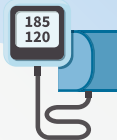


# ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ГИПЕРТОНИЧЕСКОМ КРИЗЕ



ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ  
И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ

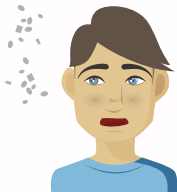
**Гипертонический криз - это состояние, проявляющееся высоким артериальным давлением (АД) (систолическое или «верхнее» АД, как правило, более 180 мм рт. ст.; диастолическое или «нижнее» АД - более 100 мм рт. ст.).**



## ОСНОВНЫЕ СИМПТОМЫ:



**Головная боль, чаще в затылочной области, или тяжесть и шум в голове;**



**мелькание «мушек», пелена или сетка перед глазами;**



**тошнота, чувство разбитости, переутомления, внутреннего напряжения;**



**одышка, слабость, постоянные монотонные ноющие боли/ дискомфорт в области сердца, иногда появление или нарастание пастозности/отечности кожи лица, рук, ног.**

## АЛГОРИТМ НЕОТЛОЖНЫХ ДЕЙСТВИЙ ПРИ ГИПЕРТОНИЧЕСКОМ КРИЗЕ — ПАМЯТКА ДЛЯ ПАЦИЕНТА

При появлении симптомов гипертонического криза, **необходимо :**



**Убрать яркий свет, обеспечить покой, доступ свежего воздуха (расстегнуть ворот рубашки, проветрить помещение и т.п.);**



**измерить артериальное давление, и, если его «верхний» уровень выше или равен 160 мм рт. ст., необходимо принять гипотензивный препарат, ранее рекомендованный врачом;**



**при отсутствии, рекомендованного врачом гипотензивного препарата или при регистрации уровня АД выше 200 мм рт. ст. необходимо срочно вызвать скорую помощь;**



**до прибытия скорой медицинской помощи необходимо, по возможности, сесть в кресло с подлокотниками и принять горячую ножную ванну (опустить ноги в емкость с горячей водой).**

## Внимание!

Больному с гипертоническим кризом запрещаются любые резкие движения (резко вставать, садиться, ложиться, наклоняться), сильно тужиться и любые физические нагрузки. Через 40-60 минут после приема лекарства, рекомендованного врачом, необходимо повторно измерить АД и, если его уровень не снизился на 20 - 30 мм рт. ст. от исходного и/или состояние не улучшилось - срочно вызывайте скорую помощь.

Источник: «Организация проведения профилактического медицинского осмотра и диспансеризации определенных групп взрослого населения». Методические рекомендации утверждены главным внештатным специалистом по терапии и общей врачебной практике Минздрава России О.М. Драпкиной и главным внештатным специалистом по медицинской профилактике Минздрава России Л.Ю. Дроздовой 22.10.2019