



«Роль фельдшера в проведении лечебных и профилактических мероприятий в борьбе с гипертонической болезнью»

Выполнила Бегматова Алие
Студентка 3 курса 31 ФБ группы
Специальность Лечебное дело
Руководитель Романенко О. И.

ГИПЕРТОНИЯ И ЕЕ ПРИЧИНЫ

1

Метаболический синдром - это повышенное давление + избыточный вес (ожирение)

Легко **вылечить самостоятельно**, без "химических" лекарств, "голодных" диет и изнурительных занятий физкультурой.

80% больных

2

Нарушения работы почек

Гипертония и болезни почек - опасное сочетание!
Потому что они усиливают друг друга. Образуется "порочный круг", который приводит к развитию почечной недостаточности.

10% больных

3

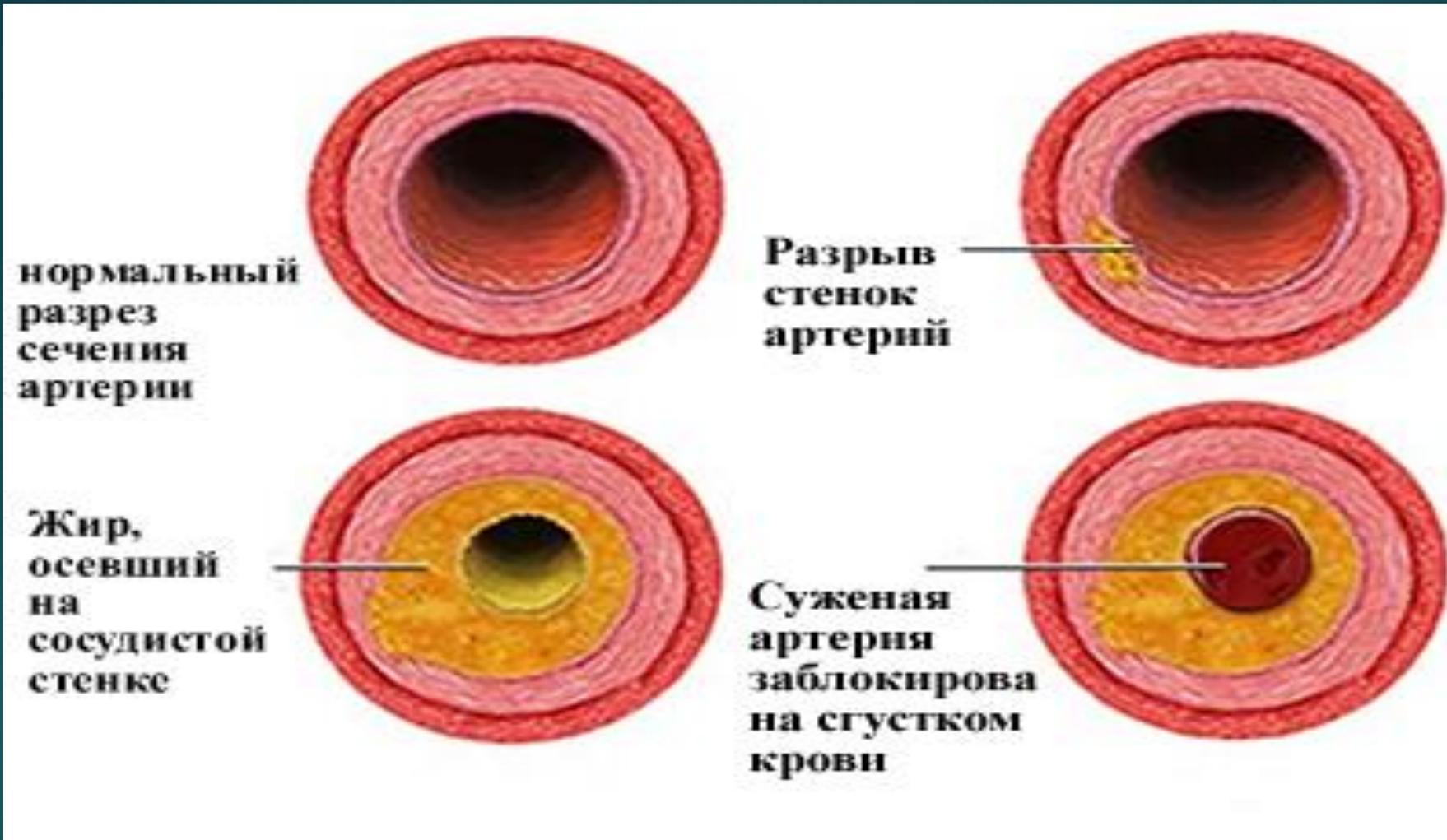
Заболевания щитовидной железы

6% больных

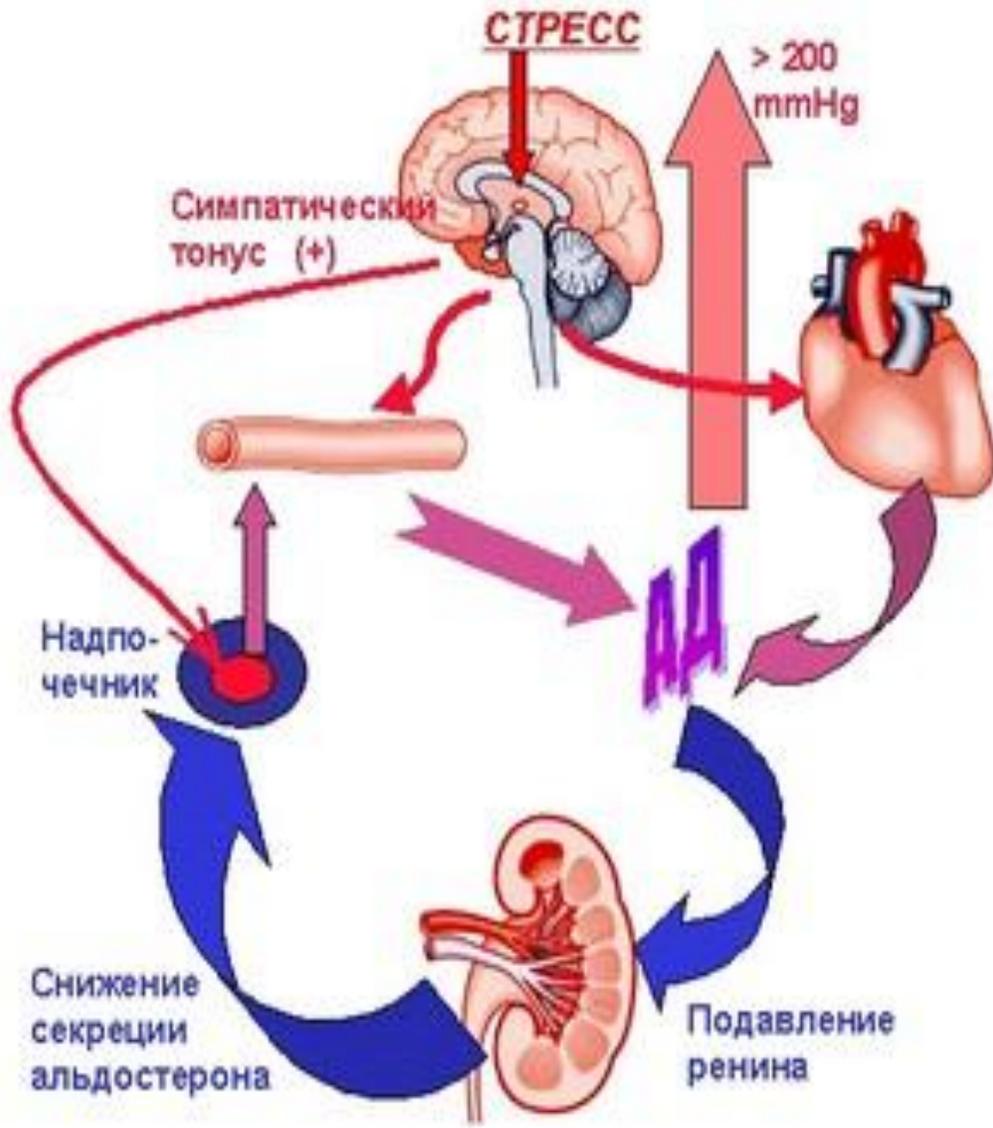
4

Другие причины

- Опухоль надпочечников или гипофиза;
- Отравление свинцом или ртутью (работа на вредном производстве);
- Прием некоторых лекарств (глюкокортикоиды, НПВС, контрацептивы, циклоспорин, эритропоэтин бета).



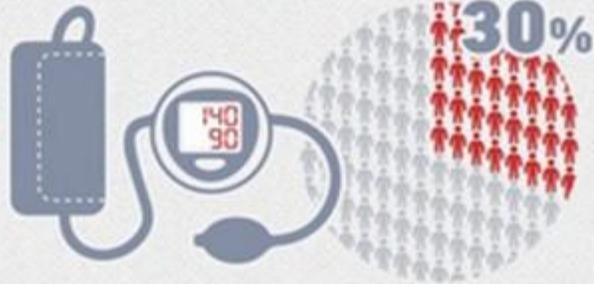
Атеросклероз является основной причиной различных поражений ССС. В его основе лежат отложения в стенках артерий жировых масс и развитие соединительной ткани с последующим утолщением и деформацией стенки артерий. В итоге эти изменения приводят к сужению просвета артерий и уменьшению эластичности их стенок, что затрудняет протекание крови.



Стресс - это ответная реакция организма на сильное воздействие факторов внешней среды. Существуют данные, свидетельствующие о том, что различные виды острого стресса увеличивают артериальное давление.

Чем опасна гипертония?

Гипертония – устойчивое повышение артериального давления до **140/90 и выше.**



Гипертония является одним из самых распространенных заболеваний сердечно-сосудистой системы в мире, ей страдает **20-30%** взрослого населения.

Как влияет гипертония на различные органы

Мозг

Нарушение мозгового кровообращения (следствие – ухудшение памяти), **инсульт.**



Глаза

Повреждение сетчатки, ухудшение зрения.



Почки

Почечная недостаточность.



Сердце

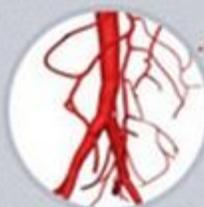
Стенокардия (одна из форм ишемической болезни сердца,



«грудная жаба» — нарушение кровоснабжения сердца), **инфаркт миокарда, сердечная недостаточность** (неспособность сердца перекачивать нужное количество крови).

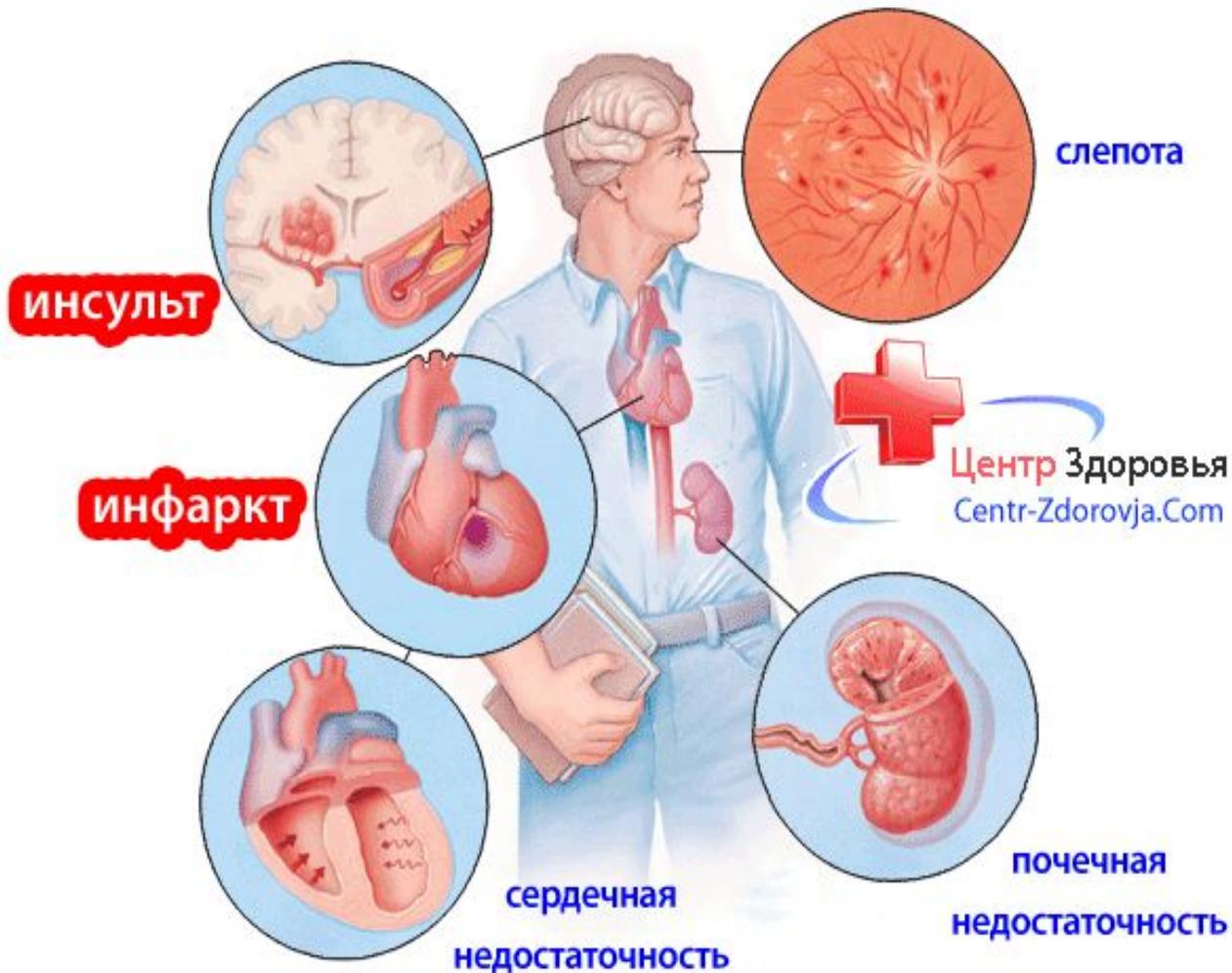
Сосуды

Разрыв аорты, который в 90% случаев заканчивается смертью.



Гипертоническая болезнь

вызывает осложнения:



Осложнения гипертонической болезни: сердечная недостаточность, ишемическая болезнь сердца, нарушения мозгового кровообращения, вплоть до ишемического или геморрагического инсульта, хроническая почечная недостаточность и др.

Различают три стадии гипертонии, которые характеризуют степень поражения органов: **1 стадия** периодическое повышение артериального давления с возможной нормализацией гипертензии без лекарственного лечения.

2 стадия стабильное повышение артериального давления, признаки гипертрофии миокарда левого желудочка.

3 стадия присутствуют признаки повреждения органов.

Артериальное давление	Систолическое АД (мм рт. ст.)	Диастолическое АД (мм рт.ст.)
Нормальное	< 130	< 85
Высокое нормальное	130-139	85-89
I степень гипертонии (мягкая)	140-159	90-99
II степень гипертонии (умеренная)	160-179	100-109
III степень гипертонии (тяжелая)	≥180	≥110

Кто может заболеть?

■ Постоянно находящиеся в психоэмоциональном напряжении. Нужно уметь отдыхать.



■ Люди старше 60 лет. В этом возрасте сосуды становятся жёстче, хуже работают.



■ Люди с абдоминальным ожирением (в районе живота). Жир, который откладывается здесь, принципиально отличается от жира подкожного. Он агрессивен, каждая клетка выделяет много гормональных веществ.



■ Мало двигающиеся. Ходите пешком 30-40 мин. в день.



■ Люди с плохой наследственностью. Мощный фактор риска - гипертония у отца до 55 лет и у матери до 65 лет.



■ Курильщики.



■ Горожане в мегаполисах - больше, чем сельчане.



Профилактика
гипертонической болезни

Лечение ГБ комплексное, с учетом стадий, клинических проявлений и осложнений болезни. Используют гипотензивные, седативные, мочегонные и другие препараты.

Ингибиторы АПФ	Блокаторы АТ1-рецепторов	Антагонисты медленных кальциевых каналов	β-блокаторы	Диуретики
Эналаприл	Лозартан	Амлодипин	Метопролол	Гидрохлортиазид
Рамиприл	Валсартан	Нифедипин	Бисопролол	Фуросемид
Лизиноприл	Эпросартан	Алтиазем РР	Небиволол	Спиронолактон
Периндоприл	Ирбесартан	Изоптин СР		
Фазиноприл	Телмисартан	Верапамил		

Профилактика и предупреждение гипертонической болезни



Физическая культура. Она является своеобразной мерой защиты, тренирующей нервно-сосудистый аппарат больных.

Рекомендуется избегать чрезмерного употребления мяса и жиров. Диета должна быть умеренно калорийной, с ограничением содержания белков, жиров и холестерина.

Спиртные напитки, курение также ускоряют развитие заболевания, поэтому они должны быть категорически запрещены больным гипертонией.

Чтобы предотвратить артериальную гипертензию:

Соблюдайте правила рационального питания



Контролируйте артериальное давление



Откажитесь от курения

Не употребляйте алкоголь



Занимайтесь физической культурой



Проверяйте уровень холестерина и сахара в крови



Избегайте стресса



Пройдите диспансеризацию – сохраните свое здоровье!

**Спасибо за
внимание!**

