

АРТЕРИАЛЬНАЯ ГИПЕРТОНИЯ

ЭТО ВАЖНО ЗНАТЬ

Что такое гипертония?

Гипертония – это заболевание, при котором давление в сосудах (артериях) превышает нормативные, оптимальные для сохранения здоровья показатели.

Часто ли встречается гипертония?

Артериальная гипертония – широко распространенное заболевание. По данным недавно проведенных специальных программ, направленных на выявление артериальной гипертонии, установлено, что в России гипертонию среди взрослого населения имеют 45% мужчин и 42% женщин. При этом каждый третий человек не знал, что у него есть гипертония.



**ВЫСОКОЕ АРТЕРИАЛЬНОЕ ДАВЛЕНИЕ
ОПАСНО ДЛЯ ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ!**

Как выявить гипертонию?

Для того, чтобы установить, есть ли у человека гипертония, необходимо измерить артериальное давление.



Гипертонию называют «молчаливый убийца»

У большинства людей повышенное артериальное давление никак не проявляется (нет симптомов).

ИЗМЕРЬТЕ АРТЕРИАЛЬНОЕ ДАВЛЕНИЕ!

Измерение давления безболезненная и не сложная процедура, она занимает всего несколько минут, но может помочь сохранить жизнь!!

Сверьте с таблицей результат, полученный при измерении вашего давления.

Категории артериального давления	Систолическое (верхнее) давление мм рт.ст.	Диастолическое (нижнее) давление мм рт.ст.	Рекомендации
Нормальное	< 120	< 80	Отличный результат!
Предгипертония	120-139	80-89	Регулярно измеряйте давление. Внесите коррективы в образ жизни
Артериальная гипертония 1 степень	140-159	90-99	Необходимо обратиться к врачу и выполнять все рекомендации
Артериальная гипертония 2 степень	160-179	100-109	Необходимо обратиться к врачу и выполнять все рекомендации
Артериальная гипертония 3 степень	180 и более	110 и более	Если такое давление выявлено впервые, вызовите Скорую помощь!

Сегодня гипертония успешно лечится. Необходимо регулярно наблюдаться у врача и выполнять все его рекомендации – медикаментозные и немедикаментозные.

Если артериальную гипертонию не лечить, то она приводит к серьезным осложнениям.

ОСЛОЖНЕНИЯМИ АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТОНИИ ЯВЛЯЮТСЯ

**МОЗГОВОЙ ИНСУЛЬТ
ИНФАРКТ МИОКАРДА
СНИЖЕНИЕ ЗРЕНИЯ
ПОВРЕЖДЕНИЕ ПОЧЕК
СЕРДЕЧНАЯ НЕДОСТАТОЧНОСТЬ**

Вероятность развития осложнений зависит не только от артериальной гипертонии, но и других факторов риска. Пройдите обследование в своей поликлинике. Доктор оценит ваш суммарный сердечно-сосудистый риск. Это важно для выработки оптимальной тактики лечения!