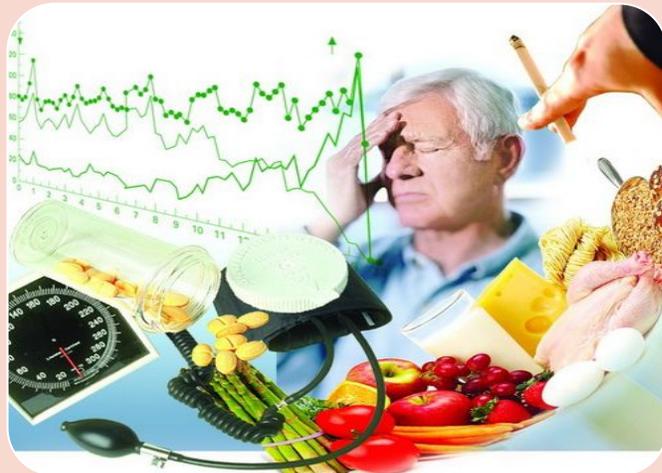
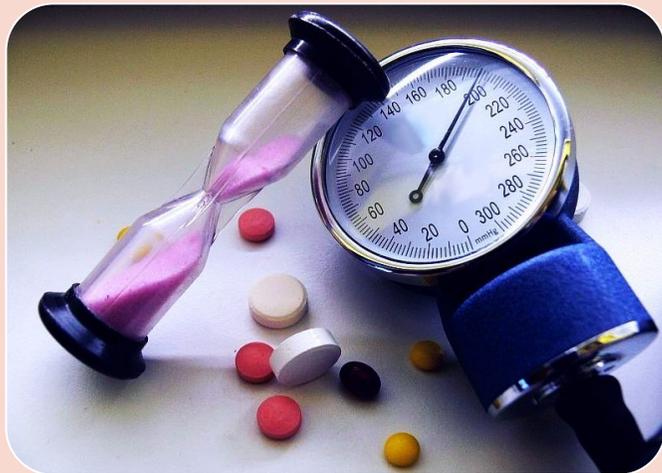


*АРТЕРИАЛЬНАЯ
ГИПЕРТЕНЗИЯ*



120/80 мм рт.ст.
ОПТИМАЛЬНОЕ артериальное давление

130/85 мм рт.ст.
НОРМАЛЬНОЕ артериальное давление

139/89 мм рт.ст.
ВЫСОКОЕ НОРМАЛЬНОЕ артериальное давление

Для нормализации артериального давления:

- Отказ от курения
- Коррекция веса
- Половое воздержание

Степени развития артериальной гипертензии (АГ):

- 159/99** мм рт.ст. МЯГКАЯ АГ
- 179/109** мм рт.ст. УМЕРЕННАЯ АГ
- 180/110** мм рт.ст. ТЯЖЕЛАЯ АГ

Стадии развития АГ:

1. Не происходит поражение органов-мишеней (сердце, почки, головной мозг)
2. Поражаются органы-мишени (гипертрофия левого желудочка, стенозные сосуды)
3. Поражаются органы-мишени с нарушением их функций (инфаркт, инсульт, сердечная недостаточность)

Артериальная гипертензия –

стойко повышенное артериальное давление выше 140/90 мм рт.ст, в результате которого нарушаются структура и функции артерий и сердца.

Причины :

- Избыточный вес
- Малоактивный образ жизни
- Нервно-психические нагрузки
- Наследственная предрасположенность
- Неправильное питание
- Злоупотребление алкоголем, курение
- Сотрясение мозга
- Сахарный диабет
- Перестройка организма при климаксе

Симптомы:

1. Частые головные боли
2. Головокружение
3. Пульсирующие ощущения в голове
4. «Мушки» в глазах и шумы в ушах
5. Тахикардия
6. Боли в области сердца
7. Тошнота и слабость
8. Одутловатость лица по утрам
9. Онемение конечностей
10. Необъяснимое чувство тревоги

