

UBND TỈNH THANH HÓA
SỞ Y TẾ

CỘNG HOÀ XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập – Tự do – Hạnh phúc

Số: *1061* /SYT-NVY

V/v triển khai hoạt động "Tuần lễ toàn dân đi đo huyết áp".

Thanh Hóa, ngày *14* tháng 5 năm 2018

Kính gửi: Thủ trưởng các đơn vị trong ngành Y tế.

Thực hiện công văn số 62/DA-VTM ngày 04/5/2018 của Viện Tim mạch - Bệnh viện Bạch Mai về việc triển khai hoạt động "Tuần lễ toàn dân đi đo huyết áp", Giám đốc Sở Y tế yêu cầu Giám đốc các đơn vị thực hiện nội dung sau:

1. Triển khai hoạt động "Tuần lễ toàn dân đi đo huyết áp" năm 2018, hưởng ứng ngày tăng huyết huyết thế giới (17/5):

- Tuần truyền thông: vận động người dân đi đo huyết áp với thông điệp "Hãy nhớ số đo huyết áp như nhớ số tuổi của mình".

- Tuần hành động:

+ Thời gian: Từ ngày 13/5 - 19/5/2018;

+ Địa điểm: Bệnh viện đa khoa tỉnh, Bệnh viện đa khoa khu vực, bệnh viện đa khoa huyện thị/thành phố.

+ Nội dung: Tiếp tục truyền thông và tổ chức các điểm đo huyết áp (miễn phí) để đo huyết áp cho bệnh nhân, người nhà bệnh nhân đến khám tại đơn vị. Những người tăng huyết áp sau khi phát hiện các cơ sở khám, chữa bệnh tiến hành khám, chẩn đoán, quản lý, theo dõi và điều trị theo đúng hướng dẫn của Bộ Y tế (theo phụ lục đính kèm).

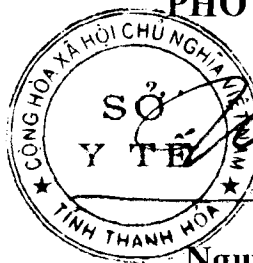
2. Báo cáo kết quả hoạt động: Số lần truyền thông, số người được đo huyết áp miễn phí, số bệnh nhân chẩn đoán tăng huyết áp (độ 1, độ 2, độ 3), tổ chức quản lý người bị tăng huyết áp về Phòng nghiệp vụ Y-Sở Y tế trước ngày 30/5/2018.

Nhận được Công văn này yêu cầu Giám đốc các đơn vị triển khai thực hiện đầy đủ và kịp thời./.

Nơi nhận:

- Như trên;
- Viện Tim mạch (b/c);
- Bộ Y tế (b/c);
- Lãnh đạo Sở;
- Lưu: VT- NVY.

**KT.GIÁM ĐỐC
PHÓ GIÁM ĐỐC**

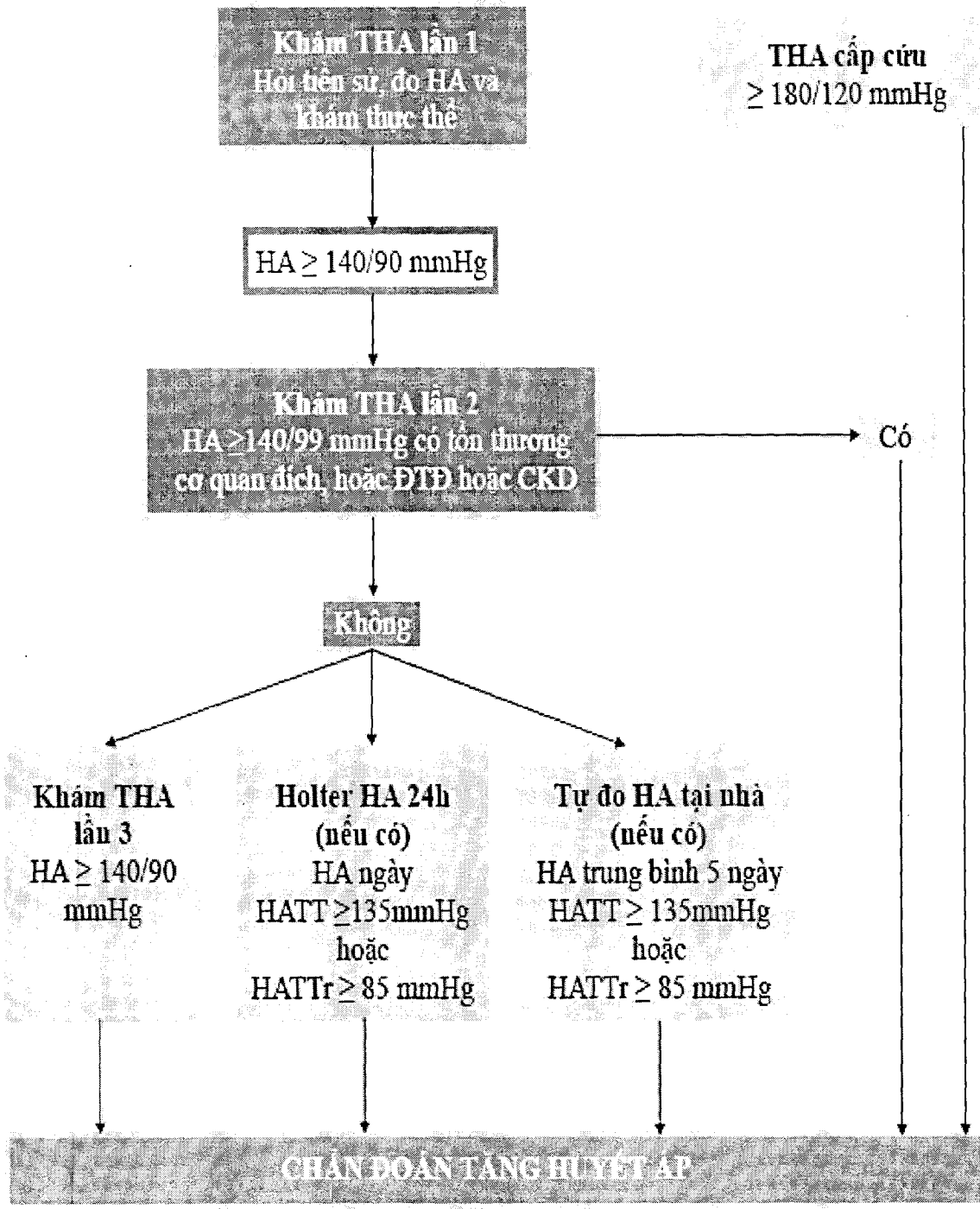


Nguyễn Bá Cẩn
Nguyễn Bá Cẩn

Phụ lục: Quy trình đo huyết áp đúng

1. Nghỉ ngơi trong phòng yên tĩnh ít nhất 5 - 10 phút trước khi đo huyết áp.
2. Không dùng chất kích thích (cà phê, hút thuốc, rượu bia) trước đó 2 giờ.
3. Tư thế đo chuẩn: người được đo huyết áp ngồi ghế tựa, cánh tay duỗi thẳng trên bàn, nếp khuỷu ngang mức với tim. Ngoài ra, có thể đo ở các tư thế nằm, đứng. Đối với người cao tuổi hoặc có bệnh đái tháo đường, nên đo thêm huyết áp tư thế đứng nhằm xác định có hạ huyết áp tư thế hay không.
4. Sử dụng huyết áp kế thủy ngân, huyết áp kế đồng hồ hoặc huyết áp kế điện tử (loại đo ở cánh tay). Các thiết bị đo cần được kiểm chuẩn định kỳ. Bề dài bao đo (nằm trong băng quấn) tối thiểu bằng 80% chu vi cánh tay, bề rộng tối thiểu bằng 40% chu vi cánh tay. Quấn băng quấn đủ chặt, bờ dưới của bao đo ở trên nếp lằn khuỷu 2cm. Đặt máy ở vị trí để đảm bảo máy hoặc mốc 0 của thang đo ngang mức với tim.
5. Nếu không dùng thiết bị đo tự động, trước khi đo phải xác định vị trí động mạch cánh tay để đặt ống nghe. Bơm hơi thêm 30 mmHg sau khi không còn thấy mạch đập. Xả hơi với tốc độ 2 - 3 mmHg/nhịp đập. Huyết áp tâm thu tương ứng với lúc xuất hiện tiếng đập đầu tiên (pha I của Korotkoff) và huyết áp tâm trương tương ứng với khi mất hẳn tiếng đập (pha V của Korotkoff).
6. Không nói chuyện khi đang đo huyết áp.
7. Lần đo đầu tiên, cần đo huyết áp ở cả hai cánh tay, tay nào có con số huyết áp cao hơn sẽ dùng để theo dõi huyết áp về sau.
8. Nên đo huyết áp ít nhất hai lần, mỗi lần cách nhau ít nhất 1 - 2 phút. Nếu số đo huyết áp giữa 2 lần đo chênh nhau trên 10mmHg, cần đo lại một vài lần sau khi đã nghỉ trên 5 phút. Giá trị huyết áp ghi nhận là trung bình của hai lần đo cuối cùng.
9. Trường hợp nghi ngờ, có thể theo dõi huyết áp bằng máy đo tự động tại nhà hoặc bằng máy đo huyết áp tự động 24 giờ (Holter huyết áp).
10. Ghi lại số đo theo đơn vị mmHg dưới dạng HA tâm thu/HA tâm trương (ví dụ 126/82 mmHg), không làm tròn số quá hàng đơn vị và thông báo kết quả cho người được đo.

Phụ lục: Quy trình chẩn đoán THA



Phụ lục: Mẫu phiếu sàng lọc**PHIẾU GHI NHẬN SÀNG LỌC TĂNG HUYẾT ÁP**

Mã phiếu :Số thẻ BHYT:.....

Địa điểm ghi nhận: Thôn.....Xã.....

Huyện.....Tỉnh.....

Thời gian: Ngày..... thángnăm 2018.

Họ tên bệnh nhân: Năm sinh: Giới: Nam Nữ

Chiều cao:..... Cân nặng:.....(tự khai/hoặc đo)

Hút thuốc lá/thuốc lào Có Không Tăng huyết áp từ trước Có Không Đang được điều trị THA Có Không Rối loạn chuyển hóa lipid Có Không Đái tháo đường Có Không

Chỉ số	HA tâm trương (mmHg)	HA tâm thu (mmHg)	Tần số tim (nhịp/phút)
Lần 1			
Lần 2			

(Phát phiếu tư vấn sau sàng lọc)

Phụ lục: Mẫu Phiếu tư vấn

PHIẾU TƯ VẤN SAU SÀNG LỌC

(phát cho người dân sau khám sàng lọc)

Họ Tên Bệnh nhân.....Giới: nam/nữ

Số đo huyết áp:

Lần 1: HA tâm trương.....mmHg; HA tâm thu.....mmHg; Tần số tim...../phút

Lần 2: HA tâm trương.....mmHg; HA tâm thu.....mmHg; Tần số tim...../phút

HA < 140/90 mmHg: Huyết áp của ông/bà hiện ở mức bình thường, ông /bà cần thực hiện những điều sau để phòng bệnh THA và các bệnh tim

mạch:

1. Ăn nhạt, không nên ăn thực phẩm nhiều chất béo, dầu mỡ.
2. Ăn nhiều rau xanh, quả tươi
3. Không hút thuốc lá, thuốc lào.
4. Tập thể dục thể thao thường xuyên, hàng ngày (đi bộ, đạp xe, bơi lội..)
5. Phòng lạnh, giữ ấm cơ thể, tránh gió lạnh.
6. Cân bằng cảm xúc trong cuộc sống, không nên để quá căng thẳng.
7. Định kỳ đo huyết áp, ít nhất 6 tháng một lần.

HA ≥ 140/90 mmHg: ông / bà cần đến khám bác sỹ phụ trách quản lý bệnh nhân tăng huyết áp tại y tế cơ sở.

Họ tên Bác sỹ:Địa chỉ:.....

Hẹn ngày khám tăng huyết áp:/...../..... SĐT liên hệ:

(Ghi chú: Cán bộ sàng lọc đánh dấu vào tình huống phù hợp với huyết áp của bệnh nhân)

VIỆN TIM MẠCH VIỆT NAM
 DỰ ÁN PHÒNG CHỐNG BỆNH TIM MẠCH

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
 Độc lập - Tự do - Hạnh phúc

BÁO CÁO HÀNG NGÀY

Hoạt động sàng lọc Tăng huyết áp tại

(từ 14/05 – 18/05/2018)

TT	Thời gian (ngày/tháng)	Kết quả		
		Tổng số giấy mời	Tổng số người khám	Số người THA
1				
2				
3				
4				
5				
Tổng				

