

16 мая в Москве в Доме союза журналистов состоялся брифинг с **Ириной Евгеньевной Чазовой**, посвященный акции «Май — месяц здорового сердца». Акция в свою очередь была приурочена к всемирному дню борьбы с гипертонией.



Данное мероприятие проводится под эгидой Российского медицинского общества по артериальной гипертонии, Российского кардиологического научно-производственного комплекса (**ФГБУ РКНПК**) по инициативе Всемирной антигипертензивной лиги (**WHL**), международного общества по гипертонии (**ISH**) и при участии **Союза журналистов РФ**. Это уникальное для России событие, не имеющее аналогов. В рамках этой акции по всей России в местах большого скопления людей организуются точки, где каждый желающий бесплатно может измерить своё артериальное давление и узнать больше о том, как сохранить своё здоровье и прожить долгую и насыщенную жизнь. Отчасти об этом также говорилось на брифинге, подробно разъяснив, как всё сделано, и

какую цель преследует мероприятие, что будет, а чего не будет.

К двенадцати часам дня, несмотря на непогоду и пробки, в красивом Мраморном зале Дома союза журналистов начали собираться представители прессы. На входе в зал приглашенный врач измерял артериальное давление на специализированном оборудовании каждому желающему, сообщал результаты и давал краткую консультацию по поводу здоровья сердечно-сосудистой системы. Журналисты охотно соглашались проверить своё АД, а некоторые были очень удивлены результатами, которые показал им врач, кроме этого всем присутствующим были розданы небольшие красочные брошюры, в которых содержались правила измерения артериального давления и рекомендации по наблюдению за своей сердечно-сосудистой системой.

Кроме Ирины Евгеньевны на мероприятии присутствовал **Сергей Николаевич Наконечников** как председатель РМОАГ (Российского медицинского общества по артериальной гипертонии), а модератором пресс-конференции выступил **Константин Павлович Иванов**, к.м.н., врач-кардиолог, ведущий и эксперт на многих медицинских телепрограммах.



Своё выступление академик Ирина Евгеньевна Чазова, горячо поприветствовав собравшихся журналистов, начала с небольшой речи о снижении смертности в Российской Федерации, рассказав о том, как много добилась российская медицина за последнее время, а после перешла непосредственно к обсуждению насущной и важной для общества проблемы, которая «конечно, привлекает всех медиков» - артериальной гипертонии.



И тут нельзя было не затронуть тему здорового образа жизни, тесно связанную с одной из самых сложных проблем, которая так незаслуженно игнорируется

большинством людей, - проблема повышения артериального давления. А ведь это первый и весьма громкий звонок о том, что у человека могут возникнуть очень серьёзные проблемы в сердечно-сосудистой системе.

«Если говорить о мировых тенденциях, то в мире более полутора миллиарда человек имеет артериальную гипертонию. Причем среди мужчин артериальная гипертония распространена больше, чем среди женщин»



Да, и это стоит отметить, диагностика и лечение артериальной гипертонии в нашей стране в последние годы стремительно улучшается. Это, разумеется, происходит не по велению волшебной палочки, а благодаря труду многих специалистов. Однако, для того, чтобы система работала, очень важно сотрудничество и поддержка общества, самих людей, которым небезразлично сохранить своё здоровье и прожить долгую и счастливую жизнь.

"В России распространенность артериальной гипертонии даже выше, чем в развивающихся странах» - с прискорбием сообщила академик и добавила, что проблема состоит в том, что наши граждане не обращаются к врачу по поводу своего АД, и это заключается в нашей ментальности. Она даже в шутку привела сравнение с «птицей, которая прячет голову в песок». Люди боятся узнать о плохих результатах, не доверяют врачам — это нужно менять, это не дело. «Нежелание лечиться — залог очень многих бед»

Очевидно, что многие недооценивают значение повышения артериального давления, не обращают внимания на, казалось бы, очевидные симптомы. Нередко это является причиной возникновения самых грозных сердечно-сосудистых осложнений, таких как нарушение мозгового кровообращения, инфаркт миокарда, гипертонические кризы и нарушение ритма сердца. Обо всём этом говорилось во время брифинга. Со стороны журналистов даже прозвучало предложение «напугать» пациентов, чтобы они перестали игнорировать такую серьёзную проблему, но на это был дан ответ, что далеко не со всеми людьми подобное работает. «Очень важен психологический тип, все мы разные» - не согласилась с высказыванием Ирина Евгеньевна.



На брифинге присутствовали корреспонденты РИА-Новости, представители Союза журналистов, изданий «Красота и здоровье», «Русский Нью-Йорк». Благодаря вопросам последнего завязалась интересная дискуссия на тему нашей и зарубежной медицины, о том, как разительно она отличается по качеству(в лучшую сторону) от той, что была во времена бума эмиграции.

Ирине Евгеньевне задавали различные вопросы на тему здоровья, о том, к кому обращаться, как правильно измерять давление, не вредны ли авиаперелеты для тех, у

кого есть риск повышения артериального давления. Спрашивали о том, как грамотно следить за своим АД, чего нужно избегать, а что, наоборот, необходимо делать, чтобы преодолеть этот совсем не легкий недуг. Уточняли и о том, есть ли особенности в рекомендациях для женщин в период менопаузы, отличаются ли правила поведения.

«Менопауза — это такой катализатор всех других проблем женского здоровья. - ответила кардиолог. - Ведь не абсолютно все женщины в этот период заболевают гипертонией»

Ирина Евгеньевна добавила, что необходимо менять свои привычки в этот период.

Стоит также отметить насущную и волнующую многих тему, которая так же была поднята на брифинге, благодаря журналисту «Красоты и здоровья» - тема «своего давления».

«120/80 — это оптимальное артериальное давление по нашей классификации. Пороговое артериальное давление, после которого мы говорим о наличии гипертонии — это 140/90 миллиметров ртутного столба, - сказала Ирина Евгеньевна, - есть серая зона между этими показателями, но нужно уже подумать о том, чтобы заняться своим здоровьем, когда давление приближается к 140/90».

Каждый вопрос на брифинге отражал то, что реально заботит простого человека. Не было сложных медицинских терминов и заумных предположений, но простые и важные вопросы о том, как, например, лечиться пожилым людям, как им следить за своим давлением и ничего не перепутать. Были вопросы и о модных увлечениях, вроде йоги и фитнес-клубов, увлечения ЗОЖ, на что Ирина Евгеньевна Чазова ответила, что «всё хорошо, когда в руках профессионалов» и каждый случай индивидуален, а если человек болен, то ему к любой физической нагрузке нужно подходить с умом и осторожно. Главный кардиолог РФ также посетовала на то, что хорошую, правильную вещь — здоровый образ жизни — ради рекламы своих услуг используют в пагубных целях, превращая из полезной во вредную привычку.

И тут же был задан вопрос: «Должны ли быть в таких залах (для йоги и фитнеса) приборы для измерения давления?»

«Я считаю, что во всех залах, во всех спортивных клубах должны быть не только аппараты для измерения давления, но и медицинский работник, который может оказать первую медицинскую помощь» - с уверенностью ответила Главный кардиолог РФ.

«Надо чаще улыбаться» - завершила обсуждение Ирина Евгеньевна. Если делать что-то без удовольствия, без радости, то никакой пользы здоровью это не принесет.