



– Доктор, 3 года назад я перенес инфаркт миокарда, мне установили стент. Решил взяться за здоровье, бросил курить. Сейчас хочу начать занятия спортом.



– Вы на верном пути! Отказ от курения, здоровое питание, выполнение физических упражнений улучшают прогноз жизни после инфаркта миокарда.



– А не будут ли тренировки опасными для меня?



– Напротив, тренировки полезны, но их интенсивность должна быть определена врачом на основании нагрузочной пробы. Вы можете обратиться в отделение кардиореабилитации в ФГБУ «НМИЦ кардиологии» Минздрава России и получить исчерпывающую консультацию по этому поводу. Ждем Вас!