



# ЛЕКЦИЯ 12


## Сестринская помощь при артериальной гипертензии (гипертонии)

**Артериальным давлением (АД)** называют силу, с которой кровь давит на стенки сосудов.

**Верхнее число - систолическое АД**, показывает давление в артериях в момент, когда сердце сжимается и выталкивает кровь в артерии

**Нижнее число - диастолическое АД**, показывает давление в артериях в момент расслабления сердечной мышцы.

Разница между систолическим АД и диастолическим (**пульсовое давление**) в норме составляет 30-40 мм рт. ст.



**Верхнее число - систолическое АД,** показывает давление в артериях в момент, когда сердце сжимается и выталкивает кровь в артерии

**Нижнее число - диастолическое АД,** показывает давление в артериях в момент расслабления сердечной мышцы.

Разница между систолическим АД и диастолическим (**пульсовое давление**) в норме составляет 30-40 мм рт. ст.

## Границы нормального давления:

**нижняя** 90\60 мм рт. ст.,

**верхняя** 139\89 мм рт. ст.

Для каждого человека этот показатель индивидуален.

**Средняя норма** 120\80 мм рт. ст.

Уровни артериального давления у взрослых людей (старше 18 лет) по ВОЗ (Всемирная организация здравоохранения)			
Категория	<u>Систолическое</u> АД	Диастолическое АД	Это означает
Оптимальное	ниже 120	ниже 80	Ваше давление в норме
Нормальное	ниже 130	ниже 85	Вам угрожает повышенное давление
Пограничное	130-139	85-89	
Артериальная гипертония	выше 140	выше 90	У Вас высокое АД, его необходимо контролировать.




## **АД зависит от **многих факторов:****


- **времени суток,**
- **психологического состояния человека (при стрессе давление повышается),**
- **приёма различных стимулирующих веществ (кофе, чай) или медикаментов, которые повышают или понижают давление.**

**Стойкое повышение АД выше 140/90 мм рт. ст.**  
(артериальная гипертензия) или **стойкое**  
**понижение АД ниже 90/50 мм рт. ст.**  
(артериальная гипотензия) могут быть  
симптомами различных заболеваний.

**Артериальная гипертензия (АГ) или**  
**гипертония** — повышение АД которое  
обусловлено не естественными реакциями  
организма на определенные физиологические  
ситуации (стресс, жара, соматическое  
заболевание).



**Симптоматические (вторичные) артериальные гипертензии** – это формы повышения АД причинно связанные с определенными заболеваниями внутренних органов (например, заболеваниями почек, эндокринной системы и пр.).



**Гипертоническая болезнь (ГБ, эссенциальная или истинная гипертензия) – заболевание, основным признаком которого является повышение АД, обусловленное нарушением регуляции тонуса сосудов и работы сердца, и не связанное с органическими заболеваниями каких-либо органов или систем организма.**





**Причины** возникновения ГБ точно не известны.

Полагают, что **ГБ** развивается:

вследствие перенапряжения ЦНС; нервно-психической травматизации у лиц имеющих патологическую наследственность (наличие ГБ у близких родственников), атеросклероза.

## **Способствующие факторы ГБ:**

- нарушение функции эндокринных желез, обменные нарушения;**
- курение, употребление алкоголя (пива);**
- употребление в пищу увеличенного количества поваренной соли (особенно у женщин);**
- особенности профессии (требующие большой ответственности и повышенного внимания);**
- недостаточный сон;**
- травмы ЦНС;**
- стрессы на работе и во время отдыха (например, компьютерные игры);**
- гиподинамия;**
- ожирение.**

## **Различают 3 стадии ГБ:**

**Стадия 1** – начальная, когда АД повышается на некоторое время под влиянием неблагоприятных воздействий. Болезнь в этой стадии обратима.

**Стадия 2** – устойчивое повышение АД, которое не снижается без специального лечения, появляется склонность к гипертоническим кризам. Выявляется увеличение левого желудочка.



**Стадия 3 – (склеротическая) АД стойко  
повышено.**

**Возможны осложнения:**

- нарушение мозгового кровообращения,**
- сердечная недостаточность,**
- инфаркт миокарда,**
- реже – почечная недостаточность.**

# ЧЕМ ОПАСНА ГИПЕРТОНИЯ?

## Мозг

Инсульт, преходящие нарушения мозгового кровообращения!

75 из 100 случаев инсульта вызываются гипертонией, которую не лечили

## Кровь

Повышенный уровень сахара, поражающий центральную нервную систему

## Глаза

Необратимая дегенерация сетчатки, кровоизлияние, отслойка сетчатки, приводящие к слепоте

## Сердце

Гипертрофия левого желудочка, инфаркт миокарда!  
Наличие гипертрофии левого желудочка в пять раз увеличивает риск смерти. 68 из 100 случаев инфаркта миокарда вызываются гипертонией, которую не лечили.

## Почки

Протеинурия, почечная недостаточность!  
Наличие протеинурии является показателем прогрессирования



## **Проблемы пациентов при ГБ:**

- головная боль в связи с повышением АД, чаще по утрам, локализуется в затылочной области, сочетается с ощущением «тяжелой, несвежей головы»,**
- плохой сон**
- повышенная раздражительность**
- снижение памяти и умственной работоспособности**
- боли в сердце, перебои**
- одышка при физической нагрузке**
- у некоторых пациентов - нарушение зрения на фоне постоянного повышения АД**

## При обследовании

**В первой стадии** изменений не выявляется

**Во второй стадии:**

На **ЭКГ** - увеличение левого желудочка

**Эхокардиография** - гипертрофия левого желудочка

**В общем анализе мочи** - следы белка, единичные эритроциты

**При осмотре окулиста и невропатолога (в 3 стадии)** возможно нарушение мозгового кровообращения.

## Лечение:


### 1 стадия ГБ.

Применяются не медикаментозные методы коррекции АД.

#### 1. Диета:

- ограничение соли до 5-8 г/сутки,
- энергетическая ценность пищи не должна превышать суточную потребность (для больных с избыточной массой тела она должна быть ниже),
- ограничение приема алкоголя,
- отказ от курения.





**2. Создание оптимальных условий труда и отдыха:** запрещается работа в ночную смену, работа с воздействием шума, вибрации, чрезмерным напряжением внимания

**3. Постоянные физические нагрузки** (но согласованные с врачом)

**4. Психорелаксация,** рациональная психотерапия, иглорефлексотерапия,

**5. Физиотерапевтическое лечение,**

**6. Фитотерапия**

## **Медикаментозное лечение:**

Применяется длительная гипотензивная терапия индивидуальными поддерживающими дозами.

**У пожилых АД** снижают постепенно, т. к. быстрое снижение ухудшает мозговое и коронарное кровообращение.

**Снижать АД** надо до 140/90 мм рт. ст., или до величин ниже исходных на 15%.

**Нельзя** резко прекращать лечение.

**Начинать** лечение следует с известных лекарств.

## Применяют:

- **β-адреноблокаторы** (пропранолол, атенолол)
- **диуретики** (гипотиазид, фуросемид, верошпирон, арифон)
- **антагонисты кальция** (нифедипин, верапамил, амлодипин и др.)
- **ингибиторы АПФ** (каптоприл, эналаприл, лизиноприл и др.)
- **АРА-2** (лозартан, вальсакор)



**Лечение ГБ** проводят длительное время и отменяют гипотензивные препараты только при стабилизации АД на желаемом уровне в течение долгого времени.

# **Сестринский уход при ГБ:**

## **Наблюдение**

**За АД, пульсом, цветом кожи, самочувствием**

## **Независимый**

- диета стол № 10**
- режим сна, отдыха и физических нагрузок**
- информация пациента по наблюдению за пульсом, АД (обучение родственников)**

## **Зависимый**

**По назначению врача:**

- медикаментозная терапия**
- неотложная помощь при осложнениях (по алгоритму вмешательств)**

## **Первичная профилактика ГБ:**

- устранение факторов риска ГБ**
- ограничение в пище соли и жиров**
- здоровый образ жизни**
- фитотерапия и ЛФК в реабилитационных отделениях (трудовые рекомендации)**
- санаторно-курортное лечение**



**Вторичная профилактика** —

**диспансеризация пациентов с гипертонической болезнью.**

**Осматриваются и обследуются пациенты не реже 1 раза в год**

**При необходимости** назначают курсы гипотензивной терапии, консультации кардиолога, эндокринолога, уролога и других специалистов.