



БЪЛГАРСКА ЛИГА ПО ХИПЕРТОНИЯ

www.hypertension.bg

СЪОБЩЕНИЕ ДО МЕДИИТЕ

НАЦИОНАЛНА ЗДРАВНА КАМПАНИЯ „МАЙ МЕСЕЦ ЗА МЕРЕНЕ“

17 МАЙ – СВЕТОВЕН ДЕН ЗА БОРБА С ХИПЕРТОНИЯТА '2024

„ИЗМЕРВАНЕ, КОЕТО СПАСЯВА ЖИВОТ. ТВОЯ. #МММ24“

По повод 17 май – Световен ден за борба с хипертонията, се инициира най-голямата синхронизирана световна здравна кампания „Май месец за мерене“ на Международното дружество по хипертония (ISH). За поредна година в България тя ще се проведе по инициатива на Българската лига по хипертония с подкрепата Български червен кръст, Асоциация на студентите медици в България, Българска студентска фармацевтична асоциация, медицинските университети в страната, общините и други партньори. „Май месец за мерене“ има за цел да повиши обществената осведоменост, да подчертае важността на измерването на кръвното налягане и да помогне за идентифициране и намаляване на кръвното налягане на тези хора, които се нуждаят от интервенция, съгласно настоящите ръководни насоки.

Повишеното кръвно налягане остава най-важният и водещ фактор, допринасящ за смъртността и преждевременното развитие на множество заболявания в световен мащаб. Установено е, че през 2019 г. около 19% от всички смъртни случаи (10,8 милиона) се дължат на повишено кръвно налягане, което се е увеличило от 9,4 милиона смъртни случая през 2014 г. Хипертонията причинява над 50% от случаите на сърдечни заболявания, инсулт и сърдечна недостатъчност и е изчислено, че около 10% от глобалните разходи за здравеопазване произтичат от повишено кръвно налягане и неговите усложнения. Освен това дължащото се на хипертония увреждане на определени прицелни органи е свързано и с редица други неблагоприятни последици като усложнения на бременността в ранна възраст, поява и развитие на хронично бъбречно заболяване и деменция с напредване на възрастта.

По-голямата част от хората с хипертония или изобщо не осъзнават, че действително я имат, и поради тази причина не се лекуват, или са на лечение, което не контролира ефективно състоянието им. Тъй като заболяването много често няма забележими симптоми, измерването на кръвното налягане е единственият точен начин за идентифициране на хипертония и следователно е от ключово значение. Добрата новина е, че кръвното налягане е лесно за измерване и ако се диагностицира достатъчно рано, може да се управлява чрез поддържане на здравословен начин на живот или, ако е необходимо, чрез използване на редица ефективни лекарствени лечения, които са на разположение за контролиране на хипертонията.

Това беше тласъкът зад „Май месец за мерене“ – глобална кампания, насочена към повишаване на осведомеността за високото кръвно налягане, неговите потенциални дългосрочни последици и значението на контролирането му. Това е най-голямата в света публична кампания за скрининг на кръвното налягане и от май до юли доброволци по целия свят ще измерват кръвното налягане на хора в техните градове и села. България се гордее, че



БЪЛГАРСКА ЛИГА ПО ХИПЕРТОНИЯ

www.hypertension.bg

провежда „Май месец за мерене“ в своята страна и се стреми да накара колкото се може повече от местното население да се тества. Всички участници си тръгват, знаейки нивото на кръвното си налягане, а всеки, който е регистриран като хипертоник, получава съвет какво да прави по-нататък.

По време на предходните четири години на скрининговата кампанията „Май месец за мерене“ в България – 2019, 2021, 2022 и 2023 год. са скринирани над 15 000 българи. Пропорцията хипертоници, дефинирана като измерени стойности на АН над 140/90 mmHg по време на скрининга или приемащи терапия достига 74.3%, като контролирани хипертоници на фона на провеждана терапия са 46%, респективно 34.8% от скринираните индивиди. Правят впечатление:

- нарастващата честота на новоустановена хипертония сред определени групи като млади мъже и жени на средна възраст 35-65 г.,
- съпътстващият товар от допълнителни рискови фактори, наличен още от ранна възраст – тютюнопушене, наднормено телесно тегло, консумация на алкохол и липса на физическа активност и
- нарастващата тенденция за липса на адекватен контрол на АН, независимо от провежданата терапия (40.7% срещу 38.5% в предходни кампании).

Всичко това се дължи главно на факта, че повечето хора с артериална хипертония не са диагностицирани или не се лекуват, което се обяснява с ниските нива на информираност и липсата на редовно измерване на кръвното налягане. Друга идентифицирана причина представлява липсата на осведоменост относно прицелни стойности при провеждана терапия и тяхното значение в управлението на риска. Причините за високото кръвно налягане са свързани и с редица поведенчески рискови фактори прекален прием на сол с храната, злоупотребата с алкохол и тютюневи изделия, недостатъчната физическа активност и свръхтегло, които също са субоптимално контролирани.

Традиционно, по време на кампанията ще се провежда и скрининг за предсърдно мъждене, което е най-честата форма на сърдечна аритмия, засягаща 1 на 4 души над 40-годишна възраст. Към момента над 11 милиона души в цяла Европа са засегнати от предсърдно мъждене и се очаква те да нараснат със 70% до 2030 година. Освен директната връзка с повишеното кръвно налягане, предсърдното мъждене е хронично прогресиращо заболяване, увеличаваща риска от животозастрашаващи усложнения като мозъчен инсулт и сърдечна недостатъчност и води до когнитивни нарушения, намалявайки качеството и продължителността на живота.

През 2024 година кампанията ще бъде добогатена с възможността участващите индивиди да споделят стойностите на кръвното си налягане, измерено в домашни условия на сайта на Българска лига по хипертония www.hypertension.bg. Чрез инициативата „Май Месец за Мерене в къщи“ желаещите ще бъдат запознати с правилата за коректни измервания като процедура и стъпки, както и да получат информация за корекция на други съпътстващи рискови фактори.

ДАТИ НА КАМПАНИЯТА ПО ГРАДОВЕ:

9 май, четвъртък, 10:00-16:00 ч.



БЪЛГАРСКА ЛИГА ПО ХИПЕРТОНИЯ

www.hypertension.bg

- **Велико Търново** - пред „Съдебна палата“, Велико Търново, бул. „Васил Левски“ № 16 и „Скай център“

10 май, петък, 10:00-16:00 ч.

- **Сливен** – бул. „Цар Освободител“ 15, пред бистро „Маки“, пешеходна зона до община Сливен

11 май, събота, 10:00-16:00 ч.

- **Пловдив** - площад до фонтан на Пеликаните, срещу Община Пловдив

13 май, понеделник, 10:00-16:00 ч.

- **Хасково** – главна улица, пешеходна зона до община Хасково

15 май, сряда, 10:00-16:00 ч.

- **София** – пред ВМА
- **Добрич** – пл. Свобода, пешеходна зона до хотел Дружба

16 май, четвъртък, 10:00-16:00 ч.

- **Шумен** – бул. Славянски с/у ул. Петър Делян до театър

17 май, сряда, 10:00-16:00 ч.

- **София** – на входа на Южен парк от бул. Витоша
- **Пловдив** - площад до фонтан на Пеликаните срещу Община Пловдив
- **Варна** – входа на Морска градина
- **Бургас** – ул. „Александровска“, пред сградата на община Бургас, до фонтана
- **Плевен** – център пешеходна зона, до фонтаните, до буквите Синия комплекс
- **Стара Загора** – главна улица, пешеходна зона, с/у община Стара Загора (долната Гъба)

18 май, събота, 10:00-16:00 ч.

- **Варна** – входа на Морска градина

21 май, вторник, 10:00-16:00 ч.

- **Кърджали** – център, парк Свобода до аптека „Дарина“

22 май, сряда, 10:00-16:00 ч.

- **Смолян** - кв. „Стар център“, пл. „Свобода“ (до Арките)

28 май, вторник, 10:00-16:00 ч.

- **Перник** - пешеходна зона, площад „Кракра Пернишки“, до „Мемориал на миньорския труд“

29 май, сряда, 10:00-16:00 ч.

- **Кюстендил** – площад „Велбъжд“ 1, пешеходна зона

3 юни, събота, 10:00-16:00 ч.

- **Русе** - централна градска част, пешеходна зона пред Съдебна палата



БЪЛГАРСКА ЛИГА ПО ХИПЕРТОНИЯ

www.hypertension.bg

Българската лига по хипертония подчертава значението на повишаване качеството на осведоменост, контрол и терапия на високото кръвно налягане като ключово действие, необходимо за превенция и контрол на сърдечносъдовите заболявания в България.

Инициативата се подкрепя официално от Световната лига по хипертония, Международното дружество по хипертония, Световната инициатива по проблемите, свързани с консумацията на сол и здравето и Международната диабетна федерация. Всички тези организации работят съвместно за повишаване на информираността на населението в световен мащаб за значението на високото кръвно налягане като рисков фактор за възникване на различни сърдечносъдови, мозъчносъдови, бъбречни и други усложнения.

Партньори на Българската лига по хипертония в това мащабно по размерите си скриниране за България са Български червен кръст; Асоциация на студентите медици в България; Българска фармацевтична студентска асоциация; МУ София; МУ Пловдив; МУ Варна; МУ Плевен; Медицински факултет на Тракийски университет гр. Стара Загора; Медицински факултет „Проф. Асен Златаров“, гр. Бургас; ВМА; Медикъл Нюз; Омрон България; Сервие България и всички общини, в които се организират измерванията.

Програма ще бъде публикувана в сайта на Българската лига по хипертония (<https://hypertension.bg/>) и нашите партньори.

Допълнителна информация за кампанията може да бъде намерена и на официалния сайт на May Measure Month (<https://maymeasure.org/>).

С уважение:
проф. Арман Постаджиян
Председател на Българска лига по хипертония

В ПАРТНЬОРСТВО С

