

**Артериальная гипертензия (АГ)** относится к числу самых распространённых заболеваний. Это современное название гипертонической болезни.

Основным проявлением артериальной гипертензии является повышение артериального давления, которое соответствует силе давления крови на стенку артериальных сосудов. Уровень менее **140/90 мм.рт.ст.** считается “здоровым” для любого возраста.

### Что такое факторы риска?

**Факторы риска** - это факторы внешней и внутренней среды, которые влияют на возникновение и течение артериальной гипертензии. Их подразделяют на 2 группы: **управляемые**, т. е. те, на которые можно воздействовать, изменять; и **неуправляемые**.

#### К управляемым факторам риска относятся:

- *избыточная масса тела;*
- *низкая физическая активность;*
- *употребление алкоголя;*
- *холестерин крови более 6,5 ммоль-литр (ммоль/л);*
- *употребление большого количества поваренной соли с пищей.*

#### Неуправляемые факторы риска:

- *возраст: мужчины старше 55 лет, женщины старше 65 лет;*
- *наследственность: артериальная гипертензия чаще всего встречается у родственников.*

Длительное время предполагали, что увеличение с возрастом артериального давления является

физиологическим феноменом. Однако теперь установлено, что это вовсе не неизбежное явление.

**Основной принцип лечения артериальной гипертензии – постоянный пожизненный приём медикаментозных препаратов, в сочетании с немедикаментозными методами.**

Комитетом экспертов ВОЗ для лечения АГ рекомендовано применение нескольких групп лекарственных препаратов - так называемых “препаратов первого выбора”, которые эффективно снижают АД, защищают от поражения **“органы-мишени”**, обладают наименьшими побочными действиями, продлевают жизнь больных и улучшают ее качество. К таким средствам относятся препараты с различным механизмом действия. Они могут применяться как по отдельности, так и, при необходимости, в комбинации.

#### Выделяют 4 основные группы лекарств:

- *Лекарства, расширяющие сосуды (ингибиторы ангиотензинпревращающего фермента, антагонисты кальция).*
- *Лекарства, уменьшающие объем циркулирующей крови (мочегонные средства - диуретики).*
- *Лекарства, снижающие давление выброса крови из сердца в сосуды (блокаторы бета-адренорецепторов).*
- *Комплексные (комбинированные) препараты.*

**Не занимайтесь самолечением!** Не следуйте рекомендациям знакомых, друзей, у которых тоже имеется повышенное давление. Это крайне вредно, а в некоторых случаях и опасно! Выбор препаратов, их

комбинации, а также дозировки осуществляет только лечащий врач!

### **Правила приёма лекарств**

Если врач рекомендовал вам принимать те или иные лекарственные препараты. Вам необходимо знать правила их приема.

- ✓ *Принимайте лекарства регулярно, так, как прописал врач.*
- ✓ *Если вы чувствуете себя необычно после приема лекарств, обратитесь к доктору и объясните свое состояние.*
- ✓ *Ведите дневник приема лекарств, эти записи позволят врачу проследить за эффективностью лечения и при необходимости внести изменения, чтобы удерживать давление под контролем.*

### **ПОМНИТЕ!**

**Для успешного лечения артериальной гипертензии лекарства следует принимать ежедневно, постоянно, строго по назначению врача.**

*Автор:  
заведующая диспансерным  
отделением*

*Л.Е. Рытик*

*Редактор:*

*Ю.М. Арский*

*Компьютерная вёрстка:*

*А.В. Дудько*

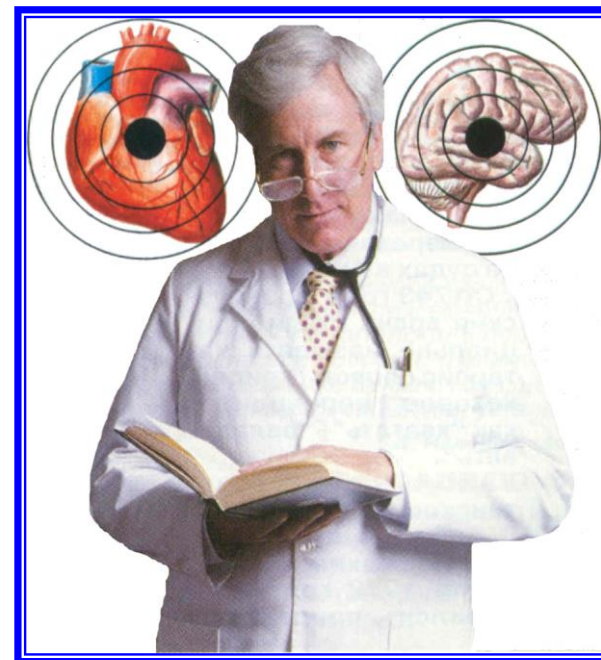
*Ответственный за выпуск:*

*С.В. Кавриго*

Минский городской кардиологический диспансер  
Городской Центр здоровья

# **Медикаментозное лечение артериальной гипертензии**

(памятка для пациентов)



Минск