ГБУ РО «Медицинский информационно-аналитический центр»

Пресс-релиз

Ежегодно, по инициативе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) и Всемирной Лиги Гипертонии 17 мая отмечается Всемирный день борьбы с гипертонией.

Основная цель Дня**–**способствовать повышению информированности населения об одном из самых распространенных заболеваний сердечно-сосудистой системы, напомнить о необходимости регулярно измерять и знать свои цифры артериального давления, а также соблюдать правильную диету, вести активный образ жизни и отказаться от вредных привычек.

 **Гипертония, также известная как гипертоническая болезнь и артериальная гипертензия, - стойкое повышение артериального давления. Этим заболеванием страдают около 20-30% взрослого населения Земли.**

Артериальное давление (АД) зависит от возраста, пола, времени суток физической активности, стресса и других факторов. АД зависит от работы сердца и от эластичности и тонуса кровеносных сосудов. У детей дошкольного возраста АД в среднем равно 80/50, у подростков – 110/70, и в дальнейшем с возрастом оно незначительно увеличивается. Но в любом случае АД у взрослых не должно превышать 140/90. При повышенном давлении человеку ставится диагноз артериальной гипертонии. Как показывают результаты исследований, с каждыми +10 мм рт. ст. увеличивается риск развития ССЗ на 30%. У людей 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 текущая или тяжелая (160/100 и выше) артериальная гипертензия при отсутствии лечения на 50% повышает риск внезапной смерти. Согласно данным ВОЗ, простой контроль АД позволит избежать развития серьезных заболеваний сердечно-сосудистой системы и их осложнений – инфаркта, инсульта, сосудистой деменции, ретинопатии или внезапной смерти.

Осведомленность о наличии артериальной гипертонии у мужчин составляет 67,5%, у женщин – 78,9%. Среди мужчин, при наличии показаний, регулярно принимают препараты для снижения АД 39,5%, среди женщин – 60,9%.

У гипертонии нет явных симптомов, кроме высокого артериального давления, но она поражает жизненно важные органы – органы мишени, такие как сердце, головной мозг, кровеносные сосуды, сетчатка глаза, почки. Поэтому задача выявления больных АГ является одной из важнейших в рамках диспансеризации и профилактических медицинских осмотров взрослого населения. Неконтролируемая гипертония может привести к инфаркту, увеличению размеров сердца и, в конечном итоге, к сердечной недостаточности. В кровеносных сосудах могут развиваться расширения (аневризмы) и появляться уязвимые места, в которых сосуды с большей вероятностью могут закупориваться и разрываться. Повышенное давление в кровеносных сосудах может привести к кровоизлиянию в мозг и развитию инсульта. Некоторым людям для нормализации кровяного давления бывает достаточно изменить образ жизни — прекратить употреблять табак, перейти к здоровому питанию, регулярно заниматься физической активностью и избегать злоупотребления алкоголем. Этому может также способствовать уменьшение потребления соли. Для других людей таких изменений недостаточно, и им необходимы лекарственные препараты для регулирования кровяного давления. Поэтому необходимо знать сколь коварна артериальная гипертония, осознавать ее последствия, а вооруженный знаниями может и должен бороться с ней, а врачи помогут свести до минимума ее грозные осложнения.