

# AKTIV GEGEN BLUTHOCHDRUCK

**Kostenloser  
Vortrag!**

Di, 11.12.18  
20.00 Uhr

Beim Bluthochdruck gibt es keine Symptome wie bei anderen Krankheiten. Deshalb kann er lange Zeit unerkannt bleiben und schädigend für unsere Gesundheit werden. Wird er aber rechtzeitig erkannt, kann man ihn gut behandeln.

- **Blutdruck: was ist das?**
- **Bluthochdruck und seine Folgen**
- **Wie können Sie Ihren Blutdruck messen?**
- **Auf was sollten Sie beim Kauf eines Blutdruckmessgeräts achten?**
- **Die Bedeutung der Blutdruckselbstmessung**
- **Vorbeugung durch Sport und Stressbewältigung**
- **Ernährung und Kochsalzverbrauch**
- **Die Hochdrucktherapie**

Im Anschluss lernen Sie wie man eine genaue Selbstmessung des eigenen Blutdrucks durchführt. Eine lockere Frage - und Gesprächsrunde rundet den Abend ab.

**Anmeldung erforderlich! Tel. 0471 327812**

Gesundheitszentrum cam - CARDIOPREV  
Südtiroler Str. 40 | Citycenter - 6.Stock | Bozen

[www.cardioprev.com](http://www.cardioprev.com)

CARDI  PREV

**Referentin : Dr. Loredana Latina**

Kardiologin  
Leiterin des Zentrums für  
kardiovaskuläre Prävention CARDIOPREV



# PRESSIONE ARTERIOSA: È SEMPRE TUTTO CHIARO?

conferenza  
gratuita!

MARTEDI'  
18 DICEMBRE  
ALLE ORE 20

E' noto che la pressione arteriosa, se elevata, sia causa di un aumentato rischio di sviluppare numerose patologie quali l' infarto, l' ictus, l' insufficienza renale. Nonostante ciò, il controllo della pressione arteriosa è spesso trascurato.

L' ipertensione arteriosa non provoca abitualmente sintomi e stenta ad essere riconosciuta come una condizione meritevole di cura. Dati di studi recenti ci insegnano inoltre a programmare il livello di pressione ottimale da raggiungere per il singolo soggetto, in relazione al suo profilo di rischio o di malattia. Anche su un tema relativamente noto si registrano pertanto innovazioni interessanti, su cui ci confronteremo nel corso della serata; impareremo inoltre quali sono le metodiche più appropriate per misurare correttamente la pressione arteriosa e ci proveremo di persona.

**È NECESSARIA LA PRENOTAZIONE!**

**Tel. 0471 327812**

centro di salute cam - CARDIOPREV

Via Alto Adige 40

Citycenter - sala conferenza 6° piano | Bolzano

[www.cardioprev.com](http://www.cardioprev.com) **CARDI**  **PREV**

**RELATRICE: dott.ssa Loredana Latina**

Specialista in Cardiologia,  
Centro di Prevenzione Cardiovascolare CardioPrev

