

**Już co trzecia osoba w Polsce w wieku 40-59 lat ma   
problemy z nadciśnieniem tętniczym**

**W 2017 roku z powodów związanych z nadciśnieniem tętniczych na świecie zmarło 10,4 mln osób. Szacuje się, że z problemem nadciśnienia na całym świecie zmaga się ponad miliard dorosłych, a prognozy mówią nawet o 1,5 miliardzie chorych do 2025 roku.[[1]](#footnote-1) W Polsce jest to według danych NATPOL 9,5 mln osób.[[2]](#footnote-2) Nadciśnienie tętnicze krwi to podstępna choroba, która często przez długi czas nie daje żadnych dodatkowych objawów. Dlatego, aby zwiększyć świadomość choroby i konieczności wykonywania regularnych pomiarów ciśnienia, już po raz trzeci wystartowała globalna akcja pn. „Maj miesiącem mierzenia ciśnienia tętniczego” (May Measurement Month). Medicover Polska jest jednym partnerów kampanii.**

**N**adciśnienie tętnicze jest głównym czynnikiem ryzyka chorób serca i udarów mózgu. Choć umieralność   
z powodu zawału serca spada, to zgony w wyniku udarów mózgu nadal są bardzo częste. Co więcej problem ten dotyka coraz młodszych osób. Obecnie już co trzecia osoba w wieku 40-59 lat ma problemy z nadciśnieniem.[[3]](#footnote-3)

**Niestety wciąż wysoki odsetek osób żyje bez świadomości posiadanej choroby. W Polsce w przypadku chorych po 50. roku życia jest to aż 30 proc. [[4]](#footnote-4)**

*- Trudność w diagnozowaniu nadciśnienia tętniczego polega na tym, że zazwyczaj przez długi czas nie daje ono żadnych niepokojących objawów. Tylko u części pacjentów pojawiają się np. bóle głowy i w klatce piersiowej, trudności ze snem, nudności czy zaburzenia widzenia. Z tego powodu choroba często pozostaje nieleczona* – **wyjaśnia dr n. med. Katarzyna Gorzelak-Kostrzewska, lekarz medycyny pracy, współautorka raportu „Praca. Zdrowie. Ekonomia. Perspektywa 2013–2017.**

U zdecydowanej większości pacjentów występuje nadciśnienie tętnicze pierwotne, czyli niewywołane przez inne choroby. Prawdopodobieństwo występowania choroby wzrasta ze względu na stres, nieprawidłową dietę i niewłaściwą aktywność fizyczną oraz otyłość brzuszną. Bardziej zagrożeni są również mężczyźni, szczególnie po 55. roku życia oraz kobiety po 65. roku życia, pacjenci z nieprawidłową tolerancją glukozy oraz posiadający w rodzinie osoby z przedwczesną chorobą sercowo–naczyniową.

*- Warto wiedzieć, że osoby w wieku 50 lat i starsze, które mają podwyższone ciśnienie żyją aż 5 lat krócej niż osoby, u których wartości ciśnienia są prawidłowe.[[5]](#footnote-5) Dlatego takie znaczenie ma wczesne rozpoznanie choroby i wdrożenie skutecznego leczenia. Z naszego raportu „Praca. Zdrowie. Ekonomia. Perspektywa 2013-2017” wynika, że 62 proc. pacjentów chorych na nadciśnienie, a będących pod opieką Medicover, osiąga prawidłowe wartości ciśnienia tętniczego. W porównaniu z wynikami leczenia w całej Polsce, to wynik o 22 punkty procentowe wyższy* – wyjaśnia **dr n. med. Katarzyna Gorzelak-Kostrzewska.**

**Kampania May Measurement Month 2019**

Ze względu na specyfikę choroby, która początkowo może przebiegać bezobjawowo, bardzo ważne są regularne pomiary ciśnienia. Aby zwiększyć tę świadomość wśród pacjentów, Medicover Polska już po raz trzeci dołączył jako partner do kampanii „Maj Miesiącem Mierzenia Ciśnienia Tętniczego Krwi”. W ramach kampanii we wszystkich Centrach Medicover, Medi Partner i Medvit prowadzone będą pomiary ciśnienia i tętna wśród pacjentów i osób odwiedzających placówki. Program jest adresowany szczególnie do osób powyżej 18. roku życia, u których ciśnienie tętnicze nie było mierzone w przeciągu ostatniego roku.

Pomiar każdorazowo uzupełni krótki wywiad dotyczący historii chorób układu krążenia oraz czynników ryzyka sercowo-naczyniowego. Badani pacjenci, których wynik pomiaru ciśnienia będzie wskazywał na rozpoznanie nadciśnienia tętniczego, otrzymają pisemną poradę z zaleceniami dotyczącymi dalszych działań, np. zmiany diety i stylu życia.

W przeciągu dwóch lat w ramach kampanii na całym świecie przebadano 2,7 mln osób. W ubiegłorocznej edycji nadciśnienie tętnicze zdiagnozowano u 33 proc. wszystkich przebadanych osób. Ponad 40 proc. z nich nie wiedziało wcześniej o swojej chorobie.

Kampania May Measurement Month prowadzona jest z inicjatywy International Society of Hypertension. W Polsce partnerami kampanii są Chde/Microlife, Servier, CenterMed, ALAB Laboratoria, Super-Pharm, fundacja Prosto z serca, Międzynarodowe Stowarzyszenie Studentów Medycyny IFMSA-Poland.

1. MayMeasurementMonth 2018: a pragmatic global screening campaign to raise awareness of blood pressure by the International Society

   of Hypertension, European Heart Journal (2019) [↑](#footnote-ref-1)
2. Częstość występowania i świadomość nadciśnienia tętniczego w Polsce i na świecie. Zdrojewski T. Postępy Nauk Medycznych s3/2011, s. 4-10. [↑](#footnote-ref-2)
3. Nadciśnienie tętnicze 2013: Polska na tle świata. Narkiewicz K. Katedra Nadciśnienia Tętniczego i Diabetologii. Gdański Uniwersytet Medyczny. [↑](#footnote-ref-3)
4. Nadciśnienie tętnicze 2013: Polska na tle świata. Narkiewicz K. Katedra Nadciśnienia Tętniczego i Diabetologii. Gdański Uniwersytet Medyczny. [↑](#footnote-ref-4)
5. Blood Pressure in Adulthood and Life Expectancy With Cardiovascular Disease in Men and Women Life Course Analysis. Franco OH., Peeters A.,

   Bonneux L., de Laet Ch. Hypertension. 2005;46:280-286. doi:10.1161/01.HYP.0000173433.67426.9b. [↑](#footnote-ref-5)