

29 сентября – Всемирный день сердца

Всемирный день сердца, отмечаемый ежегодно 29 сентября, впервые был организован в 1999 году по инициативе Всемирной федерации сердца. В 2018 году этот день проводится под девизом «Моё сердце, твоё сердце. Пообещай своему сердцу...».

Цель Всемирного дня сердца – повышение информированности населения планеты об опасности, которую несут сердечно-сосудистые заболевания, а также о важности профилактики заболеваний.

Нерациональное питание, низкая физическая активность, чрезмерное потребление алкоголя, стрессы и табакокурение являются ведущими причинами болезней сердца и сосудов. Всемирная организация здравоохранения заявляет, что 80% случаев преждевременной смерти от болезней системы кровообращения можно предотвратить, если устранить эти основные факторы риска.

В настоящее время сердечно-сосудистые заболевания являются главной причиной смерти в мире. В Пензенской области более половины случаев смерти приходится на болезни системы кровообращения (2017 г. – 51%).

Поскольку с возрастом риск болезней системы кровообращения повышается, необходимо проходить диспансерные осмотры для раннего выявления заболеваний и факторов риска их развития.