

Бюджетное
учреждение здравоохранения
Вологодской области
**«Вологодский областной центр
общественного здоровья и
медицинской профилактики»**
160000, . Вологда, ул. Октябрьская, 40
Тел./факс (817-2) 72-26-75
e-mail: vocmp-vologda@yandex.ru
Отдел общественного здоровья
по городу Череповцу
г. Череповец, пр. Советский, 98
Тел. 55-18-47, ф. 55-44-86
e-mail: muzcmp08@mail.ru

ПРЕСС-РЕЛИЗ

17 мая - Всемирный день борьбы с артериальной гипертонией

Ежегодно в мае официально отмечается Всемирный день борьбы с артериальной гипертонией – основным фактором риска развития таких грозных осложнений, как инфаркт миокарда, ишемический инсульт, потеря зрения.

Во всем мире страдают этим коварным заболеванием более 1,5 миллиарда людей. По данным статистики, около 45 процентов больных гипертонией людей не знают, что они имеют высокие цифры артериального давления, так как зачастую это заболевание протекает бессимптомно, недаром его прозвали «тихий убийца». Коварство гипертонии в том, что она может не проявляться годами, а затем внезапно привести к сосудистым катастрофам. Органами-мишенями АГ являются сердце, головной мозг, почки, глаза, сосуды.

Факторами риска развития артериальной являются ожирение, злоупотребление алкоголем, чрезмерное употребление соли (больше 5 г в день), курение, недостаточная физическая активность, наследственная предрасположенность, возраст после 60 лет. Однако гипертония «молодеет» и все чаще встречается даже у детей и подростков.

Чтобы артериальное давление не повышалось, следует корректировать поведенческие факторы риска (следить за своим весом, обеспечить достаточную физическую активность, ежедневно употреблять не менее 400 г овощей и фруктов, сократить потребление соли до 3 г в день, избегать употребления жирной пищи и сладостей, отказаться от курения, снизить до минимума употребление алкоголя, научиться преодолевать стрессы, которые способствуют повышению давления. И, конечно, контролировать свое артериальное давление, регулярно проходить диспансеризацию и профилактические медицинские осмотры.

В преддверии этой даты в области проходят информационно-просветительские мероприятия, в том числе скрининговые обследования для населения в учреждениях, Центрах здоровья; обучение методам самоконтроля АД. Продолжаются диспансеризация и медицинские профилактические осмотры взрослого населения, распространение памяток, буклетов, листовок кардиологической тематики с напоминание жителям области о необходимости своевременного обследования, контроля АД и коррекции факторов риска сердечно-сосудистых заболеваний.

15 мая, в четверг, с 15:00 до 16:00 часов по «Телефону здоровья» 55-18-47 ответит на ваши вопросы на тему «Артериальная гипертония» Ольга Гурьевна

Чистякова, фельдшер отделения медицинской профилактики Череповецкой городской больницы.

Спикер по теме – заведующий городским Центром здоровья Череповецкой городской поликлиники №1 Любовь Олеговна Луканичева, тел: 62-60-89

Заведующий Отделом общественного здоровья
и медицинской профилактики
по городу Череповцу БУЗ ВО ЦОЗМП
«Вологодский областной
центр общественного здоровья
и медицинской профилактики»

Е.В. Анкудинова