

# Niedziela dla serca



**W niedzielę, 1 października, na terenie Międzynarodowych Targów Poznańskich odbędą się Centralne Obchody Światowego Dnia Serca. Podczas pikniku każdy będzie mógł skorzystać z konsultacji kardiologicznych i dowiedzieć się więcej o tym najważniejszym mięśniu. Nie zabraknie też dobrej zabawy – dla uczestników zaśpiewa Kamil Bednarek.**

Podczas pikniku, jaki już w niedzielę odbędzie się na terenie MTP, będzie można dowiedzieć się więcej o profilaktyce chorób układu sercowo-naczyniowego i zdrowym stylu życia. Wokół sceny zorganizowane zostaną strefy bezpłatnych badań, aktywności fizycznej, zdrowej diety i animacji dla dzieci. Mieszkańcy Poznania i okolic od godz. 10.00 będą mogli skorzystać z konsultacji kardiologicznych i porad dietetycznych, zmierzyć ciśnienie tętnicze, zbadać stężenia glukozy i cholesterolu we krwi. Nie zabraknie również konkursów z nagrodami dla młodszych i starszych.

Prowadzący porozmawiają z zaproszonymi gośćmi o nadciśnieniu tętniczym, udarach, nadwadze, otyłości, zdrowej diecie i wielu innych ważnych dla zdrowego serca tematach. Do współpracy organizatorzy zaprosili też poznańskie domy kultury, kluby sportowe i szkoły. Ze swoim programem wystąpi kabaret Paraniernormalni, a na zakończenie pikniku odbędzie się koncert Kamila Bednarka. Więcej informacji na [stronie wydarzenia](#).

Organizatorem wydarzenia jest Polskie Towarzystwo Kardiologiczne, a patronat honorowy objął nad nim Prezydent Miasta Poznania Jacek Jaśkowiak.

## **0 serce trzeba zadbać**

Europejskie Towarzystwo Kardiologiczne określa Polskę mianem kraju o wysokim ryzyku sercowo-naczyniowym. Każdego roku niemal 75 tys. osób doświadcza tu udaru mózgu, a 80 tys. – zawału serca. Z powodu chorób sercowo-naczyniowych

umiera w Polsce prawie dwa razy więcej ludzi niż w pozostałych krajach Unii Europejskiej.

Najczęściej występującym czynnikiem ryzyka chorób układu krążenia w Polsce i na świecie są zaburzenia lipidowe. 2023 rok został ogłoszony przez Polskie Towarzystwo Kardiologiczne wraz z Polskim Towarzystwem Lipidologicznym Rokiem Walki z Hipercholesterolemią. Problem dotyczy nawet 21 milionów osób w Polsce, ponad 60 proc. populacji dorosłej, a w wieku powyżej 65 lat – nawet 70 proc. osób. Skalę problemu zwiększa bardzo niska świadomość występowania tego czynnika ryzyka. Tylko 2 osoby na dziesięć wiedzą, jaki jest ich poziom cholesterolu całkowitego lub cholesterolu LDL. Nadal niewiele osób wie, że to główna przyczyna zawałów serca i udarów mózgu.

Źródło: [poznan.pl](https://www.poznan.pl)