ჰიპერტენზიის მსოფლიო დღე

2006 წლის 13 მაისი

სამახსოვრო მომზადებულია საქართველოს ჰიპერტონიის შემსწავლელი საზოგადოების მიერ

ავტორები ბეჟან წინამძღვრიშვილი
დალი ტრაპაიძე
ვაჟა აგლაძე

სამახსოვრო დაიბეჭდა ფარმაცევტული კომპანიების მხარდამჭერით

MSD EGIS

საქართველოს
ჰიპერტონიის საზოგადოება

ებრძოლეთ მაღალ წნევას ექიმთან ერთად

მაღალი არტერიული წნევა ავადობის, ინვალიდობისა და სიკვდილობის ყველაზე უფრო გავრცელებული მიზეზია დედამიწის ზურგზე. იმისათვის რომ წარმატებით ვებრძოლოთ მას, საჭიროა:

1. ექიმთან მისვლა - თანამშრომლობის დასაწყისი

- მიაკითხეთ ექიმს, რათა მან დაგისვათ დიაგნოზი, რჩევა-დარიგებით შეგაიარაღოთ და თუ საჭიროა წამალიც მანვე (და არა მეზობელმა, ნათესავმა ან ნაცნობმა) დაგინიშნოთ. **ექიმი, უთუოდ გირჩევთ ცხოვრების ჯანსაღი წესის დაცვას.**

2. თანამშრომლობის გაგრძელება

- მაღალი წნევის მოწესრიგება ხშირად იოლად არ ხდება. ეს საქმე ექიმმა უნდა ითავოს თქვენი დახმარებით, დახმარება კი მისი რჩევების შესრულებაში (წნევის გასინჯვა, წამლის დროულად მიღება, რეჟიმის დაცვა) გამოიხატება. - ექიმთან მუდმივად ითანამშრომლეთ, წამლის დოზის შესაცვლელად ისევ ექიმს (და არა ნათესავსა და მეზობელს) მიაკითხეთ.

3. წნევა მოგიწესრიგდათ - თქვენი თანამშრომლობა ექიმთან აუცილებლად გრძელდება

- წნევის ნორმალური ციფრები არავითარ შემთხვევაში არ ნიშნავს განკურნებას და მკურნალობის შეწყვეტას.
- ექიმის რჩევის გარეშე წამლის მიღების შეწყვეტა კატეგორიულად არ შეიძლება, ეს ბევრად მძიმე გართულების მიზეზი შეიძლება გახდეს.
- მკურნალობის ეფექტურობა პირდაპირ არის დაკავშირებული მკურნალობის ხანგრძლივ უწყვეტ რეჟიმთან, ექიმთან მუდმივი პარტნიორული ურთიერთობით.

ნუ იქნებით თქვენი თავის მტერი, დაუჯერეთ ექიმს და ითანამშრომლეთ მასთან.

ექიმთან ერთად - ხანგრძლივი ჯანმრთელი სიცოცხლისაკენ!

2006 წელი