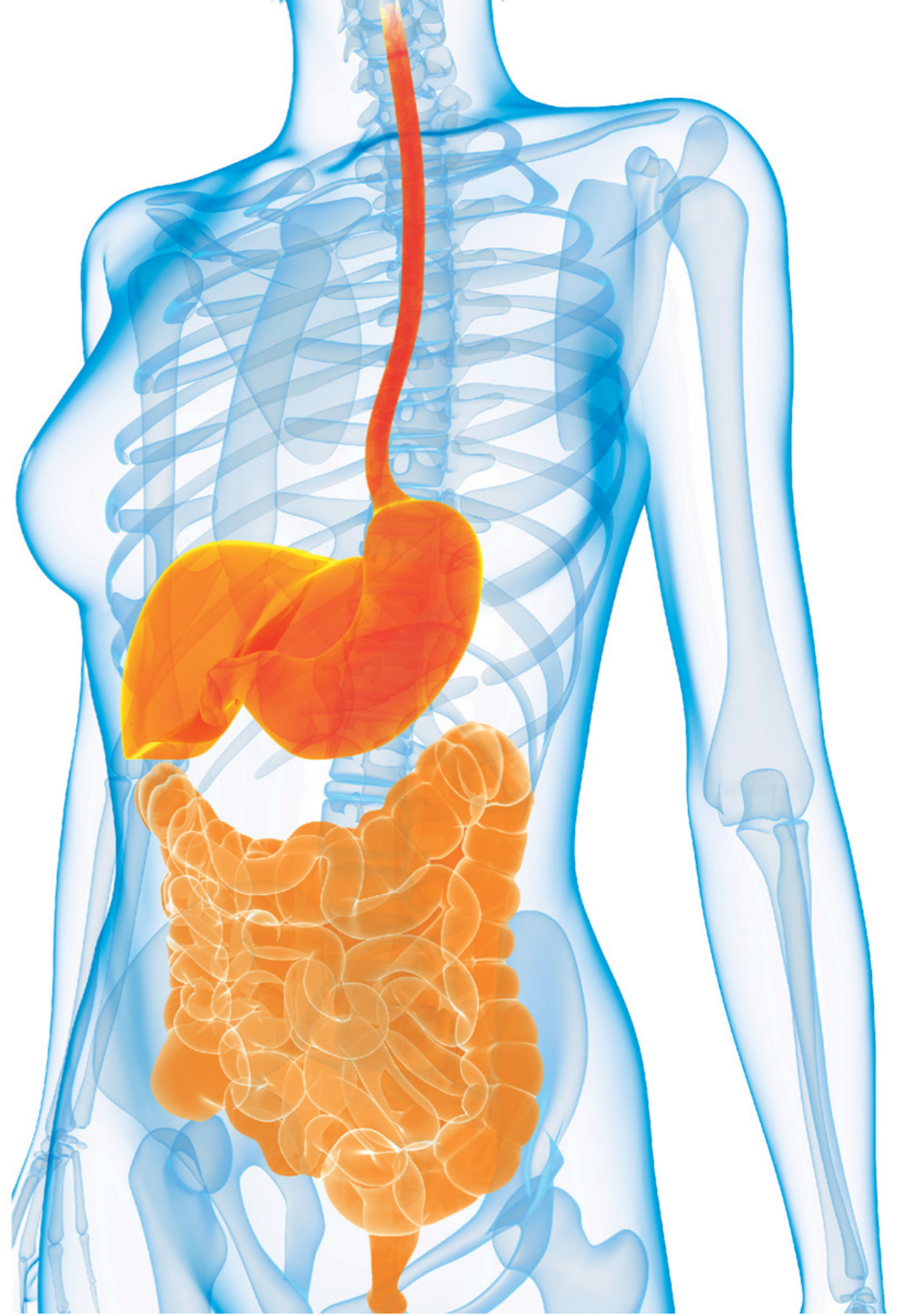


Gastrointestinal Hastalıklar ve Stres

Sağlığınız için biriken stresinize DUR deyin!

Son yıllarda, gastrointestinal hastalıklara sahip bireylerin, medikal tedavilerine ek olarak uygulanan destekleyici stres yönetimi egzersizlerinin, bu hastalıkların tedavisinde önemli etkileri olduğu, çeşitli bilimsel araştırmalarla gösterilmektedir. Zihin-beden etkileşimine odaklı bu tür stres yönetimi tekniklerinin özellikle huzursuz bağırsak sendromu gibi stres ile tetiklenen gastrointestinal hastalıklarda işlevsel olduğu ileri sürülmektedir. Gastrointestinal hastalıklar ile mücadelede birikmiş stresin rolüyle ilgili bilgileri paylaşmak ve sizleri stresinizi etkili biçimde yönetmenize yardımcı olacak zihin-beden teknikleri ile tanıştırmak amacıyla "Gastrointestinal Hastalıklar ve Stres Yönetimi" seminerimize davet ediyoruz.



Seminerlerimiz herkese açıktır ve ücretsiz olarak gerçekleştirilmektedir.

Yer: Başkent Üniversitesi Ankara Hastanesi
Hasan Telatar Konferans Salonu

Sunan: Prof. Dr. Nesrin Hisli Şahin

Seminer Tarihi: 31 Mayıs 2016 Salı, Saat: 13:00-15:00

İletişim Bilgileri: 0 312 246 66 66 / 2031-2224



Başkent Üniversitesi

Ankara Hastanesi

Stres Yönetimi Araştırma ve Uygulama Birimi

Hasan Telatar Konferans Salonu