

Svjetski dan srca



Srčanožilne bolesti (SŽB), uključujući bolesti srca i moždani udar, prerano odnose živote. Naime, svake godine prouzroče 17,3 milijuna smrti, a taj broj je i dalje u porastu. Očekuje se da će 2030. 23 milijuna ljudi godišnje umirati od SŽB – to je više od broja stanovnika Australije!

Mit je da bolesti srca i moždani udar pogađaju samo starije, muškarce i bogate populacije. SŽB pogađaju jednak broj žena kao i muškaraca, no rizik u žena je ozbiljno potcijenjen. Zapravo je bolest srca ubojica žena broj jedan te uzrokuje jednu od tri smrti žena; strašna je spoznaja da to znači jednu smrt svake minute! Od ključne je važnosti da žene spoznaju svoj rizik SŽB i poduzmu korake da zaštite sebe i svoju obitelj! Djeca su također podložna SŽB: rizik SŽB može početi prije rođenja, za vrijeme razvoja ploda i dalje se povećavati tijekom djetinjstva zbog nezdrave prehrane, nedostatka tjelovježbe i zbog pušenja.

Djeca bi mogla trpjeti dvostruko breme bolesti srca i moždanog udara. Možda će se morati suočiti s emocionalnim posljedicama kada se osoba koju vole razboli, no također i sama nose rizik oboljevanja od bolesti srca i moždanog udara.

Suvremeno društvo može djecu izložiti čimbenicima rizika poput dijeta s premalo kalorija ili bogatih „lošim“ mastima i šećerima; aktivnostima poput računalnih igara koje odvrću od tjelesne aktivnosti; u nekim zemljama oglašavanja duhanskih proizvoda koje potiče pušenje ili okoline pune duhanskoga dima.

Žene moraju poduzeti korake i usvojiti ponašanje zdravo za srce ne samo da bi umanjile vlastiti rizik SŽB, već i radi dobrobiti svoje djece.

Uključite se

Obilježite Svjetski dan srca **29. rujna 2012.** Aktivnosti će organizirati članovi i partneri Svjetske kardiološke federacije diljem svijeta, a uključit će javne tribine i preventivne preglede, šetnje i utrke, koncerte, sportske događaje i još mnogo toga.

Nadamo se da će Vam ovaj letak dati neke ideje za početak aktivnosti zdravih za srce: za ostale posjetite:

www.worldheartday.org

f pridružite nam se na:

www.facebook.com/worldheartday

t pratite nas na:

[www.twitter.com/worldheartfed#worldheartday](https://twitter.com/worldheartfed#worldheartday)



**WORLD
HEART DAY**

O Svjetskoj kardiološkoj federaciji

Svjetska kardiološka federacija na čelu je svjetske borbe protiv bolesti srca i moždanog udara preko ujedinjene zajednice od 200 organizacija koja povezuje kardiološka društva i zaklade u više od 100 zemalja. Kroz zajedničke napore, pomažemo ljudima diljem svijeta da žive dulje, bolje i zdravije.



**Jedan svijet,
Jedan dom,
Jedno srce.**

Subota 29. rujna 2012.



**WORLD HEART
FEDERATION®**

OBJEDINJUJE SVJETSKE NAPORE
U BORBI PROTIV BOLESTI SRCA I
MOŽDANOG UDARA

