

Pozvánka na Den zdraví

13.5.2026 - | Nemocnice České Budějovice

Zveme vás na další ročník Dne mrtvice, který se uskuteční dne **20. 5. 2026 od 9:00 do 12:00** ve vstupním terminálu nemocnice. Připravili jsme pro vás bohatý program zaměřený na prevenci a léčbu mozkové mrtvice. Po celé dopoledne vám budou k dispozici naši odborníci, kteří vám poradí, jak upravit životní styl a snížit riziko vzniku mrtvice. V rámci akce nabízíme i ultrazvukové vyšetření krčních tepen.

Akce je zdarma.

Těšíme se na vás.

PROGRAM

PŘEDNÁŠKY: 9:00 - 10:00

9:00 - 9:15: Co je mrtvice, co jí způsobuje, jaké má příznaky - MUDr. Kristýna Janotová, Neurologické oddělení

9:15 - 9:30: Cholesterol - MUDr. Jan Vojtíšek, Ambulance klinické biochemie

9:30 - 9:45: Léky snižující cholesterol - PharmDr. Jan Dvořák, Lékárna

9:45 - 10:00: Strava a cholesterol - Bc. Alena Sladká, vedoucí nutriční terapeutka

VYŠETŘENÍ:

10:00 - 12:00: Měření cholesterolu, maximální kapacita 50 osob, nelze se registrovat předem

11:00 - 12:00: Ultrazvukové vyšetření krčních tepen, MUDr. Jan Rosol, maximální kapacita 30 osob (zájemci dostanou v průběhu akce kartičku k vyšetření), nelze se registrovat předem

ODBORNÁ PORADENSTVÍ: 9:00 - 12:00

Během této doby nabízíme možnosti osobních konzultací na těchto stanovištích:

Neurologické poradenství - **ODHALTE SVÉ RIZIKO MOZKOVÉ MRTVICE**

- poradenství zaměřené na prevenci a léčbu mrtvice
- dotazník Odhalte své riziko mozkové mrtvice
- informace o vzdělávacím programu Hrdinové Fast, která učí děti jak rozpoznat mrtvici a zavolat pomoc

Nutriční poradenství - **NEPROJEZTE SE K MRTVICI**

- Jak na správnou výživu a čemu se v jídelníčku vyvarovat

Lékové poradenství - BERU SPRÁVNĚ SPRÁVNÉ LÉKY?

- komplexní zhodnocení užívaných léčiv

Poradna odvykání kouření - POMŮŽEME VÁM PŘESTAT KOUŘIT

- konkrétní pomoc, jak začít přestat kouřit

Poradna Rehabilitačního oddělení - JAK NA SPRÁVNÝ POHYB

- poradenství fyzioterapeutů Rehabilitačního oddělení

Poradna Centra prevence civilizačních chorob - JAK NA SPRÁVNÝ ŽIVOTNÍ STYL

- praktické rady, jak na zdravou výživu a pohyb

Poradna Záchrané zdravotnické služby Jčk - MÁM VOLAT 155 NEBO 112?

- jak rozpoznat příznaky mrtvic, kam volat o pomoc, jak se o pacienta starat před příjezdem sanitky

Program akce naleznete zde:

<https://www.nemcb.cz/den-mrtvice-v-nemocnici-ceske-budejovice-3/>

Upozornění: Vstupem na akci berete na vědomí, že může být pořizována foto a video dokumentace.

<https://www.nemcb.cz/aktuality/zveme-vas-na-den-zdravi-zamereny-na-prevenci-mrtvice-rozpoznani-jehich-priznaku-i-moznosti-lechy>