

Co je arteriální hypertenze

Arteriální hypertenze neboli vysoký krevní tlak patří mezi nejčastější onemocnění cévního oběhu. Jedná se o velmi rozšířené onemocnění, které postihuje až 25 procent dospělé populace. Hypertenze představuje závažný zdravotní problém, neboť je jedním z nejvýznamnějších rizikových faktorů pro vznik aterosklerosy a jejích komplikací, jako je např. angina pectoris, srdeční infarkt, cévní mozkové příhody, onemocnění tepen dolních končetin, onemocnění ledvin atd.

Jaké jsou její příčiny?

U většiny nemocných přesnou příčinu vysokého krevního tlaku neznáme. Hypertenze v těchto případech vzniká spolupůsobením různých rizikových faktorů, kterými jsou např. genetické dispozice, vyšší věk, obezita, nevhodný životní styl - hlavně stres, nevhodné složení stravy, nadměrné solení pokrmů, větší konzumace alkoholu a kouření.

Pouze u cca 5% pacientů je zvýšený krevní tlak důsledkem nějaké jiné nemoci např. onemocnění ledvin, žláz s vnitřní sekrecí nebo oběhové soustavy.

Jak se hypertenze projevuje?

Asi u poloviny nemocných arteriální hypertenze může způsobovat bolesti hlavy, závratě, zvýšenou únavu, zhoršenou celkovou výkonnost, zhoršené dýchání při větší námaze, krvácení z nosu atd.. V pokročilých stádiích se pak mohou objevovat další příznaky, které vyplývají z poškození jiných orgánů dlouhotrvajícím vysokým krevním tlakem.

Často ale onemocnění probíhá bezpříznakově a nemocný tudíž dlouhou dobu nemusí o svém onemocnění vědět. Vysoký krevní tlak pak může být zjištěn náhodně při preventivní prohlídce nebo při lékařském vyšetření z důvodu jiného zdravotního problému. Někdy se hypertenze diagnostikuje až v době rozvoje komplikací.

Jak se hypertenze diagnostikuje?

Horní hranicí normálního tlaku jsou hodnoty 140/90. Hodnoty vyšší je třeba individuálně korigovat léčbou. Ve sporných případech je možno stanovit diagnosu až po několika měřeních a k upřesnění diagnosy bývá přínosné i ambulantní monitorování krevního tlaku. Při tomto vyšetření je pacientovi krevní tlak měřen speciálním přístrojem v domácím prostředí po dobu 24 hodin. V průběhu tohoto vyšetření nemocný může vykonávat běžné denní činnosti, takže tato metoda umožňuje lepší posouzení hodnoty krevního tlaku během

celého dne, a tedy nejen v ordinaci, kde může být krevní tlak krátkodobě zvýšen vlivem jistého stresu.

V rámci komplexního interního vyšetření běžně provádíme různá laboratorní a pomocná vyšetření. Cílem vyšetřovacího programu je stanovit závažnost a stadium onemocnění a zjistit případné další rizikové faktory aterosklerosy a orgánové komplikace.

Jaká je léčba hypertenze?

Léčbu arteriální hypertenze zahajujeme nejprve tzv. režimovými opatřeními. Pokud je přítomna nadváha je nutné zahájit redukční dietu a udržovat ideální tělesnou hmotnost racionální stravou s omezením tučných pokrmů a dostatečným přísunem zeleniny, ovoce a vlákniny. Pro všechny osoby s hypertenzí je důležité snížení přívodu soli, omezení alkoholu a kouření. Velký význam má pravidelné cvičení.

Většinou je potřeba zahájit i farmakologickou léčbu. U mírnější hypertenze lze krevní tlak korigovat pouze jedním lékem. Ale u některých nemocných musíme přistoupit i k léčbě několika druhy léků snižujících krevní tlak. V současné době je k dispozici celá řada preparátů z různých lékových skupin, které lze spolu kombinovat. Zde je nutno zdůraznit, že léčba arteriální hypertenze musí být pravidelná a že normalizace krevního tlaku po zahájení léčby neznamena možnost vysazení léčby. Jde tedy o léčbu dlouhodobou, v převážné většině léčbu trvalou, jejímž cílem je nejen odstranění subjektivních potíží ale zejména předcházení rychlejšímu rozvoji aterosklerosy a pozdějším orgánovým komplikacím.