

ЧЕМ ОПАСНА ГИПЕРТОНИЯ



Гипертония—устойчивое повышение артериального давления до 140/90 и выше

Гипертония является одним из самых распространенных заболеваний сердечно-сосудистой системы в мире, ей страдает 20-30% взрослого населения



Как влияет гипертония на различные органы



МОЗГ

Ухудшение мозгового кровообращения (нарушение памяти), инсульт



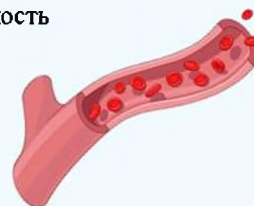
ПОЧКИ

Почечная недостаточность



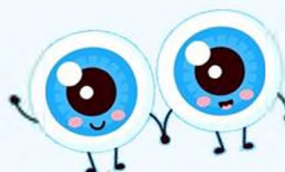
СЕРДЦЕ

Стенокардия, инфаркт миокарда, сердечная недостаточность (неспособность сердца перекачивать нужное количество крови)



СОСУДЫ

Разрыв аорты, который в 90% случаев заканчивается смертью



ГЛАЗА

Повреждение сетчатки, ухудшение зрения

ПАЦИЕНТУ С ГИПЕРТОНИЕЙ НЕЛЬЗЯ

1. Злоупотреблять спиртными напитками
2. Курить
3. Вести сидячий образ жизни
4. Есть острое, соленое и жирное
5. Работать по ночам и не высыпаться
6. Нервничать

