



КАРДИОГВАРДИЯ

Волонтерское движение Ивановской области

Иваново, пр. Шереметевский, 22
ОБУЗ «Кардиологический диспансер»
тел. (4932) 32-57-11

<http://www.cardio.lpu37.ru>

Иваново, пр. Шереметевский, 8

ГБОУ ВПО «Ивановская государственная медицинская академия»

<http://www.isma.ivanovo.ru>

ПРЕСС-РЕЛИЗ

С гипертонией боремся вместе!

В субботу, 16 мая, на площадке у библиотеки химико-технологического университета, было особеннолюдно. Здесь проходила акция «Победим гипертонию, или 3000 шагов к здоровью», посвященная Всемирному дню борьбы с артериальной гипертонией. Ее организаторы – областной кардиодиспансер и волонтерский отряд «Кардиогвардия».

Измерить свое давление, посоветоваться с врачом, больше узнать о том, как бороться с гипертонической болезнью, которая, к сожалению, находит сегодня широкое распространение среди населения, пришли десятки ивановцев. Кардиогвардейцы, будущие врачи, быстро и грамотно обслуживали всех желающих – измеряя давление, они учили, как это правильно делать, какие условия надо соблюдать, чтобы полученные цифры были наиболее достоверными.

Здесь же участникам акции была предложена фитнес-разминка - упражнения на степ-платформе, а несколько групп, измерив свое давление, отправились на «прогулку с доктором». Выполнив определенную программу, по возвращении они вновь проверили артериальное давление, при этом каждый из них сделал для себя вывод, какая нагрузка ему по силам, как она влияет на собственное самочувствие и состояние организма.

Кардиогвардейцы раздавали ивановцам рекламные листовки, памятки о правилах измерения артериального давления. Люди пожилого возраста обращались непосредственно к врачу-кардиологу за советами, задавали вопросы, на которые тут же получали ответы. Сотрудники кардиодиспансера старались убедить людей в необходимости установить строгий самоконтроль за своим артериальным давлением, вести по возможности дневник, быть более активными физически, отказаться от вредных привычек.

Участники акции приветствовали проводимое мероприятие. «Скажу прямо, не всегда слежу за своим давлением, да и с аппаратом не очень умею обращаться, - высказала свое мнение жительница города, пенсионерка Татьяна Боровкова. - То, что мы сегодня увидели и услышали, считаю нужным и полезным. Хотелось бы поблагодарить организаторов акции за заботу о людях, об их здоровье, пожелать, чтобы такие мероприятия проходили как можно чаще».

Любое заболевание можно предупредить, если его вовремя заметить. Кардиологи уверены, профилактическая работа с людьми – верный путь к оздоровлению населения, увеличению продолжительности жизни в регионе.

Пресс-служба ВД «Кардиогвардия»

cardioguard@mail.ru

17 мая 2015 года
