****

**29 сентября – Всемирный День Сердца!**

Всемирный день сердца (World Heart Day), 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 Всемирного дня сердца — повысить осознание в обществе опасности, которая вызвана эпидемией сердечно-сосудистых заболеваний в мире, а также инициировать всеобъемлющие профилактические меры в отношении ишемической болезни и мозгового инсульта во всех группах населения. В настоящее время сердечно-сосудистые заболевания являются главной причиной смерти в мире: ежегодно они уносят более 17 миллионов человеческих жизней. По мнению 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
* табакокурение
* недостаточное потребление овощей и фруктов
* избыточный вес
* чрезмерное потребление алкоголя
* малоподвижный образ жизни
* стрессы

### Тема Всемирного дня сердца 2019 — ****МОЕ СЕРДЦЕ, ТВОЕ СЕРДЦЕ****

Это обращение к нам самим, близким нам людям и людям по всему миру. “Что я могу сделать прямо сейчас, чтобы позаботиться о своем сердце… и твоем сердце?”

Хотите определить свой риск развития сердечно сосудистых осложнений?

Приходите в отделение медицинской профилактики ГУЗ «ЛГП №1»!

Мы не только рассчитаем Ваш сердечно сосудистый риск, но и расскажем, как помочь Вашему сердцу!

Фельдшер отделения медицинской профилактики Ю.А.Шидловская.