

## Повышенное артериальное давление и ВИЧ

Повышенное артериальное давление – самый распространенный фактор риска со стороны сердечно-сосудистой системы. Гипертензия наблюдается у каждого четвертого человека с ВИЧ. Наблюдение, клинические последствия и лечение такой патологии у пациентов с ВИЧ мало чем отличается от ведения ВИЧ-отрицательных.

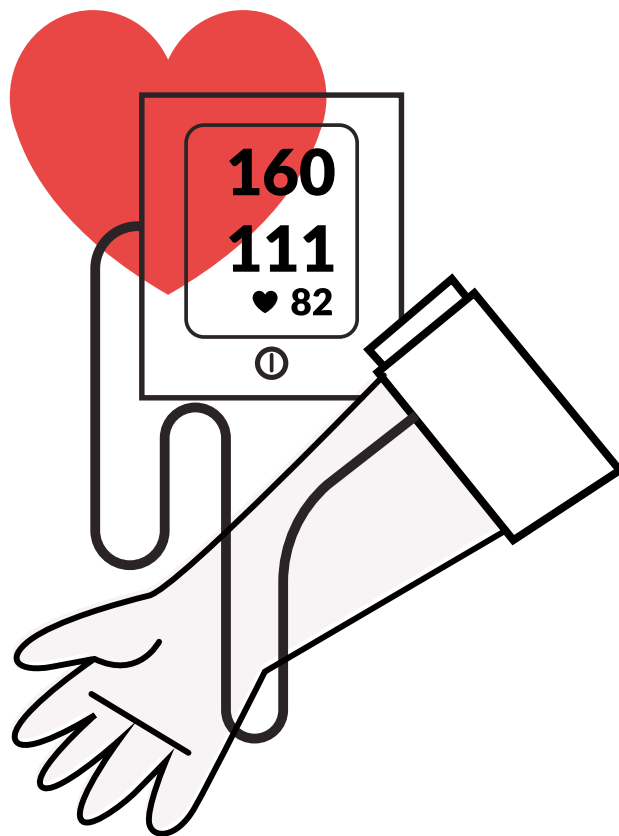
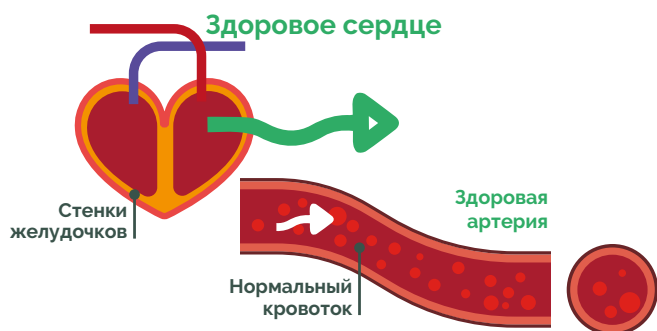
Гипертензия – это повышение артериального давления выше установленной нормы, имеющее место единично, временно или постоянно.

Артериальное давление – это сила, с которой кровь давит на стенки артерий, когда качает кровь. Гипертензия происходит, когда артерии постоянно находятся под давлением, передавая кровь от сердца по всему телу. Чем выше давление, тем больше усилия требуется сердцу, чтобы качать кровь.

### Давление в норме

Верхнее 120 мм рт

Нижнее 80 мм рт



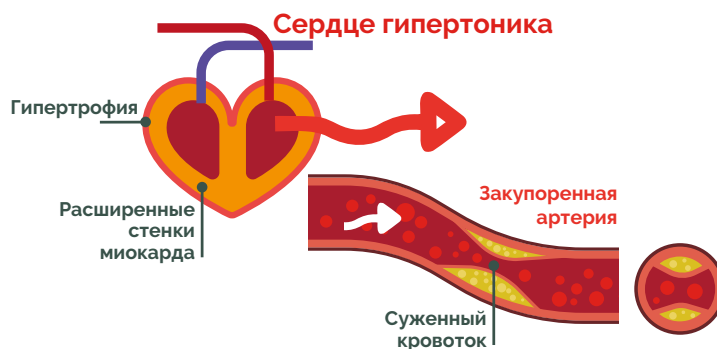
Нормально, когда с возрастом артериальное давление растет, а сосуды теряют эластичность. Поэтому риск развития осложнений на фоне гипертензии у пожилых людей выше по сравнению с молодыми.

Повышенное давление – фактор риска возникновения осложнений со стороны сердечно-сосудистой системы, особенно на сердце и мозге, однако повреждения также могут коснуться почек и глаз. Именно поэтому так важно следить за этим показателем в рамках программы контроля ВИЧ.

### Гипертензия

Верхнее – выше 140 мм рт

Нижнее – выше 90 мм рт



ВИЧ также способствует развитию хронического воспаления, которое может ускорить повреждение сосудов. Некоторые препараты от ВИЧ, в свою очередь, повышают давление, особенно у предрасположенных к этому людей. Именно поэтому **наблюдение и контроль за артериальным давлением так важны для людей с ВИЧ, особенно по мере их старения.**

Считается, что артериальное давление – многогранная проблема, так как его развитие и ход болезни определяются множеством факторов. Наследственность, возраст, лишний вес, злоупотребление солью, алкоголем, курение, длительное применение некоторых препаратов и отсутствие физической нагрузки – лишь некоторые из факторов риска.

С точки зрения клинических проявлений, гипертензия может вообще никак не проявляться, либо проявляться сильными головными болями, отеками лица, тошнотой, рвотой и размытым зрением. Эти симптомы обычно сопровождают резкое повышение давления.

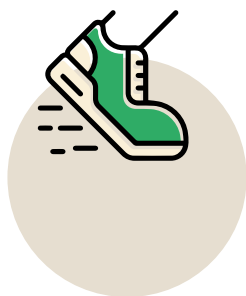
В большинстве случаев проблема выявляется при измерении давления пациента в ходе плановых осмотров или периодических посещений врача, и тогда специалист назначит меры по контролю за состоянием пациента.

Хотя некоторые гипертоники могут испытывать головную боль, отек лица, тошноту, рвоту и размытое зрение, в большинстве случаев симптомы вовсе отсутствуют, ввиду чего особенно важно как можно скорее выявить и начать контролировать заболевание, до того момента, как оно начнет причинять вред организму.

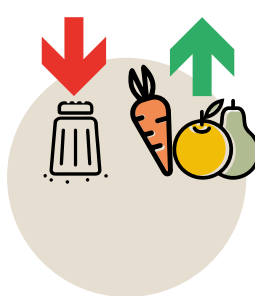
Лучшая профилактика повышенного давления – каждый день следить за своим здоровьем в целях профилактики. Крайне важно вести здоровый образ жизни:



Бросить курить.  
Избегать  
употребление  
алкоголя.



Регулярно  
заниматься спортом.  
Если у тебя очень  
высокое давление,  
следует узнать,  
какие упражнения  
рекомендованы в  
таких случаях.



Придерживаться  
правильного и  
сбалансированного  
питания, полезного  
для сердца: с низким  
содержанием соли и  
большим количеством  
фруктов и овощей.



Избегай стресса и  
тревоги.

## Повышенное артериальное давление и ВИЧ

Людям с ВИЧ и гипертензией назначается медикаментозное лечение для контроля за давлением и предотвращения его скачков. При выборе лечения твой врач учтет взаимодействие с препаратами от ВИЧ. Также он составит план контроля давления, чтобы отслеживать улучшение состояния и эффективность терапии.

Гипертоникам с ВИЧ рекомендуется вести здоровый образ жизни, чтобы свести к минимуму факторы риска повышенного давления, улучшить общее состояние и предотвратить возможные сопутствующие заболевания.

### Важно!

**В большинстве случаев гипертензия никак не проявляется.**

**Важно сделать измерение давления привычкой в рамках заботы о своем здоровье.**

**В некоторых случаях здоровый образ жизни может помочь снизить давление.**

**При назначении препаратов для контроля гипертензии твой лечащий врач удостоверится, что они не взаимодействуют с препаратами от ВИЧ.**

**gt** grupo de trabajo sobre tratamientos del VIH  
ENTIDAD DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA  
ONG DE DESARROLLO



¿TIENES DUDAS  
SOBRE EL TEMA?  
PREGÚNTANOS

Tel. 93 458 26 41

#### Отказ от ответственности

Информация, содержащаяся в этом буклете, не отменяет информации, полученной от врача. Решения, связанные со здоровьем, должны приниматься только после консультации с медперсоналом. Информация о медицинских аспектах может со временем потерять свою актуальность.

Если после прочтения этого буклета у тебя возникли вопросы, советуем обсудить их с твоим врачом или медсестрой, либо позвонить в gTt-VIH по телефону 93 458 26 41, чтобы проверить наличие новой информации по данной теме.

#### SUBVENCIONA



✓ POR SOLIDARIDAD  
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

Generalitat de Catalunya

Salut/ Agència de Salut Pública de Catalunya

Diputació de Barcelona

Àrea d'Igualtat i Sostenibilitat Social

Ajuntament de Barcelona

#### COLABORA



[www.gtt-vih.org](http://www.gtt-vih.org)

SI TE HA PARECIDO ÚTIL Y INTERESANTE  
EL CONTENIDO, COMPÁRTELO.