

Гипертонический криз могут спровоцировать: **самовольное прекращение приема гипотензивных лекарственных средств**, психоэмоциональный стресс, избыточное потребление соли и жидкости, чрезмерная физическая нагрузка, злоупотребление алкоголем, резкая смена метеорологических условий (холод, ветер, влажность).

Помощь при гипертоническом кризе:

1. Измерить артериальное давление (АД).
2. Взять под язык один из препаратов: каптоприл 25 мг или нифедипин (коринфар) 10 мг. (если есть боль за грудиной, дополнительно принять нитроглицерин под язык).
3. Перемерить АД через 30-40 мин. Если оно остается повышенным, то повторить прием препаратов: каптоприла 25 мг или нифедипина (коринфара) 10 мг.
4. Перемерить АД через 30-40 мин после повторного приема препаратов. **Если давление не снижается – вызвать «Скорую помощь».**



Помните!

Нельзя резко снижать АД! Купирование гипертонического криза предполагает снижение давления в течение 1 часа на 25–30 мм. рт. ст.

Если своевременно не снизить давление, может развиваться инсульт (см. вкладыш).

! *Если у Вас или у члена Вашей семьи есть признаки затянувшегося сердечного приступа, инфаркта миокарда или инсульта, срочно вызовите «Скорую помощь»!*

Посетите Школы здоровья:

ГАУЗ «Городская поликлиника №7», пр. Яшьлек, дом 13



Пройдите ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ (бесплатно) в поликлинике по месту жительства!

Вы можете пройти диспансеризацию, если Вам в текущем году исполнится:
21, 24, 27, 30, 33, 36, 39, 42, 45, 48, 51, 54, 57, 60, 63, 66, 69, 72, 75, 78, 81, 84, 87, 90, 93, 96, 99

ГАУЗ «Городская поликлиника №7»

КАК ИЗБЕЖАТЬ КАТАСТРОФЫ?



Помощь при гипертоническом кризе и сердечном приступе

Слушай Свое Сердце



Болезни сердца и сосудов являются основной причиной смерти в мире, уносят более 17 миллионов жизней каждый год.

Свыше 70 процентов всех сердечных приступов и инсультов, требующих экстренной медицинской помощи, происходят дома, когда рядом находится кто-то из членов семьи, который может помочь больному. Поэтому важно знать, какие меры следует принять, чтобы не допустить развития инфаркта миокарда или инсульта.



Сердечный приступ

Сердечный приступ (стенокардия напряжения) – это несоответствие между повышенной потребностью сердца в кислороде и возможностью его доставки по суженным сердечным сосудам. Потребность сердца в кислороде превышает возможность его доставки.

Признаком сердечного приступа является боль (чувство тяжести, давления, жжения), которая:

- возникает на фоне физической или психоэмоциональной нагрузки;
- располагается (локализуется) за грудиной и/или в левой половине грудной клетки;

- «отдает» (иррадирует) в руку, под лопатку, нижнюю челюсть или шею слева (иррадиации может и не быть);

- исчезает через 2-3 минуты после прекращения физической нагрузки или приема нитроглицерина.

Продолжительность приступа 3-5 минут.

У некоторых людей приступ имеет нетипичную картину и может проявляться болями в животе или чувством нехватки воздуха. В этом случае необходима консультация врача для установления правильного диагноза.

! Сердечный приступ могут спровоцировать **самовольное прекращение приема назначенных лекарств**, повышение артериального давления.

Помощь при сердечном приступе:

1. Прекратить физическую нагрузку, успокоиться.
2. Принять одну таблетку нитроглицерина под язык.
3. Если боль не проходит через 3-5 минут, повторить прием нитроглицерина (но не более 3 раз).
4. Если приступ не удастся снять в течение 15-20 минут и/или боли становятся интенсивнее и/или волнообразно повторяются в состоянии покоя, возникает резкая слабость, чувство страха, учащается пульс, резко колеблется артериальное давление – **необходимо срочно вызвать врача!**

Помните!

При затянувшемся сердечном приступе (более 15-20 минут) может развиться инфаркт миокарда (см. вкладыш).

Гипертонический криз

Гипертонический криз - внезапное повышение артериального давления в течение нескольких минут или 1-3 часов до индивидуально высоких значений, которое сопровождается резким и значительным ухудшением самочувствия.

Признаками гипертонического криза являются:

1. Индивидуально высокий уровень артериального давления (для одного человека это – 240/120, для другого – 130/90 мм. рт. ст).

2. Ухудшение самочувствия, наличие жалоб на:

- головную боль, головокружение, различные нарушения зрения;
- боли в сердце, сердцебиение;
- озноб, дрожь, потливость, чувство прилива крови к голове, чувство нехватки воздуха, металлический привкус во рту и т.д.

