CM धामी ने देहरादून-मसूरी ट्रेक का निरीक्षण किया

चर्चा में क्यों?

राष्ट्रीय परिवार स्वास्थ्य सर्वेक्षण (NFHS)-6 के हालिया आँकड़ों से **उत्तर प्रदेश** में चिंताजनक प्रवृत्ति का 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 दिल के दौरे जैसी गंभीर जटिलताओं को जन्म देने की क्षमता के कारण एक बड़ा खतरा उत्पन्न करती है।

मुख्य बिंदु

- अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान (AIIMS) ने पाया है कि उपचार चाहने वाले रोगियों में से लगभग **25% उच्च रक्तचाप** का खतरा है।
- **चिंताजनक बात यह है कि इनमें से कई व्यक्ति अपनी स्थिति से अनभिज्ञ हैं, जिससे उनमें मस्तिष्क आघात** और **हृदयाघात** जैसी गंभीर स्वास्थ्य जटिलताओं के प्रति संवेदनशीलता बढ़ जाती है।
- इसके उत्तर में, AIIMS ने उच्च रक्तचाप का शीघ्र पता लगाने और प्रबंधन में सुविधा प्रदान करने के लिये रोगियों और उनके देखभालकर्त्ताओं पर **व्यापक डेटा संग्रह शुरू किया है।**
- सामान्य रक्तचाप में उतार-चढ़ाव 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।
- नियमित निगरानी अत्यंत महत्त्वपूर्ण है, क्योंकि मामूली वृद्धि भी गंभीर स्वास्थ्य समस्याओं का कारण बन सकती है।
- इस बढ़ती स्वास्थ्य चिंता से निपटने के लिये AIIMS भारतीय चिकित्सा अनुसंधान परिषद (ICMR) और विश्व 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 किया जाएगा।
- इसका लक्ष्य पैटर्न और जोखिम 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 बढ़ते जोखिम की गंभीरता को उजागर करती है।
- इसमें इस स्थिति से जुड़े प्रतिकूल प्रभावों को कम करने के लिये जागरूकता बढ़ाने, नियमित स्वास्थ्य जाँच और शीघ्र चिकित्सा की आवश्यकता पर बल दिया गया है।

उच्च रक्तचाप

- **परिचय:**
  - पहली **(सिस्टोलिक) संख्या** हृदय के सिकुड़ने या धड़कने के समय रक्त वाहिकाओं में दबाव को दर्शाती है।
  - दूसरी **(डायस्टोलिक) संख्या,** धड़कनों के बीच हृदय के विश्राम 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 किया जाए तो यह गंभीर हो सकता है।
  - रक्तचाप को दो संख्याओं के रूप में लिखा जाता है:
  - उच्च रक्तचाप के संबंध में जागरूकता बढ़ाने तथा लोगों को इस मूक हत्यारे को रोकने और नियंत्रित करने के लिये प्रोत्साहित करने हेतु **हर वर्ष 17 मई** को **विश्व उच्च रक्तचाप दिवस** 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% नियंत्रण दर** तक पहुँचने के लिये, भारत को यह सुनिश्चित करना होगा कि उच्च रक्तचाप से पीड़ित अतिरिक्त **67 मिलियन लोगों को** प्रभावी उपचार प्राप्त हो।
  - यदि प्रगति के लक्ष्यों को प्राप्त किया 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.drishtiias.com/hindi/printpdf/cm-dhami-inspected-dehradun-mussoorie-trek