

처음 U-건강센터에 방문했을 때 저의 건강상태는...

허리둘래가 조금 나가서

U-건강센터 이용 후 제 건강에 이러한 변화가 나타났습니다.

건강에 관심이 갖기 되었다.
수영을 시작 하였다.

U-건강센터는 이런 부분이 좋았습니다.

무로로 관리든 했어서 좋았다
(골밀도 측정도)

상담했던 선생님들에게 한 말씀 부탁드립니다~

친절하시고 상세하게 알려 주셨어요

“U-건강센터 감사합니다”

이름 / 나이
조희진 25세
U-건강센터를 어떻게 방문하게 되었습니까?
주인센터 업무 보러왔다가 방문.
처음 U-건강센터에 방문했을 때 저의 건강상태는...
보통인 편인데, 별로 관심이 없고 잘 몰랐음.
U-건강센터 이용 후 제 건강에 이러한 변화가 나타났습니다.
많은 관심을 주게 되었고, 체계적으로 줄이고 근육량을 늘리기 위해 운동하는 주게끔 감사하러 옵니다.
U-건강센터는 이런 부분이 좋았습니다.
다양한 검사기재 (인바디, 골격근) 피검사(대사증후군) 검사 할 수 있어서 좋아요. 상담만사도 해주셨어요.
상담했던 선생님들에게 한 말씀 부탁드립니다~
항상 이 자리에 있어서주세요 감사합니다.

“U-건강센터 감사합니다”

이름 / 나이

오 서영 / 62세.

U-건강센터를 어떻게 방문하게 되었습니까?

중구 보건소에서 대사증후군 관리를 받던중 유산소 운동을 권하여서 혼자 하기가 망설여지던때 다산동 걷기 동호회를 보고 참여 하게 되었습니다.

처음 U-건강센터에 방문했을 때 저의 건강상태는...

체중, 비만도, 체지방량이 조금 높은 상태였습니다.
평균 상태는 표준이지만 당도는 경계상에 있었고 현재 고혈압, 협심증
플레스테를 약은 복용중입니다.

U-건강센터 이용 후 제 건강에 이러한 변화가 나타났습니다.

체중감소, 당도 혈당 감소, 근육량 상승 등 전반적으로 좋아졌습니다.
앞으로 꾸준한 관리만이 건강을 유지 시킬 수 있을 것
같습니다. 중성지방은 지속적으로 관리해야 할 것 같습니다.

U-건강센터는 이런 부분이 좋았습니다.

정기적인 병원 방문에도 정확한 나의 수치를 알지는 못하였
습니다. U-건강센터에서 정기적인 검사를 하면서 디어리
정보지를 모아 놓고 표 지속적인 비교를 하면 나의 건강을
잘 알 수 있을 것 같습니다.

상담했던 선생님들에게 한 말씀 부탁드립니다~

- 우현재 : 선생님 운동을 하면서 엄격하게 속도 조절해 주시고 식단관리등 많은 조언을 해 주셔서 감사 합니다.
- 김정희 : 간호사님 이 모임을 원활하게 잘 이끌어 주셔서 감사 합니다.
- 정현희 : 우리 모두에게 따뜻한 마음으로 보살펴 주시고 사전, 사후 검사 동호회 회원 모든 여러분 끝까지 함께 해 주셔서 감사하고 감사함
여기서 끝난것이 아니라 계속 이어지길 바랍니다.

「 청구 U-건강센터 이용 후기 」

이름 / 나이
김종순 / 87
U-건강센터를 어떻게 방문하게 되었습니까?
매월 첫째 주 금요일 방문간호사 건강상담 때 건강체크를 받았는데 방문간호사와 U-건강센터 간호사 소개로 알게 되어 이용하게 되었다.
처음 U-건강센터에 방문했을 때 저의 건강상태는...
혈당이 높고, 혈압은 약을 복용함에도 불구하고 너무 높은 상태였다. (BP 170/100)
U-건강센터 이용 후 제 건강에 이러한 변화가 나타났습니다.
상담 후 주 3회 U-건강센터에 방문하여 혈압, 혈당 측정하고 있으며 새 건강수첩에 기록하여 관리하고 있다. 국립중앙의료원 진료 후 혈압약 변경되어 혈압은 안정적으로 유지되고 있다. 혈당이 높아 혈당지수가 낮은 대체 식품 먹고 있으며, 운동 또한 실천 중이다.
U-건강센터는 이런 부분이 좋았습니다.
예전에는 한달에 한 번 이용할 수 있었는데, 이제는 상주하는 U-건강센터 간호사 덕분에 혈압, 혈당을 지속적으로 관리받을 수 있어 좋다.
상담했던 선생님들에게 한 말씀 부탁드립니다~
건강을 위한 식이, 운동 방법을 알려주고 그것들을 실천하고 있는지 신경써주어 좋다. 처음 왔는데도 얼굴과 이름을 기억해주고, 정형외과도 다니는데 세세한 부분까지 다 기억하고 챙겨줘서 감사하다.