

Visok pritisak jedan je od najvažnijih faktora kardiovaskularnog rizika i najčešći uzrok smrti, a nazivaju ga još ubicom novog doba. Kada se jednom oboli od te "tihe" bolesti, liječenje je trajno i u terapiji se koriste tzv. diuretici, alfa i beta-blokatori, ACE inhibitori, te blokatori kalcijskih kanala i tzv. angiotenzin II.

Osobe sa visokim pritiskom, upozoravaju ljekari, moraju stalno biti pod kontrolom kardiologa, jer svi spomenuti lijekovi imaju nuspojave, posebno uz više doze. Bolesnici mogu uzimati i kombinacije niskih doza što zavisi o stanju bolesti i uputama kardiologa.

Krvni pritisak nastaje protokom krvi kroz žile, a kvaliteta tog procesa ponajprije zavisi o načinu ishrane, fizičkoj aktivnosti, stresu i naslijeđenim sklonostima. Često se ne zna zbog čega je pritisak povišen ili prenizak, ali je ustanovljeno da je visoki pritisak sve iznad 140/90 mm žive u pritisakmjeru. Pritom je prva brojka sistolički pritisak u stegnutoj klijetki srca, a druga dijastolički u stanju opuštenosti klijetke.

Visina pritiska, kažu ljekari, zavisi o dobu dana (niži je po noći), zavisi od godina, pa ne čudi da stariji ljudi često imaju viši sistolički i normalni dijastolički pritisak. Istraživanja su pokazala da samo 60 posto bolesnika zna za svoju bolest, pola njih se liječi, a samo 30 posto ih se i pored bolesti osjeća dobro.

Kada je o liječenju riječ, kardiolog pri izboru terapije mora odlučiti kod koje visine pritiska treba početi s liječenjem, koja mu je ciljana visina, te kakav lijek treba odabrati. Blaga hipertenzija treba se ponajprije "liječiti" promjenom stila življenja i uvođenjem ishrane s mnogo povrća i voća i integralnih žitarica.

Kliničkim je ispitivanjima ustanovljeno da se smanjenjem dijastoličkog pritiska lijekovima za samo pet mm žive smanjuje učestalost moždanih udara za 38 i koronarne bolesti srca za čak 18 posto.

Osnovni je uzrok kod povišenog pritiska otpor protoku krvi ponajprije kod sklerotičnih zadebljanja unutar žile, ali ima i drugih uzroka zbog kojih oboljeli mora uzimati lijekove. Bitno je uvijek upozoravaju ljekari utvrditi optimalnu dozu lijekova da bi se izbjegle nuspojave.