

# Движение крови по сосудам

Артериальное давление

# Что такое артериальное давление?

**Артериальное давление** – создаваемое работой сердца давление крови в артериях человека.

Различают два показателя артериального давления:

**Систолическое (верхнее)**

**Диастолическое (нижнее)**

Систолическое  
(верхнее)



Уровень давления  
в момент максимального  
сокращения сердца

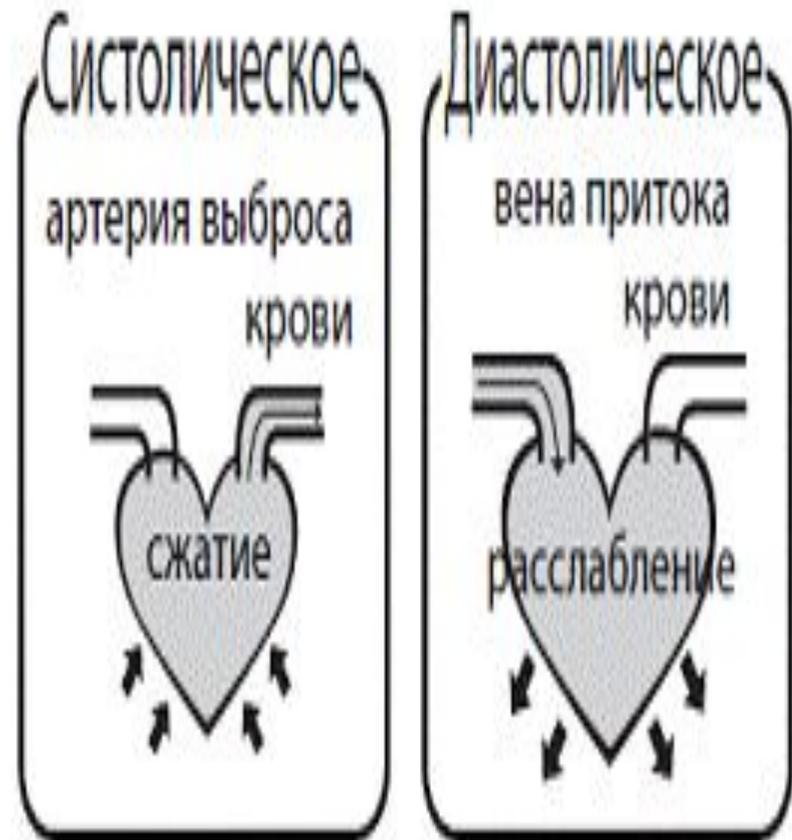
Диастолическое  
(нижнее)



Уровень давления  
в момент максимального  
расслабления сердца

# Систолическое давление: за что оно отвечает?

Верхний показатель (в норме составляет около 120 – 140 миллиметров ртутного столба) в первую очередь характеризует работу сердца. Систолическое давление показывает уровень «выбрасывания» крови в момент наибольшего сокращения органа. Именно этот показатель отвечает за силу выталкивания крови в артерии.



# Диастолическое давление: что это такое?

Диастолическое давление отмечается как нижняя цифра. Она показывает значение давления в момент расслабления сердечной мышцы. Нужно отметить, что это минимальное давление в артериях. Этот параметр говорит о силе сопротивления периферических сосудов. Амплитуда колебаний давления крови спадает по мере ее продвижения по сосудам. Необходимо отметить, что венозное и капиллярное давление мало зависит от фазы сердечного цикла.

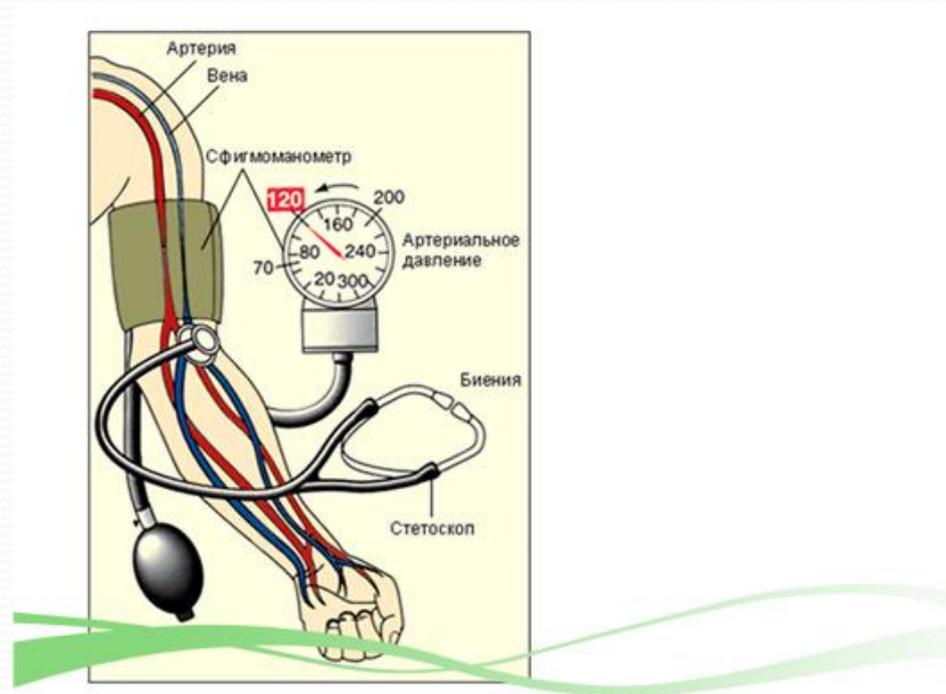


*Норма кровяного давления здорового человека составляет 120/80. Разница между систолическим и диастатическим давлением обычно составляет 30/40. Эта разница называется пульсовым давлением.*

Возраст	Артериальное давление, мм рт. ст.	
	систолическое	диастолическое
16–20 лет	100–120	70–80
20–40 лет	120–130	70–80
40–60 лет	до 140	до 90
Старше 60 лет	150	90

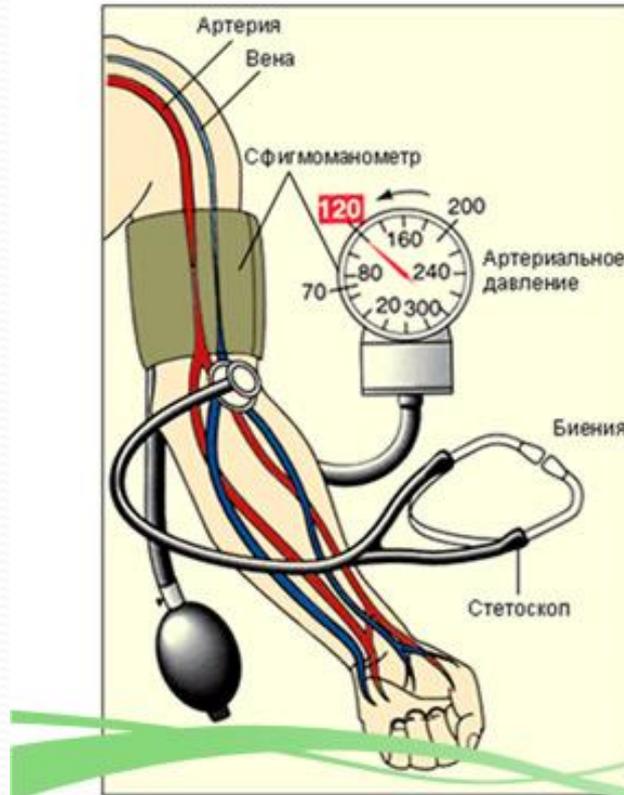
# Гипертония

Гипертония - это хроническое заболевание, характеризующееся периодическим или постоянным повышением давления крови



# Причины гипертонии

*К развитию гипертонии предрасполагают стрессы, курение, избыточный вес, наследственность, болезни почек, пожилой возраст, избыток соли в пище и нарушение функции эндокринной системы*



# Гипотония

**Гипотония** — пониженный тонус сосудов или мышц. Часто гипотонией называют артериальную гипотензию, то есть пониженное артериальное давление



# Причины ГИПОТОНИИ

*К развитию гипотонии predisполагают психологические травмы, неврозы, хроническую усталость, хроническое недосыпание, беременность или недостаточная выработка щитовидной железой гормонов*



# Контролировать давление необходимо всю жизнь

Нормализовав артериальное давление после гипертонического криза, многие люди бросают таблетки. Но как только гипертоник прекратит лечение, его кровяное давление снова пойдет вверх. Так как систолическое артериальное давление обычно повышается с возрастом, очень важно контролировать его регулярно. Также большинству людей с повышенным давлением необходимо периодически корректировать свои лекарства.

## Интересные факты

- \*Наличие в доме домашних животных на 3% снижает риск смерти после инфаркта миокарда (Purdue University, США).
- \* У владельцев домашних животных артериальное давление заметно ниже, чем у тех, кто их не имеет (Baker Medical Research Institute, Австралия).
- \*Владельцы домашних животных вылечиваются гораздо быстрее, что показали анализы.