

# Повышенное кровяное давление: убийца, крадущийся незаметно

Повышенное кровяное давление не причиняет человеку боли, но увеличивает вероятность инсульта и возникновения опасных сердечно-сосудистых заболеваний. Около половины всех людей в возрасте свыше шестидесяти лет, проживающих в ФРГ, а также многие молодые люди страдают от гипертонической болезни. Доктор мед. наук, профессор Дитрих Андресен занимает должность главного врача отделения кардиологии в больнице «Ам Урбан» в составе медицинского комплекса «Вивантес» и хотел бы кратко представить данную область медицины.

Профессор,  
доктор мед. наук  
Дитрих Андресен,  
директор клиники  
внутренних  
болезней и  
кардиологии  
в составе  
медицинского  
комплекса  
«Вивантес»,  
больницы «Ам  
Урбан» и «Им  
Фридрихсхайн»,  
Берлин



**В сущности, вопрос, какими рисками чревато повышенное кровяное давление, в обществе не является новым. Почему гипертоническая болезнь настолько опасна?**

**Доктор мед. наук, профессор Андресен:** Повышенное кровяное давление – это убийца, который бесшумно ждет в засаде и нападает на человека исподтишка. Если бы не эта болезнь-киллер, люди жили бы гораздо дольше и дольше оставались бы здоровыми. Повышенное кровяное давление само по себе не причиняет человеку неприятностей: мы чувствуем себя хорошо, остаемся трудоспособными, нам нужно мало сна. Однако с годами гипертоническая болезнь изнашивает кровеносную систему организма, что, в свою очередь, может стать причиной инфаркта, инсульта, глазных заболеваний или болезней почек.

**Каковы предпосылки гипертонической болезни?**

**Доктор мед. наук, профессор Андресен:** Во-первых, известно, что предрасположенность к гипертонической болезни передается по наследству, генетическим путем. Зачастую выясняется, что отец или мать пациента умерли

от инфаркта или инсульта. Еще одним важным фактором является нездоровый образ жизни: лишний вес, привычка слишком сильно солить пищу, недостаток движения и, не в последнюю очередь, постоянный психоэмоциональный стресс. В совокупности эти факторы вызывают повышение кровяного давления и, в долгосрочной перспективе, повреждения жизненно важных органов.

**Но ведь соль содержится почти во всех продуктах питания. Как же избежать ее потребления?**

**Доктор мед. наук, профессор Андресен:** Первый, и немаловажный, шаг – солить еду в процессе приготовления, но не досаливать ее за столом. Просто уберите солонку со стола!

**Какую роль играет стресс?**

**Доктор мед. наук, профессор Андресен:** Во время психических и физических нагрузок кровяное давление повышается. Это обычный процесс: организм реагирует на факторы и требования извне. Как только человек успокаивается, кровяное давление нормализуется. Однако в случае, если человек постоянно испытывает стресс, давление также постоянно остается повышенным.

**Каким образом повышенное кровяное давление влияет на сосуды и внутренние органы?**

**Доктор мед. наук, профессор Андресен:** Стенки здоровых кровеносных сосудов имеют мягкую, эластичную структуру. При постоянном же повышении кровяного давления они твердеют, теряют гибкость. Это постепенный процесс, который может занимать десять, двадцать, тридцать лет. В результате 50% пожилых пациентов в возрасте свыше шестидесяти лет страдают заболеваниями, обусловленными

жесткостью стенок сосудов. Вследствие повышенного давления стенки сосудов также могут приобретать пористую структуру, на них откладывается холестерин, кальций, возникают холестериновые и склеротические бляшки. Это, в свою очередь, может угрожать жизни человека.

**Как возникают бляшки на стенках сосудов?**

**Доктор мед. наук, профессор Андресен:** Нежная внутренняя поверхность сосудов повреждается вследствие высокого кровяного давления, постепенно на ней появляются трещины. Этот процесс можно сравнить с процессом использования шланга для автомобильных шин: если по нему пустить воздух под давлением не 2 ати, а, скажем, 4 ати, стенки шланга тоже станут хрупкими и потрескаются.

**Почему трещины в стенках сосудов чреваты столь серьезными последствиями?**

**Доктор мед. наук, профессор Андресен:** Даже если это совсем небольшие трещины, организм сигнализирует: сосуд поврежден. К трещине спешат тромбоциты и пытаются заделать повреждение. При этом может случиться, что больной сосуд будет полностью закупорен. Закупорка же сосудов вызывает инфаркт. Закупорка одного из коронарных сосудов сердца называется инфарктом, закупорка одного из сосудов головного мозга – инсультом. Оба явления представляют собой катастрофу для организма и угрозу для жизни человека, а причиной этой катастрофы стала гипертоническая болезнь, которая когда-то казалась столь безобидной.