

Želite li saznati više o hipertoniji i
lečenju visokog krvnog pritiska?
www.vardguiden.se
www.sjukvardsradgivningen.se
www.sbu.se
www.allahjartan.se (AstraZeneca)
www.pfizer.se

Podaci o kontaktima:
Ukoliko imate neka pitanja ili razmišljate o nečemu,
kontaktirajte medicinsku sestru u ordinaciji za
srčana oboljenja bolnice Södersjukhuset:
Telefon: 08-616 30 20,
ponedeljak-četvrtak od 09.00 do 14.00,
petkom od 09.00 do 11.30

Koji se lekovi koriste za lečenje visokog krvnog pritiska?

Koriste se pre svega lekovi pet različitih klasa lekova za lečenje visokog krvnog pritiska. To su diuretici (diuretici tipa tiazida), blokatori kalcijumskih kanala, ACE inhibitori, blokatori receptora za angiotenzin (ARB) kao i beta blokatori. Ponekad se koriste i lekovi drugih tipova za lečenje visokog krvnog pritiska. Često je potrebna kombinacija dva ili više leka za sniženje krvnog pritiska radi dovoljnog spuštanja krvnog pritiska. Obični lekovi za sniženje krvnog pritiska su u normalnim slučajevima dobro prihvatljivi, to jest da obično nemaju nikakve neželjene posledice. Svi lekovi mogu, međutim, imati neželjene posledice a ukoliko su iste ozbiljne ili izazivaju smetnje, često se može isprobati neki drugi lek radi postizanja željenog spuštanja krvnog pritiska.

U većini slučajeva lečenje visokog krvnog pritiska treba posmatrati kao doživotnu terapiju lekovima. Efekat spuštanja krvnog pritiska se postiže isključivo ukoliko se nastavi uzimanje lekova. S vremenom krvni pritisak može se često promeniti i zato je važno da se krvni pritisak redovno meri. Dobro podešeni krvni pritisak treba kontrolisati bar par puta godišnje, a u slučaju da visoki krvni pritisak nije dovoljno lečen, kontrole se moraju obavljati češće sve dok se krvni pritisak ne spusti do željenog nivoa. Ukoliko to želite možete kupiti i sopstvenu manžetnu za merenje krvnog pritiska (kupuje se na primer u apoteci). Trebate takođe prokontrolisati da ista pokazuje korektan krvni pritisak tako što ćete izmeriti krvni pritisak u nekoj od zdravstvenih ustanova a istovremeno ga izmeriti i na sopstvenoj manžetni da bi se uverili da vrednosti odgovaraju. Preporučuje se, međutim, da se krvni pritisak i dalje redovno meri u zdravstvu, iako se vrše i sopstvena merenja kod kuće.

SÖS
SÖDERSJUKHUSET

SJUKHUSBACKEN 10, 118 83 STOCKHOLM, TEL 08-616 10 00
AUTOBUS SL-a br. 3, 4, 74, 164 LOKALNI VOZ STOCKHOLM SÖDRA
WWW.SODERSJUKHUSET

Proizvedeno: Marta 2008. godine Fotografgruppen SÖS

ZA VAS KOJI BOLUJETE OD HIPERTONIJE INFORMACIJA ZA PACIJENTE



SÖS
SÖDERSJUKHUSET

OBLAST DELATNOSTI KARDIOLOGIJA

Šta je to krvni pritisak?

Da bi srce moglo pumpati krv u organizmu potreban je pritisak, krvni pritisak. Krvnim pritiskom upravlja više faktora, između ostalog pumpna funkcija srca, stepen zakrećenja krvnih sudova i aktivnost u različitim hormonskim i nervnim sistemima. U normalnim prilikama krvni pritisak dosta mnogo varira u toku 24 sata. Najniži je u miru a apsolutno najniži noću u toku spavanja. Pritisak se povećava u slučaju napora, stresa i bola.

Kako se meri krvni pritisak?

Normalno se krvni pritisak meri na jednoj od nadlaktica a izražava se u milimetrima žive (mmHg). Krvni pritisak se deli na gornji pritisak (sistolni) i donji (diastolni). Sistolni pritisak odgovara najvećem pritisku koji se stvara kad se srce skuplja i pumpa krv u krvotok a diastolni pritisak je najniži pritisak u toku faze opuštanja srca.

Normalno se krvni pritisak meri u ležećem stanju posle izvesnog vremena u miru. Ponekad se radi tako zvano 24-časovno merenje krvnog pritiska, kad merač krvnog pritiska automatski radi više merenja u toku 24 sata da bi se stekla bolja slika o tome kako pritisak varira u toku tog vremenskog perioda.

Na kom nivou je krvni pritisak suviše visok?

Krvni pritisak je suviše visok ukoliko u miru prevazilazi 140/90 mmHg. Ukoliko neko boluje od dijabetesa ili mu je oslabljena funkcija bubrega, krvni pritisak se smatra kao visok ukoliko prevazilazi 130/80 mmHg. Ukoliko krvni pritisak prevazilazi te nivoe boluje se od hipertenzije. Ukoliko se krvni pritisak nalazi u blizini gore navedenih granica može biti potrebno više puta izmeriti krvni pritisak da bi se utvrdilo da li osoba boluje od hipertenzije.

Koliko je česta pojava hipertenzija?

Hipertenzija je uobičajena pojava a ca 20-25 odsto od odraslog stanovništva Švedske ima povišeni krvni pritisak. Što su godine života veći to je rizik da se dobije hipertenzija sve veći.

Zašto se dobija hipertenzija?

Kod manjeg broja osoba koje dobijaju hipertenziju može se naći specifični uzrok, a to se zove sekundarna hipertenzija. Obično, u takvim slučajevima se radi o određenim oboljenjima bubrega ili određenim hormonskim

poremećajima. Kod većine osoba koja boluje od visokog krvnog pritiska ne može se pronaći specifični uzrok, već se radi o kombinaciji različitih faktora. Ovaj tip se zove primarna hipertenzija. Poznato je da, između ostalog, nasledna sklonost, prekomerna težina, unošenje većih količina alkohola, sedenje, unošenje veće količine soli i psihički stres mogu prouzrokovati visoki krvni pritisak.

Koji su rizici visokog krvnog pritiska?

Suviše visoki krvni pritisak u toku duže perioda znači preopterećenje krvnih sudova. To dovodi do zakrećenja krvnih sudova (ateroskleroze), što može imati za posledicu da se krvni sudovi u raznim delovima organizma se mogu zapušiti ili puknuti. A to s druge strane može dovesti do ozbiljnog, a ponekad i po život opasnog stanja kao što je šlog (stroke – koji se može sastojati od tromba ili izliva krvi u mozgu), grča koronarnih krvnih sudova, srčanog infarkta, srčane insuficijencije, oboljenja bubrega, intermitentne klaudikacije (claudicatio intermittens) ili očnog oboljenja.

Da li je opasno imati nizak krvi pritisak?

U normalnim slučajevima važi da što je krvni pritisak niži tim bolje, ukoliko pritisak nije toliko nizak da se javljaju tegobe, u obliku npr. vrtoglavice i osećaja da ćete se onesvestiti kad ustanete.

Da li se isplati spustiti krvni pritisak?

Niz velikih ispitivanja je pokazalo da se rizik od gornjih oboljenja smanjuje ukoliko se krvni pritisak spusti kod osobe koja boluje od hipertenzije.

Šta se može sam učiniti za spužtanja krvnog pritiska?

Krvni pritisak se može spustiti ukoliko se način života izmeni, čime se smanjuje i rizik od drugih oboljenja usled visokog krvnog pritiska. To što se može preporučiti je, između ostalog, redovna rekreacija, skidanje telesne težine (ukoliko imate prekomernu težinu), zdrava ishrana, izbegavanje unošenja većih količina alkohola, manje stresa i prestanak pušenja. Kod većine ljudi s hipertenzijom nije dovoljno samo izmeniti način života da bi se spustio krvni pritisak na željeni nivo, već se često mora primenjivati i terapija lekovima.