



## سال مهار تورم و رشد تولید

شماره: ۱۴۰۲-۱-۱۲۵/۷۴۲

تاریخ: ۱۴۰۲/۰۱/۲۹

ساعت: ۰۷:۳۵

پیوست: دارد

## مدیر محترم شبکه بهداشت و درمان شهریار، رباط کریم، بهارستان، قدس و ملارد

## رییس محترم مرکز بهداشت شمال غرب و غرب تهران

## موضوع: برگزاری روز جهانی فشارخون ۱۴۰۲

با سلام و احترام،

طبق گزارش سازمان جهانی بهداشت در سال ۲۰۱۹، حدود یک میلیارد و سیصد میلیون نفر از افراد ۳۰ تا ۷۹ سال در جهان، مبتلا به فشارخون بالا هستند در حالی که ۴۶ درصد بیماران از بیماری خود مطلع نیستند، کمتر از نیمی از بیماران شناسایی و درمان می شوند و ۲۱ درصد این افراد کنترل مطلوب فشارخون دارند. در همین سال ۱۰.۸ میلیون نفر در جهان، جان خود را بر اثر علل مرتبط با فشارخون از دست داده اند.

براساس نتایج پیمایش ملی بیماری های غیرواگیر در سال ۱۴۰۰ حدود ۳۲٪ افراد ۱۸ سال و بالاتر در کشور مبتلا به بیماری فشارخون هستند که از این میان ۶۱.۵ درصد از بیماری خود اطلاع داشتند و ۵۲ درصد برای کنترل فشارخون خود دارو دریافت می کردند و ۴۲ درصد فشارخون کنترل شده و مطلوب داشتند. علیرغم اینکه بیماری فشارخون به راحتی قابل تشخیص و درمان است و به راحتی کنترل می شود، اما در بسیاری از نقاط دنیا به میزان ناکافی شناسایی، درمان و کنترل می شود. آموزش مداوم بیماران و خانواده های آنان - برگزاری کمپین های اطلاع رسانی، توانمندسازی کارکنان بهداشتی و درمانی و توصیه های اصلاح شیوه زندگی از اقدامات موثر در پیشگیری و کنترل فشارخون بالاست. در این میان تشویق مردم به ( Home Blood Pressure Monitoring) - روشی ارزان، مقبول و قابل تکرار - مراقبت بیماران در منزل را افزایش می دهد. بدیهی است تیم سلامت ( پزشکان مراقبان و بهورزان) در سطح یک خدمات بهداشتی درمانی، خط مقدم مدیریت این بیماری و عامل خطر هستند.

روز ۱۷ ماه می (۲۷ اردیبهشت ماه) به عنوان روز جهانی فشارخون، فرصتی برای اطلاع رسانی در خصوص این بیماری و اندازه گیری آن به منظور پیشگیری، کنترل و درمان است. هدف از این مناسبت ارتقای آگاهی و درک مفهوم فشارخون بالا است و شعار امسال: "فشارخون خود را دقیق اندازه گیری کنید" و پیام آن "با اندازه گیری دقیق فشارخون و کنترل آن عمر طولانی تری داشته باشید" اعلام شده است. انتظار می رود در جهت افزایش آگاهی مردم، خانواده های آنها و کارکنان بهداشتی درمانی از روش صحیح اندازه گیری فشارخون، نحوه مراقبت، عوارض، شیوه زندگی سالم و کاهش اضافه وزن و اندازه دور کمر، برنامه منظم فعالیت بدنی، تغذیه سالم، ترک دخانیات خواب شبانه با کیفیت، مهارت کاهش استرس و پایبندی به درمان اهتمام لازم به عمل آید. بنابراین خواهشمندم دستور فرمایید در برگزاری با شکوه این مناسبت مهم بهداشتی ز همه ی ظرفیت های موجود در منطقه تحت پوشش ( سفیران و رابطین سلامت، ادارات و کارخانجات، مدارس و اماکن تجمعی) در افزایش پوشش آموزشی جمعیت هدف استفاده شود. فایل های مطالب آموزشی و فرم گزارش دهی به پیوست است که لازم است گزارش مربوط حداکثر تا ۱۰ خرداد ماه سال جاری به این معاونت ارسال شود.

۶۶۷۰۱۰۰

دکتر هاله احمدنیا  
سرپرست معاونت فنی معاونت بهداشت

آدرس: تهران - تقاطع خیابان جمهوری اسلامی و خیابان حافظ تلفن: ۱-۵