

Классификация Уровней Артериального Давления (Национальные Рекомендации По Профилактике, Диагностике и Лечению АГ, 2002)

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

Это надо запомнить!

*Уровень артериального давления
140/90 мм рт. ст. и выше
считается для взрослых
повышенным*

Наиболее частые жалобы при повышении АД

- 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

Необходимо запомнить!

Не надо полагаться только на собственные ощущения!

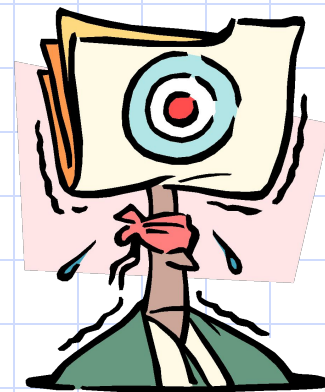
Повышение АД не всегда сопровождается плохим самочувствием!



Гипертонический криз –

это внезапный, резкий подъем артериального давления, сопровождающийся ухудшением самочувствия и опасный осложнениями

Необходимо запомнить!
Гипертонический криз
всегда требует
безотлагательного вмешательства!



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.).

Необходимо запомнить!

*При появлении симптомов,
сопровожающих гипертонический криз:*

- 1. Измерить артериальное давление!**
- 2. Принять меры по снижению повышенного артериального давления:**
 - Клонидин (клофелин) 0,075 – 0,15 мг **или**
 - Каптоприл (капотен) 25-50 мг **или**
 - Нифедипин (коринфар) 10 мг
 - При появлении загрудинных болей – нитроглицерин под язык
- 3. Вызвать врача скорой помощи!**

Не принимайте неэффективных средств – папазол, дибазол!

Транзиторная ишемическая атака (ТИА) = преходящее нарушение мозгового кровообращения!

Надо знать основные симптомы,
которые могут быть проявлением ТИА:

- онемение или слабость мышц лица, рук
(особенно на одной стороне тела)
- спутанность сознания
- внезапные нарушения:
 - речи
 - зрения (на один или оба глаза)
 - походки, координации, равновесия
- головокружение
- сильная головная боль

При появлении симптомов ТИА
безотлагательно обратитесь в врачу!

Факторы риска развития артериальной гипертонии



НЕУПРАВЛЯЕМЫЕ

УПРАВЛЯЕМЫЕ

Координационный центр профилактики сердечно-сосудистых заболеваний и факторов риска Минздрава России

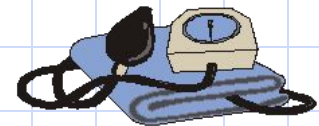
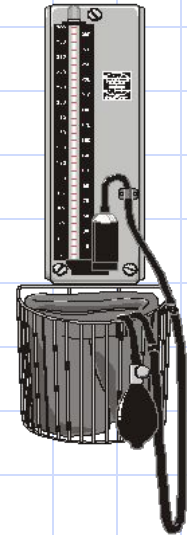


**SOLVAY
PHARMA**



Методика измерения АД

П ациент спокойно сидит не менее 5 минут
П овторно АД измеряется на одной и той же руке
М анжета накладывается на 2см выше локтевого сгиба
О пределается "максимальное" АД
П ри измерении воздух нагнетается до
"максимального" АД плюс 20 мм рт.ст.
В оздух из манжеты выпускается медленно
П оявление тонов К ороткова (1 фаза) - С АД
И счезновение тонов К ороткова (5 фаза) - Д АД
У детей дополнительно регистрируют
приглушение тонов К ороткова (4 фаза)
Т очность регистрации АД - до ближайшей цифры
И змерение проводится дважды.
В ысчитывается средний результат



Координационный центр профилактики неинфекционных заболеваний и факторов риска Минздрава России