**此前禁发：2017年9月27日（星期三）00:01**

***2017年9月29日（星期五），全球地标将为世界心脏日亮起红灯***

世界心脏日由世界心脏联盟（WHF）设立，旨在通过提升人们对于心血管疾病（CVD）的认识，让人们了解有益心脏健康生活方式的重要性，对抗患病人数越来越多、号称人类健康第一杀手的心血管疾病。

今年9月29日，WHF将号召人们通过分享心脏健康技巧和参与地标照明活动的方式采取行动。我们都可以“分享力量”，激励我们的家人、朋友和世界各地的社区在生活方式上做出小小的改变，从而使心脏健康发生很大变化。

如今，心血管疾病每年夺去1750万人的生命。预计到2030年，这个数字将增加至2300万人。 全球范围内，30-70岁的人群中每10人就有1人因心血管疾病（包括心脏病和中风）过早死亡。但好消息是：其中至少80％的过早死亡可避免或推迟。

为纪念2017年世界心脏日，全球多个地标将举行照明活动，包括南非桌山、时代广场纳斯达克屏幕、新加坡摩天观景轮、新西兰天空塔等。如要了解关于已确认照明活动的完整列表，请在[世界心脏日网站](https://www.worldheartday.org)上查看[世界活动地图（Worldwide Activities Map）](https://www.worldheartday.org/worldwide-activities/)。

**心脏病专家、世界心脏联盟主席的大卫·伍德教授（David Wood）** 表示：“*怎么强调心脏健康的重要性都不为过，因为全球的所有死亡案例当中，有31%是由心血管疾病造成的。世界心脏日给我们机会让人们团结起来，共同应对人类健康的最大杀手，并呼吁世界各地更多的人努力改善他们的心脏健康。改变的力量掌握在我们手中。改变生活方式，比如多吃水果蔬菜、多运动和戒烟，可挽救数百万人的生命。”*

公众可参与其中，参与方式包括使用话题标签*#WorldHeartDay*分享心脏健康自拍照和参加全球无数活动当中的一项（活动列表请参见[此处](https://www.worldheartday.org/worldwide-activities/)）。他们还可以使用[心脏IQ测试](https://www.worldheartday.org/)，了解自己对于心脏的认识。

为了让世界心脏日发挥前所未有的影响，今年我们将与**宏利金融（美国为恒康金融公司）**和**飞利浦**开展合作。在他们的支持下，我们将努力提高人们的意识，鼓励个人、家庭、社区和政府采取行动，帮助我们实现我们的目标，即到2025年将因为心血管疾病过早死亡的案例减少25％。

**宏利金融亚洲公司临时首席执行官Phil Witherington**表示：*“宏利致力于帮助人们实现梦想和抱负。而健康的生活对于这些目标的实现至关重要。我们在全球提倡健康生活和鼓励人们多运动方面要做大量工作，这也是为什么我们与世界心脏联盟合作的原因。在接下来的三年中，我们将共同努力，提高人们的心脏健康意识，改善客户、员工和社区的健康状况。”*

**飞利浦业务负责人Selina Thurer** 表示：*“作为健康技术的领导者和世界心脏联盟荣幸的合作伙伴，今年飞利浦将以‘健康饮食，健康心脏’为主题庆祝世界心脏日。我们认为，健康的饮食是健康、幸福生活的基石。我们每天都致力于让人们享受自制食品的长期健康益处，例如降低超重或肥胖的风险，及减少得心脏病的风险。”*

请在此处进一步了解您周边的地标照明及其他活动：[www.worldheartday.org/worldwide-activities](http://www.worldheartday.org/worldwide-activities).

如要参与世界心脏日，不妨在社交媒体上展开互动：

**关注**：[@worldheartfed](https://twitter.com/worldheartfed?ref_src=twsrc%5Egoogle%7Ctwcamp%5Eserp%7Ctwgr%5Eauthor)，使用话题标签**#WorldHeartDay**

如要了解更多信息，及查看关于世界心脏日的情况，请访问世界心脏日网站：[www.worldheartday.org](http://www.worldheartday.org)

**如何才能让心脏更健康？世界心脏联合会建议：**

* **多运动**
* 安排每周进行五次至少30分钟的中等强度运动。
* 记住，即使是小事情，比如走楼梯或早点下车步行，也会有帮助
* **戒烟**——这是您为改善心脏健康所能做的最好的事情。
* 如果您需要帮助，请咨询健康专业人士，比如高街药剂师
* **更均衡的饮食**
* 尝试每天吃5份（大约一把）水果和蔬菜
* 让孩子参与烹饪，帮助他们了解健康饮食
* **定期检查血压情况**

**结束**

**如要了解更多信息（包括统计数据和事实），或希望安排采访、简报，请通过下列方式联系世界心脏联盟新闻办公室：whf@grayling.com / (0)203 861 3820**

请在[此处](https://www.youtube.com/watch?v=HVLF_RyE4iA&feature=youtu.be)查看世界心脏日的视频

**将在世界心脏日亮起红灯的地标包括：**

* 南非桌山
* 南非开普敦开普敦摩天轮、维多利亚阿尔弗雷德码头广场
* 日内瓦大喷泉
* 墨西哥独立纪念柱
* 新西兰天空塔
* 马尔代夫总统码头和迪拉古塔
* 布加勒斯特湖景大厦
* 中国东方之门
* 多哈喜来登酒店
* 贝尔格莱德阿瓦拉塔
* 新加坡摩天观景轮、双螺旋桥、马来亚银行大厦和滨海广场
* 吉隆坡塔
* 开罗吉萨金字塔

如要进一步了解我们的合作伙伴——宏利金融和飞利浦公司，请联系：

Christine Burrows

宏利金融公共关系与通信

电话：+852 2510 5822

Christine\_Burrows@manulife.com

Lian Verhoeven

飞利浦企业通信

+31 6 10 56 45 13

Lian.verhoeven@philips.com

**编辑提示**

**2017年世界心脏日介绍**

世界心脏日成立于2000年，旨在让全世界的人们了解，心脏病和中风是人类主要的死因之一，每年夺去1750万人的生命。每年的9月29日为世界心脏日。今年的主题是***“分享力量”****——*我们希望全世界的每个人都能激励彼此过上更美好、更长寿、更有益心脏健康的生活。

有关2017年世界心脏日的更多信息（包括获得宣传资料），请[访问本网站](http://www.world-heart-federation.org/what-we-do/world-heart-day/)。

**世界心脏联盟简介**

世界心脏联盟致力于领导全球对抗心脏病和中风等心血管疾病（CVD）的努力。如要了解更多信息，欢迎访问：www.worldheart.org、www.facebook.com/worldheartfederation 和 twitter.com/worldheartfed。