**Гипертонический криз**

***Бажанов Владимир Владимирович***

*Челябинская обл., г. Миасс, ГБПОУ «Миасский медицинский колледж», преподаватель специальных дисциплин,* *bazhan.bazhan@yandex.ru**.*

**Гипертонический криз** — это внезапное чрезмерное повышение артериального давления, тяжелое осложнение при артериальной гипертензии (гипертонии), приводящее к серьезному ухудшению самочувствия.

Пострадавшему требуется своевременная медицинская помощь. В противном случае возможны опасные последствия в виде поражения сердца, мозга, печени и почек, вплоть до летального исхода.

**Причины**

В группе риска находятся, прежде всего, люди, страдающие от артериальной гипертензии. Гипертонический криз случается примерно у 1% пациентов, страдающих от стабильно повышенного кровяного давления.

Существует множество причин, провоцирующих патологию:

* тахикардия;
* сильный стресс, депрессия;
* нервное или физическое перенапряжение;
* ожирение;
* эндокринные заболевания (сахарный диабет);
* сердечно-сосудистые заболевания (гипертония, ишемическая болезнь, атеросклероз);
* различные повреждения головного мозга и шейного отдела позвоночника;
* болезни почек и мочевыделительной системы (пиелонефрит);
* патологические состояния при беременности, характеризующиеся повышением уровня артериального давления или развитием судорог;
* гормональные нарушения, в том числе вызванные приемом гормональных препаратов;
* злоупотребление курением, алкоголем, кофе;
* избыточное употребление соли;
* несбалансированное питание;
* отказ от приема предписанных гипотензивных препаратов.

Все эти внешние и внутренние факторы могут спровоцировать критический скачок артериального давления как по отдельности, так и в комплексе.

Обратите внимание! Под повышением артериального давления условно понимают значения выше 150 мм рт. ст. для систолического давления и выше 90 мм рт. ст. для диастолического. Однако на самом деле речь идет о чрезмерно высоком давлении по сравнению с нормальным для каждого конкретного человека. Для кого-то критическим может быть уровень, вполне безопасный и нормальный для другого.

Гипертонический криз чаще развивается у мужчин и женщин в возрасте старше 55 и 65 лет соответственно. Однако следует отметить, что в последние годы патологию все чаще диагностируют у людей моложе 40 лет.

### **Симптомы гипертонического криза**

О проявлениях криза следует знать не только людям, находящимся в группе риска, но и их близким, чтобы суметь оказать пострадавшему своевременную помощь.

К основным симптомам гипертонического криза относят:

* сильную головную боль;
* судороги;
* приступы удушья;
* боли в сердце;
* жар;
* потливость;
* дрожь в теле;
* боль в районе затылка;
* помутнение или потерю сознания;
* нарушение зрения и речи;
* кишечные расстройства.

## **Первая помощь при гипертоническом кризе**

При гипертоническом кризе необходимо немедленно позвонить в скорую помощь и до ее приезда строго следовать указаниям врача. Прежде всего следует успокоить пациента, помочь ему преодолеть чувство паники, страха и беспокойства, только усугубляющее состояние.

Пострадавшего необходимо уложить в постель и с помощью подушек придать полусидячее положение во избежание приступов удушья. Чтобы помочь больному восстановить нормальное дыхание, рекомендуется открыть окно и избавить его от тесной одежды.

Снижать давление до приезда бригады скорой помощи допустимо только препаратом, рекомендованным врачом. Обычно у больных гипертонией такой есть в домашней аптечке. Если пациент испытывает сильную боль в груди, следует положить ему под язык таблетку нитроглицерина. Далее необходимо регулярно, каждые 15 минут, измерять кровяное давление. Эта информация понадобится при оказании медицинской помощи.

Вводить пациенту любые сильнодействующие препараты может только врач. После приезда скорой следует предоставить специалисту максимально точную информацию о пациенте:

* страдает ли гипертонией и, если да, то как долго;
* сколько длится приступ;
* какое давление для этого человека является нормой;
* принимает ли он какие-либо препараты;
* подвержен ли хроническим заболеваниям;
* принимал ли лекарственные препараты после начала криза, и если да, то какие именно.

## **Осложнения**

В зависимости от того, приводит ли резкое повышение давления к развитию осложнений или нет, различают неосложненный и осложненный гипертонический криз.

Неосложненный не приводит к поражению жизненно важных органов (сердца, мозга, почек). Вызвать гипертонический криз такого вида могут различные как внешние (стресс, физическая усталость, нарушения питания), так и внутренние факторы (обычно это гипертония I или II стадии). Помощь пациенту необходимо оказать в течение суток после начала приступа. При этом достаточно будет приема назначенных врачом лекарственных препаратов и соблюдения постельного режима. В госпитализации необходимости нет.

При осложненном гипертензивном кризе пациенту требуется немедленная госпитализация и срочная медицинская помощь в стационаре. Только так можно ослабить или избежать поражения жизненно важных органов и не допустить летального исхода. В противном случае возможен отек легких, ишемический инсульт, аневризма аорты, инфаркт миокарда – вплоть до смерти пациента.

## **Профилактика**

В случае с гипертензивным кризом к профилактическим мерам можно отнести:

* здоровый образ жизни;
* отказ от вредных привычек (алкоголь, курение);
* сбалансированное питание с умеренным количеством соли (не более 5 г в день), жареной и жирной пищи в рационе;
* поддержание оптимального веса;
* умеренные, но регулярные физические нагрузки (без поднятия тяжестей или кардиотренировок).

Помимо этих стандартных мер, страдающим от гипертонии разной степени тяжести и прочих сердечно-сосудистых заболеваний, болезней почек и эндокринных заболеваний следует регулярно наблюдаться у профильного специалиста и строго придерживаться разработанного курса лечения.

Гипертонический криз — чрезвычайно опасное осложнение при артериальной гипертензии, одной из самых распространенных и в то же время одной из самых недооцененных самими пациентами болезней сердечно-сосудистой системы. При отсутствии своевременной и профессиональной медицинской помощи патология может самым пагубным образом сказаться на самочувствии и даже привести к коме или летальному исходу.