

Số: /UBND-VHXH
V/v Hướng ứng ngày Thế giới phòng chống
tăng huyết áp năm 2026

Hải Dương, ngày 13 tháng 5 năm 2026

Kính gửi:

- Các phòng, đơn vị: Phòng Văn hóa - Xã hội; Văn phòng HĐND & UBND phường; Trung tâm Dịch vụ sự nghiệp công phường;
- Trạm Y tế phường;
- Các tổ dân phố trên địa bàn phường.

Thực hiện Công văn số 1041/TTKSBT-BKLN, ngày 11/5/2026 của Trung tâm Kiểm soát bệnh tật thành phố Hải Phòng về việc hướng ứng ngày Thế giới phòng chống tăng huyết áp năm 2026. UBND phường yêu cầu các phòng, đơn vị phối hợp thực hiện một số nội dung sau:

1. Trạm Y tế phường

- Xây dựng kế hoạch và tổ chức triển khai các hoạt động hướng ứng Hướng ứng ngày Thế giới phòng chống tăng huyết áp năm 2026 với thông điệp “*Chung tay kiểm soát bệnh tăng huyết áp*”, thời gian tuyên truyền từ ngày 13/5/2026 đến hết ngày 31/5/2026. Căn cứ tình hình thực tế và nguồn lực, Trạm Y tế xây dựng nội dung hoạt động truyền thông phù hợp:

+ Phối hợp tuyên truyền trên hệ thống loa truyền thanh của phường và các tổ dân phố (nội dung đính kèm tại phụ lục).

+ Trên mạng xã hội (zalo, facebook,...); treo băng rôn, khẩu hiệu...

- Kết thúc đợt tuyên truyền, Trạm Y tế phường báo cáo kết quả theo biểu mẫu đính kèm về UBND phường (qua Phòng Văn hóa - Xã hội) và Trung tâm Kiểm soát bệnh tật Hải Phòng **trước ngày 05/6/2026**.

2. Phòng Văn hóa - Xã hội phường

- Phối hợp các hoạt động tuyên truyền hướng ứng ngày Thế giới phòng chống tăng huyết áp năm 2026, đa dạng các hình thức tuyên truyền.

- Theo dõi, đôn đốc các cơ quan liên quan triển khai các nội dung theo quy định.

3. Văn phòng HĐND & UBND; Trung tâm Dịch vụ sự nghiệp công phường

Tăng cường tuyên truyền hướng ứng ngày Thế giới phòng chống tăng huyết áp năm 2026 với thông điệp “*Chung tay kiểm soát bệnh tăng huyết áp*”, đa dạng các hình thức truyền thông, trong đó:

- Văn phòng HĐND và UBND phường chịu trách nhiệm đăng tải trên Trang Thông tin điện tử: <http://haiduong.haiphong.gov.vn>

- Trung tâm Dịch vụ sự nghiệp công phường chịu trách nhiệm đăng tải trên trang fanpage Facebook: <https://www.facebook.com/Phuonghaiduong2025>, tuyên truyền trên hệ thống đài truyền thanh phường.

4. Các tổ dân phố trên địa bàn phường

Tăng cường tuyên truyền đến toàn thể nhân dân hưởng ứng ngày Thế giới phòng chống tăng huyết áp năm 2026.

UBND phường yêu cầu các đơn vị phường phối hợp triển khai thực hiện./.

Nơi nhận:

- Như trên;
- Sở Y tế thành phố;
- CT,PCT UBND phường (Bà Thủy);
- Lưu: VT, VHXH.

**KT. CHỦ TỊCH
PHÓ CHỦ TỊCH**

Nguyễn Thị Thu Thủy

Phụ lục 1**NỘI DUNG****Truyền thông phát hiện sớm Tăng huyết áp**

Tăng huyết áp (THA) là một căn bệnh không lây nhiễm phổ biến nhất hiện nay. Đây được xem là “kẻ giết người thầm lặng” bởi người bệnh THA không có biểu hiện triệu chứng rõ ràng mặc dù bệnh đã tiến triển nghiêm trọng nhưng đây lại là nguyên nhân chủ yếu gây tai biến mạch máu não, nhồi máu cơ tim, suy tim, suy thận, mù lòa, tử vong....

Theo số liệu của Tổ chức Y tế thế giới, hiện nay tại Việt Nam ước tính có khoảng 12 triệu người bị tăng huyết áp tại cộng đồng, tức là cứ khoảng 5 người trưởng thành (*từ 18 tuổi trở lên*) có một người mắc bệnh. Tuy nhiên số người được phát hiện và điều trị chưa cao.

Một người được xác định là THA khi HA tâm thu từ 140 mmHg trở lên và/hoặc HA tâm trương từ 90 mmHg trở lên.

Một số yếu tố nguy cơ dẫn tới THA:

- + Người lớn tuổi;
- + Người thừa cân, béo phì;
- + Tiền sử gia đình có người mắc THA;
- + Người có thói quen sử dụng nhiều thuốc lá, rượu bia;
- + Người có chế độ ăn nhiều muối;
- + Người ít hoạt động thể lực;
- + Người thường xuyên bị căng thẳng, stress;

+ Người mắc các bệnh mạn tính như bệnh thận, đái tháo đường, rối loạn mỡ máu... Bệnh THA có thể được phòng ngừa hiệu quả và duy trì ở mức lý tưởng nhờ các biện pháp thay đổi lối sống lành mạnh như:

+ Duy trì chế độ ăn hợp lý: Giảm ăn mặn, tăng cường rau xanh và hoa quả tươi, hạn chế các thức ăn nhiều dầu mỡ, đảm bảo đủ kali và các yếu tố vi lượng. + Duy trì cân nặng lý tưởng, tránh bị thừa cân, béo phì.

+ Hạn chế rượu bia, thuốc lá.

+ Tăng cường vận động thể lực ở mức thích hợp, đều đặn mỗi ngày.

+ Tránh lo âu, căng thẳng thần kinh, cần chú ý đến việc thư giãn, nghỉ ngơi hợp lý, tránh bị lạnh đột ngột.

Để biết mình có bị mắc THA hay không chỉ có một cách duy nhất là đo huyết áp.

Hưởng ứng ngày tăng HA thế giới 17/5 hàng năm, mọi người dân trên 18 tuổi hãy tới TYT để được đo, kiểm tra HA nhằm phát hiện sớm, theo dõi và tư vấn kịp thời, tránh các biến chứng nguy hiểm xảy ra.

Phụ lục 2
BÁO CÁO

TUẦN LỄ HƯỞNG ỨNG NGÀY TĂNG HUYẾT ÁP THẾ GIỚI 17/5/2026
TẠI CÁC CƠ SỞ Y TẾ

I. Hoạt động truyền thông hưởng ứng

TT	Hoạt động truyền thông	Số lượng	Ghi chú
1	Phát thanh trên loa đài		
2	Treo băng rôn, khẩu hiệu		
3	Tổ chức các buổi nói chuyện chuyên đề phòng chống tăng huyết áp		
4	Phát tờ rơi		
5	Hoạt động khác (ghi rõ....)		

II. Kết quả sàng lọc người tăng huyết áp tại cơ sở y tế trong tháng 5/2026

TT	Hoạt động	Kết quả	Ghi chú
1	Tổng số người ≥ 18 tuổi		
2	Số người được chẩn đoán THA		
3	Số BN mới được lập hồ sơ quản lý ngoại trú THA và lĩnh thuốc trong tháng		