Warszawa, 13 maja 2022 r.

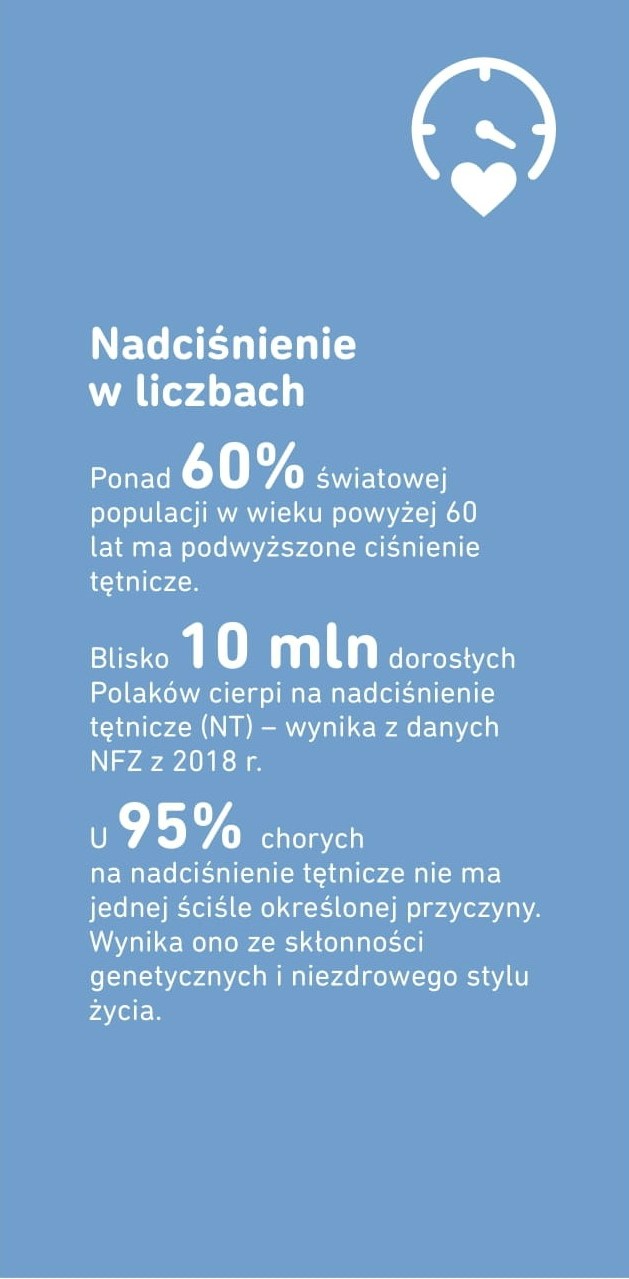
**Rusza 5. edycja międzynarodowej kampanii #bojatakmowie,  
której tegorocznym hasłem jest #zmierzcisnienie**

**Rusza piąta edycja międzynarodowej kampanii edukacyjnej #bojatakmowie (#becauseisayso), której celem jest uświadamianie korzyści płynących z mierzenia ciśnienia tętniczego i zachęcanie społeczeństwa do wykonywania jego regularnych pomiarów. Kampania zwraca uwagę na fakt, iż w przypadku zdiagnozowanego nadciśnienia tętniczego ważne jest przyjmowanie przepisanych leków obniżających ciśnienie i nie przerywanie terapii na własną rękę. Kampania realizowana jest na całym świecie przez firmę Servier przy wsparciu Międzynarodowego Towarzystwa Nadciśnienia Tętniczego (ISH).**

U źródeł nadciśnienia tętniczego leżą czynniki środowiskowe i genetyczne. Do tych pierwszych zaliczamy: brak aktywności fizycznej, otyłość, nieprawidłową dietę z dużą ilością soli i cukru, stres, palenie papierosów, nadmierne spożycie alkoholu, zła jakość snu. Ciśnienie tętnicze rośnie wraz z wiekiem - u mężczyzn zaczyna się rozwijać w wieku 30-40 lat, u kobiet najczęściej w wieku 40-60 lat. To dobry moment by rozpocząć systematyczną kontrolę ciśnienia tętniczego.

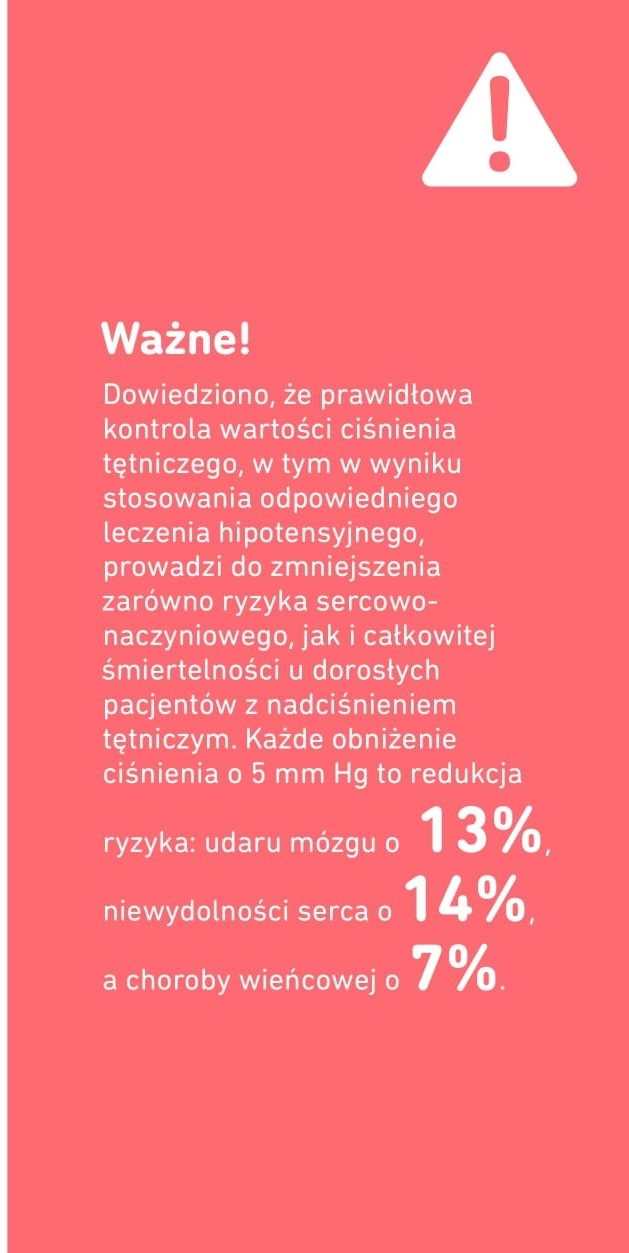
Według aktualnie obowiązujących wytycznych Polskiego Towarzystwa Nadciśnienia Tętniczego wartościami granicznymi dla rozpoznania nadciśnienia jest 140/90 mmHg (prawidłową wartością ciśnienia u „zdrowych” osób jest <140/90mmHg). W przypadku osób, u których zdiagnozowano nadciśnienie tętnicze wartościami docelowymi jest ciśnienie 120-129/70-79 mmHg.

**Nadciśnienie tętnicze - jeśli pozostaje nieleczone – może prowadzić do śmierci! Pomiar ciśnienia krwi jest jedynym sposobem, aby dowiedzieć się, czy ciśnienie krwi jest zbyt wysokie.**

**Nadciśnienie tętnicze – fakty i prognozy**

Nadciśnienie tętnicze (NT) pozostaje najważniejszym modyfikowalnym czynnikiem ryzyka chorób układu krążenia, a według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO, World Health Organization) jest wciąż pierwszą przyczyną przedwczesnych zgonów na świecie (10 milionów rocznie). Na świecie około 1,4 mld osób ma nadciśnienie tętnicze, w Polsce według danych Narodowego Funduszu Zdrowia w 2018 roku żyło 9,9 mln dorosłych osób z nadciśnieniem tętniczym, którzy stanowili 31,5% dorosłej populacji. Biorąc pod uwagę trudności i ograniczenia w dostępie do opieki zdrowotnej wywołane trwającą od ponad dwóch lat pandemią, można przypuszczać, że zaciągnięty w ten sposób dług zdrowotny w obszarze kardiologii, spowodował wzrost liczby pacjentów z nadciśnieniem tętniczym. Szacuje się – i są to szacunki jeszcze sprzed pandemii - że do roku 2035 liczba pacjentów z nadciśnieniem tętniczym zwiększy się o połowę. W skali światowej w 2025 r. na tę chorobę będzie cierpieć 29,2% dorosłej populacji, czyli 1,56 miliarda ludzi.

*„Wielu Polaków ma niezdiagnozowane nadciśnienie tętnicze, a tym samym nie są świadomi ryzyka groźnych dla zdrowia następstw. Późne rozpoznanie prowadzi do niekorzystnych zmian w sercu, mózgu, a także naczyniach krwionośnych i nerkach. Regularny pomiar ciśnienia tętniczego umożliwia wczesne wykrycie schorzenia i pozwala uniknąć powikłań sercowo-naczyniowych. Kontrola ciśnienia tętniczego jest bardzo istotna również w przypadku pacjentów już zdiagnozowanych, szczególnie osób starszych. Niestety duża grupa chorych, mimo iż korzysta z porad lekarskich, nie przestrzega otrzymanych zaleceń, przyjmuje leki nieregularnie, według własnego uznania rezygnuje z ważnych leków nie wiedząc, które są najistotniejsze w procesie leczenia, a niektórzy nie biorą przepisanych leków wcale. Przerwanie terapii prowadzi do pogłębienia choroby”* **– wyjaśnia prof. dr hab. n. med. Aleksander Prejbisz, Prezes Polskiego Towarzystwa Nadciśnienia Tętniczego**. *„Nadciśnienie tętnicze może być skutecznie leczone, ale nie wolno go lekceważyć. Ogromny wpływ na efektywność terapii ma odpowiedzialność i konsekwencja pacjenta. Kluczowa jest regularna kontrola ciśnienia i stosowanie się do wskazań lekarskich”* – **dodaje Profesor Prejbisz**.

**#zmierzcisnienie! Dlaczego? #bojatakmowie!**

Tylko połowa osób mających nadciśnienie tętnicze jest świadoma swojej choroby, druga połowa żyje z tym schorzeniem, które rozwija się „po cichu” , siejąc spustoszenie w organizmie. Nadciśnienia tętniczego nie można lekceważyć. Mimo, że często nie towarzyszą mu żadne dolegliwości, konsekwentnie prowadzi do powikłań narządowych. Skutkami nieleczonego lub źle leczonego nadciśnienia tętniczego są: uszkodzenie drobnych naczyń tętniczych siatkówki oka, choroby naczyń obwodowych, niewydolność nerek, przerost lewej komory mięśnia sercowego, choroba niedokrwienna i zawał serca, udar mózgu. Dlatego tak ważna jest regularna kontrola ciśnienia, nawet wtedy, gdy czujemy się dobrze. Polskie Towarzystwo Nadciśnienia Tętniczego podaje, że podstawowym celem terapii pacjenta z nadciśnieniem tętniczym jest zmniejszenie śmiertelności oraz globalnego ryzyka powikłań sercowo-naczyniowych i nerkowych.

**#bojatakmowię po raz piąty!**

W tym roku, w Polsce kampania #bojatakmowie ma swoja piątą odsłonę. Organizatorzy podobnie jak w latach poprzednich zwracają uwagę społeczeństwa na potrzebę wykonywania regularnych pomiarów ciśnienia tętniczego i płynących z tego korzyści. Jednocześnie wskazują na niebezpieczne konsekwencje niekontrolowanego i nieleczonego nadciśnienia tętniczego. Tegoroczna edycja kampanii zbiegła się w czasie z ogólnoświatową inicjatywą Maj Miesiącem Mierzenia Ciśnienia, realizowaną przez Międzynarodowe Towarzystwo Nadciśnienia Tętniczego (ISH).

*„W Servier Polska doskonale znamy i rozumiemy problemy kardiologiczne naszego społeczeństwa. Mając na uwadze fakt, że schorzenia układu sercowo-naczyniowego są główną przyczyną śmiertelności Polaków, angażujemy się w szereg inicjatyw które służą podnoszeniu świadomości i edukacji w zakresie profilaktyki chorób układu krążenia. Poważne i zaawansowane choroby serca rozwijają się latami i zazwyczaj są konsekwencją nieleczonego nadciśnienia tętniczego. Poprzez kampanie „bojatakmowie” namawiamy i zachęcamy do wprowadzenia nawyku regularnego mierzenia ciśnienia tętniczego a w razie wystąpienia podwyższonych wartości, do kontaktu z lekarzem. Wierzymy, że systematyczna kontrola ciśnienia tętniczego pomoże zapobiec groźnym następstwom sercowo-naczyniowym”. –* ***powiedział Robert Pociupany dyrektor marketingu Servier Polska.***

**Więcej informacji o kampanii można znaleźć na stronie internetowej** [**www.bojatakmowie.pl**](http://www.bojatakmowie.pl)

**Kontakt dla mediów**

Sylwia Olczak

Senior Account Manager

**PRIMUM Public Relations**

Partner Media Consulta International

ul. Flory 9 lok. 5, 00-586 Warszawa

M:   608 072 086   
[s.olczak@primum.pl](mailto:s.olczak@primum.pl)

**Bibliografia:**

1. www.nadcisnienietetnicze.pl, Zasady postępowania w nadciśnieniu tętniczym — 2019 rok Wytyczne Polskiego Towarzystwa Nadciśnienia Tętniczego.

2. [www.who.int](http://www.who.int).

3. NCD Risk Factor Collaboration (NCD-RisC). Worldwide trends in blood pressure from 1975 to 2015: a pooled analysis of 1479 population-based measurement studies with 19,1 million participants. Lancet 2017;389:37-55.

4. Poulter N i wsp. Lancet 2015;386(9995):801-812.

5. [www.nfz.pl](http://www.nfz.pl), Nadciśnienie tętnicze. Maj 2019.

6. „Jak zadbać o serce i układ krążenia w pandemii COVID-19”. Praktyczny e-Przewodnik dla pacjentów kardiologicznych i osób zagrożonych chorobami układu sercowo-naczyniowego przygotowany w ramach XVIII edycji kampanii „Servier dla Serca”, Warszawa 2021 r.

**Informacje o firmie Servier**

Servier to międzynarodowa grupa farmaceutyczna zarządzana przez fundację. Dzięki szerokiemu zasięgowi geograficznemu i obecności w 150 krajach świata, w 2020 roku firma osiągnęła całkowite przychody w wysokości 4,7 mld EUR, a na całym świecie zatrudniała łącznie 22,5 tys. osób. Grupa Servier jest niezależna, co pozwala jej co roku inwestować ponad 20% przychodów ze sprzedaży leków markowych w badania naukowe. Aby przyspieszyć rozwój innowacji terapeutycznych dla dobra pacjentów, Grupa jest otwarta na współpracę badawczą z partnerami uniwersyteckimi, innymi grupami farmaceutycznymi i firmami biotechnologicznymi. Ponadto, firma stawia głos pacjentów w centrum swojej działalności, od projektów badawczych po wsparcie wykraczające poza leki.

Mając wiodącą pozycję w kardiologii, Grupa Servier dąży do osiągnięcia pozycji uznanego i innowacyjnego podmiotu w onkologii. Rozwój firmy opiera się na stałym dążeniu do innowacji w dziedzinie schorzeń układu krążenia i metabolicznych, onkologii, neurologii oraz chorób immunozapalnych. Wspierając dostępność opieki zdrowotnej dla wszystkich, Grupa Servier oferuje także szereg wysokiej jakości leków odtwórczych, które są stosowane w terapii większości chorób.

Dodatkowe informacje można znaleźć na stronie internetowej [www.servier.pl](http://www.servier.pl).

**Międzynarodowe Towarzystwo Nadciśnienia Tętniczego**

Misją Międzynarodowego Towarzystwa Nadciśnienia Tętniczego (ang. *International* [*Society of Hypertension*](http://ish-world.com/about/about-us.htm) – ISH) jest wspieranie profilaktyki i leczenia chorób układu krążenia na całym świecie. Uznając świadomość społeczną za kluczową kwestią w walce z nadciśnieniem, ISH zainicjowało akcję Maj Miesiącem Mierzenia Ciśnienia, której celem jest poszerzenie wiedzy o problemach związanych z nadciśnieniem oraz znaczeniu regularnej kontroli ciśnienia tętniczego. W 2018 roku, w ramach tej akcji ponad 1,5 mln dorosłych zmierzyło sobie ciśnienie. Firma Servier wraz z ISH stale upowszechniają informacje o nadciśnieniu i zachęcają osoby z grup ryzyka do pomiaru ciśnienia krwi.

Więcej informacji o ISH można znaleźć na stronie internetowej <https://ish-world.com/about/about-ish/>.