

# ВЫСОКОЕ КРОВЯНОЕ ДАВЛЕНИЕ - ВАША ЖИЗНЬ В ОПАСНОСТИ



**Высокое кровяное давление безболезненно** и часто люди и не знают, что уже в течение очень долгого времени они страдают от гипертонии. Это крайне опасно, потому что часто скрытая опасность является более вредной, чем очевидная.

**Давление до до 140/90 мм рт.ст.** считается нормальным. Если у вас более высокое кровяное давление, чем это вы на самом деле страдаете от болезни, которая называется гипертонией. Есть два типа этого заболевания. Первичная гипертония когда высокое кровяное давление, не вызвано любыми другими заболеваниями. Этот тип также является наиболее распространенной. По вторичной гипертонии высокое кровяное давление вызвано другой болезнью (например, различные заболевания почек или заболеваний щитовидной железы может быть причиной высокого кровяного давления). Только 10-15% людей, которые страдают от высокого кровяного давления страдают от вторичной гипертонии.

Гипертония является очень опасным заболеванием. Это вызывает закрытие вен и артерий. Высокое кровяное давление это также фактор риска сердечного приступа. Диабет и высокое кровяное давление - два основных фактора риска сердечного приступа.

Существуют ли какие-либо симптомы? Каким образом вы признаете, что вы страдаете от высокого кровяного давления?

В начале вы можете и не почувствовать, что вы страдаете от повышенного кровяного давления вообще. Если вы чувствуете, что-то не является нормальным, то возможно это повышенное давление, эти чувства часто бывают неопределенными. К симптомам повышенного кровяного давления относятся головная боль, повышенное сердцебиение или нарушения сна.

## **Что делать, против высокого кровяного давления?**

Доктор Калоусек из SPA Resorts отмечает: "Хорошее лекарство может снизить высокое кровяное давление. Люди с избыточным весом страдающие от гипертонии прежде всего должны терять вес. Здоровый образ жизни является также очень важным для всех. Прежде всего все люди с высоким кровяным давлением должны избегать стресс. [Санаторно-курортное лечение](#) может помочь с повышением кровяного давления. Вы можете потерять свой вес и в то же время приятно провести время совершенно без напряжения".

Вы должны начать борьбу с высоким кровяным давлением, как можно быстрее. Это очень опасная и коварная болезнь, а мы живем только один раз!

Date: 2018-02-12

Article link: <https://xn--ernhren-7wa-spa-resorts.cz/rus/kaleidoskop/high-blood-pressure-1208.html>