

## **Акция «Узнай свое давление»**

Профилактическая акция по профилактике сердечно - сосудистых заболеваний в рамках тематического месячника была проведена 21 сентября в Доме ребенка.

По данным ВОЗ инфаркт миокарда и инсульт прочно занимают первое место среди заболеваний, приводящих к преждевременной смерти, которые можно было бы предотвратить.

В ходе мероприятия для сотрудников и посетителей Дома ребенка была организована возможность узнать свое артериальное давление и частоту пульса. Более 25 человек приняли участие в акции.

«Профилактика всегда носит комплексный характер. Она включает в себя рациональное питание, физическую активность, борьбу со стрессом, отказ от вредных привычек, регулярное медицинское обследование. При наличии выраженных предрасполагающих факторов к заболеваниям сердца необходимо применение мер вторичной профилактики. Среди них — снижение массы тела, нормализация уровня холестерина и сахара в крови, снижение давления, нормализация сердечного ритма.

Берегите себя, относитесь внимательно к своему здоровью и сердце скажет вам -спасибо!», - прокомментировала организатор акции, врач-педиатр Ляйсан Сагадеева.





КУ "Урайский специализированный Дом ребенка"

Акция "Измерь свое давление"