

Zadbaj o swoje serce. Od zaraz

PROFILAKTYKA ZDROWOTNA W niedzielę na Starym Rynku będzie można za darmo sprawdzić w mobilnej poradni czy zagrażają nam choroby układu krążenia.



FOT. JAROSŁAW PRUSS

Ambasadorem akcji jest aktor Piotr Polk. Na zdjęciu z prof. Władysławem Sinkiewiczem.

W specjalnym pojeździe, osoby chętne bezpłatnie zbadają ciśnienie tętnicze, stężenie glukozy i cholesterolu, EKG serca oraz sprawdzą masę ciała (pomiar wskaźnika BMI).

Jeśli wyniki okażą się nieprawidłowe, uczestnikom akcji zapewniona zostanie konsultacja kardiologiczna. Do mobilnej

poradni na Starym Rynku można będzie zgłaszać się w godz. od 10 do 18.

To już 11 edycja akcji profilaktyczno-edukacyjnej „Serwier dla Serca”. W Polsce problem niewydolności dotyka prawie miliona osób. To najczęstsza przyczyna hospitalizacji po 65. roku życia. Rocznie, z jej powodu umiera 60 tys. Po-

laków (ponad połowa w ciągu pięciu lat od rozpoznania).

Jak wskazuje prof. Władysław Sinkiewicz, kierownik kliniki kardiologii w szpitalu im. Bizziela, wielu Polaków ma zaawansowaną chorobę mimo młodego wieku. Dlatego tak ważne są: profilaktyka, odpowiedni styl życia i samo-kontrola.

(MP)

Serce bez auta

W niedzielę na Starym Rynku lekarze za darmo zbadają bydgoszczan, a zdrowy tryb życia będzie promował rajd ulicami miasta. To jednocześnie obchody Dnia Serca i Dnia bez Samochodu.

Na niewydolność serca cierpi milion Polaków. Przyczyny: nadciśnienie, otyłość, brak aktywności fizycznej, palenie papierosów. Prof. Władysław Sinkiewicz, kardiolog ze szpitala im. Bizuela, alarmuje, że połowa pacjentów umiera w ciągu czterech lat od wykrycia choroby. - Ważna jest profilaktyka - mówi. I kolejny raz współorganizuje Światowy Dzień Serca.

Rusza o godz. 10 w niedzielę. Do 18 na Starym Rynku będzie czynna Mobilna Kardiologiczna Poradnia Servier. Każdy może w niej zmierzyć ciśnienie, stężenie glukozy, hemoglobiny i cholesterolu oraz zrobić EKG. I skonsultować z kardiologiem. Badania i porady są bezpłatne.

Ze Starego Rynku wyruszy też rajd rowerowy ulicami Bydgoszczy (ok. 15 km), który zakończy się na Wyspie Młyńskiej. Wśród uczestników będą rozlosowane atrakcyjne nagrody (m.in. rowery). Początek rajdu o godz. 11.30.

Tegoroczny Światowy Dzień Serca jest połączony z obchodami Europejskiego Dnia bez Samochodu.

Na Wyspie po rajdzie czeka na bydgoszczan wiele atrakcji - bezpłatne rejsy tramwajem wodnym, parady tramwajów i autobusów, znakowanie rowerów, przejazd rowerami niekonwencjonalnymi i rikszami, zajęcia w furgonie policyjnym, stoisko prewencyjne, a także gry i zabawy dla dzieci. ● AL

Rowerem po zdrowie

Piotr Polk zaprasza bydgoszczan do wspólnej troski o serce

PATRYCJA MACHCIŃSKA

Już w niedzielę na Starym Rynku odbędzie się XI edycja ogólnopolskiej akcji profilaktyczno-edukacyjnej pod hasłem „Niewydolność serca. Czasem wolniej znaczy efektywniej...”. Warto przyjść i zadbać o siebie.

- Codziennie umiera na niewydolność serca 164 Polaków, natomiast 50 procent osób trafia do szpitala w ciągu 5 lat od rozpoznania choroby - mówi dr Robert Bujak z Kliniki

Kardiologii Szpitala Uniwersyteckiego nr 2. Akcja, którą zaplanowano na najbliższą niedzielę, ma uświadomić Polakom, jak poważne są choroby serca i zachęcić ich do systematycznych badań. Ambasadorem XI edycji został Piotr Polk, który, jak sam przyznaje, nie miał żadnej wiedzy na temat niewydolności serca, dopóki nie zachorowała mu mama. Aktor przyjechał wczoraj do Bydgoszczy, by promować akcję. Nasze miasto jest jednym z jej dwunastu uczestników. - Na Starym Rynku w kardiologicznej poradni Servier

bydgoszczanie będą mogli wykonać w niedzielę w godzinach od 10 do 18 bezpłatne badania: masy ciała, ciśnienia tętniczego krwi, stężenia glukozy i cholesterolu we krwi, EKG serca oraz konsultację kardiologiczną. Przewidziano również edukacyjny turniej miast, w którym będzie można sprawdzić swoją wiedzę na temat profilaktyki chorób układu krążenia oraz niewydolności serca. Bydgoszczanie sprawdzą się w takich konkurencjach jak: krzyżówki, quiz, kręgle. Planowane jest również wykonanie specjalnego transparen-



Aktor Piotr Polk (po prawej) z profesorem Władysławem Sinkiewiczem podczas wczorajszej konferencji prasowej

FOT.: DARIUSZ BLOCH

tu. Pod koniec akcji zostanie wyłonięone miasto, które zwycięży.

Bydgoski Klub Turystyki Rowerowej „Turkole”, który zorganizował przy tej okazji Rodzinny Rajd Ro-

werowy, zaprasza całe rodziny do udziału. Start o godzinie 11.30 ze Starego Rynku. Organizatorzy przewidują nagrody dla uczestników, w tym dwa rowery.