

## 29 сентября – Всемирный день сердца и неделя профилактики сердечно-сосудистых заболеваний



Этот праздник проводится по инициативе Всемирной федерации сердца в партнерстве с ВОЗ, ЮНЕСКО и при поддержке других Международных Организаций, начиная с 1999 года.



28 сентября в честь Всемирного дня сердца в МБОУ СОШ №56 прошла акция под девизом «Сделай сердце сильным!». Студенты волонтеры медицины организовали просмотр видеоролика об опасности распространения сердечно-сосудистых заболеваний. Была представлена информация о причинах и факторах риска заболеваний сердца и проведена беседа о правильном питании, пользе физических нагрузок и методах профилактики заболеваний в детском возрасте. Студенты также научили школьников самостоятельно контролировать свой пульс и всем желающим измерили артериальное давление.



В любом возрасте полноценная жизнь человека невозможна без Здорового Сердца. Истоки Здорового Сердца каждого человека берут своё начало в детстве. Поэтому профилактику следует начинать с самого детства. И помимо здорового образа жизни, в современном обществе необходимо развивать и культуру здоровья, которая включает и регулярное медицинское наблюдение для раннего выявления заболеваний и факторов риска их развития, и отказ от вредных привычек, и навыки борьбы со стрессом, и приемы сохранения здоровья.



Преподаватель педиатрии  
Савоськина И.М.