



Hand aufs Herz

Ist das noch Aufregung oder schon Stress?

Stress lässt das Herz schneller schlagen und erhöht den Blutdruck. Gönnen Sie sich ab und an eine Pause! Das senkt die Menge an Stresshormonen im Körper und dadurch das Risiko für einen Herzinfarkt.

AKTIV GEGEN HERZINFARKT
handaufsherz.bayern.de

Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit und Pflege

