



**Magiczny
Kraków**

„Ciśnienie na Życie” odwiedzi Kraków!

2015-09-30

Już 5 i 6 października w Krakowie w mobilnym centrum badań „Ciśnienie na Życie”, będzie można bezpłatnie zmierzyć ciśnienie tętnicze krwi, oznaczyć poziom cholesterolu oraz zbadać wiek serca. Na wszystkich chętnych w godzinach 10:00 - 18:00 będzie czekać wykwalifikowany personel medyczny, który dokona pomiarów i udzieli porad z zakresu chorób układu krążenia. Kraków to już 45. miasto na tegorocznej trasie kampanii „Ciśnienie na Życie”.

Pomiary ciśnienia, cholesterolu oraz wieku serca będą odbywać się w specjalnie przystosowanym busie kampanii „Ciśnienie na Życie” na Placu Szczepańskim. Z bezpłatnych badań będzie można skorzystać 5 i 6 października (poniedziałek, wtorek) w godzinach 10:00 - 18:00. O udziale w badaniach decyduje kolejność zgłoszeń, zapisy na badania nie są prowadzone.

Wiek serca pomaga określić innowacyjna aplikacja, przygotowana specjalnie na potrzeby kampanii, która pozwala stwierdzić, czy u pacjenta istnieje zwiększone ryzyko zachorowania na zawał serca lub udar mózgu. Występuje ono wtedy, gdy obliczony wiek serca jest wyższy od wieku metrykalnego. Dobra wiadomość – wiek serca można obniżyć! Może to uczynić każdy, kto zmieni styl życia na bardziej zdrowy oraz w razie potrzeby będzie skutecznie leczył nadciśnienie tętnicze, cukrzycę czy hipercholesterolemię. Obniżeniu wieku serca sprzyja pozbycie się otyłości poprzez stosowanie zdrowej diety i zwiększenie aktywności fizycznej oraz rzucenie palenia.

Osoby, u których występują czynniki ryzyka powinny regularnie konsultować swój stan zdrowia z lekarzem. Dlatego też na terenie całej Polski powstaną Centra Obniżania Wieków Serca, w których będzie można uzyskać porady na temat poprawy stylu życia oraz otrzymać materiały informacyjne przygotowane przez ekspertów kampanii „Ciśnienie na Życie”.

Kolejną nowością w tegorocznej odsłonie kampanii jest konkurs „Najmłodsze serce” – dodatkowa motywacja dla pacjentów do wprowadzenia prozdrowotnych zmian w życiu. Aby wziąć udział w konkursie, wystarczy przesłać kupon dostępny w busie „Ciśnienia na Życie” uzupełniony pieczętkami od lekarza potwierdzającymi regularne wizyty kontrolne oraz odpowiedzieć na pytanie „W jaki sposób staram się obniżyć wiek mojego serca?”. Kupon zostanie wręczony pacjentom, którzy mają podwyższone ciśnienie, cholesterol lub wiek serca odpowiednio wyższy od metrykalnego. Na uczestników konkursu czekają atrakcyjne nagrody.

Więcej informacji na temat kampanii „Ciśnienie na Życie” znajduje się na stronie www.cisnienienazycie.pl.