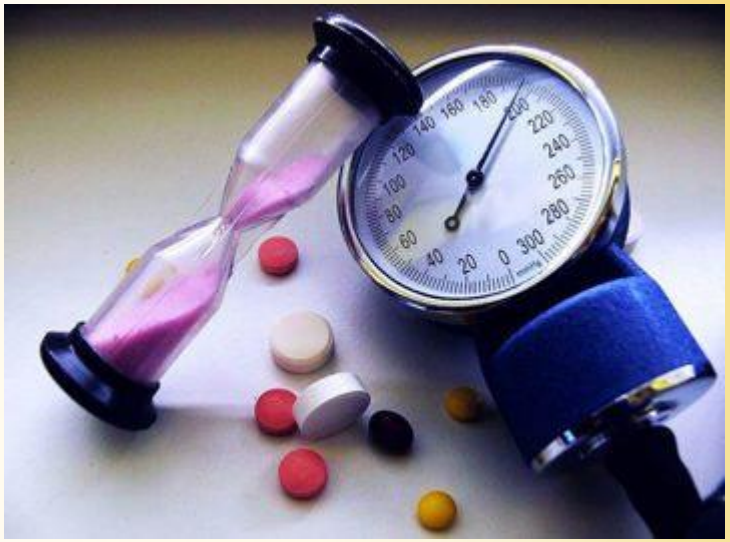
АРТЕРИАЛЬНАЯ ГИПЕРТОНИЯ

Выполнила обучающаяся 407 группы
лечебного факультета
Трусова Арина Владиславовна

Артериальная гипертония – заболевание, при котором наблюдается стойкое повышение артериального давления свыше 140/90 мм рт. ст.



Гипертоническая болезнь (эссенциальная гипертензия) – заболевание, основным клиническим признаком которого является длительное и стойкое повышение артериального давления, диагноз которого ставится путём исключения всех вторичных гипертензий.

Артериальное давление – это сила, с которой поток крови оказывает давление на стенки артерий

Диастолическое артериальное давление (ДАД), называемое еще «нижним» – отражает давление в артериях в момент расслабления сердца, во время которого происходит его наполнение перед следующим сокращением

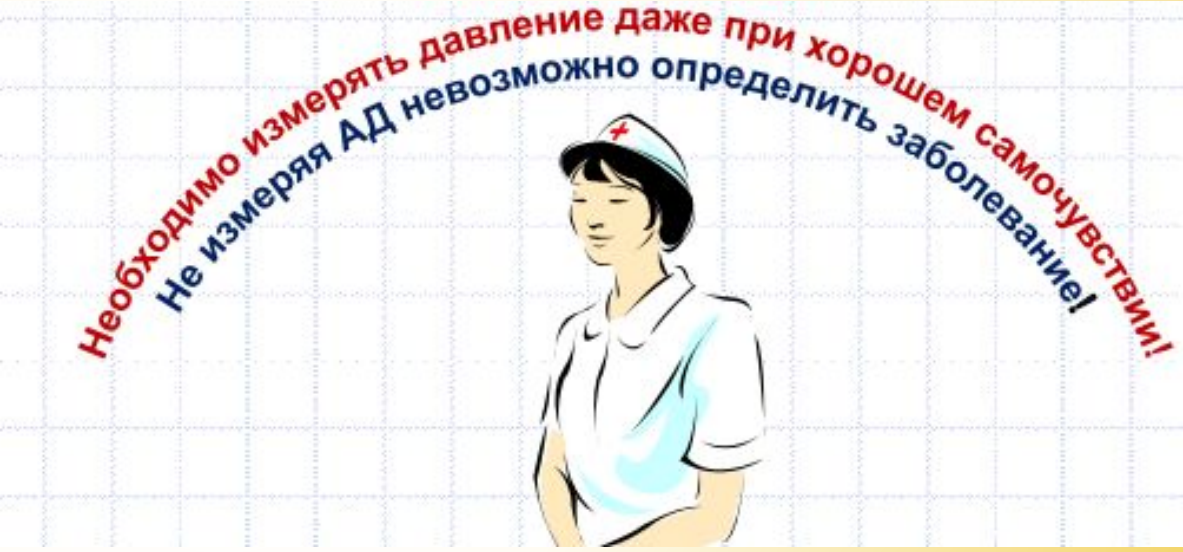
Систолическое артериальное давление (САД), называемое еще «верхним» - отражает давление в артериях, которое создается при сокращении сердца и выбросе крови в артериальную часть сосудистой системы

Классификация показателей артериального давления

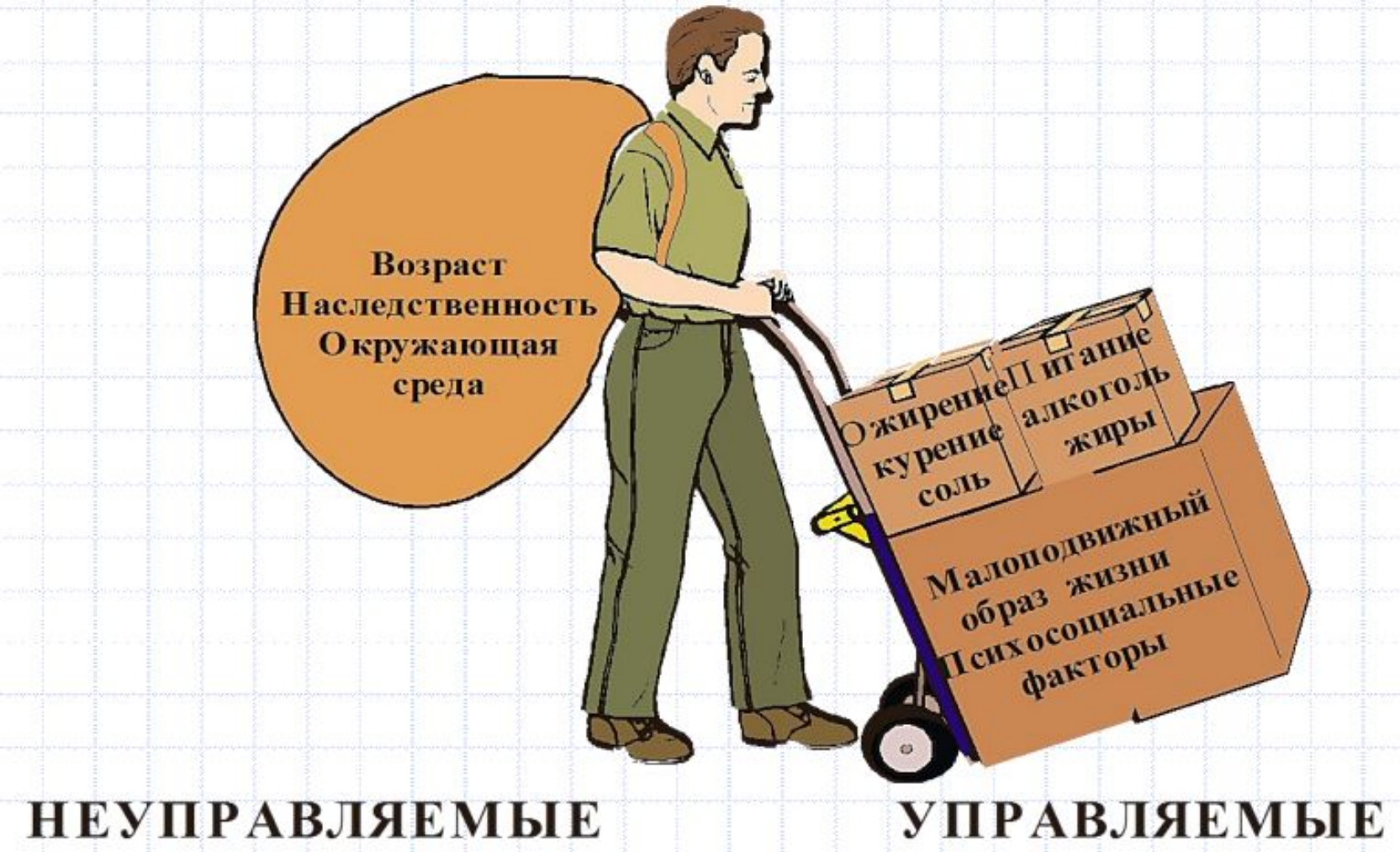
Категория	Систолическое (мм рт. ст.)		Диастолическое (мм рт. ст.)
Оптимальное	<120	и	<80
Нормальное	120-129	и/или	80-84
Высокое нормальное	130-139	и/или	85-89
АГ 1 степени	140-159	и/или	90-99
АГ 2 степени	160-179	и/или	100-109
АГ 3 степени	≥180	и/или	≥110
Изолированная систолическая АГ	≥140	и	<90

Когда стоит заподозрить гипертонию?

- Головные боли пульсирующего характера в затылочной области - возникают утром, при пробуждении - связаны с эмоциональным напряжением - усиливаются к концу рабочего дня
- Головокружения
- Мелькание мушек перед глазами
- Плохой сон
- Раздражительность
- Нарушения зрения
- Боли в области сердца



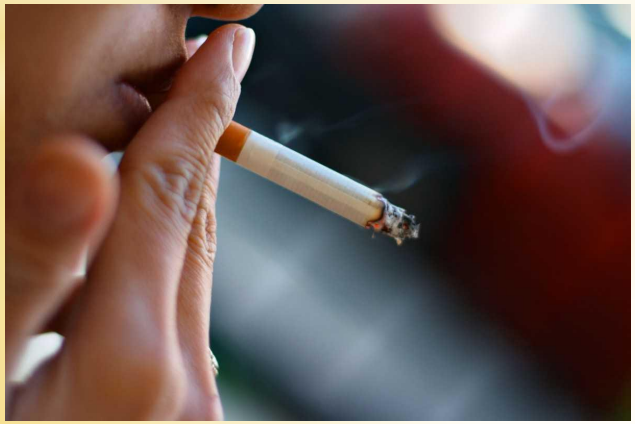
Факторы риска развития артериальной гипертензии



Факторы риска

1. Мужской пол
2. Возраст (≥55 лет у мужчин, ≥65 лет у женщин)
3. Курение
4. Дислипидемия

- Общий холестерин >4,9 ммоль/л (190 мг/дл) и/или
- Холестерин липопротеинов низкой плотности >3,0 ммоль/л (115 мг/дл) и/или
- Холестерин липопротеинов высокой плотности: 1,7 ммоль/л (150 мг/дл)



Факторы риска

5. Глюкоза плазмы натощак 5,6–6,9 ммоль/л (102–125 мг/дл)

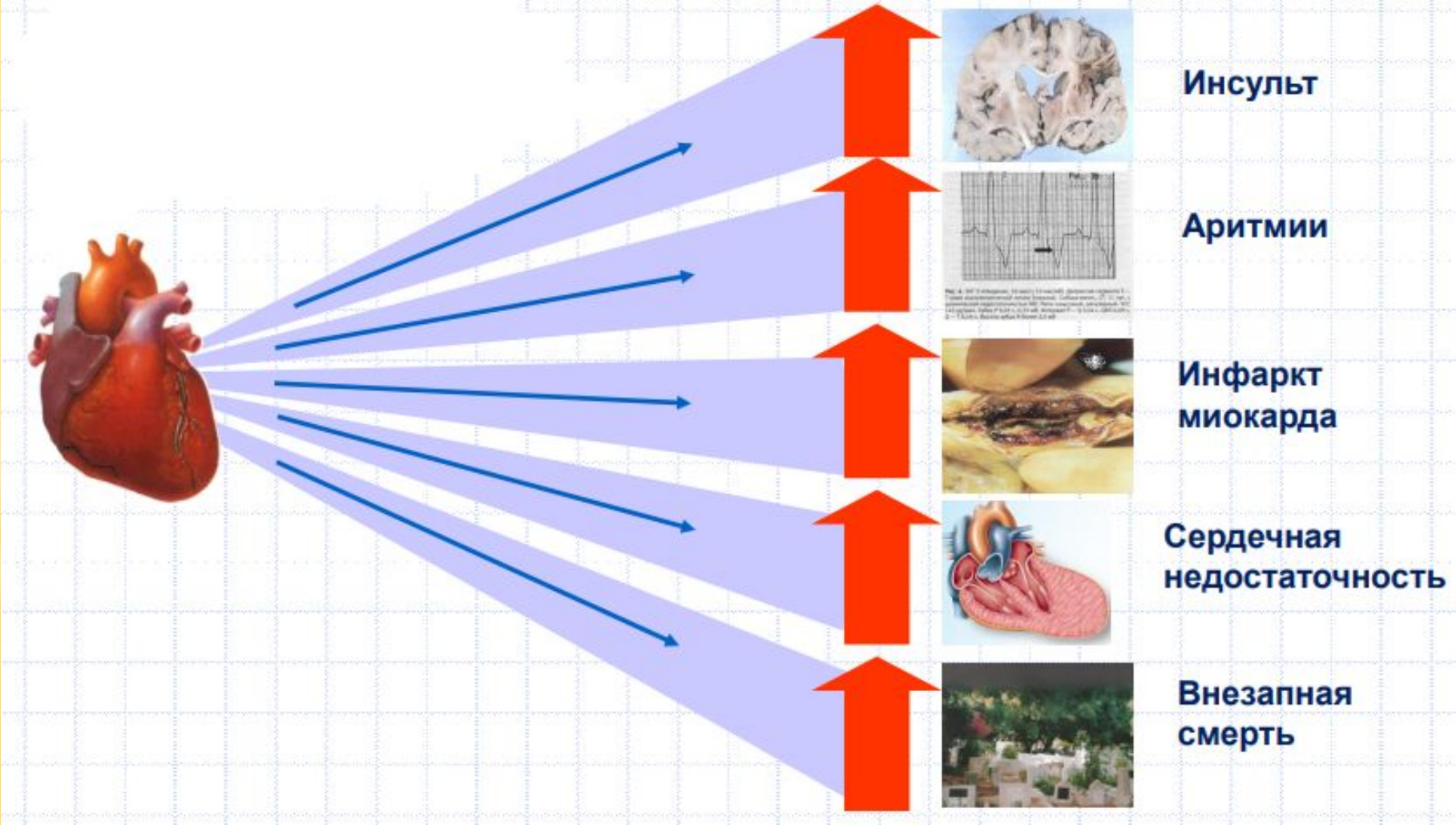
6. Нарушение толерантности к глюкозе

7. Ожирение (ИМТ ≥30 кг/м2)

8. Абдоминальное ожирение (окружность талии: ≥102 см у мужчин, ≥88 см у женщин) (для лиц европейской расы)

9. Семейный анамнез ранних сердечно-сосудистых заболеваний

ПОСЛЕДСТВИЯ АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТОНИИ



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.

Правила измерения артериального давления

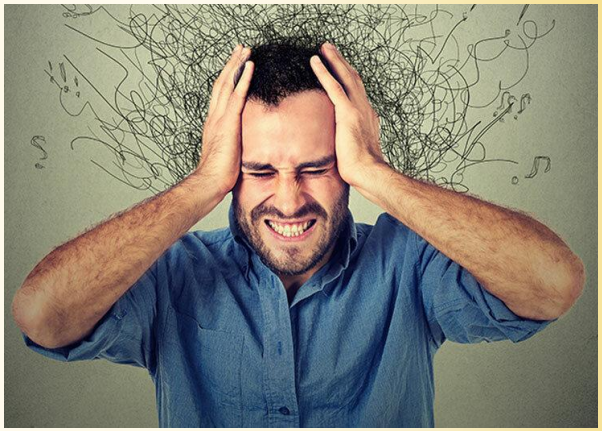
- Необходимо проводить не менее 2-х измерений в сутки в одно и то же время, например 8.00 и 18.00
- АД следует измерять через 1-2 часа после приема пищи
- В течение 1 часа до измерения не следует курить и употреблять кофе
- Перед измерением АД дайте больному посидеть несколько минут в тихой и спокойной обстановке.
- Рука для измерения АД должна быть обнажена и неподвижна, не допускается положение руки «на весу».
- Манжета должна находиться на уровне сердца независимо от положения пациента, нижний край манжеты должен быть на 2 см выше локтевого сгиба.

- Измерьте АД, по крайней мере, два раза с интервалом в 1-2 минуты, в положении сидя; если первые два значения существенно различаются, повторите измерения.
- Используйте стандартную манжету. Однако следует иметь манжеты большего и меньшего размера, соответственно, для полных и худых рук.
- Заносите результаты измерений в дневник АД

Гипертонический криз

Гипертонический криз - это резкое повышение АД выше 180/120 мм рт. ст. или до индивидуально высоких значений

Факторы, провоцирующие гипертонический криз



- Нервно-психические или физические перегрузки
- Смена погоды, метеорологические перемены («магнитные бури»)
- Курение, особенно интенсивное
- Резкая отмена некоторых лекарств, понижающих артериальное давление
- Употребление алкогольных напитков
- Обильный прием пищи, особенно соленой и на ночь
- Употребление пищи или напитков, содержащих вещества, способствующих повышению артериального давления (кофе, шоколад, сыр, икра и др.).

новные клинические проявления гипертонического криза

Наиболее частые жалобы:

- головная боль
- боль в груди
- одышка
- психомоторное возбуждение
- носовые кровотечения

При появлении симптомов гипертонического криза необходимо:

- Убрать яркий свет, обеспечить покой, доступ свежего воздуха
- Измерить артериальное давление и если его «верхний» уровень выше или равен 160 мм рт. ст., необходимо принять гипотензивный препарат, ранее рекомендованный врачом.

При отсутствии рекомендованного врачом гипотензивного препарата или при регистрации уровня АД выше 200 мм рт. ст. необходимо срочно вызвать скорую помощь.

- До прибытия скорой медицинской помощи необходимо, по возможности, сесть в кресло с подлокотниками и опустить ноги в емкость с горячей водой.

Профилактика артериальной гипертонии

Сократить потребление алкоголя

Придерживаться здорового питания

Заниматься физической активностью

Прекратить употребление табака и воздействие табачной продукции

Управлять стрессом (медитация, надлежащие физические упражнения и позитивные социальные контакты)