



Zdravotně  
sociální fakulta  
Faculty of Health  
and Social Studies

Jihočeská univerzita  
v Českých Budějovicích  
University of South Bohemia  
in České Budějovice

T A  
Č R

**Čtvrtek 16. ledna 2025**

Štěpánovice, Sokolovna

## **Téma setkání: Znáte své hodnoty krevního tlaku**

**Lektor:** Iva Brabcová

### **Obsah setkání:**

Co je tlak a proč je důležité ho měřit? Jak správně měřit krevní tlak doma? Normální hodnoty krevního tlaku a jak je interpretovat. Důsledky vysokého nebo nízkého krevního tlaku na zdraví. Jaké faktory ovlivňují krevní tlak a jak s nimi zacházet. To vše je možné se dozvědět na společném setkání, které je zaměřené jak na teoretické znalosti, tak praktické dovednosti.

*„Tato přednáška byla realizována se státní podporou Technologické agentury ČR v rámci projektu reg. č. TQ01000591 Programu SIGMA.“*