

Всемирный день сердца, согласно истории, проводится по инициативе Всемирной федерации сердца при поддержке Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ) с 2000 года, а первые массовые мероприятия по привлечению внимания общественности к здоровью сердечно-сосудистой системы прошли 26 сентября 1999 года. Теперь это событие ежегодного характера, которое до 2011 отмечалось в последнее воскресенье сентября.

С 2011 года дата была зафиксирована на конкретное число. Сейчас Всемирный день сердца отмечают ежегодно 29 сентября. Главной целью этого международного дня является повышение осведомленности населения о проблемах болезней сердца, правильном образе жизни для их предупреждения.

Девиз Всемирного дня сердца 2019 года – «Сердце для жизни». Под таким же лозунгом работает Всемирная федерация сердца.

В организме достаточно парных органов и лишь сердце в одиночестве. «Берегите сердце!».

Сердце наряду с мозгом является одним из самых важных органов. Его также называют «природным мотором», от которого зависит состояние всего организма в целом. В течение жизни (70-80 лет) человеческое сердце способно заполнить около 3500 стандартных железнодорожных цистерн. За 70 лет жизни сердце человека сокращается более 2 500 000 000 раз. С каждым сокращением сердце выталкивает в артерии 70-80 мл крови.

По последним данным, ежегодно в мире от сердечных заболеваний умирает более 15 миллионов человек. К факторам риска возникновения сердечно-сосудистых заболеваний относятся прежде всего повышенное кровяное давление, высокий уровень холестерина и глюкозы в крови, курение, употребление спиртных напитков, недостаточное потребление овощей и фруктов, лишний вес и гиподинамия.

В группе риска находятся пожилые люди, мужчины от 35 лет, а также женщины, у которых наступила менопауза. В последнее время сердечно-сосудистые заболевания все чаще поражают молодых людей, хотя раньше они были свойственны более старшему поколению.

