

17 მაისი – ჰიპერტენზიის მსოფლიო დღე

ჰიპერტენზიის მსოფლიო დღე დაწესდა რათა ხაზი გაესვას სისხლის მაღალი წნევით გამოწვეული ინსულტის, გულისა და თირკმლის დაავადებებს, რომელთა პრევენცია შესაძლებელია და გარდა ამისა, ხელი შეუწყოს საზოგადოების გათვითცნობიერებას ამ დაავადებათა პრევენციის, გამოვლენისა და მკურნალობის საკითხებთან დაკავშირებით.

ჰიპერტენზიის მსოფლიო დღე 2010 წელს აღინიშნება 17 მაისს თემით:

ჯანსაღი წონა და ჯანსაღი სისხლის წნევა

ამ დღისადმი მიძღვნილი პოსტერის დევიზია:

**შეიმოწმე წელის გარშემოწერილობა, მიირთვი ხილი და ბოსტნეული,
ივარჯიშე და შეამცირე მარილის მოხმარება**

სისხლის მაღალი წნევა გლობალური ეპიდემიაა

1.5 მილიარდზე მეტი ადამიანი იტანჯება სისხლის მაღალი წნევით (ჰიპერტენზიით). ჰიპერტენზია გულის და თირკმლის დაავადებების და მათთან დაკავშირებული სიკვდილობის გამომწვევი ყველაზე მნიშვნელოვანი რისკ-ფაქტორია.

სისხლის მაღალი წნევით მსოფლიოში ყოველწლიურად 7 მილიონი ადამიანი იღუპება.

მსოფლიოში იზრდება სიმსუქნისკენ მიდრეკილება. გლობალურად, 1 მილიარდი მოზარდი მიდრეკილია სიმსუქნისკენ, ხოლო 300 მილიონი მსუქანია.

ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის რეკომენდაციით:

წელის ჯანსაღი გარშემოწერილობაა: მოზრდილ მამაკაცებში არ უნდა აღემატებოდეს 95 სმ.-ს, ხოლო მოზრდილ ქალებს 80 სმ.-ს.

სხეულის მასის ინდექსი:

< 18.5 – წონის ნაკლებობა

18.5 – 24.9 – ჯანსაღი წონა

25 – 29.9 – ჭარბი წონა

30 - 39.9 - სიმსუქნე