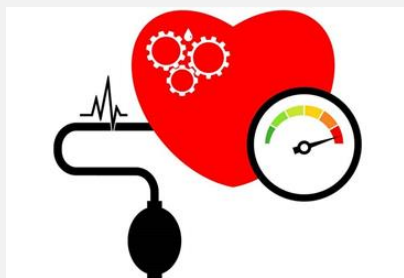


روز جهانی فشار خون

به مناسبت گرامیداشت روز جهانی فشار خون در مورخه 27/02/1403 در بیمارستان امیرالمومنین(ع) ایستگاه فشار خون دایر گردید.

**فشارخون**

نیروی فشاری وارده به دیواره سرخرگ ها (با ورود خون بدخل سرخرگ ها در اثر پمپاژ قلب)، **فشارخون** نامیده می شود. بعبارتی دیگر فشار خون یعنی فشاری که خون در هر انقباض عضله قلب به دیواره سرخرگها وارد می کند.

فشار خون بالا قاتل خاموش نامیده می شود، زیرا بی سرو صدا و بدون علامت شخص مبتلا را به مرگ و پایان زندگی نزدیک می کند و اگر پرفشاری خون در مراحل اولیه کنترل نشود، نه تنها فعالیت دستگاه قلب و عروق، بلکه سایر اعضای بدن نیز دچار مشکل می شود.

فشار خون بالا شایع ترین شکل بیماری قلبی عروقی است که تقریباً از هر سه نفر یک فرد به آن مبتلا می شود و تهدید جدی محسوب می شود زیرا باعث می شود قلب شدید تر کار کند که نیاز آن به اکسیژن را افزایش داده در ایجاد آنژین صدری دخالت دارد.

در صورتی که این مشکل تحت کنترل قرار نگیرد خطر حمله قلبی، سکتة مغزی و بیماری کلیوی را افزایش می دهد. برخی افراد می توانند با شیوه زندگی سالم، کاهش وزن اضافی، ترک سیگار، محدود کردن مصرف کافئین و الکل، کاهش مصرف نمک و انجام روشهای تمدد اعصاب فشار خون بالا را کنترل کرده آن را کاهش دهند.

به مناسبت 28 اردیبهشت مصادف با 17 می روز جهانی فشار خون جهت آگاه سازی عمومی در خصوص پیشگیری از فشار خون بالا اقدامات زیر توسط واحد آموزش همگانی بیمارستان امیرالمومنین علی (ع) انجام شد:

-برپایی ایستگاه فشار خون در لابی بیمارستان و کنترل فشار خون همراهان بیماران و مراجعه کنندگان

-بخش کلیپ های آموزشی در سالن های بیمارستان

- ارائه پمفلت آموزشی و آموزش های چهره به چهره

-برگزاری مسابقه با مضمون پیشگیری از فشار خون بالا و اهدای جوایز به برگزیدگان

هدف از این مناسبت ارتقای آگاهی و درک مفهوم فشارخون بالا است که با اندازه گیری دقیق فشارخون و کنترل آن عمر طولانی تر داشته باشیم.

جهت دریافت **پمفلت فشارخون** کلیک نمائید.