

شماره ۲

۱۴۰۲/۰۷/۱۵

### شرح پژوهش:

با توجه به تغییر سبک زندگی، بیماری های غیرواگیر مانند فشارخون بالا و عوامل خطر مربوط به آن به یکی از مهمترین اولویت های سلامت تبدیل شده است. پرفشاری خون در ابتدا هیچ علامت مشخصی ندارد و به همین دلیل به آن «قاتل خاموش» می گویند. در واقع، قبل از اینکه، فرد متوجه غیر طبیعی بودن آن شود، به قلب، کلیه و مغز ممکن است آسیب وارد شود. این بیماری عامل اصلی مشکلات قلبی- عروقی است و عوارض جبران ناپذیری به همراه دارد. مطالعه ای با هدف بررسی شیوع فشار خون بالا و عوامل خطر مرتبط با آن در جنوب شرقی ایران در سال های ۱۳۹۵ و ۱۴۰۰ انجام شده است. یافته های این پژوهش نشان داد شیوع فشارخون بالا در استان خراسان جنوبی در نتیجه افزایش تدریجی عوامل خطر جسمانی و عدم رعایت رژیم غذایی سالم درحال افزایش است. براین اساس اتخاذ سیاست ها و مداخلات پیشگیرانه باتوجه به عوامل خطر شایع و تأکید بر پیگیری درمان ضروری به نظر می رسد.

### منبع:

[Khosravi Bizhaem S. Investigating the prevalence of hypertension and its related risk factors in 2015 and 2020, STEPS study \(South Khorasan\). Birjand University of Medical Sciences; 2022. Contract No.: 6029.](#)

مجری: سعیده خسروی بیژائم (کارمند)

همکاران: فهیمه نیک رفتار (مربی هیئت علمی)، دکتر مجید شایسته (پزشک عمومی/معاون بهداشتی دانشگاه)، دکتر حمید آزادمهر (پزشک عمومی/کارمند)، صدیقه رضائی (کارمند)، علی قاسمی (کارمند)، حسین حاتمی کیا (کارمند)

بررسی و مقایسه شیوع فشارخون بالا و عوامل خطر مرتبط با آن در سال های ۱۳۹۵ و ۱۴۰۰، یک مطالعه STEP.

طرح تحقیقاتی کارمندی - خاتمه طرح: ۱۴۰۲

### پیام پژوهش:

کنترل دقیق تر مصرف نمک و تشویق به مصرف میوه و سبزیجات بیشتر در استان خراسان جنوبی ضروری به نظر می رسد.

واحد ترجمان دانش و کاربری نتایج تحقیقات

دانشگاه علوم پزشکی بیرجند

۰۵۶۳۲۳۸۱۷۶۸