СВЕТСКИ ДЕН НА СРЦЕТО 2023

КОРИСТИ ГО ❤ ПОЗНАВАЈ ГО ❤

Светскиот ден на срцето е потсетник за сите во светот да се грижат за своите срца. Овогодинешната кампања се фокусира на суштинскиот чекор прво да ги запознаеме нашите срца, затоа што само тоа што го познаваме добро можеме да го заштитиме и сакаме.

Дали знаете дека нашето ❤ е мускул со големина на нашата тупаница? Почнува да чука околу 3 недели по нашето создавање и престанува на крајот од животот. Сместено помеѓу белите дробови, во средината на градниот кош делумно свртено кон левата страна. Срцето отчукува околу 100 000 пати и пумпа околу 7500 литри крв секој ден.

❤ е мускулен орган кој ја пумпа крвта низ телото преку циркулаторниот систем, составен од срце, крв и крвни садови. Испумпаната крв носи кислород и хранливи материи до ткивата и органите преку крвните садови, додека го враќа назад метаболниот отпад како јаглеродниот диоксид.

Толку силно и импресивно, може да стане ранливо поради комбинација на социо-економски, бихејвиорални (лошиот животен стил) и ризик фактори од животната средина, вклучувајќи, сиромаштија, штетна употреба на тутун и алкохол, дебелина, висок холестерол, висок крвен притисок, дијабетес, нездрава храна, седентален начин на живот, стрес, фамилијарна историја, загадена животна средина...

Кога срцевата функција се компромитира зборуваме за кардиоваскуларно заболување, широк поим што ја покрива секоја неправилност на циркулаторниот систем во чиј центар е ❤.

20,5 МИЛИОНИ ИЗГУБЕНИ ЖИВОТИ СЕКОЈА ГОДИНА ВО СВЕТОТ СЕ ПОРАДИ КАРДИОВАСКУЛАРНИ ЗАБОЛУВАЊА. 80% ОД НИВ МОЖАТ ДА СЕ СПРЕЧАТ СО ИЗБЕГНУВАЊЕ НА РИЗИК ФАКТОРИТЕ НА КОИ МОЖЕМЕ ДА ДЕЈСТВУВАМЕ!

НАША ЦЕЛ Е ДА ГО СПРЕЧИМЕ НАЈГОЛЕМИОТ УБИЕЦ ВО СВЕТОТ

Во свет каде што знаењето за здравјето на срцето е ограничено, а политиките се недоволни или недостигаат, имаме за цел да ги урнеме бариерите и да ги поттикнеме поединците да преземат контрола врз нивната благосостојба.

Визуелниот јазик е дел од нашиот секојдневен живот. Симболите за емоции се еден од најпопуларните форми на комуникација денес, особено кај помладите генерации, помагајќи да се задржи вниманието на луѓето и да се надминат јазичните бариери.

Затоа на Светскиот ден на срцето 2023 година, го замолуваме светот:

КОРИСТИ ГО ❤ ПОЗНАВАЈ ГО ❤

❤ЗАТОА ШТО ГО САКАМЕ И ГО ШТИТИМЕ САМО ТОА ШТО ГО ЗНАЕМЕ❤

❤ЗАТОА ШТО КОГА ЗНАЕМЕ ПОВЕЌЕ, МОЖЕМЕ ПОДОБРО ДА СЕ ГРИЖИМЕ❤

Изработил:

Д-р Даниела Чингоска

Спец.по социјална медицина и јавно здравје

Центар за јавно здравје Охрид