Повышенным считается артериальное давление свыше 140/90 мм рт. ст. При этом гипертония часто никак себя не проявляет, поэтому человек не подозревает, что он в опасности и находится в одном шаге от инфаркта или инсульта.

Высокое давление часто сопровождается следующими признаками:

* головокружение и головная боль;
* неприятные ощущения в области сердца;
* тахикардия;
* дрожь в теле, чувство тревоги и страх;
* повышенное потоотделение;
* слабость;
* одышка;
* тошнота и рвота, судороги;
* нарушения зрения (мелькание мушек, пелена).

Что делать при очень высоком давлении?

* вызвать скорую помощь;
* лечь или сесть;
* сделать несколько глубоких вдохов и выдохов;
* к затылку приложить компресс со льдом;
* плотную одежду лучше снять или расстегнуть в области горла и груди;
* обеспечить доступ свежего воздуха.

Нельзя поить человека в состоянии гипертонического криза! Это может спровоцировать рвоту и увеличить артериальное давление.

Препараты, снижающие давление, следует применять, только если человек наблюдается у врача и ему были ранее назначены препараты.

Обнаружить гипертонию на ранних стадиях и причину высокого давления можно во время диспансеризации.

Подробнее <https://profilaktica.ru/for-population/dispanserizaciya/dispanserizatsiya-2024/>