उच्च रक्तचाप पर वैश्विक रिपोर्ट

प्रिलिम्स के लिये:

[विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO)](), [उच्च रक्तचाप](), [भारत उच्च रक्तचाप नियंत्रण पहल (India Hypertension Control Initiative- IHCI)]()

मेन्स के लिये:

उच्च रक्तचाप और सार्वजनिक स्वास्थ्य पर इसके प्रभाव, सार्वभौमिक स्वास्थ्य कवरेज

[स्रोत: डाउन टू अर्थ]()

चर्चा में क्यों?

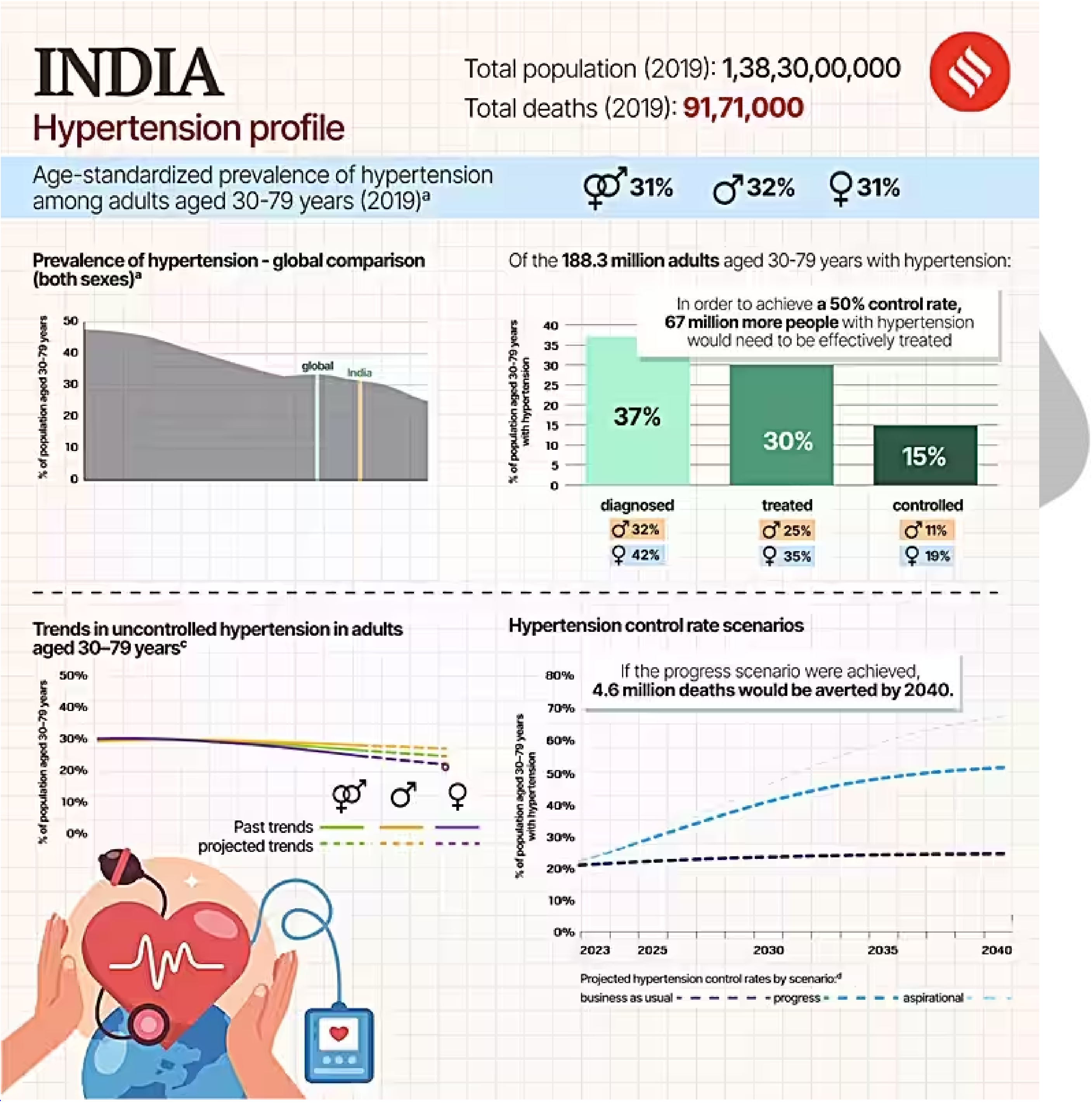
हाल ही में [संयुक्त राष्ट्र महासभा (UNGA)]() के **78वें सत्र के** दौरान [विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO)]() ने **"उच्च रक्तचाप पर वैश्विक रिपोर्ट: द रेस अगेंस्ट अ साइलेंट किलर"** शीर्षक से एक रिपोर्ट जारी की।

- यह [उच्च रक्तचाप]() **के विश्वव्यापी प्रभावों पर WHO की पहली रिपोर्ट है,** जिसे सामान्यतः **हाइपरटेंशन** कहा जाता है।

रिपोर्ट के मुख्य तथ्य:

- **एक वैश्विक महामारी:**
  - विश्व में **तीन में से एक वयस्क** उच्च रक्तचाप से पीड़ित है।
  - **वर्ष 1990 और वर्ष 2019 के बीच उच्च रक्तचाप के मामलों की संख्या 650 मिलियन से दोगुनी होकर 1.3 बिलियन हो गई है।**
  - उच्च रक्तचाप **विश्व में 30-79 आयु वर्ग के लगभग 33% वयस्कों को प्रभावित करता है।**
  - **उच्च रक्तचाप से पीड़ित प्रत्येक पाँच में से लगभग चार व्यक्तियों को पर्याप्त इलाज नहीं मिलता है।**
- **भारत का उच्च रक्तचाप बोझ:**
  - अकेले भारत में 30-79 वर्ष की आयु के अनुमानित 188.3 मिलियन वयस्क उच्च रक्तचाप की समस्या से जूझ रहे हैं।
  - **भारत में उच्च रक्तचाप की** व्यापकता **वैश्विक औसत 31% से थोड़ी कम है।**
  - **50% नियंत्रण दर तक पहुँचने के लिये भारत को यह सुनिश्चित करने की आवश्यकता है कि उच्च रक्तचाप से पीड़ित अतिरिक्त 67 मिलियन व्यक्तियों को प्रभावी उपचार मिले।**
    - यदि प्रगति परिदृश्य हासिल कर लिया गया, तो वर्ष 2040 तक उच्च रक्तचाप के कारण होने वाली 4.6 मिलियन मौतों को रोका जा सकेगा।
- **अपर्याप्त उपचार:**
  - उच्च रक्तचाप से पीड़ित लगभग 80% व्यक्तियों को पर्याप्त उपचार नहीं मिल पाता है।
    - प्रभावी उच्च रक्तचाप उपचार में वर्ष 2050 तक 76 मिलियन मौतों, 120 मिलियन स्ट्रोक, 79 मिलियन दिल के दौरे और 17 मिलियन दिल की विफलता के मामलों को रोकने की क्षमता है।
- **उपचार कवरेज में असमानताएँ:**
  - उच्च आय वाले देशों में उच्च रक्तचाप के लिये उपचार कवरेज अधिक अनुकूल कवरेज दर वाले देशों के बीच महत्त्वपूर्ण असमानताओं को दर्शाता है।
    - WHO के तहत अमेरिकी क्षेत्र 60% उपचार कवरेज दर के साथ सबसे आगे है, जबकि अफ्रीकी क्षेत्र 27% के साथ उससे पीछे है।
  - उच्च रक्तचाप से पीड़ित तीन-चौथाई से अधिक वयस्क निम्न और मध्यम आय वाले देशों में रहते हैं।
- **समय पर उपचार की आवश्यकता:**
  - अनियंत्रित उच्च रक्तचाप वाले लगभग 30% व्यक्तियों का रक्तचाप का माप, सीमा से ऊपर है, जिसके लिये तत्काल उपचार की आवश्यकता होती है।
    - वैश्विक स्तर पर उच्च रक्तचाप की दवा लेने वाले 30-70 वर्ष की आयु के वयस्कों का प्रतिशत वर्ष1990 में 22% से दोगुना

होकर वर्ष 2019 में 42% हो गया है।
    - इसी अवधि के दौरान प्रभावी उपचार कवरेज चौगुना होकर 21% तक पहुँच गया है।
- **कार्रवाई के लिये WHO का आह्वान:**
    - यह राष्ट्रीय स्वास्थ्य लाभ पैकेज के हिस्से के रूप में उच्च रक्तचाप की **रोकथाम, शीघ्र पता लगाने और प्रभावी प्रबंधन को प्राथमिकता देने का आह्वान करता है।**
- **सिफारिशें:**
    - उन उच्च रक्तचाप नियंत्रण कार्यक्रमों को मज़बूत करने की आवश्यकता है जिन्हें कम प्राथमिकता दी जाती है और बहुत कम वित्त प्राप्त होता है।
    - उच्च रक्तचाप नियंत्रण सुनिश्चित करना सार्वभौमिक स्वास्थ्य कवरेज की दिशा में हर देश का एक अभिन्न अंग होना चाहिये।



//

रक्तचाप:

- **परिचय:**
    - उच्च रक्तचाप तब होता है जब **रक्त वाहिकाओं में दबाव बहुत अधिक (140/90 mmHg या अधिक) होता है।** यह सामान्य है लेकिन

अगर उपचार न किया जाए तो यह गंभीर हो सकता है।

- **रक्तचाप को दो संख्याओं के रूप में लिखा जाता है:**
  - **पहली (सिस्टोलिक) संख्या हृदय के संकुचन या स्पंदन पर रक्त वाहिकाओं में दबाव** को दर्शाती है।
  - **दूसरी (डायस्टोलिक) संख्या** वाहिकाओं में दबाव को दर्शाती है, जब धड़कनों के बीच हृदय आराम करता है।
- उच्च रक्तचाप को लेकर जागरूकता को बढ़ावा देने और लोगों को इस मूक किंतु जानलेवा बीमारी को रोकने एवं नियंत्रित करने के लिये प्रोत्साहित करने की दिशा में **प्रत्येक वर्ष 17 मई** को विश्व उच्च रक्तचाप दिवस मनाया जाता है।

- **जोखिम:**
  - उच्च नमक वाले आहार, शारीरिक गतिविधि की कमी और अत्यधिक शराब का सेवन उच्च रक्तचाप के सबसे प्रमुख योगदानकर्ता हैं, माना जाता है कि **आनुवंशिकी भी उच्च रक्तचाप में भूमिका निभाती** है।
- **लक्षण:**
  - **उच्च रक्तचाप से ग्रसित अधिकांश लोगों में कोई लक्षण महसूस नहीं किया जाता है।** बहुत उच्च रक्तचाप के कारण सिरदर्द, धुँधली दृष्टि, सीने में दर्द और अन्य लक्षण हो सकते हैं।
- **अनियंत्रित उच्च रक्तचाप की जटिलताएँ:**
  - उच्च रक्तचाप के कारण हृदय से संबद्ध गंभीर समस्याएँ, जिनमें सीने में दर्द, दिल का दौरा, हृदयाघात और हृदय की अनियमित धड़कन शामिल हैं, साथ ही मस्तिष्क में रक्त का प्रवाह भी प्रभावित होता है जिससे स्ट्रोक का खतरा बढ़ जाता है।
- **उपचार:**
  - **जीवनशैली में बदलाव** जैसे- कम नमक वाला आहार अपनाना, वज़न कम करना, शारीरिक गतिविधि के साथ **औषधियों का सेवन** करना चाहिये और तंबाकू आदि मादक पदार्थों का सेवन त्यागना चाहिये।
- **विभिन्न पहल:**
  - **वैश्विक:**
    - **वर्ष 2025 तक उच्च रक्तचाप के प्रसार को 25% तक कम करने का वैश्विक लक्ष्य** प्राप्त करने के लिये WHO और यूनाइटेड स्टेट्स सेंटर फॉर डिज़ीज़ कंट्रोल एंड प्रिवेंशन ने **वर्ष 2016 में ग्लोबल हार्ट्स इनिशिएटिव** लॉन्च किया।
    - संयुक्त राष्ट्र सतत् विकास लक्ष्य 3 (SDG 3) का उद्देश्य सभी के लिये स्वस्थ जीवन सुनिश्चित करना और कल्याण को बढ़ावा देना है।
  - **भारत:**
    - **भारत उच्च रक्तचाप नियंत्रण पहल (IHCI) कार्यक्रम:**
      - IHCI जैसे कार्यक्रमों और प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल स्तर पर **गैर-संचरणीय रोग जाँच** और **उपचार** की दिशा में सरकार के प्रयासों के माध्यम से **भारत का लक्ष्य वर्ष 2025 तक उच्च रक्तचाप या मधुमेह के 75 मिलियन रोगियों को मानक देखभाल पर प्रदान करना** है।

PDF Refernece URL: https://www.drishtiias.com/hindi/printpdf/global-report-on-hypertension