



REPUBLIKA HRVATSKA
PRIMORSKO-GORANSKA
ŽUPANIJA



KABINET ŽUPANA

KLASA: 032-01/15-01/1
URBROJ: 2170/1-01-02/1-15-155
Rijeka, 11. svibnja 2015. godine

MEDIJIMA
-SVIMA-

PREDMET: Svjetski dan hipertenzije - upozorenje o opasnostima povišenog krvnog tlaka
- PRIOPĆENJE, DOSTAVLJA SE -

U nedjelju, 17. svibnja, obilježava se Svjetski dan hipertenzije. Tim povodom Nastavni zavod za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije organizira program prevencije bolesti srca i krvožilja kod stanovnika. Arterijska hipertenzija ili povišen krvni tlak naziva se i tihi ubojica – bolest je dugo bez simptoma, početak je neprimjetan pa se teško dijagnosticira u ranoj fazi, a posljedice mogu biti opasne po život – moždani ili srčani udar.

Svjetska zdravstvena organizacija obilježava Dan hipertenzije kako bi se podigla svijest ljudi o važnosti ranog otkrivanja visokog krvnog tlaka, redovitog mjerenja tlaka i slušanja liječničkih savjeta o terapiji i higijensko-dijetetskim mjerama. Arterijska hipertenzija predstavlja jedan od najčešćih razloga posjeta obiteljskom liječniku. Definirana je vrijednošću arterijskog tlaka iznad 140/90 mmHg. Ta je vrijednost individualna i ovisna je o ukupnom kardiovaskularnom riziku. U oko 90 posto slučajeva nije moguće utvrditi jedinstveni uzrok povišenog arterijskog tlaka te se radi o esencijalnoj ili primarnoj hipertenziji. U preostalim slučajevima moguće je utvrditi bolest koja je dovela do arterijske hipertenzije, tada se radi o sekundarnoj hipertenziji.

Povišeni krvni tlak tijekom dužeg vremenskog razdoblja uzrokuje oštećenja krvnih žila mnogih organa posebice srca, mozga i bubrega. Razina arterijskog tlaka usko je povezana s učestalošću niza kardiovaskularnih bolesti, posebno moždanog udara, zatajavanja i infarkta srca te zatajenja bubrega.

Istraživanja potvrđuju da psihosocijalni čimbenici značajno doprinose nastanku i razvoju arterijske hipertenzije. Izlaganje kroničnom stresu u obitelji i na radnom mjestu, odnosno neučinkovite strategije suočavanja sa stresom važan su čimbenik u razvoju povišenog krvnog tlaka. Način života kojeg karakterizira povećan unos kuhinjske soli, masti i ugljikohidrata te preobilna ishrana koja, uz tjelesnu neaktivnost, dovodi do pretilosti, pušenje te pretjerano konzumiranje kofeina i alkohola također

Adamićeva 10/IV., HR-51000 Rijeka

T ++385 51 351602 F ++385 51 351646 E kabinet@pgz.hr; pgz.mediji@pgz.hr W www.pgz.hr

pridonosi nastanku arterijske hipertenzije. Aerobno vježbanje ili svakodnevna aerobna tjelesna aktivnost u trajanju od najmanje 30 minuta smanjuje krvni tlak kako u hipertenzivnih, tako i u normotenzivnih osoba i treba biti uključeno u preporučeni način života normotenzivnih osoba, posebno mladih, kao važan vid primarne prevencije nastanka hipertenzije, a kod hipertenzivnih bolesnika kao vid sekundarne prevencije i liječenja arterijske hipertenzije. Osim zdravim načinom života arterijski krvni tlak snižava se i lijekovima. Često nije dovoljan jedan lijek, već je potrebno kombinirati dvije ili više vrsta lijekova koji na različite načine snižavaju povišeni arterijski tlak. Primjerenim načinom života i antihipertenzivnim lijekovima može se uspješno kontrolirati povišeni krvni tlak.

Nažalost, procjenjuje se da samo nešto više od polovice pacijenata pokazuje zadovoljavajuću suradljivost u liječenju arterijske hipertenzije. Zsigurno se jedan od razloga nezadovoljavajuće suradljivosti pacijenata krije u činjenici da nekomplikirana arterijska hipertenzija obično nije karakterizirana bolnim sindromima, općom slabošću i nelagodnom koji bi djelovali kao potkrepljenje za redovito uzimanje lijekova. Također, arterijsku hipertenziju valja liječiti doživotno, često i s nekoliko antihipertenzivnih lijekova što utječe na smanjenu suradljivost pacijenata.

Unaprijed zahvaljujemo na objavi priopćenja i srdačno Vas pozdravljamo.
S poštovanjem,

Voditeljica Kabineta Župana
Ermina Duraj



DOSTAVITI:

1. NASLOVU
2. ARHIVA, ovdje