

2006 年世界高血壓日活動記述

江正文

高血壓的盛行率及控制率

根據文獻報告 (JAMA 2003, 289:2363)，如將高血壓定義為 $\geq 140/90$ mmHg 時，其盛行率在北美國家約為 28%，在歐洲國家約 44%，而根據陳建仁教授等之研究，台灣在 2002 年 15 歲以上民衆的高血壓盛行率為 21.5%，可見高血壓不分中外，均極普遍，但其控制率卻出乎意料之外的差，幾乎都不到 1/3，可見醫界還有很大的努力空間。

世界高血壓日的由來

世界高血壓聯盟 (World Hypertension League) 有鑑於高血壓之高盛行率及低控制率，乃於去年發動世界高血壓日的全球性衛教活動，訂定五月的第二個星期六，即母親節的前一天為世界高血壓日，期能喚起民衆對高血壓的重視。今年五月十三日是第二屆的世界高血壓日。

今年世界高血壓日活動的主題

今年世界高血壓日活動的主題是 "Treat to goal"，簡單的說，高血壓的治療，必須達到目標值。對於沒有合併糖尿病或腎臟病的患者，必須降到 140/80 mmHg 以下，而對於合併糖尿病或腎臟病的患者則必須降到 130/80 mmHg 以下，才會有最好的治療效果。希望透過這次活動讓民衆清楚知道高血壓的

治療目標，努力去完成。

今年世界高血壓日的活動

五月十一日我們在喜來登飯店舉辦了世界高血壓日的記者說明會，由廖朝崧教授、侯嘉殷秘書長及本人 "領銜主演"；五月十三日在中正紀念堂兩廳院前藝文廣場舉辦了世界高血壓日的大型衛教活動，此次主辦單位除了本學會之外，有中華民國心臟基金會共襄盛舉，基金會董事長呂鴻基教授，特別呼籲高血壓的防治要從小開始，養成健康的飲食及運動習慣。另外，行政院衛生署國民健康局吳秀英副局長及台北市衛生局宋宴成局長亦蒞臨指導，吳副局長建議各社區，大樓或公司應購買血壓計服務大眾，宋局長則畫龍點睛，指出高血壓的併發症（如腦中風，心臟病，腎臟病等）常讓人措手不及，所以應及早控制好血壓，以免遺憾終生。活動現場有量血壓，量腰圍，測蛋白尿等健康檢測和足球九宮格等健康遊戲，同時也贈送高血壓防治手冊及紀念品等，而且為了帶動現場的氣氛，還特別邀請藝人 Makiyo 和她患有高血壓的母親現身說法，分享其寶貴的抗壓經驗。另外，這次世界高血壓日的活動承蒙 Sanofi - Aventi 公司熱心幫忙，大力協助，謹在此致上最高的謝意。