

27 сентября горожанам измерят артериальное давление в торговых центрах Екатеринбурга

В рамках Недели общественного здоровья на Урале, которая проводится в регионе с 24 по 27 сентября, пройдет городская **профилактическая акция «Узнай свое давление – прояви заботу о сердце»**.

Мероприятие пройдет 27 сентября (пятница) с 17 до 19 часов в торговых центрах во всех районах Екатеринбурга. Участники получают памятки о том, как правильно измерять артериальное давление и вести дневник, рекомендации по улучшению своего здоровья.



«Долгое время гипертония может никак себя не проявлять. Именно поэтому большинство людей, имеющих повышенные показатели, не знают о проблеме и не предпринимают действий по снижению давления. Городской центр медицинской профилактики ежегодно проводит акции по профилактике сердечно-сосудистых заболеваний. Более чем у 40% участников обнаруживается повышенное артериальное давление», – сообщил начальник Управления здравоохранения Администрации города Екатеринбурга Денис Демидов.

Чем выше кровяное давление, тем выше риск повреждения сердца или кровеносных сосудов в основных органах.

Среди способов лечения и профилактики артериальной гипертензии врачи рекомендуют соблюдать рекомендации по поддержанию здорового образа или изменению образа жизни и питания; ежедневно контролировать уровень артериального давления и знать уровень глюкозы и холестерина в крови; регулярно консультироваться с кардиологом и принимать назначенные им препараты.

Начните проводить ежедневный контроль давления, записывайте результаты в одно и то же время, желательно утром и вечером.

Артериальное давление должно составлять менее 140/90 мм.рт.ст.

Если давление поднимается выше нормы, необходимо обратиться к врачу, чтобы вовремя принять меры.

** Впервые акция «Узнай свое давление, прояви заботу о сердце» прошла в Екатеринбурге в 2015 году. С того момента ее участниками стали более 47 000 человек. Проведение акции позволило повысить выявляемость артериальной гипертензии у населения на 75%.*

Список ТРЦ-участников акции:

Алатырь, Малышева, 5
Мегаполис, 8 марта, 149
Радуга Парк, Репина, 94
КомсоМолл, Сибирский тракт дублер, 2
Пассаж, Вайнера, 9
Карнавал, Халтурина, 55
Глобус, Щербакова, 4
Омега, Космонавтов, 41
Белка маркет, Космонавтов, 86
Парк Хаус, Сулимова 50
СитиЦентр, Проспект Ленина, 50