

Radosław Szczęch, Krzysztof Narkiewicz

Nadciśnienie tętnicze

Na całym świecie nadciśnienie tętnicze jest powszechnym i poważnym problemem — jedną z najczęstszych przyczyn chorobowości i śmiertelności w społeczeństwach krajów rozwiniętych.

Niekontrolowane nadciśnienie tętnicze sprzyja częstszemu występowaniu udaru mózgu, przerostu lewej komory serca i niewydolności serca, choroby wieńcowej, zawału serca, miażdżycy zarostowej tętnic kończyn dolnych i niewydolności nerek.

Nadciśnienie tętnicze to choroba układu krążenia, w wyniku której w naczyniach tętniczych zwiększa się ciśnienie krwi. Jest to przewlekłe schorzenie wymagające długotrwałego leczenia.

Bardzo często nie odczuwa się podwyższonego ciśnienia tętniczego i na ogół odkrywa się je przypadkowo. Nielezione przez lata prowadzi do uszkodzenia serca i naczyń krwionośnych.

Nadciśnienie tętnicze może doprowadzić do udaru mózgu i niewydolności serca.

U chorych z nadciśnieniem wyższe jest również ryzyko wystąpienia zawału serca i niewydolności nerek.

Dzięki właściwej terapii można uniknąć powikłań nadciśnienia tętniczego.

Pacjent powinien współpracować z lekarzem w leczeniu swojego nadciśnienia!

Ciśnienie tętnicze skurczowe — „górne” i ciśnienie rozkurczowe — „dolne”

Zadaniem serca i układu krążenia jest zaopatrywanie w krew wszystkich części ciała. Serce pompuje krew przez naczynia krwionośne, kurcząc się i rozkurczając mniej więcej 60–80 razy na minutę. Gdy mięsień sercowy się kur-

czy, aby wpompować krew do naczyń krwionośnych, ciśnienie jest wyższe niż wówczas, gdy się rozkurcza. Zatem w trakcie każdego uderzenia serca ciśnienie w naczyniach waha się między górną a dolną wartością.

Górną wartość nazywamy skurczowym ciśnieniem tętniczym, zaś dolną — rozkurczowym ciśnieniem tętniczym.

Spróbuj wyczuć swoje tętno!

Wskutek zmian ciśnienia tętnicze „pulsują”. Można to wyczuć nad niektórymi naczyniami, na przykład nad tętnicą promieniową w okolicy nadgarstka.

Prawidłowe tętno jest regularne i wynosi, jak wspomniano, około 60–80 na minutę — dokładnie tyle, ile razy w ciągu minuty serce „pompuje” krew. W trakcie wysiłku fizycznego lub stresu tętno jest szybsze.

Zapis wartości ciśnienia tętniczego:

120/70 mm Hg

ciśnienie skurczowe ciśnienie rozkurczowe jednostka ciśnienia tętniczego wyrażona w milimetrach słupka rtęci



Materiał do powielania

Źródło: Szczęch R., Narkiewicz K., Jak zmniejszyć ryzyko chorób układu krążenia? Via Medica, Gdańsk 2006: 7–9.