

بیش از یک سوم جمعیت استان اردبیل به فشار خون بالا مبتلا هستند

اردبیل (پانا) - معاون امور بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی اردبیل به روز جهانی فشار خون اشاره کرد و گفت فشار خون بالا به عنوان مهم ترین و اولین عامل خطر سکتة مغزی و مهم ترین عامل برای بیماری های قلبی عروقی مطرح شده است.

به گزارش پایگاه خبری تحلیلی سبلان و ZWNJ، ما، بابک نخستین، معاون امور بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی اردبیل، با اشاره روز جهانی فشار خون اظهار کرد: بیماری فشار خون بالا، اصلی و ZWNJ، ترین عامل خطر قابل تغییر برای ناتوانی و مرگ و میر زودرس ناشی از بیماریهای قلبی، بیماریهای مزمن کلیه و سکتة ZWNJ، مغزی در جهان و ایران است.

او با بیان اینکه ۲۸ اردیبهشت ماه مصادف با روز جهانی فشار خون است به شعار جهانی این روز اشاره کرد و گفت: بیش از یک سوم جمعیت بالای ۱۸ سال استان اردبیل به فشار خون بالا مبتلا هستند.

معاون امور بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی اردبیل از میزان نمک مصرفی، میزان چربی خون، دیابت و چاقی در کنار سابقه خانوادگی به عنوان مهمترین عوامل ابتلا به فشار خون بالا نام برد و گفت: فشار خون در مردان بالای ۵۰ سال بیشتر از زنان مشاهده می شود.

نخستین، در ادامه سخنان خود به بیان نکاتی برای پیشگیری و کنترل بیماری فشارخون بالا پرداخت و گفت: مراقبت و پایش بیماری در منزل و رعایت شیوه زندگی سالم، تغذیه صحیح، فعالیت بدنی مناسب، عدم یا ترک مصرف دخانیات و الکل، اندازه گیری و پایش فشار خون، اندازه گیری و پایش وزن، نحوه مصرف به موقع و صحیح دارو، آشنایی با علائم عوارض بیماری فشارخون بالا و عوارض دارویی آن، آشنایی با علائم فوریت های فشارخون بالا از جمله اقداماتی است که همه مردم باید در زندگی روزمره خود رعایت کنند تا به عوارض ناشی از فشار خون مبتلا نشوند.

او به ویژه برنامه های روز جهانی فشار خون در اردبیل اشاره کرد و گفت: با توجه به شیوع ویروس کرونا برنامه این روز خاص از طریق صدا و سیما و شبکه های اجتماعی دنبال خواهد شد.

معاون امور بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی اردبیل از بیماران خواست با مراجعه منظم به خانه های بهداشت، پایگاه های سلامت و مراکز خدمات جامع سلامت جهت مراقبت از بیماری خود با دستورالعمل های پیشگیری آشنا شده و به آن عمل کنند.