

29 сентября – Всемирный день сердца

Всемирный день сердца, отмечаемый ежегодно 29 сентября, впервые был организован в 1999 году по инициативе Всемирной федерации сердца. Эту акцию поддержали Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ), ЮНЕСКО и другие значимые организации. Цель этого дня — повысить осознание в обществе опасности, которая вызвана эпидемией сердечно-сосудистых заболеваний в мире.

Всемирный день сердца в 2017 году проводится под девизом «Сделай сердце сильным!».

В настоящее время сердечно-сосудистые заболевания являются главной причиной смерти в мире.

По результатам исследований Всемирной федерации сердца, 80% случаев преждевременной смерти от инфарктов и инсультов можно предотвратить, если держать под контролем основные факторы риска развития этих заболеваний:

- повышенное артериальное давление,
- повышенный уровень общего холестерина крови и его фракций,
- табакокурение,
- недостаточное потребление овощей и фруктов,
- избыточный вес,
- чрезмерное потребление алкоголя,
- малоподвижный образ жизни,
- стрессы.

Врачи рекомендуют регулярно проходить медицинские осмотры, диспансеризацию с целью выявления сердечно-сосудистых заболеваний и факторов, повышающих риск их развития на ранних стадиях.

В Пензенской области каждый четвертый житель страдает сердечно-сосудистыми заболеваниями. Под диспансерным наблюдением врачей находятся 190 тысяч пациентов.