

Số: 895/SYT-NVY  
V/v triển khai hoạt động "Tuần lễ  
toàn dân đi đo huyết áp" năm 2019

Hà Tĩnh, ngày 08 tháng 5 năm 2019

Kính gửi:

- Trung tâm Kiểm soát bệnh tật;
- Các bệnh viện trong tỉnh;
- TTYT/ TTYTDP các huyện, thị xã, thành phố.

Thực hiện Công văn số 24/DA-VTM ngày 18/4/2019 của Dự án Phòng, chống bệnh tim mạch - Viện Tim mạch, Bệnh viện Bạch Mai về việc triển khai hoạt động “Tuần lễ toàn dân đi đo huyết áp”. Đồng thời đề hưởng ứng ngày Tăng huyết áp thế giới (17/5) năm nay với thông điệp **“Hãy nhớ số đo huyết áp như nhớ số tuổi của mình”**, Sở Y tế đề nghị Thủ trưởng các đơn vị chỉ đạo thực hiện những nội dung sau:

### **1. Trung tâm Kiểm soát bệnh tật**

- Chủ động phối hợp với Sở Thông tin và Truyền thông xây dựng bài phát thanh hưởng ứng “Tuần lễ toàn dân đi đo huyết áp” về các biến chứng của bệnh tăng huyết áp và cách phòng tránh bệnh tăng huyết áp, đồng thời tuyên truyền vận động người dân đến cơ sở y tế để đo huyết áp; hàng ngày từ 12/5/2019 đến 18/5/2019 phát trên hệ thống loa truyền thanh xã, phường, thị trấn.

- Xây dựng tin, bài, phóng sự nhằm tăng cường tuyên truyền về các hoạt động phòng chống bệnh tăng huyết áp và hưởng ứng “Tuần lễ toàn dân đi đo huyết áp” đăng trên Cổng thông tin điện tử Ngành, Đài Phát thanh và Truyền hình tỉnh, Báo Hà Tĩnh, Báo Sức khỏe và Đời sống và các phương tiện thông tin đại chúng khác.

- Cử cán bộ kiểm tra, giám sát hỗ trợ tại các huyện, thị xã, thành phố; theo dõi, tổng hợp kết quả triển khai thực hiện các nội dung hưởng ứng “Tuần lễ toàn dân đi đo huyết áp” trên địa bàn toàn tỉnh, báo cáo về Sở Y tế **trước ngày 28/5/2019**.

### **2. Các bệnh viện trên địa bàn tỉnh**

- Xây dựng các pano, khẩu hiệu, tài liệu tuyên truyền về bệnh tăng huyết áp, cách phòng ngừa, chăm sóc, điều trị bệnh tăng huyết áp để cấp phát hoặc

treo tại các vị trí thuận lợi quan sát, đồng người qua lại nhằm tăng cường tuyên truyền cho bệnh nhân, người nhà bệnh nhân về lợi ích của việc theo dõi, đánh giá và kiểm soát chỉ số huyết áp bản thân, hạn chế tối đa các biến chứng nguy hiểm đến sức khỏe do tăng huyết áp gây ra.

- Bố trí điểm đo huyết áp miễn phí cho bệnh nhân và người nhà bệnh nhân tại khu vực khám, đón tiếp của bệnh viện, thời gian bắt đầu từ 12/5/2019 đến 18/5/2019, tư vấn hướng dẫn cho người bị tăng huyết áp cách chăm sóc, điều trị theo đúng quy trình chuyên môn; thống kê danh sách người đo huyết áp và người mới được phát hiện tăng huyết áp trong đợt đo (*Mẫu thống kê kèm theo*) gửi về TTYTDP tuyến huyện trên địa bàn **trước ngày 22/5/2019**.

### **3. TTYT/TTYTDP các huyện, thị xã, thành phố**

- Chỉ đạo các trạm Y tế các xã, phường, thị trấn trên địa bàn quản lý tuyên truyền, vận động người dân đi đo huyết áp; đồng thời tổ chức điểm đo huyết áp miễn phí cho bệnh nhân, người nhà bệnh nhân và nhân dân tại khu vực phòng khám của Trạm, thời gian bắt đầu từ 12/5/2019 đến 18/5/2019; tư vấn hướng dẫn cho người bị tăng huyết áp cách chăm sóc, điều trị theo đúng quy trình chuyên môn, cập nhật chỉ số tăng huyết áp và các nội dung liên quan vào Phần mềm hồ sơ sức khỏe cá nhân; đồng thời thống kê danh sách người đo huyết áp và người mới được phát hiện tăng huyết áp trong đợt đo (*Mẫu thống kê kèm theo*) gửi về TTYTDP tuyến huyện trên địa bàn **trước ngày 22/5/2019**.

- Cử cán bộ kiểm tra, giám sát hỗ trợ tại tất cả các trạm Y tế trên địa bàn; theo dõi, tổng hợp kết quả triển khai thực hiện các nội dung hưởng ứng “Tuần lễ toàn dân đi đo huyết áp” trên địa bàn quản lý, gửi file mềm về Trung tâm Kiểm soát bệnh tật **trước ngày 24/5/2019** theo địa chỉ: [khonglaynhiemcdc@gmail.com](mailto:khonglaynhiemcdc@gmail.com).

Đề nghị các đơn vị nghiêm túc triển khai thực hiện./.

#### **Nơi nhận:**

- Như trên;
- Cục Y tế dự phòng; (để báo cáo)
- Dự án PCBTM-BV Bạch Mai; (để biết)
- Sở Thông tin và Truyền thông; (để p/hợp thực hiện)
- UBND các huyện, thị xã, thành phố; (p/hợp chỉ đạo)
- Trạm Y tế các xã, phường, thị trấn; (thực hiện)
- Công Thông tin điện tử Sở Y tế;
- Lưu: VT, NVY.
- Gửi: Bản điện tử.

**KT. GIÁM ĐỐC  
PHÓ GIÁM ĐỐC  
(Đã ký)**

**Đường Công Lự**

**Phụ lục: Tổng hợp kết quả đo huyết áp trong Tuần lễ**  
*(Kèm theo Công văn số...../SYT-NVY ngày 07/5/2019 của Sở Y tế)*

| TT | Họ tên | Năm sinh | Địa chỉ |       | Chỉ số huyết áp | Mới phát hiện THA lần đầu (Đánh dấu x) | Tiền sử bệnh kèm theo (nếu có) | Nhóm máu (nếu có) |
|----|--------|----------|---------|-------|-----------------|--|--------------------------------|-------------------|
|    |        |          | Xã      | Huyện |                 |  |                                |                   |
| 1. |        |          |         |       |                 |  |                                |                   |
| 2. |        |          |         |       |                 |  |                                |                   |
| 3. |        |          |         |       |                 |  |                                |                   |
| 4. |        |          |         |       |                 |  |                                |                   |
| 5. | .....  |          |         |       |                 |  |                                |                   |

**Phụ lục: Quy trình đo huyết áp đúng được Ban hành kèm theo  
Quyết định số 3192/QĐ-BYT ngày 31/8/2010 của Bộ trưởng Bộ Y tế**

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: Sơ đồ chẩn đoán Tăng huyết áp  
theo khuyến cáo của Hội Tim mạch học Việt Nam**

