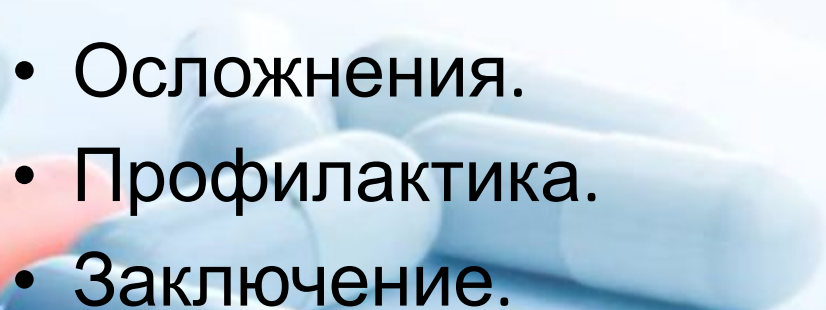


Артериальная гипертензия



Содержание

- Введение.
 - Артериальная гипертензия.
 - Артериальная гипертензия 1 степени.
 - Артериальная гипертензия 2 степени.
 - Причины.
 - Симптомы.
 - Осложнения.
 - Профилактика.
 - Заключение.
- 

Введение

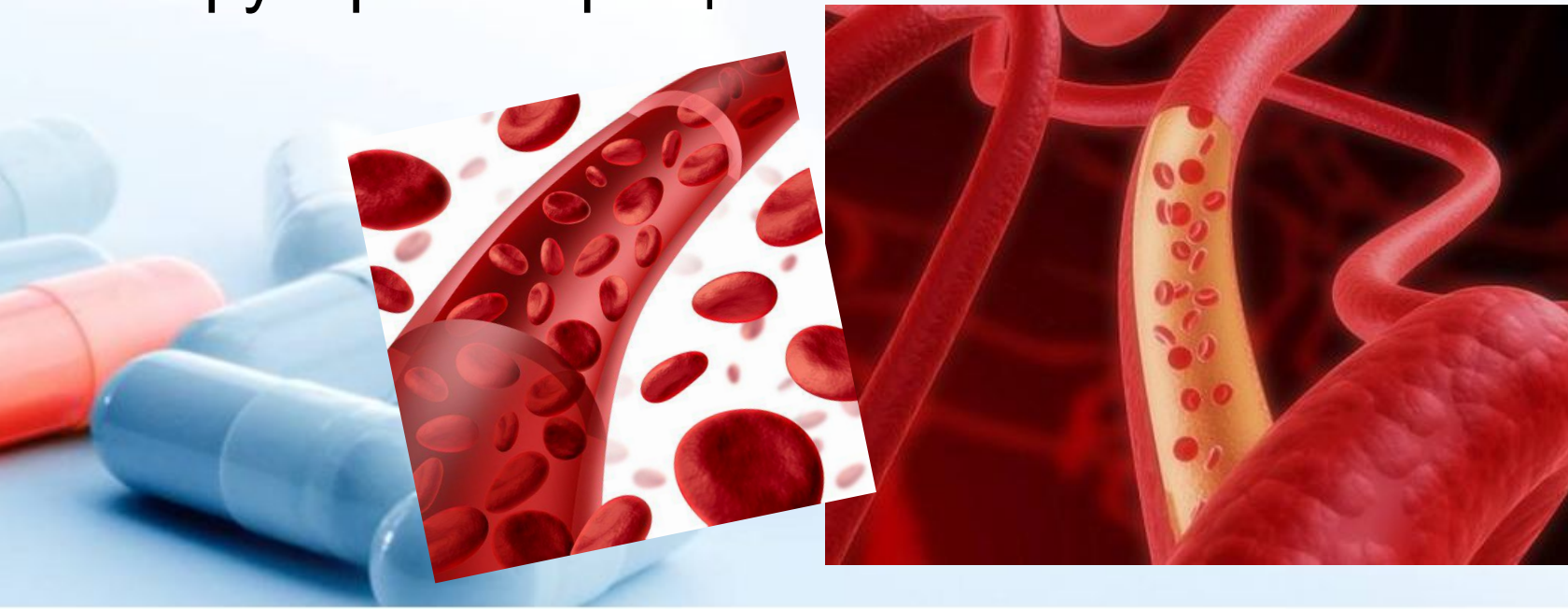
Полностью вылечить это заболевание невозможно, однако артериальное давление можно держать под контролем.

Чем раньше вы выявили артериальную гипертензию и начали за ней наблюдать, тем меньше риск развития осложнений гипертонической болезни в будущем.



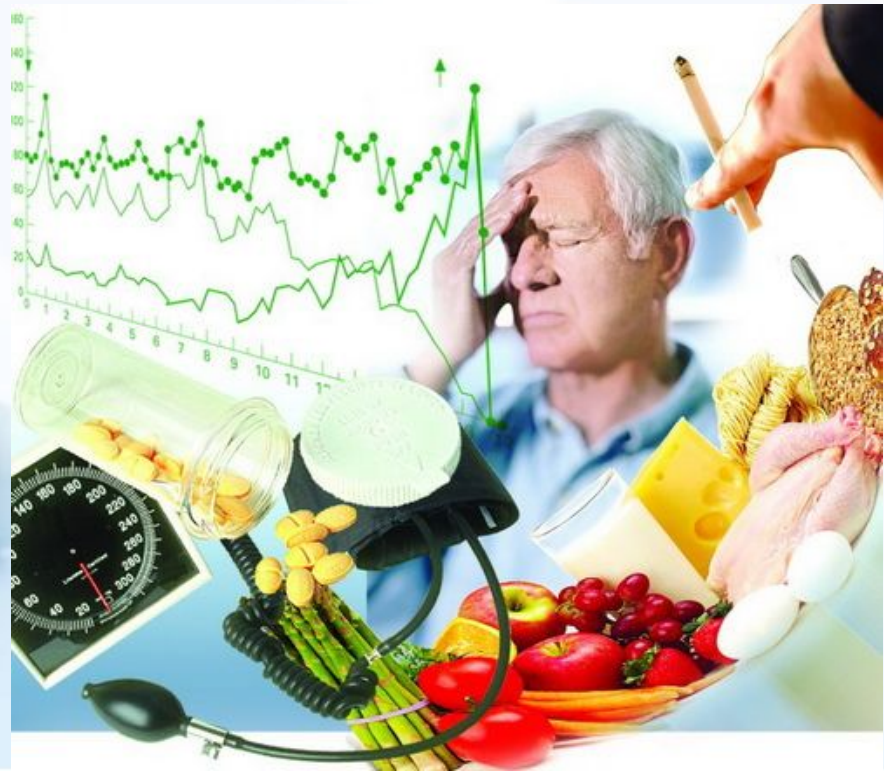
Артериальная гипертензия

– это понятие патофизиологического и клинического характера, которое объединяет состояния, сопутствующие длительному повышению давления в артериях большой круг кровообращения.



Артериальная гипертензия 1 степени

Наиболее легкая форма. Подобный диагноз ставят пациентам, у которых отмечается регулярное, но непродолжительное повышение артериального давления.



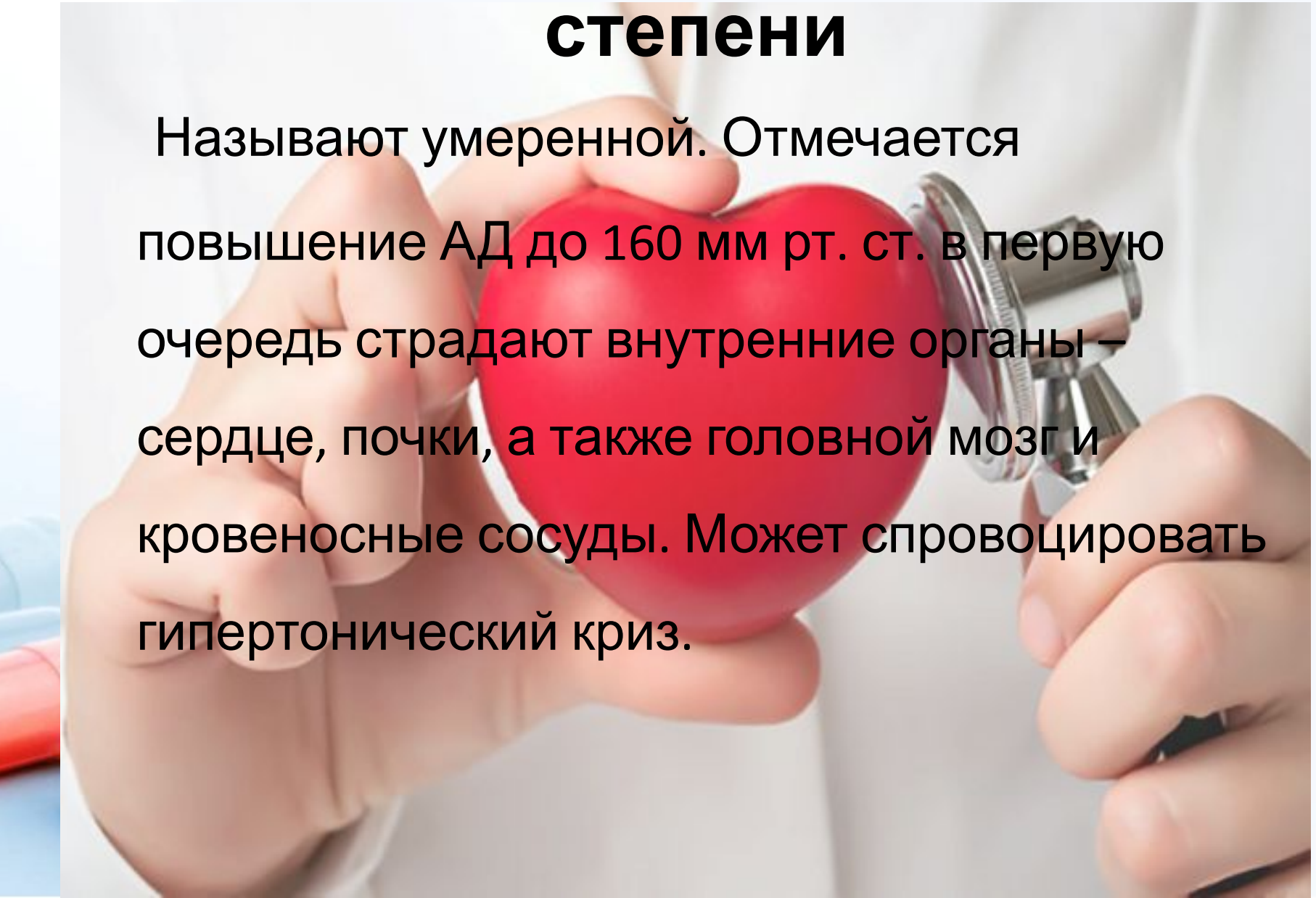
Артериальная гипертензия 1 степени

Может приводить лишь к ухудшению самочувствия. Опасность заключается в практически бессимптомном течении и прогрессировании со временем. При отсутствии необходимых мер легкая гипертензия перетекает в более серьезные формы заболевания.



Артериальная гипертензия 2 степени

Называют умеренной. Отмечается повышение АД до 160 мм рт. ст. в первую очередь страдают внутренние органы – сердце, почки, а также головной мозг и кровеносные сосуды. Может спровоцировать гипертонический криз.



Артериальная гипертензия 2 степени

Может быть непредсказуемой. Точно определить, когда произойдет резкий скачок давления в большую сторону, невозможно.



Причины

- Возраст;
- наследственная предрасположенность;
- пол (чаще артериальной гипертонией страдают мужчины);
- чрезмерное употребление алкоголя, соли, ожирение, недостаточная физическая активность.
- курение;



Причины

- чрезмерная подверженность стрессам;
- заболевания почек;
- повышенный уровень адреналина в крови;
- врожденные пороки сердца;
- регулярный прием некоторых лекарственных средств;
 - поздние токсикозы беременных (осложнение течения беременности).



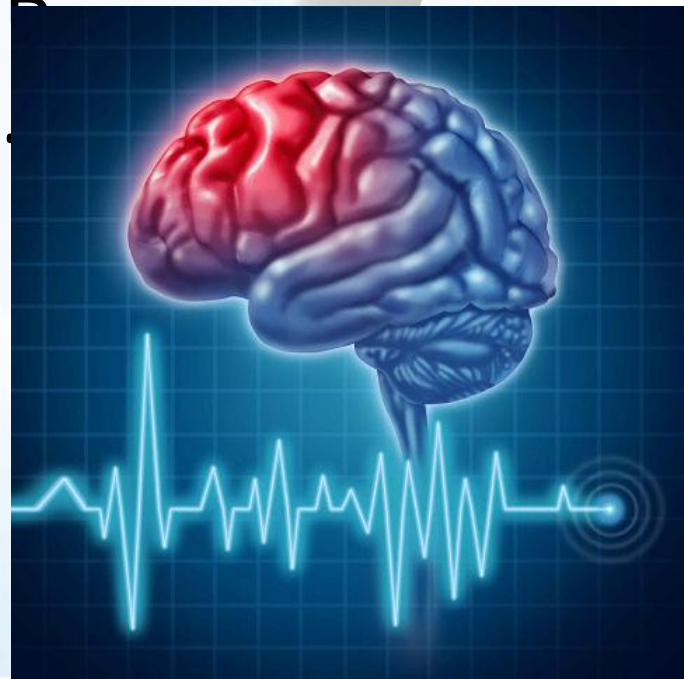


Симптомы

- головная боль, локализующаяся в затылочной области;
- легкая тошнота;
- ухудшение зрения, появление черных точек, «мушек» перед глазами, особенно в момент их усталости;
- появление отеков рук и ног;
- покраснение лица;
- появление чувства повышения температуры;
- покраснение слизистой глаз;
- чувство беспокойства.

Осложнения

- инсульт;
- инфаркт;
- нарушения зрения;
- сердечная недостаточность;
- почечная недостаточность.



Профилактика

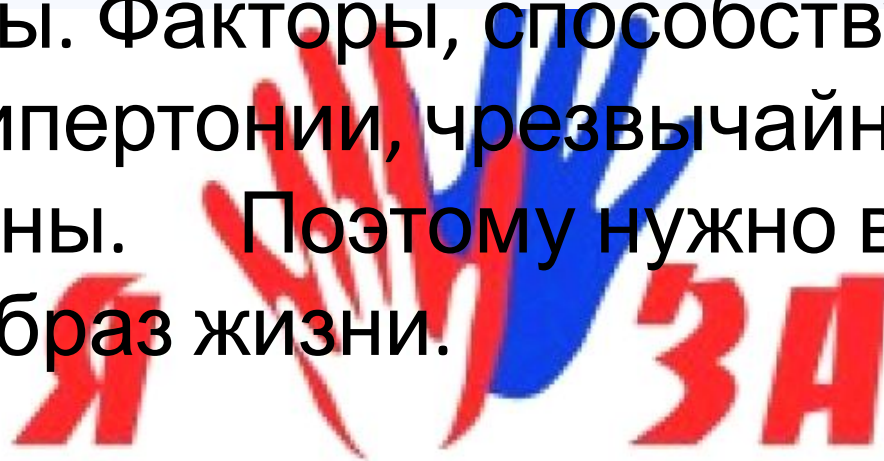


- регулярно измеряйте давление.
- Откажитесь от курения, употребления спиртных напитков.
- Соблюдайте маложирную и малосоленую диету.
- Делайте зарядку, желательно на свежем воздухе.
- Старайтесь избегать стрессов, научитесь преодолевать стрессовые ситуации.
- Поддерживайте нормальный вес тела.



Заключение

Точные причины, по которым возникает это заболевание, до конца не установлены. Факторы, способствующие развитию гипертонии, чрезвычайно разнообразны. Поэтому нужно вести здоровый образ жизни.



**ЗДОРОВЫЙ
ОБРАЗ ЖИЗНИ**



Список используемой литературы

- Кардиология [Электронный ресурс] // www://health.mail.ru/disease/arterialnaya_gipertenziya/ - Заглавие с экрана.
- Энциклопедия заболеваний [Электронный ресурс] // www://vlanamed.com/arterialnaya-gipertenziya/ - Заглавие с экрана.
- Медицинская энциклопедия [Электронный ресурс] // www://pro-simptomu-lechenie.ru/arterialnaya-gipertenziya/ - Заглавие с экрана.
- Инструкция здоровья [Электронный ресурс] //

A close-up photograph of two hands, one slightly above the other, gently cupping a bright red heart. The hands are light-skinned and appear to be of an older person. The background is a soft, out-of-focus bokeh of warm, golden-yellow lights. The text "Спасибо за внимание" is overlaid in a large, bold, black font across the center of the image.

Спасибо за внимание