

یکی از مهم ترین نمادهای پیشرفت هر کشوری، بهبود شاخص های مربوط به سلامت است. از بهترین و منطقی ترین راه های ارتقاء سطح سلامت پیشگیری از بیماری است. پیشگیری در سه سطح تعریف و تقسیم می شود. اولین، مؤثرترین و کم هزینه ترین پیشگیری در سطح اول اتفاق می افتد که طی آن آحاد جامعه با داشتن سبک زندگی سالم وبا تاکید و توجه به تغذیه مناسب، ورزش و فعالیت کافی، آرامش فکری، دوری از استرس و داشتن اعتقادات راسخ معنوی و دینی، از ابتلا به بیماری در امان می مانند. با این همه و با اهمیت زیادی که پیشگیری اولیه دارد خواه و نا خواه عده ای از مردم به انواع بیماری ها مبتلا می شوند. حکمت خداوند متعال بر این است که سیر بسیاری از بیماری ها کند و شروع آن ها تدریجی است. با تأثیر به موقع بر روند این بیماری ها می توان از پیشرفت آن ها پیشگیری کرده و در مواردی به کلی آن ها را برطرف کرد. لذا سطح دوم پیشگیری در زمانی است که روند بیماری و ناتوانی و آسیب به موقع تشخیص داده شده و با اقدامات مناسب بتوان روند آن را کند کرد و یا به طور کلی مسیر پیشرفت آن را متوقف نمود. البته ابتلای به بیماری به معنای پایان همه چیز نیست و در پیشگیری سطح سوم که البته سخت تر و هزینه بر است، تلاش می شود تا بیماری ناتوانی و عوارض کمتری برجا بگذارد.

پرفشاری خون با این که در سطح اول پیشگیری اهمیت می یابد و روش های سالم زندگی (سبک زندگی سالم) تا حد زیادی از بروز آن ها پیشگیری می کند، اما به عنوان بیماری های خاموش در جامعه گسترش یافته است و مسبب ۵۰ درصد نارسایی کلیه، ۴۲ درصد سکت های قلبی و بیش از ۵۰ درصد سکت مغزی است که مشکلات و هزینه های سنگینی را بر دوش بیماران، خانواده ها، جامعه و دولت تحمیل می کنند. از طرفی مشخص شده که پیشگیری سطح دوم یعنی شناسایی و پیگیری و درمان به موقع مبتلایان می تواند روند پیشرفت آن را کند کرده و زندگی هزاران نفر را و تعداد بیشتری از خانواده ها را نجات دهد.

دانشکده علوم پزشکی نیشابور از یکم اردیبهشت ۱۳۹۸ طرح بسیج همگانی مقابله با پرفشاری خون را به اجراء گذاشته که در این بررسی به غربالگری و گردآوری، پردازش و تحلیل داده های مهم ترین عوامل خطر بیماری قلبی عروقی شامل فشارخون بالا و اضافه وزن، چاقی، دیابت، چربی خون بالا و.... پرداخته می شود.

همشهریان محترم می توانند با مراجعه به پایگاههای سلامت یا خانه های بهداشت، از فشارخون خود مطلع شوند.

ساعات کار پایگاه ها: همه روزه صبح ۷:۳۰ تا ۱۴:۳۰ بعدازظهر ۴ تا ۷ (درایام کمپین)

ساعات کار خانه های بهداشت: همه روزه ۷:۳۰ تا ۱۴:۳۰

