



DCM ZDRAVLJA ZAGREB-ZAPAD  
Prilaz baruna Filipovića 11

## Obilježavanje dana srca 29.09.2017.

# podijelite energiju



**Svjetski  
dan srca**

ZDRAVLJE U SRCU



**WORLD HEART  
FEDERATION®**

**29. rujna 2017.**

Srčanožilne bolesti (SŽB), koje uključuju bolesti srca i moždani udar, prve su na listi bolesti sa smrtnim ishodom. Svake godine one su odgovorne za 17,5 milijuna preranih smrtnih slučajeva, a očekuje se da će do 2030. njihov broj narasti na 23 milijuna.

No dobra je vijest da se većina SŽB može prevenirati poduzimanjem jednostavnih svakodnevnih promjena;

- Održavanje fizičke aktivnosti može Vam pomoći kod smanjenja rizika od bolesti srca i očuvanja dobrog raspoloženja
- Odgovarajuća prehrana i piće daje Vašem srcu gorivo koje mu je potrebno vaš život
- Prestanak pušenja jedna je od najboljih stvari koju možete učiniti za svoje zdravlje
- Pratite vrijednosti krvnog tlaka, šećera, kolesterola i indeksa tjelesne mase, redovito uzimajte ordiniranu terapiju
- Redovito posjećujte svog liječnika, razgovarajte o Vašim kardiovaskularnim rizicima

**Budite svjesni svojih rizika, svoje strahove podijelite sa nama!**

**Dođite, čekaju Vas,**

**Vaši liječnici, medicinske sestre i fizioterapeuti**

**26.09.2017. od 8.00 - 10.00 sati - dođite u prostore patronaže**

**29.09.2017. od 8.00 - 19.00 sati - dođite svom fizijatru i fizioterapeutu,**

**Pr. b. Filipovića 11, Vrabečak 4., Baštijanova 52.**