.

Son Söz

Prof. Dr. Cevat Kırma

HT BÜLTENİ

Hipertansiyon (HT) çalışma grubumuzun yeni seçilen başkan ve üyelerini tebrik eder ve çalışmalarında başarılar dilerim. Hipertansiyon tüm dünyada en önde gelen sağlığı problemlerindendir. Akut ve kronik organ yetersizliğine neden olan HT'un bu komplikasyonlara yol açmadan tedavi edilmesinin insan refah ve sağlığının sağlanması, komplikasyonların ve organ yetersizliklerinin maliyet yüklerinin azaltılması açısından önemli olduğu açıktır. Hipertansiyon tanısı önemli olmakla birlikte daha önemli olan hastanın tedavi edilmesidir. Buna rağmen ülkemizde ve tüm dünyada farkındalık, tanı konma, tedavi alan ve kan basıncı kontrol altına alınabilen hasta sayısı beklenenin çok altındadır. Bunun en önemli sebeplerinden biri hastalarımızın çoğunlukla HT'u bir hastalık olarak görmemeleridir. Ülkemizde HT'u hastalık olarak görenlerin oranı %10'un altındadır. Topluma HT'un hastalık olduğunu anlatmak ve kötü sonuçlarının tedavi ile engelenebileceği konusunda bilgilendirmek en önemli görevlerimizdendir.

Patent2 çalışmasına göre ülkemizde HT tanısı alıp tedavi alan hasta oranı %47 olup tedavi alanların ancak %54'ünde kan basıncı kontrol altına alınabilmektedir. Sonuç olarak tanı konan hastaların neredeyse dörtte birinde hedeflere ulaşılabilmektedir.

Bu nedenle hasta motivasyonunun sağlanması ile ilgili çalışmalar yapılmalıdır. Son dönemlerde gıda ve sanayi bakanlığının aldığı tedbirlerle unlu mamullerde tuz kullanımı azaltılmıştır. Ek olarak halka açık restaurant, kafe vb yerlerde masada tuzlukların kaldırılması, eve yapılan yemek servislerde küçük paketlerde menüye eklenen tuzların kısıtlanması ile ilgili tedbirler alınması, bisküvi,cips vb unlu mamüllerin tuzlu formda üretiminin kısıtlanarak özellikle çocuk ve gençlerin az tuzlu damak tadının geliştirilmesi gereklidir. Ayrıca sigara paketlerinde olduğu gibi tuzlu ürünlerin ambalajlarında tuz kısıtlanması ile ilgili görseller eklenmelidir. Bu düzenlemelerin kamu spotlarında hatırlatılması gibi çalışmalar yapılmalıdır. Bunların yanında yaşam tarzı değişikliklerinin sağlanması için spor tesislerinin artırılması, izometrik egzersizlerin teşvik edilmesi ve yemek porsiyonlarını azaltılması gibi halka yönelik çalışmalar da yapılmalıdır.

Ayrıca hasta takiplerinin sağlık profesyonelleri tarafından daha iyi izlenebilmesi için buna yönelik yazılımların geliştirilerek basitçe kullanılabilecek uygulamalara dönüştürülerek yaygınlaştırılması konusunda çalışmaların teşvik edilmesi hasta uyumunu ve kan basıncı kontrol oranlarını artıracaktır.

Tüm bu önerilerin hayata geçirilmesinde başta HT çalışma grubu olmak üzere tüm hekimlerimize ve diğer sağlık paydaşlarımıza önemli görevler düşmektedir.

Prof. Dr. Cevat Kırma