

## Узнай цифры своего артериального давления!



12 октября 2022 года отделом общественного здоровья Слонимского зонального ЦГЭ, отделением формирования здорового образа жизни Слонимской ЦРБ в магазине «Грошук», ул. Брестская, 42А, была проведена медико-профилактическая акция по профилактике гипертонии «Узнай цифры своего артериального давления!».

Обращаем ваше внимание, что акции по профилактике болезней системы кровообращения проходят во 2ю и 4ю среду месяца и направлены на раннее выявление артериальной гипертензии и предотвращение ее последствий. О месте проведения акций читайте на сайте и в социальных сетях [@crbslonim](#) и [@slonim\\_cge](#).

Подведенные итоги акции подтверждают необходимость ее проведения, т.к. многие люди с артериальной гипертензией не обращаются к специалистам и не принимают должного лечения.

Людям с повышенным артериальным давлением были даны советы и рекомендовано обращение к специалистам.

Напоминаем, что для нормализации кровяного давления необходимо стараться избегать эмоционального стресса, регулярно измерять давление и консультироваться с врачом, а также следить за общим состоянием здоровья. Отказ от употребления табака и вредного употребления алкоголя, а также более здоровая диета и физические упражнения могут способствовать ослаблению симптомов и факторов риска, связанных с гипертонией.

Врач-гигиенист (заведующий отделом)  
отдела общественного здоровья  
Дервоедова Екатерина Васильевна