

کلیات و اهمیت بیماری : فشار خون بالا یکی از مهمترین و شایعترین بیماریهای قلبی – عروقی است و تعداد قابل

توجهی از جمعیت دنیا به آن مبتلا هستند . در کشور ایران نیز حدود 19٪ از جمعیت بالغین 15 سال به بالا مبتلا به فشار خون بالا هستند.

تغییرات اجتماعی که در کشور ایران و بسیاری از کشورهای منطقه طی دهه های اخیر رخ داده است وضعیت سلامتی را نیز دستخوش تغییر کرده است . شیوه های زندگی جدید ،رسومات و سنتهای جدیدی وارد فرهنگ بومی شده است و تغییر در الگوهای غذایی و رفتاری منتج گردیده است که خود این تغییرات افزایش شیوع چاقی،افزایش تعداد موارد سیگاری و کاهش فعالیت بدنی و در نتیجه افزایش شیوع بیماری های غیرواگیر را به همراه داشته است . بیماری های قلبی،سکته های مغزی، انواع سرطان ها ،فشارخون بالا و دیابت در حقیقت نمودی از این تغییرات هستند ودرحال حاضر از مهمترین علل مرگ و میر در منطقه عمرو(مدیترانه شرقی)سازمان جهانی بهداشت و از جمله ایران میباشند. با توجه به اینکه شیوع فشار خون بالا با سبک و روش زندگی ارتباط تنگاتنگ دارد ، جایگزین نمودن شیوه های زندگی نا صحیح با روشهای مناسب می تواند تا حد قابل توجهی از گسترش این بیماری و عوارض ناتوان کننده آن نظیر سکته های قلبی و مغزی ، نارسایی کلیه و اختلالات بینایی پیشگیری نماید . لذا برای کلیه کارکنان بهداشتی ضرورت دارد تا به اهمیت پیشگیری از مشکل فوق توجه داشته باشند و برای حل آن تلاش مستمر نمایند .