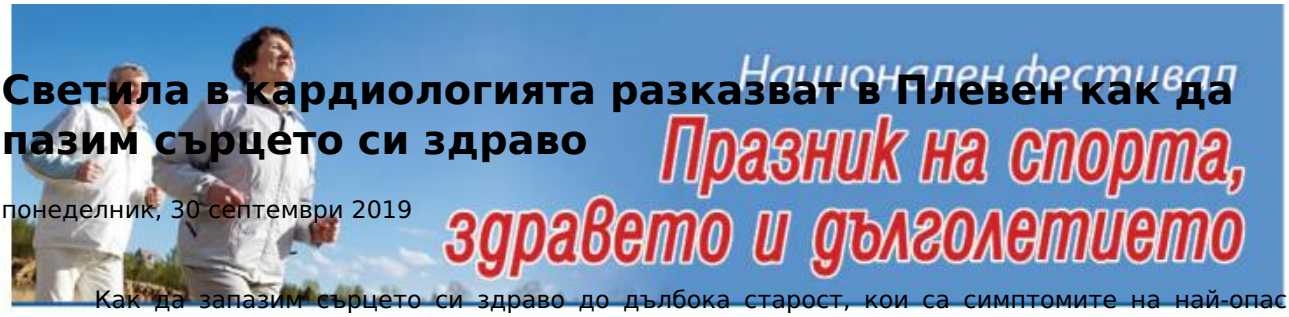
Светила в кардиологията разказват в Плевен как да пазим сърцето си здраво

понеделник, 30 септември 2019



Как да запазим сърцето си здраво до дълбока старост, кои са симптомите на най-опасните сърдечно-съдови заболявания, кога да посетим кардиолог – всичко това ще разкажат в Плевен едни от най-известните български кардиолози. Те участват в Националния фестивал на спорта, здравето и дълголетието, който ще се проведе в Плевен на 3 октомври, четвъртък. Фестивалът започва със здравен панел, посветен на сърдечно-съдовите заболявания.

Панелът ще се проведе от 10.00 до 11.30 ч. в залата на Военния клуб**,** като в него ще вземат участие: проф. д-р Арман Постаджиян, председател на Българска лига по хипертония, началник кардиологично отделение в УМБАЛ „Св. Анна" - София, проф. д-р Снежана Тишева, началник Клиника по кардиология и ревматология в МУ Плевен и доц. д-р Надя Станчева от Клиника по кардиология към МУ Плевен. Ще бъде представена информация как да се предпазим от най-честите сърдечно-съдови заболявания, на какви оплаквания да обръщаме внимание. Ще има демонстрации за правилно измерване на кръвно налягане и физически упражнения, подходящи за всеки.

Входът е свободен.

Организатор на Националния фестивал на спорта, здравето и дълголетието е Българската асоциация „Спорт за всички". Проявата е под патронажа на Министерството на младежта и спорта и Община Плевен. Организатори на здравния панел са Българска лига по хипертония и Институтът за здравно образование.

ПРОГРАМА

10.00 ч. Официално **откриване** на проявата
10.10 ч. Изпълнение на ученици от **СОУ „Г. Бенковски"** гр. Плевен
10.15 ч. Здравен панел **"Да пазим сърцето си здраво"**, организиран от Българска лига по хипертония и Института за здравно образование.

Теми:

1. Основни сърдечно-съдови заболявания - как да ги разпознаем, предпазим и лекуваме
2. Здраво ли е моето сърце? Кога да посетим кардиолог?
3. Измерване на кръвно налягане - защо е важно и как да го правим.
4. Упражнения за добра физическа активност и тонус
5. Да бъдем посланици за здраво сърце - как да обучим и предпазим нашите близки

Участници:

1. *Проф. д-р Арман Постаджиян*, дм, председател на Българска лига по хипертония, Началник кардиологично отделение, УМБАЛ „Св. Анна", гр. София
2. *Проф. д-р Снежана Тишева*, дмн, ръководител катедра „Кардиология, пулмология и ендокринология" МУ-Плевен
3. *Доц. д-р Надя Станчева*, катедра „ Кардиология, Пулмология и Ендокринология" МУ-Плевен
4. *Христофор Христов*, председател на Пациентска организация и експерт по активно здраве

Модератор:

Юлия Андреева, Институт за здравно образование

11.30 ч. Изпълнение на гимнастически композиции с музикален съпровод на спортните клубове **„Здраве и активно дълголетие"** от страната
12.00 ч. Танцов състав
Закриване