

Артериальная гипотензия — это состояние, при котором артериальное давление снижается до ощутимого человеком предела. Величина такого снижения индивидуальна, но обычно это ниже 100/60 мм рт.ст. для мужчин и 95/60 мм рт.ст. для женщин.

Артериальная гипотензия может быть острой и хронической.

Острая гипотония (коллапс [резкое падение тонуса сосудов], шок [паралитическое расширение сосудов]) обычно сопровождается снижением поступления кислорода в головной мозг (гипоксией) и снижением функций жизненно важных органов, что требует немедленной врачебной помощи. Тяжесть состояния определяется здесь не столько величиной артериального давления, сколько быстротой и степенью его снижения.



Острая артериальная гипотензия может возникнуть при острой недостаточности кровообращения, тяжелом отравлении (алкоголь, наркотики, лекарства, особенно быстро- и короткодействующие, например, клофелин, нифедипин, каптоприл, нитроглицерин и др.), острой инфекции и сепсисе, кровопотере, обезвоживании организма. Таким образом, острая гипотония чаще является осложнением заболевания, имеет очевидную причину, которая и должна прежде всего учитываться при неотложном лечении.

Люди, склонные к хронической артериальной гипотензии, как правило, не подвержены в долгосрочном плане столь высокому риску сердечно-сосудистых осложнений, как «гипертоники» и им неоправданно уделяется значительно меньше внимания. В то же время, в пожилом возрасте гипотония повышает риск развития ишемического инсульта, а в молодом — ухудшает качество жизни и снижает трудоспособность.

Отчего это бывает?

Хроническая гипотония может быть индивидуальным вариантом нормы: появляться как следствие высокой тренированности (у спортсменов), служить механизмом адаптации (у жителей высокогорья, тропиков, Заполярья). В этих случаях она не является заболеванием и не ощущается человеком.

В то же время хроническая артериальная гипотензия может быть самостоятельным заболеванием или проявлением другой болезни. К ней приводит нарушение тонуса сосудов (например, при вегетососудистой дистонии, некоторых эндокринных

заболеваниях) или уменьшение сердечного выброса (при сердечной недостаточности, стенозе аортального клапана, аритмиях).

Как это проявляется?

Своеобразным и иногда основным проявлением артериальной гипотензии любой природы может быть ортостатическая (постуральная) гипотензия – дополнительное снижение давления непосредственно после перехода из горизонтального положения в вертикальное. Обычно оно продолжается 1–3 минуты. Ортостатическая гипотензия чаще возникает утром, сопровождается ухудшением кровоснабжения мозга – головокружением, потемнением в глазах, шумом в ушах. Иногда она приводит к обмороку (с опасностью ишемического инсульта) или падению (с возможностью травм и переломов), особенно у людей пожилого возраста. Ортостатической гипотензии способствует длительный постельный режим, перенесенные тяжелые заболевания, операции, многие лекарства.

Хроническая артериальная гипотензия, помимо вышеуказанного, может проявляться слабостью, быстрая утомляемостью, нервозностью, усталостью уже с утра, низкой работоспособностью, головными болями, склонностью к обморокам, иногда болями в области сердца. Характерны также плохая переносимость холода, жары, духоты, физических нагрузок, зябкость.

Диагностика

Обнаружить гипотонию позволяет систематическое изменение артериального давления в разное время суток (т.н. профиль давления). В некоторых случаях может понадобиться суточное мониторирование давления.

Диагностика обязательно включает поиск заболевания, которое привело к снижению давления. С этой целью врач-кардиолог помимо детального опроса и осмотра пациента может назначить ЭКГ (включая ЭКГ при нагрузке и суточное мониторирование ЭКГ), доплеровскую эхокардиографию и другие исследования.

Лечение

Лечение хронической артериальной гипотензии обычно комплексное. Оно включает нормализацию образа жизни (рациональное чередование труда и отдыха, достаточный сон), правильное питание, исключение вредных привычек. Важным компонентом лечения являются дозированные физические нагрузки (лечебная физкультура), прогулки на свежем воздухе, контрастный душ.

Из медикаментов используют природные тонизирующие препараты на основе женьшеня, элеутерококка, аралии, лимонника и других растений.

Разумеется, если гипотония развилась как осложнение другого заболевания, необходимо лечение основной болезни.

{jpageviews 00 none} Информация предоставлена www.aif.ru
