

Hipertansiyona bağlı ölümler önlenenebilir

► HACETTEPE Üniversitesi Tıp Fakültesi İç Hastalıkları Anabilim Dalı Nefroloji Bölümü Öğretim Üyesi Prof. Dr. Mustafa Arıcı, hiper tansiyonun Türkiye’de kontrol altına alınabilmesi halinde her 4 erken ölümden 1’inin engellenebileceğini söyledi. Yüksek tansiyonu “kalp,



beyin ve böbrek” düşmanı olarak tanımlayan Prof. Dr. Arıcı, yüksek tansiyonun çoğu zaman kişilerde rahatsızlık duygusu yaratmadığı için sinsi seyreden bir hastalık olduğuna dikkat çekti. Prof. Dr. Arıcı, “Yüksek tansiyon dünyada ölüme en çok yol açan sağlık sorunu olmasına rağmen kesinlikle önlenbilir. Yeter ki insanlarda farkındalık oluşsun. Türkiye’de farkındalık az. Modern tıbbın artık hastalıkları anne karnından itibaren önlemeye çalıştığının altını çizen Prof. Dr. Arıcı, “İnsanların çocukluk çağından itibaren iyi beslenmesi, az tuz tüketmesi, hareketli olması gerekir. Sigara kullanan yetişkinlerin derhal bırakmasını, alkolü ise ölçülü tüketmelerini öneriyoruz. Stres ve sosyo-ekonomik durum yüksek tansiyonu tetikleyen en önemli faktörlerden ikisi ” dedi.