

One World, One Home, One Heart.



29 September 2011



World Heart Day 29 September 2011



One World, One Home, One Heart.



Ove godine Svetski dan srca se obeležava u četvrtak, 29. septembra 2011. godine, pod sloganom „**Jedan svet, jedan dom, jedno srce**”.

Cilj je povećanje nivoa svesti stanovništva o tome da se oboljevanje i umiranje od kardiovaskularnih bolesti može sprečiti uvođenjem zdravih stilova života i na taj način produžiti produktivne godine života radno aktivnog stanovništva, smanjiti troškovi lečenja i ekonomske posledice.

Svake godine u svetu od bolesti srca i krvnih sudova mozga umire 17,1 miliona ljudi, što stavlja ovaj uzrok smrti na vodeće mesto. Svetski dan srca je ustanovljen kako bi se povećalo znanje o rizicima i unapredile mere prevencije. Svetska federacija za srce, zajedno sa svojim članicama, ističe da se 80% prevremene smrtnosti usled bolesti srca i moždanog udara može sprečiti kontrolom nekoliko značajnih faktora rizika, u koje spadaju pušenje cigareta,

neppravilna ishrana i fizička neaktivnost.

Kardiovaskularna oboljenja izazivaju 29% svih smrtnih slučajeva u svetu, što ih čini „svetskim ubicom broj jedan“.

Svaki pojedinac može da smanji opterećenost svetske populacije kardiovaskularnim bolestima, učenjem o faktorima rizika i preduzimanjem koraka od vitalnog značaja za smanjenje svog rizika i rizika svoje porodice.

Centar porodičnih aktivnosti i ključna tačka u životu svih ljudi je njihov dom, savršeno mesto za početak preduzimanja aktivnosti da se poboljša zdravlje srca. Zato se ove godine, povodom Svetskog dana srca, Svetska federacija za srce i njeni članovi fokusiraju na domaćinstvo. Unapređujući ponašanja u sopstvenom domu, ljudi širom sveta mogu imati duži i bolji život, kroz prevenciju i kontrolu bolesti srca i moždanog udara.

Faktori rizika za nastanak kardiovaskularnih bolesti:

1. Visok krvni pritisak,
2. Prekomerna telesna masa,
3. Visok holesterol,
4. Upotreba duvanskih proizvoda,
5. Nedostatak fizičke aktivnosti,
6. Šećerna bolest.