

ЛЕЧИТЬ ОБЯЗАТЕЛЬНО

Артериальное давление



Сегодня мы с вами поговорим об артериальной гипертензии у людей пожилого и старческого возраста. К сожалению, до сих пор многие считают, что людям пожилого и особенно старческого возраста, повышенное артериальное давление лечить не надо, поскольку для них это является нормой. В корне неправильное суждение. Научно доказано, что высокое артериальное давление (выше, чем 140/90 мм рт. ст.) у людей пожилого и старческого возраста ассоциировано со снижением скорости ходьбы, с прогрессированием атрофических изменений мозга, ухудшением концентрации внимания и памяти. Поэтому повышенное артериальное давление у пожилых людей лечить надо обязательно.

Так же, впрочем, как и слишком низкое. Пониженное артериальное давление влечет за собой ухудшение физического состояния, в частности, снижение силы рук.

У людей старших возрастных групп случаются такие состояния, которые называются «ортостатическая гипотензия» и «ортостатическая гипертензия». Ортостатическая гипотензия – это когда систолическое давление снижается, как минимум, на 20, а диастолическое на 10 мм рт. ст., при переходе человека из горизонтального положения в вертикальное. Выявляется ортостатическая гипотензия при измерении артериального давления после пребывания не более чем 7 минут в положении лежа и через 1-3 минуты после перехода в вертикальное положение. Чем опасно такое состояние? В первую очередь тем, что, когда пожилой человек встает и у него резко падает давление, это приводит к снижению притока крови к головному мозгу, в результате чего велика веро-

ятность падения. А падения – это риск переломов и травм. Считается, что риск падений у лиц пожилого возраста с ортостатической гипотензией увеличивается в 3 раза по сравнению с теми, у кого этого состояния нет.

Ортостатическая гипертензия характеризуется тем, что у человека, который переходит из вертикального положения в горизонтальное, артериальное давление не снижается, а, наоборот, повышается. Как правило, такое состояние связано с сахарным диабетом и нарушением обмена холестерина. Прогностически оно крайне неблагоприятно, так как значительно повышается риск ишемического инсульта.

Есть еще состояние, которое называется «псевдогипертензия». При измерении артериального давления цифры показывают, что оно завышено, тогда как на самом деле – нормальное. Этот парадокс связан с тем, что когда мы накладываем манжетку на руку и нагнетаем в нее воздух, сосуды, которые находятся в этой области, вследствие атеросклеротического процесса не сдавливаются, и создается превратное впечатление, что артериальное давление повышено.

Для того, чтобы понять, имеет место псевдогипертензия или нет, нужно предпринять маневр Ослера: в манжетку нагнетается воздух до высоких цифр, после чего прощупывается лучевая или плечевая артерия. Проба считается положительной, если, несмотря на сдавливание манжетки, пульсация ощущается. Это говорит о том, что сосуды при нагнетании воздуха в манжетку не сдавливаются и, следовательно, имеет место псевдогипертензия.

У пожилых людей можно наблюдать еще один феномен, когда давление на двух руках сильно расходится. Если разница составляет больше 10 мм рт. ст. – это признак далеко зашедшего атеросклероза, что чревато высоким риском развития ишемической болезни сердца и инсульта.

Возникает вопрос: что делать? Во-первых, в любом возрасте необходимо стремиться к достижению так называемого целевого артериального давления. Что такое целевое артериальное давление? До 75 лет давление не должно превышать 140/90 мм рт. ст., у страдающих сахарным диабетом

– 120/80 мм рт. ст. После 75 лет – не выше 150/90 мм рт. ст. То есть необходимо забыть о таком понятии, как «рабочее артериальное давление». Это устаревший термин, под которым ранее подразумевалось, что давление у пациента повышенное, но он при этом чувствует себя хорошо. Такие люди часто говорят: зачем мне принимать таблетки для снижения давления, пусть даже оно 180/100 мм рт. ст.? Чувствую-то я себя хорошо. Необходимо четко понимать, если цифры артериального давления превышают целевые значения, это в разы повышает риск развития сердечно-сосудистых катастроф. Иными словами, велика вероятность, что, несмотря на хорошее самочувствие, у такого пациента разовьется инсульт, инфаркт, хроническая сердечная недостаточность, хроническая болезнь почек или произойдет резкое снижение памяти в связи с развитием так называемой сосудистой деменции. Поэтому, еще раз повторяюсь, нет такого понятия «рабочее давление». Даже если вы хорошо себя чувствуете, но давление высокое, обязательно надо принимать препараты для его снижения.

Вместе с тем надо учитывать следующий момент: лицам пожилого возраста достигать целевого артериального давления надо более медленными темпами, чем молодым людям и людям среднего возраста, для того, чтобы дать сосудам головного мозга привыкнуть к более низким цифрам давления. К примеру, если у человека было давление 180/100, а на следующий день – 120/80, из-за такого резкого перепада может нарушиться циркуляция крови в головном мозге, что приведет к головокружениям и как следствие – к падениям. Как этого добиться? Очень просто. Принимайте препараты антигипертензивной терапии в более низких дозах, с тем чтобы обеспечить более низкие темпы снижения артериального давления.

И еще один момент, о котором я хотел бы сказать: надо исключить такое понятие, как «курсовое лечение повышенного артериального давления». Это понятие, как и «рабочее артериальное давление», тоже ушло в прошлое. Если вы страдаете гипертонией, принимать антигипертензивные

препараты надо пожизненно. Как только наступит перерыв, очень быстро давление вернется на исходно высокие цифры и даже выше. Поэтому мы, гериатры, говорим: повышенное артериальное давление – это не болезнь, а образ жизни, сопряженный с постоянным приемом антигипертензивных препаратов для того, чтобы обеспечить максимальную защиту мозга, сердца, кровеносных сосудов.

Есть такой термин «медикаментозные каникулы». Например, человек уезжает в отпуск и забывает взять с собой препараты для снижения давления. Очень часто это сопровождается негативными последствиями, в частности, гипертоническими кризами.

Некоторые пациенты задают такой вопрос: у меня давление нормализовалось, зачем же мне продолжать принимать препараты? Затем, что артериальная гипертензия – это не болезнь цифр, а глубинные изменения, которые протекают во всем организме: и в сосудах, и в сердце, и в головном мозге. И очень важно даже после того, как давление нормализовалось, продолжать принимать антигипертензивные препараты в невысоких дозах, чтобы обеспечить защиту своего организма.

Ну, и последний вопрос, который тоже задают довольно часто: надо ли лечить давление людям, находящимся в преклонном возрасте, то есть старше 80 лет? И здесь ответ однозначный – да, надо. Было такое исследование под названием «Хавьер», в которое специально включили пациентов, страдающих повышенным артериальным давлением в возрасте старше 80 лет. Оказалось, что лечение таких людей – всем им назначался индапамид ретард – привело к существенному снижению сердечно-сосудистых катастроф, инсультов, инфарктов и смертности в целом.

Андрей ИЛЬНИЦКИЙ,
заведующий кафедрой терапии, гериатрии
и антивозрастной медицины
ФГБОУ ДПО «Института
повышения квалификации» ФМБА,
профессор, доктор медицинских наук.