



AD MEDICINE

Библиотека практикующего консультанта

КОЛЛОИДНОЕ ЗДОРОВЬЕ

Электронное информационно-методическое издание

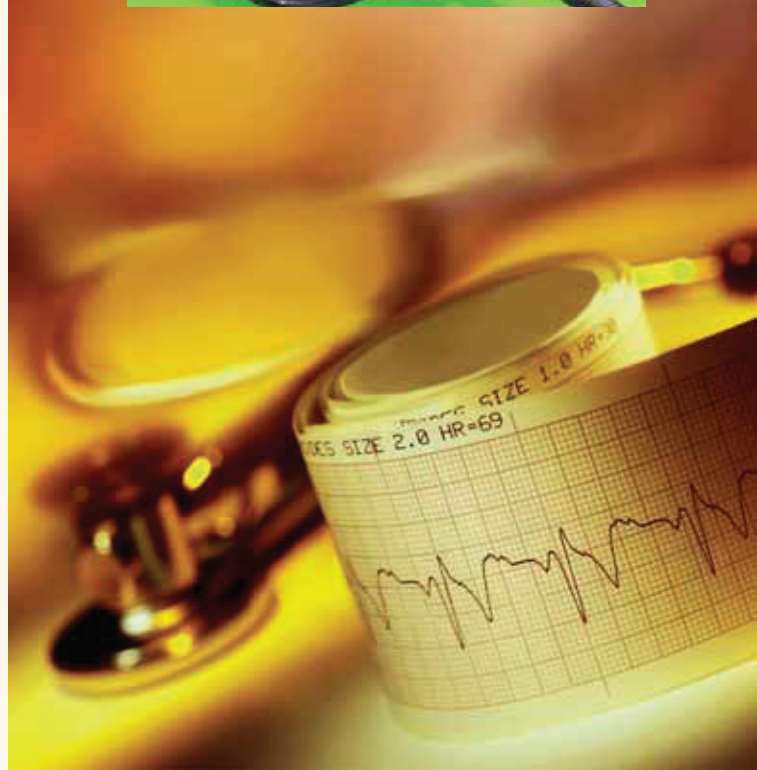
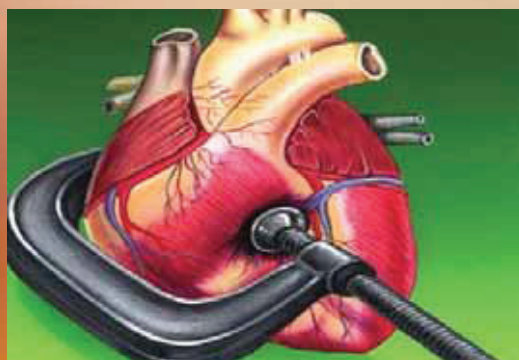
Гипертонический криз:

профилактика, симптомы и первая помощь

**Дорогие друзья,
уважаемые коллеги!**

**Мы продолжаем
серию публикаций
о том, как защитить
здоровье своего
сердца и избежать
тяжёлых последствий
сердечно-сосудистых
заболеваний.**

Тема следующей рассылки –
приступ стенокардии.



Гипертоническим кризом принято называть внезапное повышение артериального давления: систолического – выше 200 мм рт. ст., диастолического – выше 110 мм рт. ст. Однако надо учитывать, что у каждого человека существует «своё» высокое давление, при котором у него могут появиться симптомы гипертонического криза. Некоторые пациенты ощущают резкое ухудшение состояния при повышении систолического давления до 160 мм рт. ст., а другие не испытывают дискомфорта и при 200 мм рт. ст.

Криз чреват серьёзными, порой угрожающими жизни изменениями в органах и системах: головном мозге, сердце, почках.

Как правило, гипертонические кризы бывают у людей, страдающих гипертонической болезнью. Но иногда криз может стать самым первым проявлением гипертонии у человека.

Спровоцировать гипертонический криз могут стрессовые состояния, физическая нагрузка, а также прекращение приёма гипотензивных средств у гипертоников.

Во время гипертонического криза могут наблюдаться:

- сильная головная боль;
- нарушение зрения (вплоть до частичного выпадения полей зрения);
- тошнота, иногда рвота;
- покраснение кожных покровов и слизистых оболочек лица;
- иногда сжимающие боли за грудиной;
- одышка;
- иногда судороги.



Что делать

Если вы оказались рядом с человеком, у которого налицо признаки гипертонического криза, немедленно вызывайте «скорую помощь». До приезда врачей больной должен принять положение полусидя – расположите его в кровати, соорудив из подушек опору для спины.

На икры ног и шею можно поставить горчичники или сделать тёплую ножную или ручную ванну (температура воды – 30–40 °С).

Важно постараться успокоить больного и восстановить его дыхание. Попросите его сделать глубокий вдох, задержать его, а затем медленно выдохнуть. Такое «упражнение» нужно повторить несколько раз, после чего постараться максимально расслабиться, избегать активных движений, дышать неглубоко.

До приезда врача также следует принять гипотензивный препарат. Но ни в коем случае не в повышенной дозе. При гипертоническом кризе нельзя снижать давление резко – это может быть опасно для жизни!

Тонومتر необходим

У многих пациентов артериальная гипертония длительное время может протекать практически бессимптомно, не изменяя самочувствия, но при этом в кровеносных сосудах, а затем в сердце, почках, головном мозге происходят серьёзные нарушения их строения и функции. За это гипертонию часто называют «тихим убийцей».

Чаще всего измерение артериального давления осуществляется медицинским персоналом (на приёме у врача в поликлинике, в стационаре). Но очень важно самостоятельно контролировать артериальное давление в домашних условиях при помощи тонометра, который желательно иметь каждому после 40 лет и конечно тем, у кого уже диагностирована артериальная гипертония.

Современные тонометры делятся на две основные группы – механические и электронные.

В механических тонометрах нагнетание воздуха выполняется механическим способом – резиновой грушей. Они самые дешёвые, надёжные и достаточно точные. Однако людям с нарушением слуха они не подходят, так как им может быть затруднительно улавливать тоны, определяющие «верхнее» и «нижнее» давление.

В электронных тонометрах некоторые недостатки механических приборов отсутствуют. К примеру, кроме давления, они измеряют пульс, при этом не требуется наличие фонендоскопа. Современные электронные модели оснащаются индикаторами аритмии, сигнализирующими о нарушении ритма сердца. Большая часть приборов оснащена функцией памяти, позволяющей фиксировать измерения. Это даёт возможность врачу, отслеживая динамику АД, назначить эффективную терапию. Благодаря тому что измерение давления производится полностью автоматически, удаётся получить очень высокую точность измерений.

Электронные тонометры подразделяются на полуавтоматические и автоматические.

Полуавтоматические тонометры имеют более низкую стоимость, высокий класс точности и блок памяти. Принцип измерения АД при помощи данного вида прибора следующий: на руку надевается манжета и самостоятельно накачивается груша, после этого на мониторе прибора высвечиваются показания пульса и давления.

В полностью автоматизированных тонометрах создание необходимого давления в манжете выполняется при помощи компрессора.

Для домашнего измерения желательно использовать механические либо полностью автоматические тонометры, поскольку с их помощью можно получить наиболее точные и стабильные результаты. Если вы обладаете хорошими навыками измерения давления, и у вас нет со зрением и слухом проблем, то отличным вариантом является механический тонометр. Если же имеются какие-либо сомнения относительно возможностей измерять давление самостоятельно, лучше свой выбор остановить на автоматическом тонометре.

Для пожилых людей, которые самостоятельно выполняют измерения, лучше подходят автоматы, не требующие приложения усилий для накачки манжеты.



Коллоидные фитоформулы ЭД Медицин для разносторонней поддержки сердечно-сосудистой системы

Код в ПРАЙС-ЛИСТЕ АРГО: 0803



Кардио Саппорт

Коллоидная фитоформула для эффективного комплексного оздоровления сердечно-сосудистой системы. Способствует стабилизации артериального давления и профилактике гипертонического криза.

- Улучшает состояние эндотелия (внутренней поверхности сосудов).
- Устраняет спазмы сосудов сердца, мозга, почек, конечностей.
- Улучшает кровоснабжение и повышает сократительную способность сердечной мышцы.
- Снижает вязкость крови и улучшает её текучесть.

Код в ПРАЙС-ЛИСТЕ АРГО: 0815



АнгиОмега Комплекс

Коллоидная фитоформула для регуляции обмена холестерина – высокоэффективный натуральный безопасный препарат, активно защищающий сосуды и улучшающий микроциркуляцию крови.





- Обладает гипотензивным эффектом и антитромбогенным свойством (уменьшает вязкость крови, предупреждает образование тромбов).
- Тормозит развитие атеросклероза и рост холестериновых бляшек.

Ночной восстанавливающий BIA-гель

Уникальное средство с природным фито-мелатонином, который улучшает ангиогенез и обладает репаративным эффектом – ускоряет процессы восстановления и обновления кожи, образование новых клеток, способствует заживлению ран.



- Способствует улучшению самочувствия и повышению качества жизни при хронических длительно текущих заболеваниях и полиморбидности – нескольких болезнях одновременно.
- Формирует полноценный восстановительный сон, во время которого происходит замедление обмена веществ, способствующее увеличению жизненного цикла; весь организм максимально расслабляется – в результате улучшается кровоток, активизируются процессы обновления, резко возрастает выработка ряда омолаживающих гормонов, что увеличивает продолжительность жизни на 25–30%.
- Повышает защитные ресурсы организма, сопротивляемость болезням и неблагоприятным факторам окружающей среды.

Схема приёма

Коллоидная фитоформула	Дозировка (мл)			
	утром	днём	вечером	перед сном
Кардио Саппорт	5	5	5	—
АнгиОмега Комплекс	5	—	—	5
Ночной восстанавливающий ВИА-гель Night Active Renovation	1 раз в день вечером			

Продолжительность курса: 6–8 недель

ИНФОРМАЦИОННО-АНАЛИТИЧЕСКИЕ ЦЕНТРЫ ЭД МЕДИЦИН
Консультации доктора и информация о продукции Компании

 Консультации по Skype:  **ad-consult**



8-800-700-36-12
Бесплатно в России



Россия

Москва +7 (495) 661-36-12
Владивосток +7 (924) 336-35-66



Украина +38 (093) 667-93-50



Казахстан +7 (777) 890-50-81



Беларусь +375 (29) 5-891-891

www.admedicine.ru

vopros.admedicine.ru

КОЛЛОИДНОГО ЗДОРОВЬЯ И АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ
ВМЕСТЕ С **AD MEDICINE**

