

## **Weitere Aktionen von 11 bis 15 Uhr**

### **Haus der Universität**

Messung von Risikofaktoren  
Selbsthilfe Service Büro der Stadt

### **Schadowstraße Ecke Schadowplatz**

Messung von Risikofaktoren  
Deutsche Herzstiftung e.V.  
Mini-EKG

### **Vorplatz Bilker Arkaden**

Messung von Risikofaktoren  
Beratung für Menschen mit  
Behinderung  
Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe

### **Flinger Straße Ecke Mittelstraße**

Messung von Risikofaktoren  
CO-Messung in der Ausatemluft  
(Raucher)

**Experten aus den Fachbereichen  
Allgemeinmedizin, Kardiologie und  
Neurologie stehen für Sie zur  
Ermittlung Ihres persönlichen Risikos  
zur Verfügung!**

## **Nutzen Sie die Früherkennungs- untersuchungen Ihrer Krankenkasse!**

### **Checkup 35:**

ab 35. Geburtstag alle drei Jahre  
Früherkennung von Herz-Kreislauf-  
Erkrankungen und Diabetes

Weitere Informationen dazu sowie weiteren  
Früherkennungsuntersuchungen und  
Impfungen finden Sie hier:



**Teilnehmende Vereine und Institutionen:**  
Stadt Düsseldorf – Der Oberbürgermeister  
Stadt Düsseldorf – Gesundheitsamt  
Düsseldorfer Kompetenznetz Herz e.V.  
Düsseldorfer Initiative gegen den  
Schlaganfall DIS e.V.  
Deutsche Herzstiftung e.V.  
Hausarztnetz Düsseldorf e.V.  
Institut für Allgemeinmedizin am  
Universitätsklinikum Düsseldorf  
Neurovaskuläres Netzwerk Nordrhein  
Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe



## **Herz und Hirn - gesund in Düsseldorf - Samstag 25.05.2024**

**Aktionstag zur Vorbeugung  
von  
Herzinfarkt und Schlaganfall**

Düsseldorfer Kompetenznetz Herz e.V.  
Düsseldorfer Initiative gegen den  
Schlaganfall e.V.

## **Nimm Dein Leben in die Hand!**

Erkrankungen des Herzens, der Gefäße und des Gehirns bewirken weiterhin mehr als ein Drittel der Todesfälle in Europa. Ein gesundes Leben und regelmäßige Vorsorge können das Risiko für die Entstehung dieser Erkrankungen deutlich vermindern (Vorbeugung = Prävention). Dazu gehört die Nutzung der angebotenen Vorsorgeuntersuchungen und die Bestimmung und Kenntnis der wichtigsten Risikofaktoren:

Adipositas (Übergewicht)

Blutdruck

Blutzucker (Diabetes mellitus)

Cholesterin (Fette)

Rauchen

Häufig beginnt die Beschäftigung mit diesen Themen erst, wenn man selber bereits erkrankt ist oder eine Person aus dem Umfeld davon betroffen ist. Doch kann jeder durch frühzeitige Änderungen der Ernährung, Gewichtsabnahme, Bewegung oder Rauchstopp selber den wichtigsten Beitrag für die Vermeidung einer dieser Erkrankungen leisten!

Wir möchten Sie mit dieser Veranstaltung motivieren, selber wichtige Schritte zu einem gesunden Leben in die Hand zu nehmen!

## **Haus der Universität Schadowplatz 14, 40212 Düsseldorf Vorträge von 11-14.00 Uhr**

### **11.00 Begrüßung**

#### **Grußwort der Stadt Düsseldorf**

### **11.10 Risikofaktor Lipide**

Dr. Regine Schneider

CardioCentrum Düsseldorf

### **11.30 Vorhofflimmern: Wenn das Herz das Hirn krank macht**

Prof. Dr. Christian Meyer

Evang. Krankenhaus Düsseldorf

### **11.50 Sport und Bewegung**

Prof. Dr. Thorsten Dill

Sana Krankenhaus Benrath

### **12.10 Schlaganfall ein Notfall!**

Prof. Dr. Til Menge

LVR-Klinikum Düsseldorf

### **12.30 Risikofaktor Blutdruck**

Prof. Dr. Rolf-Michael Klein

Augusta Krankenhaus Düsseldorf

### **12.50 Risikofaktoren Diabetes und Adipositas**

Prof. Dr. Stephan Martin

WDGZ Düsseldorf

### **13.10 Prävention des Schlaganfalls – ab welchem Risiko sinnvoll?**

PD Dr. Michael Gliem

Universitätsklinikum Düsseldorf

### **13.30 Risikofaktor Rauchen E-Zigarette/Liquids**

Prof. Dr. Amin Polzin

Universitätsklinikum Düsseldorf

### **13.50 Zusammenfassung**

### **14.00 Ende**

### **Moderation:**

Dr. Susanne Berrisch-Rahmel

Dr. Markus Wies

Düsseldorfer Kompetenznetz Herz e.V.

Eintritt frei

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich