

TISKOVÁ ZPRÁVA NEMOCNICE ŠUMPERK
11. září 2019

Jak na zdravé srdce? Na „Točáku“ lidem ve středu poradí zdravotníci z šumperské nemocnice

Přijďte ve středu 18. 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.

V rámci „Dne srdce“ nabídne šumperská nemocnice opravdu bohatý program. „*Nebude chybět například bezplatné měření hladiny cholesterolu v krvi 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.

Nemocnice chce plánovanou akcí vzbudit větší povědomí o srdečních chorobách. Česká republika se totiž trvale umísťuje na předních příčkách v počtu výskytu srdečních infarktů. „*Chceme, aby si lidé uvědomili, že musí začít sami u sebe. Riziko vzniku infarktu totiž mohou nejvíc ovlivnit právě oni sami,*“ dodává hlavní sestra s tím, že lidé často nemají ani povědomí, že třeba trpí nějakou z kardiovaskulárních nemocí, protože neznají její příznaky. Nemají proto potřebu měnit životní styl ani omezit kouření.

Během akce si budou moci lidé vyzkoušet i nácvik kardiopulmonální resuscitace a nebude chybět ani ukázka automatizovaných externích defibrilátorů. Zdravotníci také poradí, jak správně využívat hole při chůzi zvané jako nordic walking. Děti i dospělí budou mít také prostřednictvím soutěží a kvízových otázek možnost zjistit o srdci mnoho zajímavých informací.

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

FOTO: Na akci zdravotníci ukážou, jak správně poskytnout kardiopulmonální resuscitaci. Archiv Nemocnice Šumperk

