



## *Вместе против инсульта и инфаркта!*

18.02.19г. и 22.02.19г. в педагогических коллективах МБОУ СОШ №3 МБОУ «Лицей №1 им. Н.К.Крупской» проведены информационно – профилактические мероприятия, посвященные профилактике инсульта.

Педагоги пополнили свои знания о таких заболеваниях, как гипертоническая болезнь, которая в настоящее время принимает характер эпидемии. Однако, нужно помнить о самом грозном ее осложнении – инсульте!

В мире ежегодно случается 15 млн. инсультов. Из них 12,7 млн. происходит по причине высокого артериального давления! Из 1000 выживших 800 человек становятся инвалидами. Помните: гипертоническая болезнь – это хроническое заболевание сердечно – сосудистой системы, требующее постоянного контроля за артериальным давлением и своевременного лечения.

- Все участники мероприятия получили информационно – просветительские материалы;
- узнали свое артериальное давление, как правильно его измерить;
- что такое «Индекс массы тела» и как его правильно определить;
- как снизить массу тела;
- как своевременно определить инсульт;
- приглашение на консультацию к терапевту лиц с повышенным артериальным давлением
- был показан видеофильм «Профилактика инсульта. Факторы риска. Берегите сердце».





*Здоровье в порядке – спасибо зарядке!*





*БУЗ УР «Камбарская РБ МЗ УР»*