

**Katrs sestais saslimst ar insultu! Kā būs ar Tevi?**

# Insulta diena

Rīgas Austrumu klīniskajā universitātes slimnīcā  
**2012. gada 29. oktobrī**

## Insulta diena 2012 aktivitātes

**Plkst. 12:00 – 15:00**

**Rīgā, Hipokrāta ielā 2 (stacionārā „Gaiļezers” 2.stāvā )**

- Lekcijas un diskusijas ar ārstiem par insulta riskiem (13:00 – 15:00).
- Fizikālās medicīnas procedūras insulta profilaksei un ārstēšanai (12:00 – 15:00).
- Ergoterapeita konsultācijas insulta seku mazināšanai (12:00 – 15:00).
- Ārstnieciskie vingrojumi insulta profilaksei (12:00 – 14:00).
- Diskusijas ar dietologu Dr. Ati Tupiņu (12.30 – 13.30).
- Asinsvadu ultrasonogrāfija – kakla un galvas smadzeņu asinsvadu ultraskaņas izmeklēšanas demonstrācija.
- Asinsspiediena mērīšana – Tavs asinsspiediena skaitlis.
- Bez receptūras medikamenti un dabas produkti insulta profilaksei.
- Bioloģisko produktu degustācija. Latvijas zemnieku tirdziņš.
- Dr. Tereško tēju degustācija.
- Biedrības „Par sirdi” un „Vigor” - pacientu atbalsta iespējas.
- Rīgas Domes Sociālā dienesta konsultācijas.
- Un daudz kas cits insulta profilaksei!

## Lekcijas un diskusijas ar ārstiem

**2012.gada 29.oktobrī plkst.13:00–15:00**

**Vada Normunds Beļskis**

**(stacionāra „Gaiļezers” mazajā konferenču zālē)**

13:00 – 13:15 Neārstēts arteriālais spiediens - ātrākais ceļš uz insultu!  
Dr. Andrejs Kostiks

13:15 – 13:30 Diskusija.

13:30 – 13:45 Cukura diabēts un aptaukošanās – ievērojams riska faktors insulta attīstībā.  
Dr. Ilze Konrāde

13:45 – 14:00 Diskusija.

14:00 – 14:15 Palielināts holesterīna līmenis, smēķēšana būtisks aterosklerozes un kardiovaskulāro slimību riska faktors.  
Dr. Linda Zvaune

14:15 – 14:30 Diskusija

14:30 – 14:35 Biedrība „Par sirdi” - iespējas sirds un asinsvadu slimību pacientiem.  
Biedrības vadītāja Inese Mauriņa

14:35 – 14:55 Kakla asinsvadu duplex doplerogrāfijas izmeklējuma demonstrācija ar komentāriem.  
Dr. Ženija Kovaldina, Dr. Ilga Ķikule

14:55 – 15:00 Diskusijas noslēgums.

**Tiekamies Insulta dienā 29.oktobrī !**

