

## **ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ при гипертоническом кризе**

**Гипертонический криз** – это резкое повышение артериального давления по сравнению с исходным.

### Симптомы гипертонического криза:

- головная боль, чаще в затылочной области, или тяжесть и шум в голове,
- мелькание «мушек», пелена или сетка перед глазами,
- одышка, слабость, тошнота,
- монотонные ноющие боли или дискомфорт в области сердца,
- появление или нарастание отечности лица, рук, ног,
- чувство разбитости, тревоги, беспокойства.

### **Неотложные действия при гипертоническом кризе**

1. При появлении симптомов гипертонического криза, необходимо измерить артериальное давление, записать значение давления и пульса, принять ранее рекомендованный врачом препарат, снижающий давление.
2. Обеспечить покой, доступ свежего воздуха (расстегнуть ворот рубашки, проветрить помещение), убрать яркий свет. Сесть в кресло с подлокотниками. Можно опустить ноги в емкость с горячей водой.
3. Через 20-30 минут после приема лекарства повторно измерить артериальное давление. Если его уровень не снизился и/или состояние не улучшилось, необходимо обратиться к врачу.

При отсутствии рекомендованного врачом препарата для снижения давления  
или при регистрации уровня

**АД ВЫШЕ 180/110 ММ РТ.СТ. НЕОБХОДИМО ВЫЗВАТЬ БРИГАДУ СКОРОЙ  
МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ ПО НОМЕРУ ТЕЛЕФОНА: 103 ИЛИ 112.**

### **Внимание!**

Больному с гипертоническим кризом запрещаются любые резкие движения (вставать, ложиться, наклоняться, сильно тужиться) и любые физические нагрузки!

### **Больным с гипертонической болезнью рекомендовано:**

- при беседе с лечащим врачом уточнить, какие препараты необходимо принимать при развитии гипертонического криза,
- записать наименование, дозировку и последовательность (алгоритм) приема препарата, снижающего давление в случае гипертонического криза,
- уточнить у врача при каких проявлениях болезни необходимо срочно вызывать скорую медицинскую помощь,
- приобрести портативный тонометр для самоконтроля артериального давления,
- сформировать индивидуальную мини-аптечку первой помощи при гипертоническом кризе и постоянно носить ее с собой, так как гипертонический криз может развиваться в любое время и в любом месте.