

Povišeni arterijski krvni tlak ili arterijska hipertenzija



Arterijski krvni tlak

Arterijski krvni tlak je pritisak krvi na stijenku arterije.

Krvni tlak ovisi o:

- snazi srca,
- širini arterija

Optimalan arterijski krvni tlak je manji od 120/80 mmHg.

	Sistolički tlak (mmHg)	Dijastolički tlak (mmHg)
Optimalan	manje od 120	manje od 80
Normalan	120-129	80-84
Visoko normalan	130-139	85-89
Povišeni krvni tlak:		
Stupanj I	140-159	90-99
Stupanj II	160-179	100-109
Stupanj III	180 i više	110 i više

Klasifikacija arterijskog krvnog tlaka u osoba u dobi od 18 godina i više

Izvor: ESH (Europsko društvo za hipertenziju) i ESC (Europsko kardiološko društvo).

*Kada vrijednosti sistoličkoga i dijastoličkoga tlaka ulaze u različite kategorije, koristi se viša kategorija za klasifikaciju hipertenzije.

Povišeni arterijski krvni tlak

Kronična (dugotrajna) bolest kod koje je trajno povišen sistolički tlak (iznad 140 mmHg) i/ili dijastolički (iznad 90 mmHg).

U više od 95% slučajeva povišenog krvnog tlaka uzrok je nepoznat, tzv. primarna ili esencijalna hipertenzija.

U manje od 5% uzrok je poznat (suženje bubrežne arterije, upale bubrežnog tkiva i dr.), i to je tzv. sekundarna hipertenzija.

Bolest najčešće traje godinama, bez prisutnih tegoba, iako cijelo vrijeme **povišeni krvni tlak oštećuje vitalne organe.**

**Što povećava
rizik razvoja
povišenog krvnog
tlaka?**

prekomjerna tjelesna težina i pretilost (gojaznost),
pušenje,
nedovoljna tjelesna aktivnost,
nezdrava (uglavnom masna i slana) prehrana,
prekomjeran unos soli,
prekomjeran unos alkohola, stres
obiteljska sklonost
osobe koje uzimaju kontraceptivne lijekove.

SIMPTOMI

Prvi simptomi:

jutarnje glavobolje u zatiljku,

vrtočlavica,

umor,

promjene vida,

smetenost ...

SIMPTOMI

Simptomi se javljaju kada se razviju komplikacije (oštećenja vitalnih organa: srca, mozga, bubrega)

Do postavljanja dijagnoze povišenog krvnog tlaka prođe prosječno 10-20 godina.

Iz tih se razloga hipertenzija često zove i „tihi ubojica“.

Stoga je vrlo važno redovito kontrolirati krvni tlak.

RIZICI KOJE DONOSI POVIŠENI KRVNI TLAK

Povećava se rizik za:

- nastanak srčanog infarkta,
- zatajenje srca,
- moždani udar,
- oštećenje bubrega,
- sljepoću i dr.

**RIZICI KOJE
DONOSI POVIŠENI
KRVNI TLAK**

Bolesnici s visokim vrijednostima krvnog tlaka imaju:

- 4 puta veći rizik od nastanka srčanog infarkta i
 - 7 puta veći rizik od nastanka moždanog udara
- nego osobe s normalnim tlakom.**



Izrada materijala sufinancirana je sredstvima Europske unije iz Europskog socijalnog fonda, Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali 2014.-2020.

*Sadržaj emitiranog materijala isključiva je odgovornost
Koordinacije hrvatske obiteljske medicine*