



Тольяттинская городская
**Клиническая
больница 1**
им. В. А. Гройсмана
Основана в 1902 году

ГИПЕРТОНИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ



Заведующий кабинетом медицинской профилактики.
Врач по медицинской профилактике, Врач-терапевт, пульмонолог, К.М.Н.
Чигриченко А.М.

2025г.

ОПРЕДЕЛЕНИЕ

- Гипертоническая болезнь – это хроническое состояние, при котором артериальное давление постоянно повышено (выше 140/80 мм рт. ст.) и это не связано с другими заболеваниями.
- Опасность гипертонии заключается в том, что она часто протекает бессимптомно, из-за чего ее называют "тихим убийцей". У взрослых, независимо от возраста, диагноз артериальной гипертензии ставится, если систолическое давление выше 140 мм рт. ст. или диастолическое давление выше 90 мм рт. ст. Игнорирование повышенного давления может привести к серьезным последствиям для здоровья.



СТЕПЕНИ АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТЕНЗИИ И СТАДИИ ГИПЕРТОНИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ

- **Степени артериальной гипертензии:**
- Оптимальным считается давление 120/80 мм. рт. ст. или ниже.
- АГ 1 степени - 140-159/90-99 мм. рт. ст.
- АГ 2 степени - 160 – 179/100-109мм.рт. ст.
- АГ 3 степени – 180/110 мм. рт. ст. и выше.
- **Стадии гипертонической болезни:**
- 1 стадия - Без органических изменений органов-мишеней I стадия
- 2 стадия - Присутствие изменений одного или нескольких органов-мишеней II стадия
- 3 стадия - Наличие ассоциированных клинических состояний (АКС)

СТЕПЕНИ АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТЕНЗИИ

Факторы стратификации	Уровень артериального давления (мм рт.ст.)			
	Высокое нормальное САД 130–139 или ДАД 85–89	1 степень САД 140–159 или ДАД 90–99	2 степень САД 160–179 или ДАД 100–109	3 степень САД ≥ 180 или ДАД ≥ 110
Нет факторов риска		Низкий риск	Умеренный риск	Высокий риск
1-2 фактора риска	Низкий риск	Умеренный риск	От умеренного к высокому риску	Высокий риск
≥ 3 -х факторов риска	От низкого до умеренного риска	От умеренного к высокому риску	Высокий риск	Высокий риск
Поражение органов-мишеней, ХПН III ст. или СД	От умеренного к высокому риску	Высокий риск	Высокий риск	от высокого к очень высокому риску
СС заболевания, ХПН ≥ 4 или СД с поражением ОМ и ФР	Очень высокий риск	Очень высокий риск	Очень высокий риск	Очень высокий риск

ОРГАНЫ-МИШЕНИ

МОЗГ

нарушение мозгового кровообращения (следствие - нарушение памяти), инсульт.



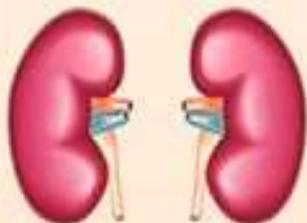
глаза

повреждение сетчатки, ухудшение зрения



почки

нарушение функции почек (следствие – почечная недостаточность)



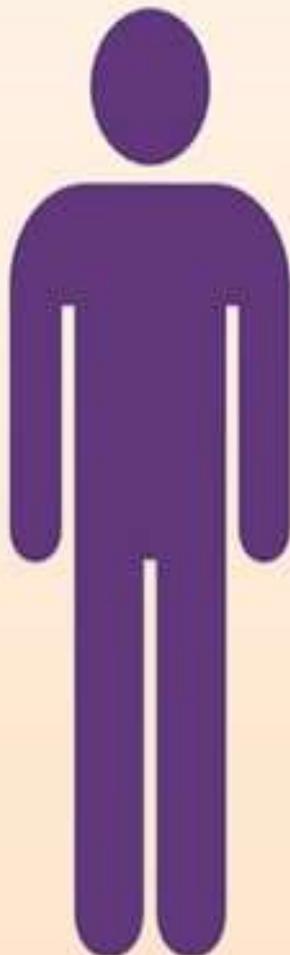
сосуды

разрыв аорты, который в 90% случаев заканчивается смертью.



сердце

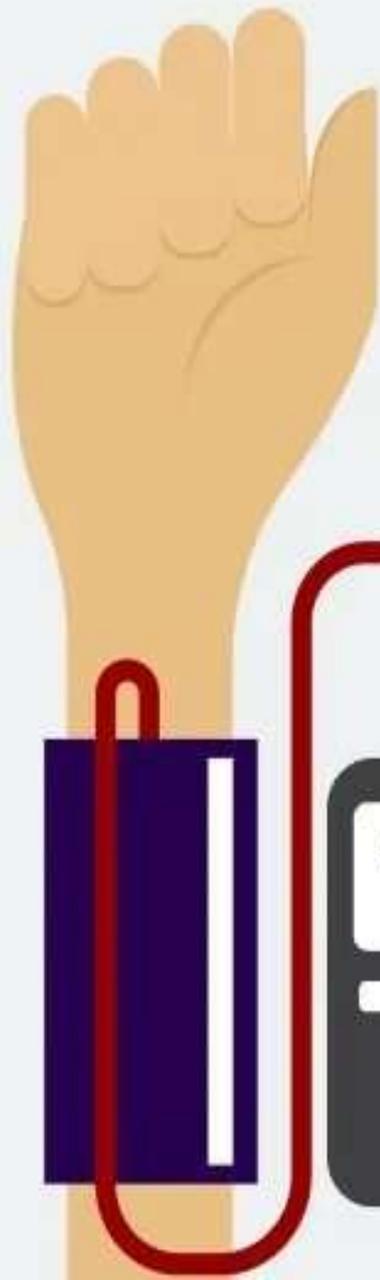
стенокардия (одна из форм ишемической болезни сердца, «грудная жаба» - нарушение кровоснабжения сердца), инфаркт миокарда, сердечная недостаточность (неспособность сердца перекачивать нужное количество крови).



ФАКТОРЫ РИСКА ГИПЕРТОНИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ



ПРИЗНАКИ АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТОНИИ



ГОЛОВНАЯ
БОЛЬ



ПРОБЛЕМЫ С
СЕРДЦЕМ



ТОШНОТА И
ВЯЛОСТЬ

По уровню артериального давления (АД) выделяют 3 степени гипертонической болезни:

1 СТЕПЕНЬ



140–159 / 90–99 мм.рт.ст.

2 СТЕПЕНЬ



160–179 / 100–109 мм.рт.ст.

3 СТЕПЕНЬ



>180 / 110 мм.рт.ст.

ПРИЗНАКИ АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТЕНЗИИ

- Затылочной головной боли
 - Головокружения
 - Проблем со зрением (мелькание "мушек", пелена)
 - Шума в ушах
 - Учащенного сердцебиения или ощущения сильных ударов сердца
 - Боли или стеснения в груди
 - Отеков рук, ног и лица
- Однако, самое опасное в гипертензии то, что она часто протекает без каких-либо симптомов. Человек может чувствовать себя нормально, даже при очень высоком давлении. Поскольку многие люди не контролируют свое артериальное давление, гипертония часто обнаруживается случайно, когда уже нанесла вред организму.

ОСЛОЖНЕНИЯ АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТОНИИ

- Острое гипертоническое состояние;
- Некроз сердечной мышцы;
- Нарушение мозгового кровообращения;
- Приступы загрудинной боли;
- Неспособность сердца эффективно перекачивать кровь;
- Кислородное голодание сердечной мышцы;
- Хроническое заболевание почек;
- Поражение сетчатки глаза;
- Отложение холестерина в артериях и прочие.



ЛЕЧЕНИЕ ГИПЕРТОНИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ

ГИПЕРТонию нужно лечить всегда, везде и пожизненно!

Артериальная гипертония - это хроническое заболевание, при котором отмечается стабильное повышение АД более 140/90 мм рт. ст.



ПРОФИЛАКТИКА ГИПЕРТОНИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ

Профилактика артериальной гипертонии:

ТОП-10

- 1 здоровое питание — сбалансированный рацион
- 2 овощи и фрукты 5 раз в день
- 3 замените животные жиры нежирным мясом и рыбой
- 4 не пропускайте время приема пищи
- 5 ограничьте потребление поваренной соли (не более 1 чайной ложки в день)
- 6 откажитесь от вредных привычек
- 7 уделяйте в день полчаса физической активности
- 8 освойте методы релаксации и расслабления
- 9 чаще гуляйте на свежем воздухе
- 10 соблюдайте режим сна и отдыха (спать 7-8 часов в сутки)



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

