

under PRESSURE?

Cut your risk of heart attack and stroke – control your blood pressure

WORLD HEALTH DAY 2013
www.who.int/control-blood-pressure

World Health Organization

The poster features a vibrant crowd of people at a public event. Overlaid on the image are several blood pressure readings in a digital font, such as 202/105, 140/95, 180/96, 120/80, 140/70, 177/102, 188/93, 140/93, 120/90, 193/90, and 140/95. The text 'under PRESSURE?' is prominently displayed in the center, with 'PRESSURE?' in all caps. Below it, the slogan 'Cut your risk of heart attack and stroke – control your blood pressure' is written. At the bottom, the WHO logo and name are visible on the right, and the event details are on the left.

Светски дан здравља – 7. април 2013. године „Да ли сте под притиском?“

Светски дан здравља – 7. април се традиционално обележава као годишњица оснивања Светске здравствене организације. Ове године, Светски дан здравља је посвећен артеријској хипертензији и обележава се под слоганом „Да ли сте под притиском?“. Тим поводом, уз подршку и под покровитељством Министарства здравља Републике Србије и Светске здравствене организације – Канцеларије за Србију, Институт за јавно здравље Србије „Др Милан Јовановић Батут“ је био домаћин једнодневне стручне конференције „Артеријска хипертензија – од превенције до рехабилитације“.

Повишен крвни притисак или артеријска хипертензија је најчесталија болест срца и крвних судова и одговоран је за настанак више од половине свих кардиоваскуларних болести. Имајући у виду

чињеницу да су кардиоваскуларне болести један од водећих узрока смртности становништва у Србији и да се наша земља налази у групи земаља са високим ризиком умирања од болести срца и крвних судова, Министарство здравља иницирало је израду, а Влада Републике Србије усвојила **Национални програм превенције, лечења и контроле кардиоваскуларних болести у Републици Србији до 2020. године**. Програм има за циљ смањење превремених смртних исхода и значајно смањење оптерећења болестима срца и крвних судова предузимањем интегрисане акције, побољшањем квалитета живота и продужењем очекиваног трајања живота за све становнике Србије.

Артеријска хипертензија (повишен крвни притисак) је истовремено и болест и фактор ризика. Више од половине свих кардиоваскуларних болести, последица је артеријске хипертензије. Хипертензија повећава ризик од настанка шлога, инфаркта миокарда, срчане инсуфицијенције и периферне васкуларне болести. У периоду од 1980. до 2008. године, широм света број особа са хипертензијом порастао је са 600 милиона на билион, а према проценама до 2025. године 1,56 билиона особа имаће хипертензију. Учесталост хипертензије расте са годинама живота, тако да код особа старијих од 80 година износи чак 80%.

У Србији приближно 47% одраслог становништва има хипертензију, 50% мушкараца и 43% жена. Просечна вредност систолног (горњег) крвног притиска код мушкараца у Србији износила је 135 mmHg, а код жена 130 mmHg. Према последњим резултатима истраживања здравственог стања одраслог становништва Србије, скоро половина становника није била свесна да има повишене вредности крвног притиска. Такође, више од половине оних који знају да имају хипертензију нису узимали антихипертензивну терапију због недостатка финансијских средстава или става да им терапија није потребна.

У готово 90% свих случајева хипертензије, узрок је непознат и то је тзв. примарна (идиопатска, есенцијална) хипертензија. У осталих 10% случајева узрок хипертензије је познат. То је тзв. секундарна хипертензија коју изазивају поједина оболења/поремећаји.

Различити фактори ризика повезани су са настанком примарне хипертензије: генетска предиспозиција, прекомерна конзумација соли, алкохола и слатких газираних и негазираних пића, неправилна исхрана и гојазност, повишене масноће у крви, физичка неактивност, године живота, поједини поремећаји личности, пушење. Хипертензија је у највећој мери превентабилни фактор ризика. У циљу спречавања хипертензије и њених компликација, препоручује се неговање здравих стилова живота, редовно мерење крвног притиска и редовне здравствене контроле код изабраног лекара.