



## **Пред'явлення заповненого Щоденника в медичних центрах «Медісвіт» дозволить Вам отримати 20% знижку на консультацію кардіолога чи терапевта**

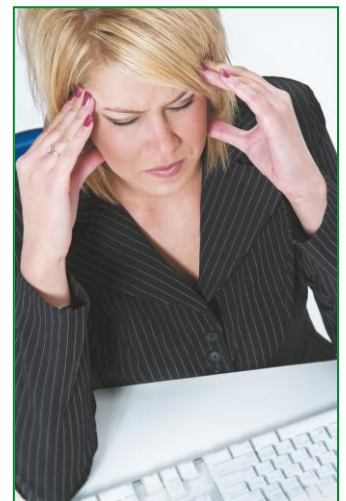
### **Чому необхідно боротися з підвищеним артеріальним тиском?**

Високий артеріальний тиск є смертельно небезпечним через такі ускладнення:

- Інсульт (крововилив в головний мозок)
- Інфаркт міокарда (закупорка серцевих судин із подальшою смертю серцевого м'яза)
- Серцева недостатність (зниження насосної функції серця)

Кожне з цих захворювань часто призводить до смертельного наслідку. У всьому світі смертність через серцево-судинні захворювання посідає перше місце. В кращому випадку ці захворювання закінчуються інвалідністю.

<b>Який тиск вважається підвищеним?</b>	
Оптимальний АТ	< 120/80 мм рт. ст.
Нормальний АТ	< 130/85 мм рт. ст.
Підвищений нормальний АТ	130—139/85-90 мм рт. ст.
Підвищений АТ	> 140/91 мм рт. ст.



### **Чому необхідне регулярне вимірювання АТ?**

Підступність артеріальної гіпертензії полягає в тому, що більшість людей не відчуває підвищення тиску, тому і не вимірює його. Требо чітко розуміти, що АТ - це цифра, а не скарга! Чим вона вища, тим більше шансів отримати вищезгадані ускладнення, навіть якщо Ви почуваетесь цілком задовільно.

Внаслідок підвищеного АТ наш організм з метою протистояння «включає» компенсаторні механізми – стінки судин і серця товщають подібно до м'язів спортсмена. В результаті, щоб подолати додатковий опір серце починає скорочуватися ще сильніше, збільшується маса серця за рахунок лівого шлуночка; зростає потреба серця в кровопостачанні через те, що судини серця не встигають за ростом серцевого м'язу. Починається гіпоксія (нестача кисню) міокарда (серцевого м'язу). Порочний круг замикається.

### **У якийсь момент наші компенсаторні механізми виснажуються, і наступають ускладнення:**

- Розрив «ослабленої» судини в головному мозку під впливом високого тиску призводить до інсульту
- Закупорка тромбом ураженої атеросклерозом судини серця призводить до інфаркту
- Виснаження серцевого м'язу призводить до серцевої недостатності

Раннє виявлення артеріальної гіпертензії і своєчасне сучасне лікування (медикаментозне та немедикаментозне) дозволяє попередити розвиток патологічних змін в серці й судинах, а, значить, істотно продовжити життя людині.

**З метою спрощення фіксації інформації за показниками артеріального тиску кардіологи медичних центрів «МЕДИСВІТ» рекомендують заповнити Щоденник артеріального тиску, який допомагає лікареві об'єктивно оцінити проблему підвищення тиску і ефективність терапії.**

**Візьміть і передайте Щоденник своїм батькам, близьким, знайомим.  
Можливо, цим Ви врятуєте їм життя!**