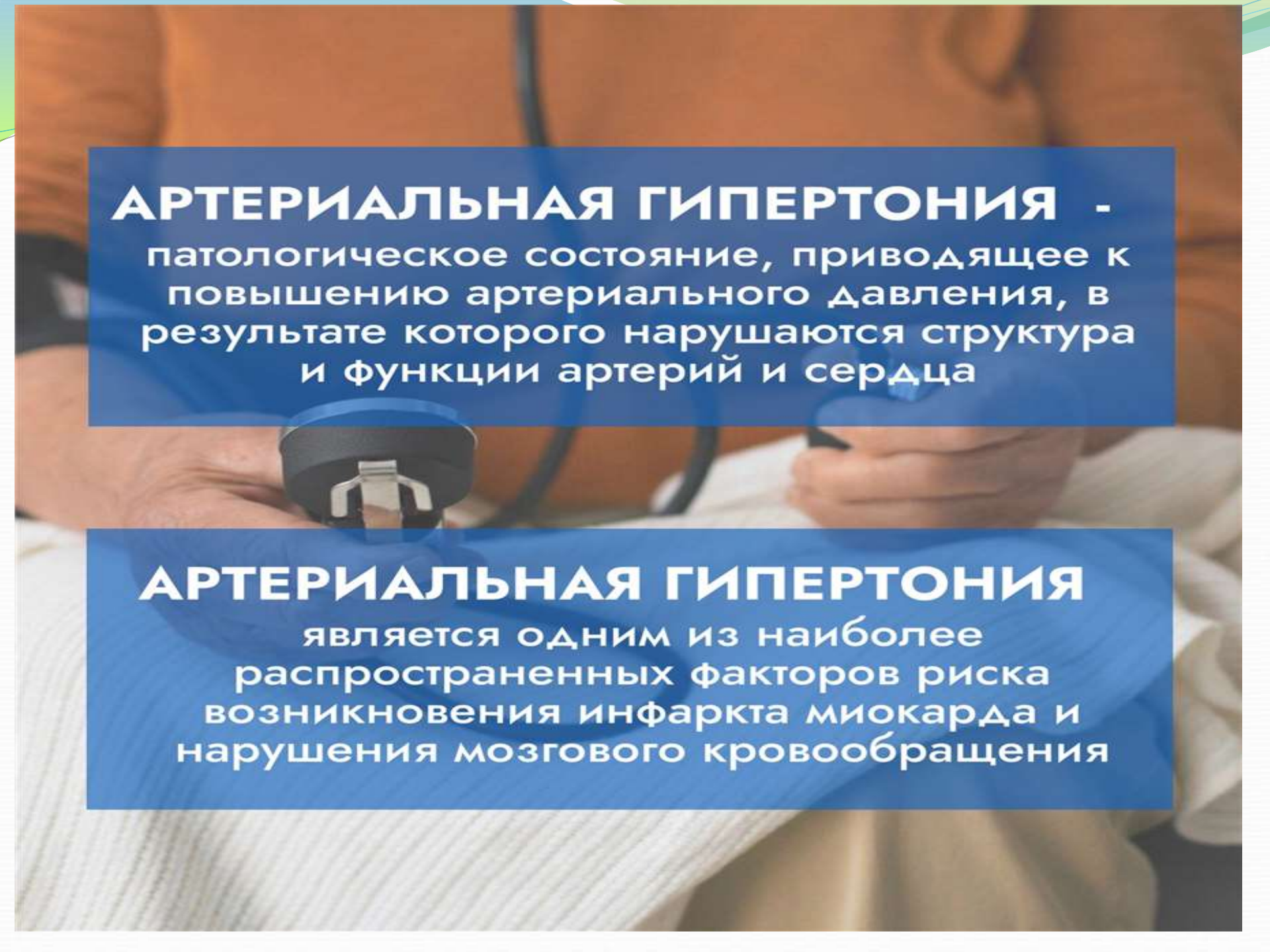


**17
МАЯ**

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ БОРЬБЫ С АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТОНИЕЙ





АРТЕРИАЛЬНАЯ ГИПЕРТОНΙΑ -

патологическое состояние, приводящее к повышению артериального давления, в результате которого нарушаются структура и функции артерий и сердца

АРТЕРИАЛЬНАЯ ГИПЕРТОНΙΑ

является одним из наиболее распространенных факторов риска возникновения инфаркта миокарда и нарушения мозгового кровообращения

НОРМЫ АРТЕРИАЛЬНОГО ДАВЛЕНИЯ:

- дети дошкольного возраста – 80/50 мм рт. ст.
- подростки – 110/70 мм рт. ст.
- взрослые – не должно превышать 140/90 мм рт. ст.



СИМПТОМЫ АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТОНИИ:



- головные боли
- головокружение, потемнение в глазах, мушки перед глазами
- шум в ушах
- быстрая утомляемость, упадок сил
- ощущение болей в области сердца
- ощущение тревоги
- плохой сон



ЧТО ТАКОЕ ИНСУЛЬТ?

ИНСУЛЬТ — это заболевание, при котором происходит повреждение головного мозга человека, вследствие нарушения кровообращения.



→ **Ишемический,**
когда сосуды мозга закупориваются тромбом

→ **Геморрагический,**
когда лопнул сосуд и произошло кровоизлияние в мозг.

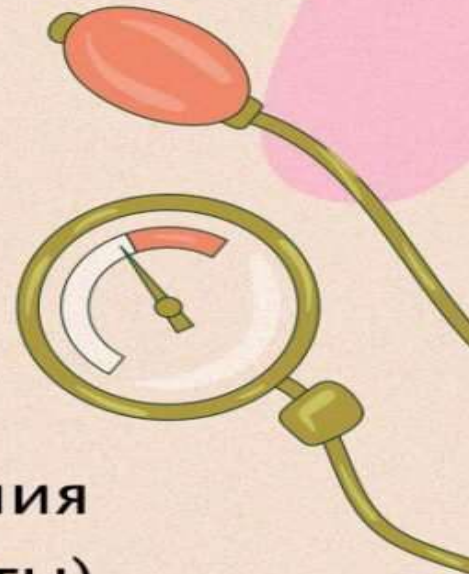
И в том и в другом случае **часть клеток может погибнуть** из-за нехватки питания, которое они получают с кровью. Это приведет к потере каких-либо функций (**движение, речь, чувствительность, мышление, навыки**).

ГЛАВНОЕ —
УСПЕТЬ ПРИЕХАТЬ
В БОЛЬНИЦУ ВОВРЕМЯ !



У врачей есть только **4,5 часа** для оказания специализированной помощи, которая может спасти человеку жизнь и предотвратить серьезные осложнения.

ПОВЫШЕННОЕ ДАВЛЕНИЕ ГОРАЗДО ОПАСНЕЕ, ЧЕМ ПОНИЖЕННОЕ!



С повышенным давлением:

- в 7 раз чаще развиваются нарушения мозгового кровообращения (инсульты)
- в 4 раза чаще – ишемическая болезнь сердца
- в 2 раза чаще поражаются сосуды ног

Длительная болезнь при отсутствии лечения на 50 % повышает риск внезапной смерти

ЕСЛИ ДАВЛЕНИЕ ПОВЫШАЕТСЯ, НЕОБХОДИМО ЕГО КОНТРОЛИРОВАТЬ:



1

ЗАВЕСТИ ДНЕВНИК
самоконтроля
артериального
давления



2

ПРИ СТОЙКОМ
повышении давления
обратиться к врачу



3

РЕШИТЬ ВОПРОС
о немедикаментозной
коррекции или
медикаментозном
лечении

ГИПЕРТонию нужно лечить всегда, везде и пожизненно!

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



**Берегите своё сердце и
сосуды: измеряйте давление,
следите за самочувствием,
будьте активны и
внимательны к себе!**

