



17 май - Световен ден за борба с хипертонията.

Стресът, неправилното хранене и недостатъчното движение са основни фактори за появата на артериална хипертония.

На 17 май за петнадесета поредна година отбелязваме Световния ден за борба с хипертонията. Инициативата е на Световната лига по хипертония. Целта е да се повиши информираността на хората за заболяването и за ролята на превенцията, своевременното откриване и лечение на високото кръвно налягане. Тази година се поставя акцент върху предсърдното мъждене като най-често и най-рисково ритъмно нарушение в резултат на артериална хипертония.

Сърдечносъдовите заболявания остават водещата причина за смърт в света. Заболеваемостта от артериална хипертония за страните от Европейския съюз е между 30 и 45%. В България сърдечносъдовите заболявания заемат първо място като причина за смърт и инвалидизация.

В Разградска област през периода 2018-2020 г. регистрираните случаи на болести на органите на кръвообръщението в доболничната помощ заемат първа позиция от всички регистрирани случаи и варират в границите 27%, 23% и 26,4%. През същия период новооткритите случаи заемат второ място след болестите на дихателната система и представляват съответно 11, 4%, 12,0 % и 14,6 % от всички новооткрити заболявания в доболничната помощ. Водеща позиция се отрежда на сърдечносъдовите заболявания и при хоспитализираните заболявания в Разградска област.

Статистиката показва, че пада и долната възрастова граница на хипертонията и вече има регистрирани случаи на деца с това заболяване. Това налага обществото все по-ясно да осъзнае ролята на рисковите фактори като наднормено тегло, прекомерната употреба на сол, системна употреба на алкохол и намалена двигателна активност.

Тъй като първоначалните симптоми на хипертонията са съвсем леки, често заболяването се диагностицира едва в напреднал стадий, когато са нанесени тежки и трайни увреди на организма.

Стресът, неправилното хранене и недостатъчното движение са основните фактори за повишаването на кръвното налягане.

Промените в хранителния режим и начина на живот могат да намалят риска от здравни усложнения.