

ЧТО ТАКОЕ АРТЕРИАЛЬНОЕ ДАВЛЕНИЕ?

Артериальное давление (АД) – это сила, с которой поток крови давит на сосуды. Величина АД зависит от разных факторов: от силы, с которой сердце выбрасывает кровь в сосуды; от количества крови, выталкиваемой в сосуды; от эластичности сосудов; содержания и концентрации различных компонентов и других факторов.

Максимальное давление в артериях во время сокращения сердца – систолическое («верхнее»). Во время расслабления сердца давление уменьшается, это соответствует диастолическому («нижнему») давлению.

Артериальное давление снижается в состоянии покоя, во время сна и резко повышается в утренние часы, при волнении, физических и других нагрузках, а также при курении.

ЧТО ТАКОЕ АРТЕРИАЛЬНАЯ ГИПЕРТОНИЯ?

Артериальная гипертония (АГ), или гипертоническая болезнь, – периодическое или стойкое увеличение АД. Частота случаев АГ увеличивается с возрастом.

АГ – опасное заболевание вследствие развития осложнений, связанных с повышением АД или с развитием атеросклероза сосудов, снабжающих кровью жизненно важные органы (сердце, мозг, почки и др.). Так, при поражении коронарных сосудов, которые снабжают сердце кровью, развивается ишемическая болезнь сердца (стенокардия), при поражении сосудов мозга нарушается мозговое кровообращение, что приводит к инсульту.

Иногда АГ бывает не самостоятельным заболеванием, а симптомом заболевания других органов (почки, эндокринная система и др.). В таких случаях говорят о вторичной (симптоматической) АГ. Тогда необходимо лечить основное заболевание, вызвавшее повышение АД.

Повышенным для взрослых людей считают уровень артериального давления 140/90 мм рт.ст. и более.

Причину повышения АД устанавливает только врач!

КАКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ ПРОИСХОДЯТ В ОРГАНИЗМЕ ПРИ ГИПЕРТОНИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ?

- Сужение сосудов, стенки сосудов теряют эластичность.
- Ухудшение зрения.
- Нарушение частоты сердечных сокращений, чаще в сторону повышения.
- Из-за повышения нагрузки на сердце увеличивается мышечная масса левого желудочка сердца, ухудшается его кровоснабжение.
- Быстро развивается атеросклероз аорты (главная артерия кровеносной системы человека), сосудов мозга, сердца и др.
- Повышается нагрузка на почки, что может привести к нарушению основной выполняемой ими функции мочеотделения.

ТЕЧЕНИЕ И СИМПТОМЫ АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТОНИИ

Длительное время заболевание может протекать практически без выраженных симптомов. В случае многолетнего течения АГ организм человека постепенно адаптируется к высокому АД и самочувствие больного может оставаться неплохим.

Повышенное АД оказывает патологическое воздействие на сосуды и питаемые ими органы: мозг, сердце, почки. При длительно текущей АГ вышеперечисленные

патологические процессы (даже при отсутствии жалоб больного) могут привести к инсульту, ишемической болезни сердца (стенокардия), инфаркту миокарда, сердечной и почечной недостаточности.

Наиболее частые жалобы больных при повышении АД:

- головные боли пульсирующего характера, часто в затылочной области;
- кратковременное головокружение;
- мелькание «мушек» перед глазами, нарушение зрения;
- нарушения сна (бессонница, частые просыпания);
- раздражительность, утомляемость, подавленное настроение; боли в области сердца.

Необходимо регулярно измерять давление даже при хорошем самочувствии!

Это наиболее достоверный способ своевременно выявить АГ.

ЧТО ТАКОЕ ГИПЕРТОНИЧЕСКИЙ КРИЗ?

Гипертонический криз – резкий, внезапный подъем АД от нормальных или повышенных значений, сопровождающийся стремительным ухудшением самочувствия и часто приводящий к осложнениям.

Провоцирующие факторы резкого повышения АД, а иногда и гипертонического криза:

- нервно-психические или физические перегрузки;
- смена погоды, магнитные бури;
- курение;
- употребление алкогольных напитков;
- резкая отмена некоторых лекарственных средств, понижающих АД;
- нерегулярное или неадекватно подобранное лечение;
- обильный прием пищи, особенно соленой и на ночь;
- употребление пищи или напитков, в состав которых входят вещества, способствующие повышению АД (кофеин – большое количество кофе, тирамин – шоколад, сыр, икра и др.).

ЧТО НУЖНО ДЕЛАТЬ В СЛУЧАЕ ГИПЕРТОНИЧЕСКОГО КРИЗА?

- При развитии симптомов гипертонического криза необходимо измерить АД и по возможности до приезда врача попытаться снизить АД.
- Можно принять препараты быстрого действия (таблетка под язык): каптоприл (капотен) – 25-50 мг или нифедипин (коринфар) – 10 мг.
- В случае за грудиной болей (проявление стенокардии) нужно положить таблетку нитроглицерина под язык.
- Не следует принимать таблетки папазола, дибазола: это неэффективные средства.
- Нельзя резко снижать АД, особенно пожилым людям. У пожилых пациентов при снижении АД могут появиться такие симптомы, как слабость, сонливость, могут указывать на нарушение питания (ишемию) головного мозга.

При малейших подозрениях на развитие гипертонического криза или при значительном повышении АД необходимо вызвать «скорую помощь».

**СОВЕТЫ
ПАЦИЕНТАМ С ПОВЫШЕННЫМ
АРТЕРИАЛЬНЫМ ДАВЛЕНИЕМ**



(памятка для пациентов)