

Opetusministeri Sari Sarkomaa totesi, että ennalta ehkäisevä työ nostetaan usein etusijalle, mutta että rahaa tähän työhön on vaikeampi saada. - On vaara, että kaikki voimavarat sijoitetaan korjaavaan työhön eikä kansalaisten terveyttä tukevan arjen rakentamiseen, vaikka ennaltaehkäisy on paras tapa pureutua myös terveyseroihin, koska elintavat vaikuttavat merkittävästi enemmän ihmisten terveyteen kuin varsinaiset terveyspalvelut. Päättäjien tehtävä on luoda olosuhteet ja mahdollisuudet terveyttä edistävälle valinnoille, Sarkomaa korosti.

Peruspalveluministeri Paula Risikko on itse työskennellyt mm. sydänpotilaiden hoitajana. Hän kiitti Sydänliittoa siitä, että tärkeä sydänterveys saatiin mukaan hallitusohjelmaan ja muistutti, ettei Suomessa tapahtunut myönteinen kehitys jatku itsestään. Erityisesti ylipainon lisääntyminen on huolestuttavaa. Erinomaisena asiana Risikko piti kuntoutusohjaajien määrän lisääntymistä. Hän muistutti myös jälkiehkäisyyn tärkeydestä, jotta sairaus ei uudistuisi.

Euroopan sydänterveyden asiakirjan valmistelivat

Euroopan Kardiologinen Seura (ESC) ja Euroopan sydänverkosto (EHN) Euroopan unionin komission ja WHO:n Euroopan toimiston tuella.

”Lasten koulupäiviin tarvitaan lisää liikuntaa. Varsinaisten oppituntien ohella välitunnit tarjoavat noin 2000 tunnin mahdollisuuden liikkumiseen, mikä on enemmän kuin minkään yksittäisen aineen opetusmäärä. Kuitenkin jopa kolmannes koulujen pihosta on tällä hetkellä sellaisessa kunnossa, etteivät ne innosta lapsia leikkimään tai liikkumaan. Koulunpihojen kuntoon laittaminen on konkreettinen ja kustannustehokas toimi lasten ja nuorten terveyden edistämisessä.” ●

Sydän- ja verisuoniterveyteen liittyvät seuraavat asiat:

tupakoimattomuus
riittävä liikunta – vähintään 30 minuuttia viisi kertaa viikossa
terveelliset ruokatottumukset
ei ylipainoa
verenpaine alle 140/90 mmHg
kokonaiskolesteroli alle 5 mmol/L (190 mg/dl)
normaali sokeriaineenvaihdunta (normaali veren sokeri)
liiallisen stressin välttäminen



**Jalkineet,
jotka soveltuvat
erityisesti reumaatikoille
ja diabeetikoille**



Hypotennse

Puh.040 – 952 6266
info@hypotennse.fi
www.hypotennse.fi.

Suonionkatu 1, 00530 Helsinki

Kipua nivelissä?

UUTUUS!



Apua!

Uusi ainutlaatuinen kylmävoide IcePower **Arthro creme** oireileville nivelille.

Lisäaineina nivelten hyvinvoinnille tärkeitä ravinteita: glukosamiini, MSM ja kondroitiini.

**ICE
POWER**

Alkuperäinen suomalainen

www.icepower.fi

Kaikki tarvittava yhdessä!

**Chattanooga Intellect Advance
Combo -yhdistelmähoitolaite**



Toimii tukenasi, opettajanasi ja opetusvälineenäsi hoitaessasi potilaita. Tämän takaavat mm:

- Anatominen kirjasto
- Monipuoliset kliiniset protokollat
- Virtamuoto-opas

6 virtamuotoa:

UÄ, Tens, HV, IF, VMS ja Russian

Runsaasti lisävarusteita, mm. pyörällinen laitevaunu, akku ja kantolaukku. Lisämoduleina laser- ja imuyskikkö.

Muista myös pienet ja tyylikkää
Mobile-sarjan laitteet: **Mobile Combo, Stim, Ultraääni ja Laser**

Fysioline
ONLINE

**auki
24h**

Jatkuvasti päivittyvää tuotetietoa. Tilaa tuotteita silloin kun sinulle sopii!

Klikkaa: www.fysioline.fi

Fysioline Serviceltä huollot ja kalibroinnit markkinoiden kaikkiin sähköhoitolaitteisiin.

Fysioline Oy
Arvionkatu 2 • 33840 Tampere
Puh. (03) 2350 700 • Fax (03) 2350 777
info@fysioline.fi