

ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ПАЦИЕНТА

Порядок действий при повышении артериального давления.

При быстром и внезапном подъеме артериального давления «под прицелом» оказываются органы-мишени — сердце, сосуды, головной мозг или почки. Именно они участвуют в регуляции артериального давления в норме. Но когда оно резко «подскакивает», то механизмы регуляции кровотока дают сбой. Тогда нарушается кровоснабжение органов-мишеней — крови поступает либо мало либо с избытком. В обоих случаях нарушается функция органа.

При высоком давлении человека беспокоят:

- головная боль;
- головокружение;
- тошнота;
- мышечная дрожь;
- усиленное потоотделение;
- красные пятна на коже;
- сердцебиение;
- к концу криза — обильное выделение мочи;
- иногда обильный жидкий стул

В тяжелых случаях (при осложненном течении) могут развиваться опасные осложнения — инсульт, инфаркт миокарда, отслоение сетчатки глаза. Первыми признаками этих состояний могут быть спутанность сознания, обморок, рвота, боли за грудиной, удушье, онемение или нарушение речи.

Когда обращаться за медицинской помощью?

Нельзя заранее знать, ограничится ли гипертонический криз слабыми симптомами или приведет к осложнениям. Поэтому при любом повышении давления нужна консультация специалиста. Для этого обратитесь в кабинет неотложной помощи в вашей поликлинике или вызовите врача домой.

Обязательно обратитесь за медицинской помощью немедленно, если:

- это первый случай повышения АД;
- вы гипертоник «со стажем» и уже принимаете лекарства;
- вы беременны;
- у вас есть хронические заболевания (аутоиммунные болезни, патология почек или гормональные расстройства).

Что делать, если повышено артериальное давление?

Если вы почувствовали себя плохо, нужно измерить АД. При значениях 160/90 мм рт. ст. и выше примите препараты, назначенные врачом на случай

резкого повышения АД.

Гипертонический криз может застать вас в любое время и в любом месте. Если у вас есть склонность к гипертонии, желательно сформировать индивидуальную мини-аптечку и постоянно носить ее собой. В аптечку нужно положить препараты, которые врач рекомендовал принимать в качестве первой помощи при повышении артериального давления.

Через 40-60 мин после приема лекарства, рекомендованного врачом, повторно измерьте АД. Если его уровень снизился на 20-30 мм рт. ст. от исходного и/или ваше самочувствие улучшилось, можете прилечь на постель с приподнятым изголовьем. Запишите, какой препарат и в какой дозировке вы приняли — эту информацию нужно сообщить врач

- Однако при описанных выше симптомах привычная дозировка ваших препаратов от давления могут оказаться неэффективными, особенно если «верхнее» давление выше 200 мм рт. ст.. Поэтому обязательно вызовите врача на дом. Телефон для вызова врача на дом можно уточнить на сайте Вашей поликлиники.

В ожидании специалиста можно воспользоваться следующими советами:

- отложите любые занятия;
- уберите яркий свет;
- расстегните ворот рубашки;
- для притока свежего воздуха проветрите помещение;
- сядьте в кресло с подлокотниками;
- опустите ноги, желательно в емкость с горячей водой;
- дышите медленно;

Что нельзя делать, если повысилось артериальное давление:

- резко вставать;
- резко садиться;
- ложиться;
- наклоняться;
- сильно тужиться;
- выполнять какие-либо физические нагрузки;
- пить препараты, которые не назначал врач.