



МОЁ СЕРДЦЕ, ТВОЁ СЕРДЦЕ

Пресс – релиз

29 сентября – Всемирный день сердца

В 2018 году темой Всемирного дня сердца выбран призыв: **«Моё сердце, твоё сердце. Пообещай своему сердцу...».**

Болезни системы кровообращения (БСК) остаются основной причиной смерти в мире: они ежегодно уносят 17,5 миллиона человеческих жизней, и, если не принять меры, это число к 2030 году будет составлять 23 миллиона человек.

Показатель смертности населения России от болезней системы кровообращения на июль 2018 года составил 601,4 (на аналогичный период 2017 года — 602,4) на 100 тыс. человек, и на эту причину смерти приходится 47% от всех случаев смерти. Всего болезнями сердца и сосудов в России страдают более 24 миллионов человек.

Основное внимание в этом году уделяется таким факторам риска развития сердечно-сосудистых заболеваний, как **курение, низкая физическая активность и нерациональное питание**. ВОЗ заявляет, что 80% случаев преждевременной смерти от БСК можно было бы избежать, устранив эти основные факторы риска.

Регулярная диспансеризация позволяет выявить факторы риска БСК — наиболее распространенных причин инвалидности и преждевременной смерти населения. К факторам риска этих болезней относятся

- ❖ **повышенное артериальное давление**
- ❖ **повышенный уровень холестерина**
- ❖ **курение**
- ❖ **нерациональное питание**
- ❖ **ожирение**
- ❖ **чрезмерное потребление алкоголя**
- ❖ **низкая физическая активность.**

Будьте здоровы!
Берегите свое сердце!

