

Με ιδιαίτερη χαρά ανακοινώνουμε την έναρξη της προετοιμασίας για τη συμμετοχή της Ελλάδας στο διεθνές πρόγραμμα για την υπέρταση «**May Measurement Month 2026**» (MMM26).

Το πρόγραμμα MMM, το οποίο ξεκίνησε το 2017 από τη Διεθνή Εταιρεία Υπέρτασης, πραγματοποιείται κάθε χρόνο τον μήνα Μάιο και αποτελεί τη **μεγαλύτερη παγκόσμια δράση ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης για την αρτηριακή υπέρταση**. Στόχος του είναι η ανάδειξη της σημασίας της έγκαιρης διάγνωσης της υπέρτασης. Μέχρι σήμερα έχουν γίνει μετρήσεις σε περισσότερα από 7 εκατομμύρια άτομα σε πάνω από 100 χώρες.

Στην Ελλάδα το πρόγραμμα MMM πραγματοποιείται από το 2019, σε συνεργασία με την Ελληνική Εταιρεία Υπέρτασης και έχει αποδείξει τη δυναμική του τόσο σε επίπεδο πρόληψης όσο και σε επίπεδο ερευνητικής δραστηριότητας, με τη συλλογή πολύτιμων επιδημιολογικών δεδομένων από περισσότερα από **30.000 άτομα**. Το **MMM25** σημείωσε εξαιρετική επιτυχία, με περισσότερους από **10.000 συμμετέχοντες**, σε **35 σημεία μέτρησης σε περισσότερες από 20 πόλεις**.

Το πρόγραμμα MMM μπορεί να πραγματοποιηθεί σε οποιοδήποτε σημείο της χώρας, με πρόσκληση περαστικών στα σημεία μέτρησης μετά από ενημέρωση και *προφορική συγκατάθεση συμμετοχής*.

Στα άτομα που θα συμμετάσχουν θα πραγματοποιούνται:

- Ανώνυμη καταγραφή φύλου, ηλικίας, ύψους, βάρους (κατά δήλωση)
- Μετρήσεις της αρτηριακής πίεσης με πιστοποιημένα ηλεκτρονικά πιεσόμετρα βραχίονα,
- Καταγραφή διαγνωσμένης υπέρτασης και λήψης αγωγής (ναι/όχι).
- Καταγραφή συνοδών νοσημάτων και συνηθειών.

Για να πραγματοποιηθεί το πρόγραμμα MMM απαιτούνται :

- **Ερευνητές:** Ιατροί, ή φοιτητές ιατρικής, νοσηλεύτριες, νοσηλευτές με επίβλεψη ιατρών.
- **Χώροι:** Δημόσια πλατεία, σταθμός μετρό, δημοτικός χώρος, μεγάλο πολυκατάστημα, νοσοκομείο (σε επισκέπτες), ή άλλοι δημόσιοι χώροι, μετά από σχετική άδεια χρήσης του χώρου.
- **Εξοπλισμός:** Σε κάθε κέντρο που συμμετέχει θα αποσταλεί κατάλληλος εξοπλισμός:

- Αφίσες και banners του προγράμματος MMM.
- Αυτόματα πιεσόμετρα για τη διεξαγωγή των μετρήσεων.
- Tablets για την καταγραφή των δεδομένων (σε επιλεγμένα κέντρα), ή οδηγίες εγκατάστασης της διεθνούς εφαρμογής MMM σε κινητό ή φορητό υπολογιστή.
- Αναλυτικές οδηγίες για την διεξαγωγή των μετρήσεων και την καταγραφή των δεδομένων.
- Ενημερωτικά έντυπα για τους συμμετέχοντες

**Η δράση έχει την έγκριση της Επιτροπής Βιοηθικής & Δεοντολογίας Ιατρικής Σχολής ΕΚΠΑ και θα υποστηριχθεί επικοινωνιακά μέσω συνέντευξης Τύπου, δημοσιεύσεων στον ημερήσιο τύπο και στην ιστοσελίδα της Ελληνικής Εταιρείας Υπέρτασης θα αναρτηθεί η λίστα των συμμετεχόντων κέντρων σε όλη τη χώρα.**

Τα ελληνικά δεδομένα MMM 2026 θα ανακοινωθούν σε συνέδρια της Ελληνικής Εταιρείας Υπέρτασης, της Ευρωπαϊκής και της Διεθνούς Εταιρείας Υπέρτασης και θα δημοσιευθούν σε επιστημονικά περιοδικά (PubMed) με συμμετοχή όλων των υπεύθυνων κέντρων.

Εάν ενδιαφέρεστε να συμμετάσχετε, οργανώνοντας το πρόγραμμα **MMM 2026** στην πόλη σας, σας προσκαλούμε να δηλώσετε το ενδιαφέρον σας, επικοινωνώντας στο email: [maymeasure.greece@gmail.com](mailto:maymeasure.greece@gmail.com) προκειμένου να λάβετε περισσότερες πληροφορίες για τη διαδικασία συμμετοχής και την υλοποίηση της δράσης. Επιπλέον, μπορείτε να ακολουθήσετε τη σελίδα του [May Measurement Month- Greece](#) στο **LinkedIn** για συνεχή ενημέρωση.

Μαζί μπορούμε να ενισχύσουμε την πρόληψη της υπέρτασης και να συμβάλουμε ουσιαστικά στη βελτίωση της δημόσιας υγείας στη χώρα μας.