

Каждый четвертый европейский житель страдает гипертонией и этот показатель с каждым годом увеличивается. По прогнозам к 2025 году треть населения будет страдать от этого недуга.

Гипертония стремительно «молодеет», сегодня она является болезнью уже не только людей пожилого возраста, но зачастую встречается у беременных, все большее распространение получает у подростков.

Симптомы гипертонии могут отсутствовать достаточно долго, и если человек постоянно не пользуется тонометром, он может узнать о своем заболевании, уже начав лечить его осложнения.

Часто гипертония не имеет вообще никаких проявлений, кроме своего главного признака – стойкое высокое артериальное давление. Причем понятие «стойкое» или «хроническое» здесь является ключевым, поскольку в ряде ситуаций (стресс, испуг или гнев) давление может повыситься, а потом самостоятельно прийти в норму.

Однако далеко немногие контролируют уровень своего давления, поэтому **стоит обратить внимание на следующие симптомы, свидетельствующие о развитии артериальной гипертонии:**

• Головная боль.

Чаще всего проявляется в затылочной, теменной области или в висках. Может возникать как ночью, так и сразу после пробуждения. Как правило, усиливается при умственной или физической нагрузке. Иногда сопровождается оочностью век и лица.

• **Головокружение.** Порой даже при небольшом физическом усилии: кашель, поворот или наклон головы, резкий подъем.

• **Боли в области сердца.** Возникают не только при эмоциональном стрессе, но и в покое. Возможны как продолжительные, сжимающие боли, так и кратковременные, колющие. Не исчезают после приема нитроглицерина.

• **Сильное сердцебиение.**

• **Шум в ушах.**

• **Нарушение зрения:** пелена, туман, «мушки» перед глазами.

• **Поражение артерий:** холодные конечности, перемежающаяся

Основная задача лечения гипертонии – постоянный контроль кровяного давления, чтобы избежать еще более серьезных проблем со здоровьем, т. к. полностью вылечить это заболевание невозможно.



Гипертония. Обыкновенная, но очень опасная

хромота.

• **Отеки ног.** Свидетельствуют о нарушении выделительной функции почек или сердечной недостаточности.

• **Одышка.** Возникает как при физических нагрузках, так и в покое.

Гипертония характеризуется хронически повышенным артериальным давлением, когда наибольший показатель (систолическое давление) превышает 140 мм рт.ст., а наименьший (диастолическое давление) выше 90 мм рт.ст. при условии как минимум трех измерений, произведенных в раз-

личное время у человека, находящегося в спокойном состоянии.

Оптимальные показатели артериального давления составляют 120-130 на 80-89 мм рт.ст., если они более высокие, значит надо начинать активно лечить гипертоническую болезнь. Однако, как уже говорилось ранее, далеко немногие диагностируют это заболевание на ранней стадии: о своем повышенном артериальном давлении знают около 35% мужчин и 55% женщин, лечением артериальной гипертонии занимается только половина из них, а контролируют свое давление всего 6% мужского населения и 20% женского.



**Кардиолог
Латгальского медицинского
центра Елена ЯКОВЛЕВА
о гипертонии:**

– Почему опасна гипертония? Да потому, что гипертония – это два в одном – это опасный фактор риска сердечно-сосудистых происшествий (инсульты, инфаркты) и серьезное заболевание, которое обязательно необходимо лечить.

При отсутствии должного лечения артериальная гипертония может стать причиной повреждения различных органов. Особенно уязвимы такие органы, как сердце, головной мозг, почки, кровеносные сосуды и глаза. Гипертоническая болезнь может стать одной из причин импотенции у мужчин. Гипертония признана одной из самых частых причин смертности.

К сожалению, лишь немногие понимают необходимость лечить гипертонию, ведь некоторые даже ее не чувствуют. Каждый человек должен знать свое давление и его контролировать!

При длительно повышенном артериальном давлении стенки сосудов утолщаются и утрачивают способность к расслаблению, это препятствует нормальному кровоснабжению и, как следствие, насыщению тканей и органов кислородом и другими питательными веществами, снижению их функциональной активности.

ЧТО ТАКОЕ ГИПЕРТОНИЧЕСКИЙ КРИЗ?

Гипертонический криз – наиболее распространенное обострение артериальной гипертонии, может

произойти как при относительно удовлетворительном состоянии пациента, так и быть вызван психофизическим напряжением больного. Развиваясь с высокой скоростью, гипертонический криз резко поднимает артериальное давление, вызывает сильнейшую головную боль, головокружение, тахикардию или аритмию, тошноту и рвоту. В группе риска находятся те, кто страдает метеозависимостью, находится в предклиматическом периоде.

Стоит отметить еще одну незначительную группу – так называемая «гипертония белого халата», когда под влиянием психоэмоциональных факторов у человека повышается артериальное давление только в момент его измерения медицинским работником. В таких случаях диагноз уточняется многократным измерением давления в спокойной домашней обстановке.

Чем раньше выявить артериальную гипертонию и начать держать ее под контролем, тем меньше в будущем риск развития осложнений гипертонии (ишемическая болезнь, атеросклероз, заболевания почек, понижение уровня тестостерона в крови, эректильная дисфункция).

СПЕЦИАЛИСТ СОВЕТУЕТ



**Уролог
Латгальского
медицинского центра
Елена ЖУКОВСКАЯ
о недержании мочи
у женщин**

Недержание мочи относится к группе наиболее распространенных заболеваний, отрицательно влияющее на качество жизни страдающей женщины. По данным европейской и американской статистики, около 45% женского населения в возрасте 40–60 лет отмечают симптомы непроизвольного выделения мочи. Почему опять страдают женщины? Это связано с некоторыми особенностями строения женской половой системы.

Среди причин недержания мочи выделяют:

- нарушение функции мышечной стенки мочевого пузыря;
- несостоятельность (ослабление) сфинктеров мочевого пузыря, уретры;
- ослабление поддерживающих структур малого таза. Они связаны с беременностью, родами, перенесенными операциями на органах малого таза, возрастом.

Для того, чтобы правильно поставить диагноз и назначить грамотное лечение, **необходимо комплексное обследование пациентки, включающее в себя:**

1. **Сбор анамнеза** – это самый первый этап обследования, когда врачу необходимо предоставить наиболее полную информацию о количестве родов их характере и продолжительности, обо всех оперативных вмешательствах на органах малого таза, а также о наличии таких сопутствующих заболеваний как сахарный диабет, инсульт и пр.
2. **Влагалищное исследование**, во время которого берется мазки из влагалища и канала шейки матки.
3. **УЗИ почек и мочевого пузыря.**
4. **Тест с прокладкой**, проводится для определения количества непроизвольно выделяемой мочи.
5. **Уродинамические исследования.**

В 95% случаев артериальная гипертония обусловлена наследственной предрасположенностью и внешними факторами риска



**Latgales
medicinas
centrs**

Дополнительную информацию можно узнать в Латгальском медицинском центре в Даугавпилсе, ул. Ригас, 20, или по тел. 25251010.