

راهنمای کاربردی کنترل فشارخون

تألیف:

دکتر محمد اسماعیل قیداری

استادیار گروه بیماریهای قلب دانشگاه شهید بهشتی

دکتر قباد مرادی

سیران نیلی

ویرایش ادبی:

ادیب خضری

فیداری، محمد اسمعیل، ۱۳۴۱

راهنمای کاربردی کنترل فشار خون / نویسندگان محمد اسماعیل فیداری، قباد مرادی، سیران نیلی. - سنندج: دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کردستان، ۱۳۸۴.

۱۲۲ ص

ISBN: 964-06-6774-9

فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیبا.

کتابنامه: ۱۲۲

۱. فشار خون زیاد. الف مرادی، قباد، ۱۳۴۸. - ب. نیلی، سیران، ۱۳۵۹. - ج. دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کردستان.
د. عنوان.

۶۱۶/۱۳۲

RC۸۵ / ف ۹۴ ق ۵

۸۴-۹۹۴۹ م

کتابخانه ملی ایران

راهنمای کاربردی کنترل فشارخون

■ تألیف: دکتر محمد اسماعیل فیداری، دکتر قباد مرادی، سیران نیلی

■ ویرایش ادبی و صفحه‌آرایی: ادیب خضری

■ تیراژ: ۱۵۰۰ جلد

■ نوبت چاپ: اول - تابستان ۱۳۸۴

■ لیتوگرافی، چاپ و صحافی: چاپخانه فردوسی سنندج (۲۲۶۴۲۴۸ ☎)

■ ناشر: معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی کردستان با همکاری

مرکز مدیریت بیماریها

■ شابک: 964_06_6774_9

● کلیه حقوق چاپ و نشر این اثر در انحصار ناشر است؛ لذا کپی‌برداری از روی

آن به هر شکل ممنوع بوده و پیگرد قانونی دارد. نقل مطالب با ذکر مأخذ

بلامانع می‌باشد.

مقدمه

فشارخون بالا یکی از شایعترین بیماریهای قلبی عروقی در جهان است و تعداد قابل توجهی از جمعیت دنیا به آن مبتلا هستند. در کشور ایران نیز حدود ۲۰٪ از جمعیت بالغین با این بیماری دست و پنجه نرم می کنند.

فشارخون بالا احتمالاً مهمترین مشکل بهداشتی جوامع توسعه یافته است؛ مشکلی شایع و بدون علامت که به آسانی قابل تشخیص و معمولاً به سادگی هم قابل درمان است اما در صورت عدم درمان بموقع می تواند منجر به بروز عوارض خطرناکی گردد.

با انجام برنامه های آموزشی گسترده در کشورهای توسعه یافته در اواخر دهه های ۱۹۶۰ و ۱۹۷۰ میلادی توسط سازمانهای خصوصی و دولتی، تعداد بیماران تشخیص داده شده و یا درمان نشده کاهش قابل ملاحظه ای یافت و به کمتر از ۲۰٪ تقلیل یافت و با کاهش مرگ و میر ناشی از بیماریهای قلبی عروقی نیز همراه بود. اما متأسفانه در اواسط دهه ۹۰ میلادی این سیر نزولی متوقف شد؛ بطوری که تعداد مبتلایان به فشارخون بالای تشخیص داده نشده به ۳۳٪ رسید و کاهش میزان مرگ و میر قلبی عروقی متوقف شد و به موازات آن، تعداد مبتلایان به فشارخون بالای درمان نشده (یا بخوبی درمان نشده) نیز افزایش یافت.

بر این اساس مشخص می شود که متولیان سلامت باید راه حل های مناسبی را برای پیشگیری و کنترل بیماریهای مزمن و غیرواگیر مانند فشارخون بالا بیابند در غیر این صورت با افزایش امید به زندگی در مردم و تعدد افراد سالمند جامعه، در آینده ای نزدیک بیماریهایی نظیر فشارخون بالا مشکلات زیادی را هم برای افراد

و هم برای جامعه ایجاد می‌کنند. در حال حاضر بیماریهای غیرواگیر بعنوان گروهی از بیماریهای اولویت‌دار در حال ورود به برنامه‌های مداخله‌ای و مراقبت در سیستمهای بهداشتی درمانی کشور هستند. برنامه بیماریهای قلب و عروق و کنترل فشارخون نیز از چند سال قبل در سیستمهای بهداشتی ادغام شده است.

هرچند متون و مستندات برای افزایش آگاهی کارکنان و مردم درخصوص این برنامه وجود دارد؛ با این وصف کارشناسان و کاردانها بعنوان نیروهای سطوح میانی، نیازمند متونی هستند که مفاهیم موجود در آنها را بخوبی درک کرده تا بتوانند این برنامه را به شکلی مناسب مدیریت کرده و با آموزش سایر نیروها، برنامه‌های مداخله‌ای متناسب با منطقه تحت سرپرستی خود را طراحی نمایند.

«تعاریف فشارخون»، «اندازه‌های طبیعی و غیرطبیعی فشارخون»، «علائم و عوارض آن»، «اپیدمیولوژی بیماری در نقاط مختلف»، «سنجش فشارخون» و «برنامه کشوری فشارخون» از عناوینی است که یک کاردان در کار عملی به آنها نیاز بیشتری دارد.

کتاب حاضر با این هدف تهیه شده و می‌تواند بعنوان راهنمایی کاربردی و تکمیلی برای کاردانها و کارشناسان بهداشتی درمانی مورد استفاده قرار گیرد و در ارتقای سطح آگاهی آنان در مراکز بهداشتی درمانی مؤثر باشد. تلاش شده تا آنچه که پاسخگوی نیازهای کارکنان در این زمینه است، ارائه گردد.

در پایان از راهنمایهای آقایان دکتر سمرام‌محرابی، دکتر سیدمحمد حسینی پور، دکتر ابراهیم قادری، امید بنفشی و خانم زهره رحیمی تشکر و قدردانی به عمل آید.