**شعار روز جهانی فشارخون در سال 1401**

**"با اندازه گيري دقيق فشارخون و كنترل مطلوب آن، زندگي با كيفيت و عمر طولاني تري داشته باشيد»**

بيماري فشار خون بالا، اصلي ترين عامل خطر قابل تغيير براي ناتواني و مرگ و مير زودرس ناشي از بيماريهاي قلبي، بيماريهاي مزمن كليه و سكته مغزي در جهان و ايران است. حدود 2 / 1 ميليارد نفر در جهان به بيماري فشار خون بالا مبتلا هستند. در سال ۲۰۱۷، بالغ بر ۱۰ ميليون نفر در جهان به علل مرتبط با فشار خون بالا جان خود را از دست داده اند. بر اساس نتايج پيمايش ملي بيماري هاي غيرواگير در سال ۱۳۹۹ بيش از ۳۲ % افراد ۱۸ سال و بالاتر كشورمان فشار خون بالا داشته اند( فشارخون سيستوليك ۱۴۰ ميلي متر جيوه و بالاتر يا فشار خون دياستوليك ۹۰ ميلي متر جيوه و بالاتر). متاسفانه عليرغم افزايش آگاهي طي سالهاي اخير، ميزان آگاهي مردم از ابتلا به اين بيماري همچنان درسطح پايين قرار داشته ( ۶۲ %) و اين ارقام بين ۵۳ درصد تا ۷۴ درصد برحسب استانهاي مختلف، متفاوت بوده است و حدود نيمي از مبتلايان تحت درمان قرار دارند و حدود ۴۲ درصد درمان موثر دريافت مي كنند. نكته مهم براي پيشگيري و كنترل بيماري فشارخون بالا، بحث بدون علامت بودن اين بيمارى و عدم اطلاع افراد مبتلا به فشارخون از بيمارى خود و نيز عدم درمان صحيح و كنترل بيماري است. به همين دليل اين بيمارى به عنوان قاتل خاموش شناخته مي شود. يكي از موانع مهم در كنترل مؤثر فشارخون بالا عدم اطلاع مردم از بالا بودن ميزان فشارخون خودشان است. در حالي كه فشارخون مي تواند به سادگي در منزل يا در مراكز بهداشتي درماني شناسايي شود. اين موضوع ضرورت توجه بيش از پيش به اين بيماري را مطرح مي كند. از اين رو توجه سازمان هاي بين المللي فشارخون نيز به اين موضوع معطوف شده و اتحاديه جهاني فشارخون بالا (WHL) از سال ۲۰۰۵ ميلادي بسيجي را راه اندازي كرده و روز ۱۷ ماه مي سال ميلادي را روز جهاني فشارخون تعيين كرده است. هدف از اين بسيج سالانه، ارتقاي آگاهي ودرك مفهوم فشارخون بالا است. شعارامسال "با اندازه گيري دقيق فشارخون و كنترل مطلوب آن، زندگي با كيفيت و عمر طولاني تري داشته باشيد» مي باشد.

. **«Measure your Blood Pressure Accurately, Control it, Live Longer»**

این روز یک فرصت برای برنامه ریزی و اجرای فعالیت هایی با تاکید بر شعار سالانه و در راستای اطلاع رسانی و ارتقای آگاهی عمومی و تشویق افراد، برای پیشگیری از بیماری فشارخون بالا در طول سال است.

در دوران پاندمی کووید ۱۹ ، بیماران مبتلا به فشارخون بالا با تهدید بیشتری مواجه هستند زیرا از یک سو در صورت ابتلا به بیماری کووید- ۱۹ دچار عوارض شدیدتری می شوند و از سوی دیگر ممکن است مراقبت بموقع دریافت نکنند. لذا باید توجه ویژه ای به ارتقای آگاهی عمومی و بیماران در خصوص بیماری فشارخون بالا و تشویق افراد به اندازه گیری دقیق و اطلاع از میزان فشارخون خود و دریافت درمان موثر برای کنترل مطلوب فشارخون، صورت گیرد.