**Доврачебная помощь при гипертоническом кризе.**

Первая помощь при гипертоническом кризе оказывается до прибытия врача на месте происшествия. От своевременности и качественности первой доврачебной помощи зависит дальнейшее состояние пострадавшего человека. Под гипертоническим кризом понимается резкий подъем артериального давления, который характеризуется шумом в голове, резкой головной болью в области виска или затылка. Больной может жаловаться на тошноту, одышку, тяжесть в области сердца. Шея, лицо и верхние конечности пострадавшего краснеют, возможно резкое ухудшение зрения (появление так называемых мушек перед глазами), появление «гусиной кожи». Пациент может жаловаться на сухость во рту, подавленность, отечность лица или пальцев рук, судороги, сердцебиение, потеря сознания, дрожь в руках.

**Что делать если развился гипертонический криз?**

1. Прекратить физическую нагрузку и успокоится, присесть или прилечь в кровать с приподнятой головой, измерить АД. При высоком АД и плохом самочувствии вызвать «Скорую помощь».
2. Предоставьте доступ кислорода. Откройте окно, освободите пациента от всего, что затрудняет дыхание: расстегните ворот рубашки, ослабьте узел галстука, расстегните ремень. Проследите, чтобы больной дышал, ровно и глубоко.
3. При появлении загрудинных болей принять нитроглицерин под язык.
4. Если появляется чувство страха, нервное возбуждение — принять успокоительные препараты: корвалол, пустырник и др., т. к. нервное возбуждение только способствует подъему АД.
5. Приложите к голове холодную грелку или компресс.
6. Нельзя резко снижать АД в течение короткого промежутка времени.
7. До приезда врача скорой помощи периодически измеряйте артериальное давление
8. Дальнейшие действия определит врач «скорой помощи».

**Чем опасно повышение АД?**

Даже небольшое повышение давления отрицательно сказывается на состояние сосудов. Кровь, воздействуя на сосудистую стенку с большей нагрузкой, со временем её уродливо деформирует. На месте повреждения возникает воспаление, накапливаются излишки холестерина. Из этого «строительного» материала образуются атеросклеротические бляшки, выпячивающиеся в просвет сосудов и затрудняющие кровоток.

Через суженные артерии протекает меньше крови, чем через нормальные. В результате нарушается питание тканей и органов. А иногда атеросклеротическая бляшка закупоривает просвет сосуда, что приводит к инфаркту и ишемическому инсульту. При гипертонических кризах слабая стенка мозгового сосуда может не выдержать и разовьётся геморрагический инсульт. Высокое АД заставляет сердце работать с повышенной нагрузкой и со временем приводит к увеличению сердца и нарушению его функций.

Участковый врач - терапевт ГУЗ « Чаплыгинская РБ» Маркова Г.Ю.