

SVJETSKI DAN HIPERTENZIJE 2019

Ulovite tihog ubojicu!

POVIŠEN KRVNI TLAK (arterijska hipertenzija) **JE UBOJICA BROJ 1**
i godišnje u cijelom svijetu
ODNOSI VIŠE ŽIVOTA
NEGO ŠEĆERNA BOLEST, POVIŠENE MASNOĆE I DEBLJINA ZAJEDNO !!!

Ova podmukla bolest naziva se tihi ubojica i svaki pojedinac morao bi znati vrijednosti svoga krvnog tlaka.

Moto ovogodišnjega obilježavanja borbe protiv hipertenzije Europskoga i Hrvatskoga društva za hipertenziju su:

SAZNAJTE SVOJE BROJEVE. SAČUVAJTE SVOJ ŽIVOT.
NEKA VAM TLAK BUDE < 140/90 mmHg.

Prošle godine Hrvatsko društvo za hipertenziju u suradnji s drugim stručnim društvima i Hrvatskim zavodom za javno zdravstvo uz podršku Ministarstva zdravstva Republike Hrvatske pokrenulo je program prevencije arterijske hipertenzije i poboljšanja liječenja hipertenzije pod naslovom

HIPERTENZIJA NA PRVOM MJESTU

Više o programu možete pročitati na <http://hdh.hr/15145-2/>

1.SMANJITI PREKOMJERAN UNOS SOLI

2.POVEĆATI TJELESNU AKTIVNOST

3.POSTIĆI I ODRŽATI NORMALNU TJELESNU TEŽINU

To su tri ključna i prva tri koraka u prevenciji i poboljšanju liječenja odnosno u

LOVU NA TIHOG UBOJICU

Povodom obilježavanja borbe protiv hipertenzije Hrvatsko društvo za hipertenziju i ove godine organizira nekoliko zbivanja a ovim putem upućujemo

POZIV NA MJERENJA

Dođite 16. svibnja od 12 do 15 sati na Cvjetni trg u Zagrebu i saznajte svoje brojeve – izmjerit ćemo Vam tlak, izvagati Vas, izmjeriti opseg struka, odrediti šećer u krvi i odrediti jeste li u riziku od hipertenzije.

Napravite prvi korak da ulovite tihog ubojicu!