

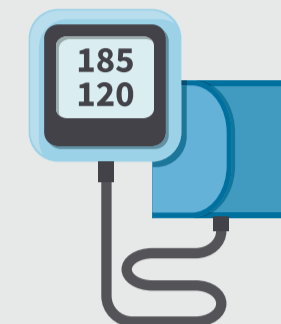
ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ГИПЕРТОНИЧЕСКОМ КРИЗЕ



ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ
И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ

В нашей стране до **80% смертей** от ишемической болезни сердца и до **60% смертей** от цереброваскулярных заболеваний происходит вне медицинских организаций - дома, на работе, на даче, в общественных и других местах. Большая их часть происходит скоропостижно или по механизму внезапной смерти. Статистика показывает, что многие больные (или их родственники) поздно вызывают врача скорой медицинской помощи, что снижает вероятность спасения.

При овладении необходимыми навыками оказания первой помощи в форме само- или взаимопомощи (со стороны людей, окружающих человека, оказавшегося в таком критическом состоянии) в большинстве случаев можно спасти жизнь больного.



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.)

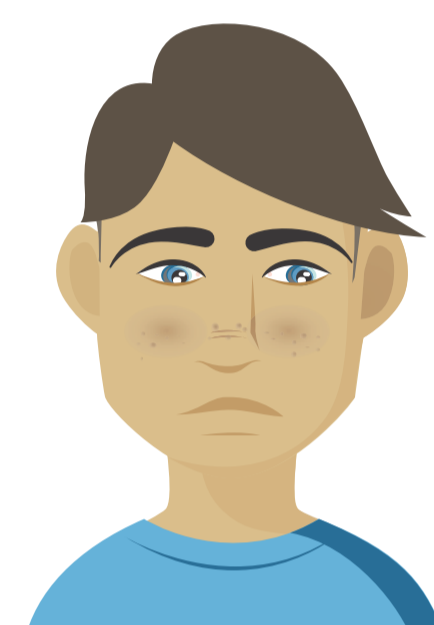
ОСНОВНЫЕ СИМПТОМЫ:



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;



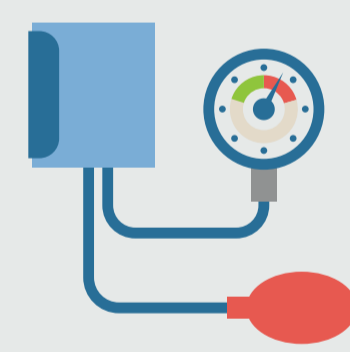
одышка, слабость, постоянные монотонные ноющие боли/ дискомфорт в области сердца, иногда появление или нарастание пастозности/отёчности кожи лица, рук, ног.

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;

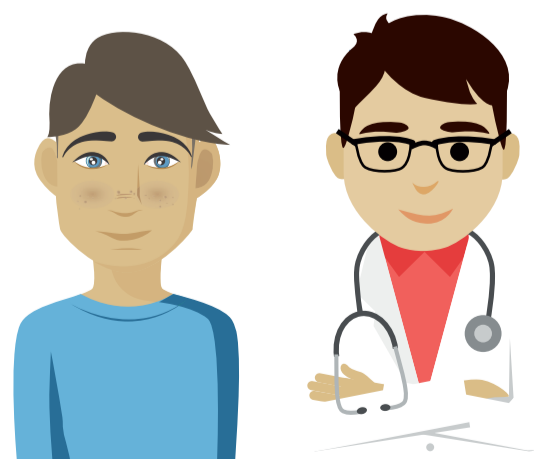


при отсутствии, рекомендованного врачом гипотензивного препарата или при регистрации уровня АД выше 200 мм рт. ст. необходимо срочно вызвать скорую помощь;



до прибытия скорой медицинской помощи необходимо, по возможности, сесть в кресло с подлокотниками и принять горячую ножную ванну (опустить ноги в ёмкость 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 приёма 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.



При беседе с врачом необходимо уточнить, какие препараты вам необходимо принимать при развитии гипертонического криза, чётко записать их наименования, дозировку и временную последовательность (алгоритм) их приёма, а также уточнить у врача при каких проявлениях болезни вам необходимо срочно вызывать скорую медицинскую помощь.



Всем больным с гипертонической болезнью необходимо сформировать индивидуальную мини-аптечку первой помощи при гипертоническом кризе и постоянно носить её с собой, так как гипертонический криз может развиваться в любое время и в любом месте.