

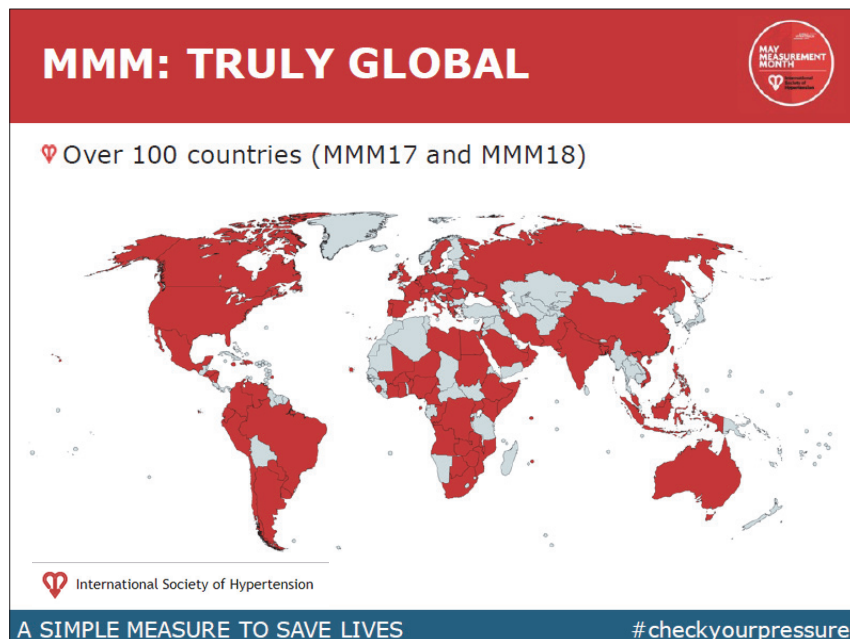
Światowa kampania edukacyjna i badawcza *May Measurement Month (MMM)* – Maj Miesiącem Mierzenia ciśnienia krwi w Polsce

Jacek Józwiak¹, Agnieszka Grobelczyk¹, Dariusz Nowak², Łukasz Skowron², Żaneta Żak²

¹Zakład Medycyny Rodzinnej i Zdrowia Publicznego, Wydział Lekarski, Uniwersytet Opolski, Opole
²MMM21 Polska

Międzynarodowe Towarzystwo Nadciśnienia Tętniczego (ISH, *International Society of Hypertension*) od 2017 roku prowadzi inicjowaną corocznie w maju, światową kampanię *May Measurement Month (MMM)* — Maj Miesiącem Mierzenia ciśnienia krwi, w której przebadano dotąd ponad 4,2 miliona osób w ponad 100 krajach, zaś u prawie 1 miliona osób zidentyfikowano niekontrolowane lub nieskutecznie leczone nadciśnienie tętnicze.

Kolejne badania MMM17, MMM18, MMM19 zostały przerwane trudną dla całego współczesnego świata pandemią COVID-19, która przyczyniła się do odwołania kampanii MMM20. Wciąż niejasna sytuacja epidemiczna tym bardziej jednak skłania do wdrożenia działań, przywracających prowadzenie działań profilaktyki i prewencji zdrowotnej, w tym działań zmierzających do kontroli najważniejszych czynników ryzyka chorób kardiometabolicznych,



Rycina 1. Globalny zasięg kampanii i badania MMM17 oraz MMM18

Adres do korespondencji: Dr hab. n. med. Jacek Józwiak, prof. UO; e-mail: jacek.jozwiak.1234@gmail.com



Rycina 2. Wolontariusze kampanii i badania MMM17, MMM18 i MMM19 na świecie

The original leaflets for patients and doctors

DLA PACJENTÓW

NADCIŚNIENIE TĘTNICZE jest najpoważniejszym czynnikiem RYZYKA ZGONU i 19 razy wyżej ryzyko ZAWALU SERCA, UDARU MÓZGU i CHOROBY NEREK.
MNIJ NIZ POŁOWA CHORYCH na nadciśnienie W OGÓLE wie o swojej chorobie.
Jakie masz ciśnienie krwi? NIE WIEŚ? ZMIERZ! TERAZ! W Maju 2017!

zawaly serca

udary mózgu

choroby nerek

TUTAJ MOŻESZ ZMIERZYĆ ciśnienie krwi i UZYSKAĆ WYNIKI pomiarów
Poniżej wpisz WYNIKI TRZECH KOLEJNYCH POMIARÓW ciśnienia

data pomiaru	godzina pomiaru	temperatura otoczenia
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
ciśnienie skurczowe	ciśnienie rozkurczowe	tętno
① <input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
② <input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
③ <input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Jeżeli WYNIK POMIARU Twojego CIŚNIENIA KRWI przekroczył 140/90
ZABERZ ULOTKĘ, a następnie ODWIEDZ LEKARZA!

DLA LEKARZY

Szanowna Pani Doktor, Szanowny Panie Doktorze

PRZESŁANIE

Pacjent wypracował Pani Doktor / Panu Doktorze niezwykle udatny z wynikiem pomiarów swojego ciśnienia tętniczego krwi wspaniałym udziałem w ogólnopolskiej kampanii o nazwie **MAY MEASUREMENT MONTH 2017 MMM17**, w ramach projektu badawczego **AMBIENTALNI WYMIARZANIE** ciśnienia tętniczego w Polsce w 2017 roku (MMM17), polegającym na pomiarze ciśnienia tętniczego krwi u dorosłych osób, u których ciśnienie tętnicze nie było mierzone w przeszłości do najgłębszego asanowanego wieku. Organizatorzy badania MMM17 zwracają się do Pani Doktor / Pana Doktora z uprzejmą prośbą o interpretację wyników pomiarów ciśnienia tętniczego krwi Pacjenta oraz udzielenie porady lekarskiej i nadzoru nad leczeniem, stosowanego postępowania medycznego. Głównym badaniem MMM17 prowadzonym jest przez International Society of Hypertension oraz World Hypertension League. W Polsce pomiarom nad kampanią MMM17 objęty również Towarzystwo Naukowe: Polskie Towarzystwo Nadciśnienia Tętniczego, Polskie Towarzystwo Kardiologiczne, Polskie Towarzystwo Nefrologiczne, Polskie Towarzystwo Endokrynologiczne oraz Instytut Lekarzy Rodzinnych w Polsce. Badanie MMM17 jest wspierane przez Partnerów Badania - firmę CHEMNACROLINE, firmę SIZIFIX, spółkę z o.o. i Medisana, IZOCOSIDE i ANADIMED LABORATORIA oraz Partnerów Medykalnego - wydawnictwa MEDYCINA PRAKTYCZNA.

ZAPROSZENIE

Niezależnie od powyższej prośby, Organizatorzy badania MMM17 na Seście i w Polsce kierują również do Pani Doktor / Pana Doktora z wieloletnim zaproszeniem do uczestnictwa w tym wieloletnim badawczym, edukacyjnym i społecznym projekcie. Tym samym, licząc na wsparcie i udzielenie przez Panią Doktor / Pana Doktora jako autorytetu medycznego w środowisku lokalnym, zapraszamy się z apatem o osobiste zaangażowanie w niniejszą kampanię, w tym rozpoznanie i skierowanie do badania MMM17 osób należących Państwa, a także wszelkich innych Pracowników opieki zdrowotnej, z którymi Pani Doktor / Pan Doktor współpracuje na co dzień.

SZCZEGÓŁY UCZESTNICTWA

Samo zaangażowanie lekarskie (Badacz) w kampanii MMM17 będzie nieodpłatne i odbywać się będzie na zasadach wolontariatu. Nazwanej Organizatorzy badania, w tym Komitetu Sterującego w Polsce i Komitetu Naukowego w Polsce, wspierającego Towarzystwo Naukowe oraz Partnerów Badania i Partnerów Medykalnych, wyrażają swoją podziękowanie dla Lekarzy (Badaczy) biorących udział w niniejszym projekcie, oferując specjalną formułę wsparcia edukacyjnego i medycznego **REDUKTOR MMM17**, polegającą z rozdaniem książek, broszur, multimedialnych rejestrów, klasy autorytarnego certyfikowanego z funkcją monitorowania i pomiaru, przewodników oraz wysokiej klasy profesjonalnego elektronarzędzia ciśnieniomierza z możliwością mierzenia ciśnienia tętniczego (tętno) i monitorowania sportowców, uczestników w kręgowych i zaprzeczonych konferencjach naukowych, zapraszając z rozdaniem specjalnych oraz książeczki konferencyjnej (DLA: PDF, PPT, PPTX, PPT, PPTX, Książki). **Warunkiem** przystąpienia do badania MMM17 będzie zarejestrowanie się w formie elektronicznej na stronie kampanii MMM17 www.mmm17.pl. Na paruby tym angażując się również w procesie selektywnej dystrybucji ulotki do Pacjenta, legitymując ulotki projektu oraz opis specjalnej formuły wsparcia edukacyjnego i medycznego **REDUKTOR MMM17**.

Organizatorzy MMM17

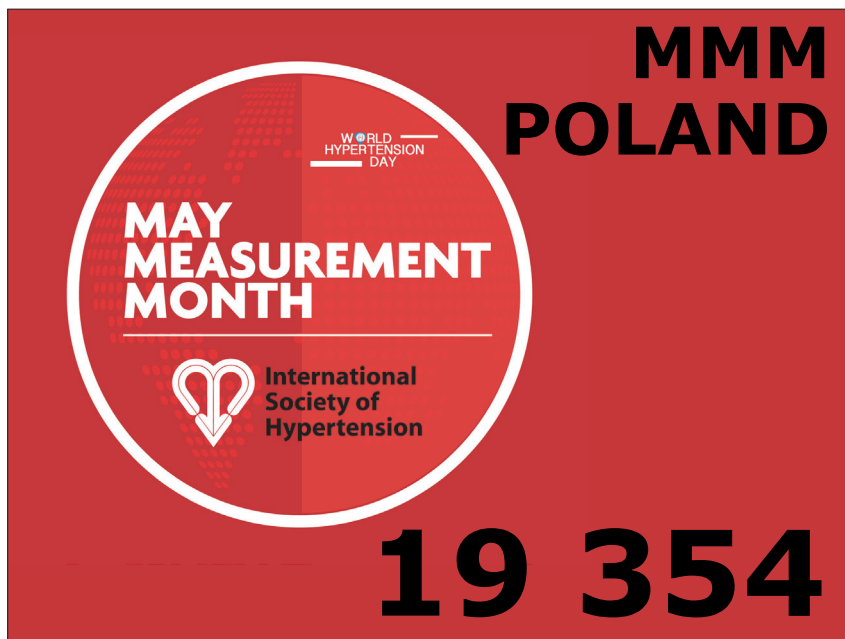
A SIMPLE MEASURE TO SAVE LIVES
#checkyourpressure

Rycina 3. Originalne materiały kampanii MMM w Polsce

będących najczęstszą na świecie przyczyną przedwczesnych zgonów.

W trosce o zdrowie i życie pacjentów, ale także uwzględniając społeczną odpowiedzialność spoczywającą na środowisku medycznym ISH wraz z Polskim Towarzystwem Nadciśnienia Tętniczego (PTNT) i innymi partnerami kampanii MMM zdecydowały się wesprzeć instytucjonalnie i organizacyj-

nie ogólnopolską kampanią pomiarów ciśnienia tętniczego krwi w ramach badania MMM21. Tegoroczna kampania jest prowadzona w Polsce — mimo ograniczeń związanych z epidemią COVID-19 — od maja do listopada 2021 r. w dualnej, rozbudowanej formie skierowanej z jednej strony do profesjonalistów medycznych (lekarzy, pielęgniarek, studentów kierunków medycznych), z drugiej zaś — bezpo-



Rycina 4. Liczba pacjentów włączonych do badania MMM w Polsce w latach 2017–2019

średnio do pacjentów w formule *MMM at site* (MMM w Przychodni) oraz *MMM at Home* (MMM w Domu).

Według śródrocznej analizy 2021 roku działającego przy Uniwersytecie Waszyngtońskim Instytutu Pomiarów i Oceny Stanu Zdrowia (IHME, *Institute for Health Metrics and Evaluation, University of Washington*) COVID-19 był przyczyną około 6,9 miliona zgonów na całym świecie, czyli blisko dwukrotnie więcej niż wynika to z oficjalnych danych krajowych i regionalnych, mówiących o ponad 3,5 mln przypadków śmiertelnych związanych bezpośrednio z ciężkim przebiegiem COVID-19 lub jego groźnymi następstwami. Instytut ten wykazał, że w niemal każdym z państw liczba zgonów spowodowanych COVID-19 jest znacznie niedoszacowana.

Tymczasem według ISH to jednak podwyższone ciśnienie tętnicze jest w skali globalnej najsilniejszym pojedynczym czynnikiem całkowitego ryzyka zgonów oraz ryzyka wystąpienia wielu chorób. Na to całkowite ryzyko składają się głównie wzrost częstości zachorowania na chorobę wieńcową serca, udary mózgu i choroby nerek. Obecnie na świecie podwyższone ciśnienie tętnicze powoduje blisko 10 milionów zgonów rocznie i — biorąc pod uwagę dynamikę stałego przyrostu populacji osób starszych — oczekuje się, że liczba ta może wzrosnąć. Etiologia podwyższonego ciśnienia tętniczego może być w dużym stopniu wyjaśniona zidentyfikowanymi środowiskowymi czynnikami ryzyka.

Pomimo prostej metody pomiaru ciśnienia tętniczego krwi, a także ogólnej dostępności licznych leków hipotensyjnych, dane światowe pokazują, że mniej niż połowa osób spełniających kryteria nadciśnienia tętniczego w ogóle wie o swojej chorobie. Dodatkowo wśród osób leczonych na nadciśnienie tętnicze mniej niż jedna trzecia osiąga aktualnie zalecane cele terapeutyczne. Zakładając uzyskanie jedynie suboptymalnego poziomu leczenia i kontroli nadciśnienia u osób z rozpoznaniem nadciśnienia tętniczego, jest dość oczywiste, że korzyści, które mogłyby zostać osiągnięte w zakresie redukcji śmiertelności całkowitej oraz obciążenia chorobami spowodowanymi nadciśnieniem byłyby olbrzymie, pod warunkiem, że zwiększona zostanie świadomość pacjentów dotycząca wartości ciśnienia tętniczego krwi, uzyskana na przykład poprzez badanie przesiewowe w kierunku nadciśnienia tętniczego.

W najbliższych miesiącach i latach kraje i społeczeństwa, decydenci i obywatele, służba zdrowia i opieka medyczna, przedsiębiorcy i organizacje społeczne mierzyć się będą ze zdrowotnymi, społecznymi i biznesowymi skutkami epidemii COVID-19.

Zaciągnięty w tym czasie tak zwany „dług zdrowotny”, wynikający z niewystarczającej uwagi poświęcanej innym najważniejszym chorobom cywilizacyjnym oraz nierównego dostępu do świadczeń zdrowotnych, ale też związany z opóźnieniami w diagnostyce i terapii wielu chorób, będziemy

odczuć latami. W pandemii COVID-19 zjawiska te skumulowały się, a w dodatku pojawiły się całkiem nowe zagrożenia, związane z odkładaniem w czasie zarówno badań, jak i zabiegów, a także tak kluczowych w tej dziedzinie działań profilaktycznych. Z tego powodu już teraz należy szukać metod i narzędzi pozwalających na poprawę skuteczności w zakresie profilaktyki i leczenia najważniejszych chorób współczesnego świata.

Badaniem MMM21 zostaną objęci dorośli pacjenci, dobrowolnie zgłaszający się do placówek zdrowotnych, aby zmierzyć ciśnienie tętnicze krwi oraz częstości akcji serca i udzielić anonimowo odpowiedzi na kilka pytań dotyczących ich podstawowych danych demograficznych i sytuacji zdrowotnej. Badanie będzie przeprowadzone w około 100 krajach na świecie, między innymi w Polsce, z różną liczbą ośrodków badawczych w poszczególnych krajach. W miesiącach od maja do listopada 2021 r. u chętnych i dobrowolnie zgłaszających się do placówek zdrowotnych osób zebrane zostaną anonimowe dane demograficzne i dane dotyczące historii chorób układu krążenia oraz czynników ryzyka sercowo-naczyniowego oraz dokonane zostaną u nich pomiary ciśnienia tętniczego i częstości akcji serca. Pomiar będzie dokonywany trzykrotnie w pozycji siedzącej zgodnie z określonymi i ujednoliconymi metodami, zgodnie z obowiązującymi standardami za pomocą standardowych, ogólnodostępnych aparatów do pomiaru ciśnienia i tętna. Gromadzone informacje będą miały charakter anonimowy i zostaną przesłane drogą elektroniczną poprzez specjalnie zaprojektowaną aplikację (APP MMM21) do centralnej bazy

danych. Badani, których wynik pomiaru ciśnienia będzie wskazywał na rozpoznanie nadciśnienia tętniczego, otrzymają pisemną poradę z zaleceniami dotyczącymi dalszych działań, na przykład zmiany diety i stylu życia. Dodatkowo, w zależności od lokalnych uwarunkowań, osoby te zostaną skierowane na wizyty kontrolne i/lub otrzymają porady terapeutyczne. W miejscach nieposiadających dostępu do Internetu, dane mogą zostać zgromadzone, zapisane ręcznie i wprowadzone do arkusza EXCEL, a następnie implementowane do aplikacji APP MMM21.

Kompletne informacje o badaniu MMM21 wraz z dostępem do aplikacji MMM at site/MMM w Przychodni oraz MMM at Home/MMM w Domu dostępne są na stronie www.mmmpolska.pl.

Na stronie www.mmmpolska.pl dostępne są też wyniki polskich badań MMM17, MMM18 i MMM19 opublikowane w czasopiśmie *European Heart Journal Supplements*, obejmujących każdorazowo publikacje z około 40 krajów na świecie, zaangażowanych w badanie MMM [1–3].

Piśmiennictwo

1. Sęk-Mastej A, Banach M, Mastej M, et al. Measurement Month 2019: an analysis of blood pressure screening results from Poland. *Eur Heart J Suppl.* 2021; 21(Suppl B): B124–B127, doi: [10.1093/eurheartj/suab045](https://doi.org/10.1093/eurheartj/suab045), indexed in Pubmed: [34248436](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34248436/).
2. Jankowski P, Banach M, Małyszko J, et al. May Measurement Month 2018: an analysis of blood pressure screening campaign results from Poland. *Eur Heart J Suppl.* 2020; 22(Suppl H): H108–H111, doi: [10.1093/eurheartj/suaa041](https://doi.org/10.1093/eurheartj/suaa041), indexed in Pubmed: [32884486](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32884486/).
3. Małyszko J, Mastej M, Banach M, et al. Do we know more about hypertension in Poland after the May Measurement Month 2017? — Europe. *Eur Heart J Suppl.* 2019; 21(Suppl D): D97–D100, doi: [10.1093/eurheartj/suz067](https://doi.org/10.1093/eurheartj/suz067), indexed in Pubmed: [31043891](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31043891/).