

## Артериальная гипертония: распространенное заболевание, которое не замечают



«Эксперты Американской кардиологической ассоциации подсчитали, что повышенное артериальное давление встречается у каждого второго взрослого старше 20 лет, - рассказывает Ольга Викторовна Малиновская, руководитель медицинского департамента федеральной сети медицинских лабораторий KDL.

– Состояние часто остается незамеченным из-за того, что повышение давления до показателей, превышающих норму, не всегда сопровождается типичными симптомами – головокружением, головной болью. Часто болезнь никак себя не проявляет или проявляет себя таким образом, что люди не связывают свои ощущения с гипертонией. Нередко симптомом повышенного давления может стать внезапно возникшая раздражительность».

Действительно, кроме традиционных симптомов болезнь может иметь и нетипичные проявления – сильную усталость, быструю утомляемость, ощущение «тумана» в голове, проблемы со сном. Часто появление таких признаков связывают скорее со стрессом, переработками, большой нагрузкой, но даже не задумываются о проблемах с сердцем и сосудами. При этом игнорировать гипертонию в течение длительного времени опасно, так как именно

повышенное давление является причиной каждого второго случая инфаркта и инсульта. На фоне гипертонии развиваются и другие нарушения, причем не только со стороны сердечно-сосудистой системы, например, проблемы с почками, гормональный дисбаланс, ухудшение зрения. У молодых людей, которые сталкиваются с эпизодами повышенного давления до 30 лет, в более зрелом возрасте повышаются шансы на серьезные сердечно-сосудистые проблемы.

Важно помнить, что гипертония считается состоянием, возникновение которого можно предотвратить. Риск гипертонии повышен у курящих, людей, злоупотребляющих алкоголем, тех, кто испытывает стресс, а также имеет лишний вес. К факторам риска также относятся хронические заболевания, например, диабет и пиелонефрит. Заметить гипертонию не всегда бывает просто. При явных признаках обнаружить ее куда проще, нежели когда повышение давления сопровождается нетипичными симптомами, а возраст не позволяет заподозрить патологию.

Среди исследований, которые могут быть назначены для выявления гипертонии особое место занимает СМАД – суточный мониторинг артериального давления, а для понимания причин ее возникновения используется лабораторная диагностика: анализы крови (общий и биохимический) и анализы мочи. Кроме общего анализа мочи рекомендовано сдать исследование на микроальбумин мочи, отклонения в его результатах могут указывать на изменения в функции почек, связанные с повышенным давлением.

KDL