

CM धामी ने देहरादून-मसूरी ट्रेक का नरीक्षण कथिा

चर्चा में क्यों?

[राष्ट्रीय परिवार स्वास्थ्य सर्वेक्षण \(NFHS\)-6](#) के हालिया आँकड़ों से उत्तर प्रदेश में चिाजनक प्रवृत्तिका पता चलता है, जहाँ हर चार में से एक व्यक्ति [उच्च रक्तचाप](#) के खतरे में है।

- यह स्वास्थ्य स्थिति, जिसे प्रायः "[साइलेंट किलर](#)" कहा जाता है, [स्ट्रोक](#) और [दलि के दौर](#) जैसी गंभीर जटलिताओं को जन्म देने की क्षमता के कारण एक बड़ा खतरा उत्पन्न करती है।

मुख्य बढि

- [अखलि भारतीय आयुर्वजिज्ञान संस्थान \(AIIMS\)](#) ने पाया है कि उपचार चाहने वाले रोगियों में से लगभग 25% [उच्च रक्तचाप](#) का खतरा है।
- चिाजनक बात यह है कि इनमें से कई व्यक्ति अपनी स्थिति से अनभिज्ञ हैं, जिससे उनमें मसृषिक आघात और हृदयाघात जैसी गंभीर स्वास्थ्य जटलिताओं के प्रति संवेदनशीलता बढ जाती है।
- इसके उत्तर में, AIIMS ने उच्च रक्तचाप का शीघ्र पता लगाने और प्रबंधन में सुवधि प्रदान करने के लिये रोगियों और उनके देखभालकर्त्ताओं पर व्यापक डेटा संग्रह शुरू कथिा है।
- सामान्य [रक्तचाप](#) में उतार-चढाव और उच्च रक्तचाप के बीच अंतर।
- जबकि युवा वयस्कों के लिये सामान्य रक्तचाप रीडिंग आमतौर पर 120/80 mmHg के आसपास होती है, 140/90 mmHg या इससे अधिक की रीडिंग उच्च रक्तचाप का संकेत है।
- नयिमति नगिरानी अत्यंत महत्त्वपूर्ण है, क्योंकि भामूली वृद्धाभि गंभीर स्वास्थ्य समस्याओं का कारण बन सकती है।
- इस बढती स्वास्थ्य चिा से नपिटने के लिये AIIMS [भारतीय चकितिसा अनुसंधान परिषद \(ICMR\)](#) और [वशिव स्वास्थ्य संगठन \(WHO\)](#) के साथ सहयोग कर रहा है।
- इस साझेदारी का उद्देश्य रोगियों और उनके परिवारों पर व्यापक डेटा एकत्र करना है, जिसमें रक्तचाप संबंधी समस्याओं, उच्च रक्तचाप और [मधुमेह](#) की व्यापकता पर ध्यान केंद्रित कथिा जाएगा।
- इसका लक्ष्य पैटर्न और जोखमि कारकों की पहचान करना है, ताकि उच्च रक्तचाप को प्रभावी ढंग से रोकने और प्रबंधित करने के लिये लक्षित हस्तक्षेप संभव हो सके।
- [NFHS रिपोर्ट](#) उत्तर प्रदेश में उच्च रक्तचाप के बढते जोखमि की गंभीरता को उजागर करती है।
- इसमें इस स्थिति से जुड़े प्रतिकूल प्रभावों को कम करने के लिये जागरूकता बढाने, नयिमति स्वास्थ्य जाँच और शीघ्र चकितिसा की आवश्यकता पर बल दथिा गया है।

उच्च रक्तचाप

- परिचय:
 - पहली (ससिटोलिक) संख्या हृदय के सकिडने या धड़कने के समय रक्त वाहिकाओं में दबाव को दर्शाती है।
 - दूसरी (डायसटोलिक) संख्या, धड़कनों के बीच हृदय के वशिराम के समय वाहिकाओं में दबाव को दर्शाती है।
 - उच्च रक्तचाप (हाई ब्लड प्रेशर) तब होता है जब आपकी रक्त वाहिकाओं में दबाव बहुत अधिक (140/90 mmHg या उससे अधिक) हो जाता है। यह सामान्य है लेकिन अगर इसका उपचार न कथिा जाए तो यह गंभीर हो सकता है।
 - रक्तचाप को दो संख्याओं के रूप में लिखा जाता है:
 - उच्च रक्तचाप के संबंध में जागरूकता बढाने तथा लोगों को इस मूक हत्यारे को रोकने और नयित्तरति करने के लिये प्रोत्साहित करने हेतु हर वर्ष 17 मई को वशिव उच्च रक्तचाप दविस मनाया जाता है।
- भारत पर उच्च रक्तचाप का बोझ
 - केवल भारत में 30-79 वर्ष आयु वर्ग के लगभग 188.3 मिलियन वयस्क उच्च रक्तचाप से जूझ रहे हैं।
 - भारत में उच्च रक्तचाप की व्यापकता वैश्विक औसत 31% से थोड़ी कम है।
 - 50% नयित्तरण दर तक पहुँचने के लिये, भारत को यह सुनिश्चित करना होगा कि उच्च रक्तचाप से पीड़ित अतरिकित 67 मिलियन लोगों को प्रभावी उपचार प्राप्त हो।
 - यदि प्रगतिके लक्ष्यों को प्राप्त कथिा गया, तो वर्ष 2040 तक उच्च रक्तचाप के कारण होने वाली 4.6 मिलियन मौतों को रोका जा

सकता है।

PDF Refernece URL: <https://www.drishtias.com/hindi/printpdf/cm-dhami-inspected-dehradun-mussoorie-trek>

