Srdce máme jen jedno. HARTMANN – RICO spouští kampaň se známým záchranářem MUDr. Dvořákem

Nemoci srdce patří mezi nejčastější zdravotní problémy i příčiny úmrtí u nás. Společnost HARTMANN-RICO chce proto zvýšit povědomí o problémech se srdcem a o tom, jak jim lze zabránit. S přispěním MUDr. Marka Dvořáka spouští kampaň na podporu prevence srdečních onemocnění.

**Praha, 24. října 2022** – Společnost HARTMANN-RICO odstartovala kampaň, která má za cíl poukázat na zvýšený výskyt srdečních onemocnění a jejich nebezpečí. Ve spolupráci se známým lékařem ze záchranné služby [**MUDr. Markem Dvořákem**](https://www.instagram.com/dvorak155/) chce HARTMANN-RICO především zvýšit povědomí o tom, jak by lidé měli o své srdce pečovat, aby těmto zdravotním problémům předcházeli. A právě na prevenci společnost zaměřila i šestitýdenní výzvu [**#HARTMANNsrdcem**](https://www.instagram.com/explore/tags/hartmannsrdcem/), kterou spustila na svém [**Instagramu**](https://www.instagram.com/hartmann_cz/).

Této výzvy se může zúčastnit každý, kdo chce pro zdraví svého srdce něco udělat, a navíc vyhrát zajímavé ceny. Po šest týdnů mají lidé možnost vyzkoušet si jednotlivé kroky, které přispívají k prevenci onemocnění srdce a k tomu, aby se člověk cítil celkově zdravě a fit. Výzvy jsou zaměřené jak na sportovní aktivity, tak na zdravé stravování nebo i otužování. Do plnění úkolů se aktivně zapojí i MUDr. Dvořák, který doporučuje zvláště u vysokého krevního tlaku prevenci nepodceňovat.

*„O hypertenzi mnoho lidí neví, protože nebolí, a přesto vás může časem významně poškodit nebo zabít. Poničí vám ledviny, oči, srdce, může se podílet na vzniku mrtvice. Je velmi snadno odhalitelná a léčitelná, přesto na to dost lidí kašle. Přitom na zjištění hypertenze nemusíte chodit hned k doktorovi, stačí si pořídit kvalitní domácí tonometr, který měří stejně spolehlivě jako ty nemocniční. Některé vám dokonce dokáží odhalit nejčastější srdeční arytmii – fibrilaci síní a tím, že vás přivedou k doktorovi k zahájení adekvátní léčby, zabránit právě vzniku mrtvice,“* radí jak včas odhalit vysoký krevní tlak **MUDr. Marek Dvořák**.

Srdeční choroby patří mezi nejvážnější onemocnění, která jsou sice těžko rozpoznatelná, ale kterým lze včas předejít právě pravidelnou prevencí. Nemusí se nutně týkat pouze starších lidí, nebo těch, kdo nedbají na správnou životosprávu, potrápit může i mladší ročníky. Svou roli hraje genetika, stres i sedavé zaměstnání. Prevence však neznamená jen pravidelné návštěvy lékaře, ale celkový životní styl. Nedostatek pohybu, nezdravé stravování, obezita nebo kouření šanci na onemocnění srdce výrazně zvyšují.

*„Vysoký krevní tlak zůstává celosvětově jednou z hlavních příčin úmrtí. Lidé ale velmi často vysoký krevní tlak podceňují a neuvědomují si, že se tím vystavují obrovskému zdravotnímu riziku. Věříme, že informační kampaně, kterým se věnujeme, pomohou zvýšit povědomí o důležitosti prevence. Díky prevenci by se totiž dalo zvrátit až 80 % akutních kardiovaskulárních příhod. Nejúčinnější zbraní v boji proti vysokému krevnímu tlaku je dodržování zásad zdravého životního stylu a pravidelné měření krevního tlaku,“* říká **Jana Hraběová, Senior Brand Manager společnosti HARTMANN-RICO**.

Pokud se chcete dozvědět více nejen o tématu vysokého krevního tlaku, ale i o tom, co dělat u autonehody nebo jak mít vybavenou domácí lékárničku, poslechněte si podcast Dva ve zdraví, který vyjde **11. 11. 2022 na Spotify – Dva ve zdraví, nejen o otázkách na tělo**.

**Společnost HARTMANN – RICO**

Společnost HARTMANN – RICO a.s. patří mezi nejvýznamnější výrobce a distributory zdravotnických prostředků a hygienických výrobků v České republice. Vznikla v roce 1991 vstupem společnosti PAUL HARTMANN AG do tehdejšího podniku Rico Veverská Bítýška. Společnost je součástí mezinárodní skupiny HARTMANN se sídlem v Heidenheimu v Německu. Více než 25 let působí HARTMANN – RICO také na území Slovenska se sídlem v Bratislavě. HARTMANN – RICO zaměstnává celkově více než 1 650 zaměstnanců.

**Kontakt:**

Petra Sejpalová

PR Consultant

Grayling Czech Republic

Tel.: 777 666 722

[petra.sejpalova@grayling.com](mailto:petra.sejpalova@grayling.com)