

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 140/90 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 давления, 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.

**«Прямая» телефонная линия 19 апреля с 10.00 до 12.00 по телефону 4 46 43 зав. кард отд. Васильева С.П.**