**Гипертонический криз - симптомы. Неотложная первая помощь при гипертоническом кризе.**

Стабильное первенство по вызовам неотложки занимает внезапный резкий скачок давления – приступ гипертонии. Это опасное состояние требует быстрого врачебного вмешательства, а не обращения в поликлинику на следующий день, и уж тем более, гипертензивный криз и самолечение несовместимы!

**Гипертонический криз – что это такое**

Артериальная гипертензия часто проявляется тяжелым опасным осложнением, угрожающим здоровью и жизнедеятельности человека. Как возникает такое критичное состояние? Гипертонический криз – это приступ внезапного роста давления систолического и диастолического. Сопровождается ухудшением функции определенных органов (мозг, сердце, почки). Явление происходит чаще по сравнению с гипотоническим приступом.

Точного отправного стандарта для этого диагноза нет, у всех пациентов свои рабочие нормы давления, от которых ведется отсчет его повышения и появления симптомов. Правильнее считать резкое (за несколько часов) увеличение артериального давления (АД) до показателей персонально высоких, сопровождаемое проблемами от головной боли до сбоев в неврологической и сердечной системах – вот что такое криз. Спровоцировать ситуацию может возникновение причин совершенно разного характера: стресс, перемена погоды и климата, алкоголь, отказ от гипертензивных средств.

**Гипертонический криз – причины**

В обострении запусковым механизмом чаще выступает нерегулярный прием или отказ от прописанных медикаментов, замена их некачественными средствами. Эффективно лечить проблему необходимо, придерживаясь схемы, продуманной персонально под пациента, с учетом прочих принимаемых препаратов. Надо иметь ввиду, отдельные лекарства – нестероиды, эстрогены, антидепрессанты – ослабляют результат препаратов для гипертонии.

В этиологии среди прочих основных причин гипертонического криза рассматриваются:

* психоэмоциональное нервное перенапряжение;
* метеорологическая зависимость;
* злоупотребление алкоголем, кофе, курением;
* избыток в пище соли;
* недостаток сна;
* гормональная перестройка у женщин;
* болезни с симптомами гипертензии (почечные, сахарный диабет).

Кризис, свойственный гипертонии, может проявиться у здорового и заставить страдать от головной боли. По международной классификации здоровья, коду МКБ 10, заболевание относится к первичной гипертензии, но может быть на фоне вторичных явлений болезни. В патогенезе из-за нарушения сосудистого регулирования начинается артериальный спазм, потом учащается сердцебиение, появляется страх, паника. В итоге возникает порочный круг, реакция перестает быть самоуправляемой. Давление совершает резкий скачок, многие органы попадают в гипоксическое состояние.

**Гипертонический криз – симптомы**

Симптоматика обострения разнообразна, распространенным признаком считается головная боль, особенно на его ранних этапах. Может начать кружиться голова, появиться шум в ушах, к этому присоединяется тошнота. Боль локализуется в области лба, затылка, на висках, нарастает при движении головой, ощущается в глазах и может характеризоваться как пульсирующая, так и давящая. Другие симптомы гипертонического криза:

* внезапный страх, тревога;
* озноб;
* краснота, отечность лица;
* холодное повышенное потоотделение;
* «мурашки» по телу, дрожь;
* расстройство зрения (нарушение остроты, двоение, пелена, мушки);
* рвота;
* нехватка воздуха;
* учащение биения сердца.

**Неотложная помощь при гипертоническом кризе**

При появлении симптоматики первая помощь при гипертоническом кризе проделывается в следующем порядке:

1. Постараться успокоиться и не паниковать.
2. Присесть или лечь на высокую подушку.
3. Ослабить одежду на горле.
4. Измерить давление и проверять через каждые полчаса.
5. Набрать «03», вызвать врача.
6. Принять прописанный врачом гипотензивный препарат.
7. Если сильно болит голова, рекомендуется мочегонное средство.
8. Для успокоения выпить корвалол, валериану.
9. При ознобе согреть ноги, обернув одеялом, или использовать горчичники.
10. После осмотра врачом неотложки может понадобиться госпитализация, от которой не стоит отказываться.

**Гипертонический криз лечение**

Понижать АД необходимо постепенно во избежание негативного действия на почки и головной мозг. Состояние надо купировать внутривенно Клонидином, Нифедипином, достигая снижения давления не выше, чем на 25% в течение двух часов. В следующие шесть часов надо следить за жалобами и понижением АД до показаний, при которых пациент чувствует себя лучше. Может потребоваться расширенная диагностика (аускультативно выявляемая активность других органов).

Лечение гипертонического криза продолжают приемом таблетками вне палаты интенсивной помощи стационара, хотя первоначально госпитализация обязательна не всем, а преимущественно при осложненных случаях. Случаи неосложненного гиперкриза нормализуются амбулаторно после необходимых инъекций (сульфата магния) либо приема таблеток Каптоприла, Капотена. Пациент продолжает восстановление после гипертонического криза в домашних условиях. Исключают физические нагрузки, в рационе ограничивают жидкость и соль. Необходимо комфортное психологическое окружение.

**Купирование гипертонического криза**

Задачей купирования гипертонического криза ставится не нормализовать АД, а вывести больного из опасной ситуации, снизив гипертензию до показателей 160-170 верхнего уровня и 90-100 нижнего. Нормализация рекомендована беременным с токсикозом в последнем триместре и возможна для ребенка, подростка с острым гломерулонефритом. Базовые средства гиперкриза – Ниприд, Нифедипин, их вводят внутривенно под контролем. При отеках подключают мочегонные средства.

**Как снять гипертонический криз в домашних условиях**

Если по каким-либо обстоятельствам быстрое оказание медицинской помощи невозможно, гипертоники со стажем должны иметь шприцы и инъекционные препараты для купирования приступа (криза) своими силами. Снять гипертонический криз в домашних условиях помогут внутримышечные уколы Фуросемида, Дибазола, Пирацетама, Но-шпы, а при их отсутствии – привычные таблетки от давления. Дальнейшие действия:

* Больному нужно расстегнуть воротник, прилечь с поднятой головой или присесть.
* Требуется спокойствие и свежий воздух, при дрожи – приложить грелку или горчичник к ногам.

**Диета при гипертоническом кризе**

В задаче, как восстановиться после гипертонического криза и вылечить болезнь с проявлениями приступов, диета – немаловажный фактор предотвратить обострение:

* Питание при гипертоническом кризе дробное, 5-6 раз, жидкость ограничивается – не больше литра за день.
* Уменьшается потребление животного жира, углеводов, соли, экстрактов, а в меню вводятся продукты, богатые клетчаткой, калием, магнием, витаминами.
* Еда готовится в отварном виде.
* Для выведения избытка жидкости необходимы разгрузочные (фруктовые, кефирные) дни.

**Восстановление после гипертонического криза**

При гипертонии желательно отказаться от табака и алкоголя – как мужчинам, так и женщинам. Восстановление после гипертонического криза требует здорового образа жизни – зарядка, бассейн, велосипед, лыжи, даже просто ходьба – все это прекрасно влияет на реабилитацию организма и общую профилактику, но от чрезмерных спортивных нагрузок придется отказаться. Задача пациента при кризе – избежать стрессовых ситуаций, соблюдать режим дня и контролировать давление, которое должно ежедневно измеряться. Назначенные гипотензивные средства применять обязательно!

Врач терапевт Положиёва А.П.