

TISKOVÁ ZPRÁVA NEMOCNICE ŠUMPERK

3. září 2018

## **Víte, co vše můžete udělat pro své srdce? Zdravotníci šumperské nemocnice vám to ve čtvrtek prozradí na šumperském „Točáku“**

**Přijďte ve čtvrtek 6. září na šumperský „Točák“ zjistit, co můžete udělat pro zdraví svého srdce. Nemocnice Šumperk pro veřejnost připravila ve spolupráci s řadou dalších organizací preventivní akci „Den srdce“, na které se lidé dozvědí, co vše mohou udělat pro své srdce, aby jim sloužilo co nejdéle. Kromě toho budou mít možnost vyzkoušet si i správný nácvik první pomoci. Zdravotníci budou lidem k dispozici od 11.00 do 15.00 hodin.**

Nemocnice chce plánovanou akcí vzbudit větší povědomí o srdečních chorobách. Bohužel se Česká republika trvale umísťuje na předních příčkách v počtu výskytu srdečních infarktů. Lidé by si prostřednictvím plánované osvěty měli uvědomit, že i oni sami mohou pravděpodobnost výskytu srdečních chorob snížit o ohledem na svou životosprávu.

V rámci „Dne srdce“ tak nemocnice nabídne bohatý program. *„Nebude chybět například bezplatné měření krevního tlaku. Nabídneme také rady v oblasti výživy, zdravého jídelníčku, správné životosprávy i zdravého pohybu. Zkrátka poradíme, co vše udělat pro to, aby naše srdce fungovalo dobře co nejdéle,“* **přibližuje náplň akce hlavní sestra Nemocnice Šumperk Mgr. Monika Žaitliková.**

Během akce si budou moci lidé vyzkoušet i nácvik správného poskytnutí první pomoci a nebude chybět ani ukázka automatizovaných externích defibrilátorů. Veřejnost bude mít také prostřednictvím soutěží a kvízových otázek možnost zjistit o srdci mnoho zajímavých informací. (Například, že srdce váží 300 gramů a denně jím proteče asi 8 litrů krve).

Akci pořádá Nemocnice Šumperk ve spolupráci s Městem Šumperk, se spolkem Bezpečný Šumperk, Střední zdravotnickou školou Šumperk, a Hasičským záchranným sborem Olomouckého kraje.

---

FOTO: Vysoký krevní tlak je významným rizikovým faktorem vzniku kardiovaskulárních onemocnění. Vyšetření proto nebude chybět ani na Dni srdce. Foto: Milan Jeřábek pro Nemocnici Šumperk.