Автор: В.Лешкевич, врач-кардиолог

Артериальная гипертензия часто протекает бессимптомно, поэтому измерение артериального давления должно стать обязательным для всего населения. В норме оно должно быть ниже 14090 мм рт.ст. Следует знать, что повышенное артериальное давление оказывает неблагоприятное влияние на внутренние органы и системы – так называемые органы-мишени (сердце, сосуды, почки, головной мозг).

Основной целью лечения артериальной гипертензии является не только снижение артериального давления до нормальных значений, но и защита органов-мишеней.

Основной принцип лечения артериальной гипертензии – это необходимость лечения всю жизнь, сочетая немедикаментозные и медикаментозные методы.

Изменение образа жизни – обязательное условие успешного лечения.

Пациенты должны снизить вес, бросить курить, уменьшить потребление соли до 5 г. в сутки, спиртных напитков, больше двигаться, избегать стрессовых ситуаций. Лечение Артериальной гипертензии должно быть комплексным и включать эффективные препараты, которые хорошо переносятся, имеют минимальное количество побочных эффектов, влияют не только на уровень артериального давление, но и на другие факторы риска, предотвращают развитие осложнений со стороны сердечно-сосудистой системы, такие как инфаркт миокарда, инсульт. Главная задача лечения – продлить активную жизнь пациента. Подбор препаратов осуществляет врач с учетом длительности и тяжести заболевания. Полностью излечиться нельзя, но изменяя свой образ жизни, регулярно принимая лекарства, назначенные врачом, можно не только контролировать уровень артериального давления, но и избежать тяжелых осложнений.