

Задание: первая помощь при гипертонии.

Title: Первая помощь при гипертонии – руководство к действию

Description: Первая помощь при гипертоническом заболевании. Врачебная скорая помощь и стационарное лечение. Возможные осложнения и профилактика

Повышенное **давление**, которое также называют гипертонией, это одна из самых распространенных проблем современности. По определению к гипертоникам можно отнести любого человека, чье давление превышает 140 мм рт. ст. для верхнего значения и 140 мм рт. ст. для нижнего. При резком скачке показателей развивается гипертонический криз - состояние способное нарушить функционирование таких жизненно важных органов как мозг, сердце, легкие, почки. Правильно оказанная **первая помощь при гипертонии** действительно может спасти жизнь человеку и свести к минимуму негативные последствия.

Оказание первой помощи при гипертонии

Существуют определенные **стандарты оказания медицинской помощи** при гипертонии. Если вы оказались рядом с человеком-гипертоником, необходимо предпринять следующее **доврачебные** действия:

1. Вызовите скорую помощь
2. Уложите больного на кровать или любую другую горизонтальную поверхность. Позаботьтесь о его комфорте
3. Постарайтесь успокоить человека. Нередко причиной обострения становится психоэмоциональное состояние. Если его не снять, давление будет продолжать расти
4. Следите за общим состоянием. Контролируйте пульс, дыхание, наличие сознания, признаки осложнений (паралич половины лица при инсульте, конвульсии при поражении мозга).
5. Не разрешайте человеку вставать, в случае острой необходимости сопровождайте его и остерегайтесь падения
6. Спросите у пострадавшего не пора ли ему принять **таблетки**. Возможно человек забыл принять свой **дибазол**. Свяжитесь с его лечащим врачом или оператором скорой помощи, чтобы проконсультироваться о возможности дачи каких-либо лекарств
7. В случае рвоты, комы поверните голову на бок
8. Если пострадавший жалуется на затрудненное дыхание, придайте его телу полусидячее положение, подложив под спину подушку
9. При подозрении на инсульт запрещается давать пищу или напитки
10. **Клиническая** смерть (отсутствие пульса и дыхания) – показания к проведению сердечно-легочной реанимации

Возникновение гипертонического криза

Этим термином называют резкий скачок **артериального** давления (АД), при котором один или оба показателя превышают значение 180 мм рт. ст. для верхнего и 120 мм рт. ст. для нижнего. Такие экстремальные показатели повреждают кровеносные сосуды, которые лопаются или начинают пропускать жидкость, развивается отек. Одновременно этот процесс запускает образование тромбов, способных перекрывать просвет артерий и капилляров.

В группе риска развития криза находится около 1% людей с гипертонией. Большинство из них – пожилые женщины. К причинам, которые могут спровоцировать обострение относят:

- стресс;
- резкая перемена погоды;
- алкоголь;

- злоупотребление солью;
- приостановление приема гипотензивных лекарств (**синдром отмены**).

Медикаменты при осложненном течении болезни

В случае осложнений выбор лекарств будет во многом зависеть от того какой орган затронут. Результатом должно стать быстрое снижение АД на 15-20% от исходного за час. Более высокие темпы сброса могут привести к **гипотонии**.

При коронарном синдроме, инфаркте показаны:

- медикаменты с гипотензивным эффектом: бета-блокаторы (пропранолол), ингибиторы АПФ (эналаприлат);
- инъекции анальгетика (морфин) – при сильных болях;
- аспирин.

Если есть подозрение на сердечную астму и отек легких назначают мочегонные (фуросемид) и кортикостероиды (дексаметазон).

При церебральном типе больному прописывают:

- блокаторы альфа- и бета-адренорецепторов (лабеталол) – способны быстро понижать АД;
- вазодилататоры (нитропруссид натрия) –сосудорасширяющие **препараты**;
- противосудорожные препараты (диазепам) – только при наличии судорог.

Скорая помощь при осложненном кризе

Кроме медикаментозного лечения пациентам может понадобиться хирургическое вмешательство. Его тип будет зависеть от конкретной патологии. Например, аневризма головного мозга лечится двумя способами:

- клипирование – открытое хирургическое вмешательство, при котором на выпячивание накладывают миниатюрный металлический зажим. Эта манипуляция требует подготовки и не относится к неотложным процедурам;
- эндоваскулярная операция – относится к малоинвазивным способам. Через крупный сосуд под контролем инструментов вводится микроспираль, которую помещают в аневризму.

Неотложная помощь при гипертоническом кризе без тахикардии

Отсутствие учащенного сердцебиения в совокупности с отсутствием других неблагоприятных признаков – хороший знак. Поэтому гипертония без тахикардии лечится как заболевание без осложнений.

Гипертонический криз с тахикардией

Наличие тахикардии является одним из наиболее явных признаков наличия осложнений.

Соответственно первая помощь в этом случае оказывается как при осложненном заболевании.

Лечение при инфаркте миокарда

Инфарктом миокарда – называют процесс некроза клеток сердца (кардиомиоцитов) из-за их недостаточного кровоснабжения. Кардиомиоциты не умеют размножаться, поэтому умершие структуры замещаются соединительной тканью. Рубец не может выполнять ту же функцию, что и сердечная мышца: сокращаться и заставлять кровь двигаться по сосудам.

Инфаркт может развиваться как осложнение гипертонического кризиса. Это заболевание относят к таким, которые требуют **неотложной медпомощи**. Каждая упущенная минута приводит к

увеличению участка некроза, что снижает шансы человека на выживание и качество дальнейшей жизни.

Первое, что необходимо сделать при подозрении на инфаркт – вызвать неотложку. Затем необходимо дать пострадавшему разжевать и проглотить аспирин (нельзя при непереносимости). Прием нитроглицерина рекомендуется исключительно людям, которым данный препарат был прописан врачом. В противном случае можно только усугубить процесс. При отсутствии сердцебиения и дыхания необходимо перейти к сердечно-легочной реанимации. Очень важно перед ее началом убедиться в том, что пульс действительно не прощупывается. В противном случае его остановят именно попытки спасения и человек впадет в кому.

Стационарное лечение инфаркта миокарда

Главная задача терапии на первом этапе – быстрое восстановление кровотока. Алгоритм врачебной помощи включает:

- аспирин – разжижает кровь, благодаря чему она легче проникает в мельчайшие капилляры;
- тромболитики – лекарства, действие которых направлено на рассасывание тромбов, препятствующих поступлению крови к клеткам сердца;
- антитромбоцитарные агенты – предотвращают образование новых тромбов и не дают возможности увеличиваться существующим;
- кроворазжижающие медикаменты – по направленности действия напоминают аспирин, но отличаются механизмом работы;
- болеутоляющие (морфин) - выписывают больным с сильными болями;
- нитроглицерин – устраняет боль в груди и улучшает ток крови благодаря сосудорасширяющему действию;
- бета-блокаторы – понижают давление и расслабляют сердечную мышцу;
- ингибиторы АПФ – обладают гипотензивным действием.

В дополнение к лекарствам больному могут быть показаны следующие хирургические процедуры:

- коронарная ангиопластика и стентирование;
- шунтирование корональной артерии.

Последствия криза

В результате резкого скачка АД работа сердечно-сосудистой системы нарушается и органы перестают получать адекватное кровоснабжение. Наиболее критично это сказывается на мозге, сердце, сосудах, легких, почках. В зависимости от того какой орган страдает больше всего различают церебральный, коронарный и астматический вариант осложнений.

Недостаточное кровоснабжение мозга чревато серьезными неврологическими нарушениями: гипертонической энцефалопатией, инсультами.

При коронарном типе развивается острая недостаточность коронарных артерий, приводящая к сердечной астме или отеку легких. К таким же последствиям приводит астматический вариант.

Если в патологический процесс вовлекаются почки, у больного развивается острая почечная недостаточность. При недостаточном кровоснабжении сердечной мышцы возникает инфаркт.

Стационарное лечение гипертонии

Гипертензия – это хроническая болезнь не предполагающее лечения в клинике. Однако, существует ряд показаний, по которым человеку рекомендована госпитализация:

- гипертонический криз;

- первичный подбор лекарств человеку с запущенной формой гипертонии или наличием заболеваний, которые могут провоцировать злокачественное течение заболевания;
- выяснение причин высокого АД.

Первые два пункта не нуждаются в пояснении, но на последнем следует остановиться подробнее. Около 5 % случаев высокого давления являются лишь **симптомом** других заболеваний. Задача врача - провести комплексное обследование, включающее лабораторные исследования (УЗИ сердца, анализы крови, мочи).

Заболевания, одним из симптомов которых является высокое АД:

- обструктивное апноэ во время сна;
- проблемы с почками;
- опухоли надпочечников;
- заболевания щитовидной железы;
- врожденные патологии кровеносных сосудов;
- алкоголизм или разовое злоупотребление алкоголем;
- прием наркотиков (кокаин, амфетамины);
- побочный эффект некоторых лекарств (противозачаточные, противоотечные, болеутоляющие и другие).

Лечение по Неумывакину

Автором популярной методики является Иван Павлович Неумывакин – российский врач, чьи заслуги отмечены огромным количеством наград. Это профессор считается праотцом космической медицины и популизатором лечения народными средствами. И хоть не все его наработки признаны официальной медициной, положительный эффект от нее подтверждается некоторыми частными лицами. Не в последнюю очередь подход Неумывакина прижился в странах СНГ благодаря копеечной дешевизне его компонента - перекиси водорода (H₂O₂).

По мнению профессора перекись водорода обладает антисептическим действием, помогает стабилизировать АД, облегчает симптомы гипертонии, избавляет организм от шлаков, очищает и укрепляет сосуды.

Если вы хотите испытать на себе эффект перекиси водорода, вам понадобится 3% раствор. Перед употреблением его необходимо развести в 50 мл кипяченой воды. При увеличении дозировки количество растворителя уменьшаю до 40 мл. Процесс лечения состоит из двух этапов:

- на первом прием начинается с одной капли. С каждым днем дозировка увеличивается на одну каплю. Общая продолжительность терапии – 10 дней. Затем делается перерыв.
- второй этап начинается с дозировки в 10 капель и она не меняется на протяжении всего курса. Схема терапии проста: трехдневный прием – трехдневный перерыв – и так до стойкого улучшения состояния здоровья.

Лучше всего принимать H₂O₂ утром натощак. Допускается и обеденный прием препарата за 30 минут до еды или спустя 2 часа после.

В первые дни самочувствие у большей части пациентов ухудшается. Развивается общая слабость, усталость, головокружение. Со временем симптомы должны пройти. Если же они сохраняются, немедленно обратитесь к врачу. К сожалению, подходящего для всех рецепта не существует.

Несмотря на свою простоту, терапия по Неумывакину требует строго соблюдения правил, в том числе полного отказа от алкоголя и кроворазжижающих препаратов (в первую очередь аспирина). Иначе больной рискует получить инсульт.

Профилактика заболевания

Советы по профилактике гипертонии просты и общеизвестны. Это правильное питание, поддержание здорового веса, физическая активность, отказ от курения и умеренное употребление алкоголя.

Правильное питание

Самый опасный компонент рациона для потенциальных **гипертоников** – соль. Это вещество способствует задержке воды в организме, в том числе и кровеносном русле. Чем больше наши сосуды вмещают жидкости, тем сильнее давление на их стенки. Поэтому очень важно следить за количеством соли в рационе, оно не должно превышать 6 г. Также необходимо позаботиться, чтобы основу диеты составляли овощи, фрукты, крупы, нежирные молочные продукты. Употребление красного мяса рекомендуется ограничить, заменив его другими источниками белка: рыбой, орехами, семечками, бобовыми.

Жирная пища – еще один источник опасности. Излишек компонентов жира обладает способностью «налипать» на стенки сосудов, образуя атеросклеротические бляшки, что провоцирует повышение внутрисосудистого давления.