Çankaya'da "Kalp Dostu Yaşam" Semineri Düzenlendi

Yayın Tarihi: 23.08.2025 00:00

Kategoriler: Sağlık

PDF Oluşturma Tarihi: 03.11.2026 20:42

Çankaya Belediyesi ve Ankara Beysukent Rotary Kulübü iş birliğiyle “Kalp Dostu Yaşam Farkındalık Eğitimi Semineri” düzenledi. Çayyolu Ek Hizmet Binası Prof. Dr. Ahmet Taner Kışlalı Konferans Salonu’nda düzenlenen seminere Çankayalılar ilgi gösterdi.

Çankaya Belediyesi ve Ankara Beysukent Rotary Kulübü iş birliğiyle “Kalp Dostu Yaşam Farkındalık Eğitimi Semineri”, Çayyolu Ek Hizmet Binası Prof. Dr. Ahmet Taner Kışlalı Konferans Salonu’nda düzenlendi. Seminer, Çankayalıların yoğun ilgisi ve katılımıyla gerçekleşti. Seminere katılan Çankayalılar, uzmanlardan edindikleri bilgilerle kalplerini korumaya yönelik yeni yöntemler öğrenme fırsatı buldu.

VERİLERE GÖRE EN YÜKSEK RİSK “KALP”

Ankara Beysukent Rotary Kulübü Kalp Hastalıkları Farkındalık Komitesi’nin yürüttüğü etkinlikte, kalp sağlığına bütüncül bir bakış açısıyla farklı alanlardan uzmanlar konuşmacı olarak yer aldı. “Kalbin İçin Sağlıklı Bir Yolculuğa Hazır Mısın?” başlığıyla düzenlenen seminerde, kalp hastalıklarından korunma yöntemleri katılımcılarla paylaşıldı.

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) verilerine göre, Türkiye’de en fazla can kaybına yol açan hastalıklar arasında dolaşım sistemi hastalıkları ilk sırada yer alırken, iskemik kalp hastalıkları öne çıkıyor. Seminerde de kalp sağlığını korumaya yönelik uygulanabilecek yöntemler detaylı şekilde aktarıldı.

UZMANLAR KALP SAĞLIĞINI KORUMA YÖNTEMLERİNİ ANLATTI

Seminerde, Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Kardiyoloji Anabilim Dalı Öğretim Üyesi Prof. Dr. Fatih Sinan Ertaş, kalp hastalıklarından korunma yollarını anlatırken; Sağlık Bilimleri Üniversitesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü’nden Dr. Öğr. Üyesi Zeynep Begüm Kalyoncu Atasoy, kalp sağlığını korumada doğru beslenmenin önemini vurguladı. Uzman Klinik Psikolog Aslı Akdoğan Alkılıç ise stres yönetimi ve psikolojik sağlığın kalp üzerindeki etkilerine değindi. Fitness ve Performans Koçu Barış Özgün de düzenli sporun kalbi güçlendirmedeki rolünü katılımcılarla paylaştı.