**Круглый стол,**

**посвященный Всемирному дню борьбы с артериальной гипертонией**



17 мая 2023 года, на базе СТИ НИТУ «МИСиС», сотрудники отдела коммуникационных и общественных проектов нашего Центра провели **Круглый стол,** **посвященный Всемирному дню борьбы с артериальной гипертонией,** в котором приняли участие преподавателиСТИ НИТУ «МИСиС»а и медицинские работники.

Круглый Стол проходил в рамках значимой даты - Всемирного День борьбы с артериальной гипертонией, который отмечается по инициативе ВОЗ – 17 мая.

В 2023 году Всемирный День борьбы с артериальной гипертонией проводиться под девизом**«Точно измеряйте свое кровяное давление. Контролируйте его. Живите дольше».**

В рамках Круглого стола участники говорили **о факторах риска развития гипертонической болезни**: артериальное давление чаще повышается у людей, имеющих факторы риска: злоупотребляющих соленой, жирной пищей, алкоголем, при стрессовых ситуациях, повышении уровня холестерина, курении, низкой физической активности, отягощенной наследственности, а также **об организации работы по информированности населения** об одном из самых распространенных заболеваний сердечно-сосудистой системы, о необходимости регулярно измерять и знать свои цифры артериального давления:стабильное повышение артериального давления впервые может быть выявлено в любом возрасте.

**Выявление гипертонии является первым шагом на пути борьбы с этим заболеванием.** Эта цель может быть достигнута путем организации регулярного измерения артериального давления не только при плохом самочувствии, но и при отсутствии жалоб.

*Будьте здоровы!*

*отдел коммуникационных и общественных проектов,*

*психолог Безлепкина О.А.*