

## ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ГИПЕРТОНИЧЕСКОМ КРИЗЕ

Характерные признаки повышения артериального давления (систолическое «верхнее», как правило, более 180 мм рт.ст.; диастолическое «нижнее» - более 120 мм рт.ст.) и следующие симптомы:

- головная боль, чаще в затылочной области, или тяжесть и шум в голове;
- мелькание «мушек», пелена или сетка перед глазами;
- тошнота, чувство разбитости, переутомления, внутреннего напряжения;
- одышка, слабость, постоянные монотонные ноющие боли/дискомфорт в области сердца;
- появление или нарастание пастозности/отечности кожи лица, рук, ног.

При появлении симптомов гипертонического криза, необходимо:

- убрать яркий свет, обеспечить покой, доступ свежего воздуха (расстегнуть ворот рубашки, проветрить помещение и т.п.);

- измерить артериальное давление и если его «верхний» уровень выше или равен 160 мм рт.ст необходимо принять гипотензивный препарат, ранее рекомендованный врачом. При отсутствии, рекомендованного врачом гипотензивного препарата или при регистрации уровня АД выше 200 мм рт.ст. необходимо срочно вызвать скорую помощь.

- До прибытия скорой медицинской помощи необходимо, по возможности, сесть в кресло с подлокотниками и принять горячую ножную ванну (опустить ноги в емкость с горячей водой).

**Внимание!** Больному с гипертоническим кризом запрещаются любые резкие движения (резко вставать, садиться, ложиться, наклоняться, тузиться) и любые физические нагрузки.

- Через 30-40 мин после приема лекарства, рекомендованного врачом, необходимо повторно измерить АД и если его уровень не снизился на 20-30 мм рт.ст. от исходного и/или состояние не улучшилось - срочно вызывайте скорую помощь.

- При улучшении самочувствия и снижении АД, необходимо отдохнуть (лечь в постель с приподнятым изголовьем) и после этого обратиться к участковому (семейному) врачу.

Всем больным с гипертонической болезнью необходимо сформировать индивидуальную миниаптечку первой помощи при гипертоническом кризе и постоянно носить ее с собой, так как гипертонический криз может развиваться в любое время и в любом месте.

Убрать яркий свет, обеспечить покой, доступ свежего воздуха (расстегнуть ворот рубашки, проветрить помещение и т.п.)

Измерить артериальное давление (АД)

(методику измерения АД необходимо освоить заранее)

АД"  $\geq 160$  мм рт.ст.

Нет возможности измерить АД или АД"  $> 210$  мм рт.ст

Принять лекарства (вписывает врач с указанием дозы) :

Срочно вызвать скорую помощь

- 1) \_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_
- 3) \_\_\_\_\_

Сесть в кресло с подлокотниками и принять горячую ножную ванну (опустить ноги в емкость с горячей водой) или поставить на ноги горчичники, выпить чашку сладкого чая

Через 30–60 мин

АД"  $< 160$  мм рт.ст.

АД"  $\geq 160$  мм рт.ст.

Обратиться к участковому врачу

Срочно вызвать скорую помощь

Действия по указанию врача скорой помощи