

DOI 10.37539/2949-1991.2025.28.5.056  
УДК 616-009.11

**Фирсова Юлия Юрьевна,**  
Студентка 2 курса, лечебный факультет,  
Частное учреждение образовательная организация высшего  
образования Медицинский университет «Реавиз», г. Москва  
Firsova Julia Yurievna, 2nd year student, Faculty  
of Medicine private institution educational organization of higher  
education Medical University "Reaviz", Moscow

**Гусейнова Саният Зулкарнаевна**  
Студентка 2 курса, лечебный факультет  
Частное учреждение образовательная организация высшего  
образования Медицинский университет «Реавиз», г. Москва  
Huseynova Saniyat Zulkarnaevna, 2nd year student, Faculty  
of Medicine private institution educational organization of higher  
education Medical University "Reaviz", Moscow

**Мамедова Раиса Исраиловна**  
Студентка 2 курса, лечебный факультет  
Частное учреждение образовательная организация высшего  
образования Медицинский университет «Реавиз», г. Москва  
Mammadova Raisa Israfilovna, 2nd year student, Faculty  
of Medicine private institution educational organization of higher  
education Medical University "Reaviz", Moscow

**Шафиева Маира Карим кызы**  
Студентка 2 курса, лечебный факультет  
Частное учреждение образовательная организация высшего  
образования Медицинский университет «Реавиз», г. Москва  
Shafieva Mira Karim kyzy, 2nd year student, Faculty  
of Medicine private institution educational organization of higher  
education Medical University "Reaviz", Moscow

**ЖИЗНЬ ПАЦИЕНТА С ГИПЕРТОНИЧЕСКОЙ  
БОЛЕЗНЬЮ И ПРОФИЛАКТИКА ОСЛОЖНЕНИЙ  
THE LIFE OF A PATIENT WITH HYPERTENSION  
AND PREVENTION OF COMPLICATIONS**

**Аннотация:** целью исследования было изучить особенности повседневной жизни пациентов с гипертонической болезнью (ГБ), их приверженность терапии, а также эффективность профилактических мер в предотвращении осложнений.

**Abstract:** the purpose of our study was to study the features of the daily life of patients with hypertension (GB), their adherence to therapy, as well as the effectiveness of preventive measures in preventing complications.

**Ключевые слова:** гипертоническая болезнь, качество жизни, приверженность лечению, профилактика осложнений, артериальная гипертензия, заболевания, факторы риска.

**Keywords:** hypertension, quality of life, adherence to treatment, prevention of complications, arterial hypertension, diseases, risk factors.



**Введение.** Сердечно-сосудистые заболевания по праву считаются эпидемией XXI века, занимая лидирующее положение среди причин смертности и инвалидизации населения Российской Федерации. Согласно статистическим данным, на их долю приходится 57% от общей смертности, что составляет около 1 миллиона 300 тысяч летальных исходов ежегодно. В структуре сердечно-сосудистой патологии особое место занимает артериальная гипертензия (АГ), являющаяся наиболее распространённым хроническим заболеванием в клинической практике терапевтов и кардиологов.

Гипертоническая болезнь – это патология сердечно-сосудистой системы, развивающаяся в результате дисфункции высших центров сосудистой регуляции, нейрогуморального и почечного механизмов и ведущая к артериальной гипертензии, функциональным и органическим изменениям сердца, ЦНС.

Артериальной гипертензией (АГ) страдает около 40% взрослого населения, с возрастом распространенность увеличивается и достигает 50-65 % у лиц старше 65 лет, причем в пожилом возрасте больше распространена изолированная систолическая артериальная гипертензия, которая в возрасте до 50 лет встречается менее чем у 5 % населения, до 50-летнего возраста артериальная гипертензия чаще бывает у мужчин, а после 50 лет у женщин.

Среди всех форм артериальной гипертензии на долю мягкой и умеренной приходится около 70-80%, в остальных случаях наблюдают выраженную артериальную гипертензию [3].

Артериальная гипертензия является важнейшим фактором риска основных сердечно-сосудистых заболеваний – инфаркта миокарда и мозгового инсульта, главным образом определяющих высокую смертность в стране, в связи с различными факторами в настоящее время многие пациенты с артериальной гипертензией не получают адекватной медицинской помощи и не меняют своего отношения к образу жизни, только 37, 1 % мужчин знает о наличии у них артериальной гипертонии, около 21,6 % не лечатся и только 5,7 % лечатся.

Среди женщин 58,9 % знают, о наличии у них артериальной гипертонии, лечатся около 17,5 %, а лечатся эффективно 4,9 %.

В основе патогенеза гипертонической болезни лежит увеличение объема минутного сердечного выброса и периферического сосудистого русла, в ответ на воздействие стрессового фактора возникают нарушения регуляции тонуса периферических сосудов высшими центрами головного мозга (гипоталамусом и продолговатым мозгом).

Возникает спазм артериол на периферии, в том числе почечных, что вызывает формирование дискинетического и дисциркуляторного синдромов, увеличивается секреция нейрогормонов ренин-ангиотензин-альдостероновой системы, альдостерон, участвующий в минеральном обмене, вызывает задержку воды и натрия в сосудистом русле, что еще больше увеличивает объем циркулирующей в сосудах крови и повышает артериальное давление.

При артериальной гипертензии увеличивается вязкость крови, что вызывает снижение скорости кровотока и обменных процессов в тканях, это может привести к риску образования тромбов и закупорке артерии.

Инертные стенки сосудов утолщаются, их просвет сужается, что фиксирует высокий уровень общего периферического сопротивления сосудов и делает артериальную гипертензию необратимой, в дальнейшем в результате повышения проницаемости и плазматического пропитывания сосудистых стенок происходит развитие атеросклероза, что в конечном итоге ведет к вторичным изменениям в тканях органов: склерозу миокарда, первичному нефроангиосклерозу, степень поражения различных органов при гипертонической болезни неодинакова, поэтому выделяют несколько клинико-анатомических вариантов гипертонии с преимущественным поражением сосудов почек [4].

На базе лечебного учреждения медицинскими работниками было проведено анкетирование 20 пациентов с установленным диагнозом гипертонической болезни.



Гендерный состав исследуемой группы: 12 мужчин (60%) и 8 женщин (40%). Возрастная структура респондентов показала преобладание пациентов в возрасте 60-70 лет.

Анализ полученных данных выявил следующие особенности:

1. Самоконтроль артериального давления: большинство пациентов (65%) измеряют АД только при ухудшении самочувствия, не придерживаясь рекомендуемого режима двукратного ежедневного измерения.

2. Медикаментозная терапия: 75% респондентов регулярно принимают назначенные гипотензивные препараты.

3. Вредные привычки: 50% пациентов продолжают курить, что существенно снижает эффективность проводимой терапии.

4. Физическая активность: лишь 25% опрошенных выполняют ежедневную гимнастику.

5. Питание: 65% пациентов не соблюдают принципы рационального питания, при этом 40% имеют избыточную массу тела.

6. Соблюдение рекомендаций: 40% респондентов не считают обязательным строгое выполнение всех врачебных назначений.

Особого внимания заслуживает тот факт, что 80% пациентов соблюдают режим сна и отдыха, что является положительным аспектом в контроле артериального давления.

Полученные данные свидетельствуют о недостаточной приверженности пациентов к немедикаментозным методам контроля артериальной гипертензии. Особую тревогу вызывает низкая мотивация к регулярному самоконтролю АД и коррекции факторов риска. При этом отмечается удовлетворительная приверженность медикаментозной терапии, что, однако, без комплексного подхода не обеспечивает должного контроля заболевания.

По результатам исследования была проведена образовательная работа с пациентами, включающая:

- Индивидуальные беседы о важности систематического контроля АД;
- Разъяснение принципов рационального питания;
- Рекомендации по дозированной физической активности;
- Обсуждение необходимости отказа от вредных привычек.
- Все пациенты получили информационные материалы, включающие памятки по питанию, комплексы лечебной гимнастики, правила измерения АД и дневники самоконтроля.

**Выводы.** Основную группу пациентов с гипертонической болезнью составляют лица пожилого возраста (60-70 лет) с преобладанием мужчин. Наблюдается недостаточная приверженность пациентов к регулярному самоконтролю АД и коррекции факторов риска. Сохраняется удовлетворительный уровень приверженности медикаментозной терапии. Образовательные программы значительно повышают осведомленность пациентов и способствуют улучшению контроля АД.

#### **Рекомендации.**

1. Внедрение структурированных образовательных программ для пациентов с АГ.
2. Разработка индивидуальных планов коррекции факторов риска.
3. Регулярный мониторинг приверженности лечению.
4. Использование современных методов мотивации пациентов.

Перспективным направлением представляется изучение эффективности различных образовательных технологий в повышении приверженности пациентов с гипертонической болезнью к лечению и профилактике осложнений.



*Список литературы:*

1. Министерство здравоохранения Российской Федерации [Электронный ресурс]: статья. – URL: <https://www.rosminzdrav.ru/news/2019/04/24/11389-vystuplenie-ministraveroniki-skvortsovoy-na-zasedanii-itogovoy-kollegii-minzdrava-rossii.html> (Дата посещения: 13.01.2024).
2. Сестринское дело в терапии. Раздел «Кардиология» [Электронный ресурс]: статья. – URL: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970425077.html> (Дата посещения: 14.01.2024).
3. Причины появления гипертонической болезни [Электронный ресурс]: статья. – URL: <https://krastravma.ru/patsientam/poleznaya-informatsiya/kardiologiya/357-prichiny-royavleniya-gipertonicheskoy-bolezni.html> (Дата посещения: 16.01.2024).
4. Артериальная гипертония (гипертоническая болезнь) [Электронный ресурс]: статья. – URL: <https://www.hospitalfts.ru/patients/diseases/details/23806.html> (Дата посещения: 16.01.2024).
5. Гипертоническая болезнь. Артериальная гипертензия [Электронный ресурс]: статья. – URL: <https://www.fdoctor.ru/bolezni/gipertoniya.html> (Дата посещения: 16.01.2024).
6. Артериальная гипертензия [Электронный ресурс]: статья. – URL: [https://ru.wikipedia.org/wiki/Артериальная\\_гипертензия.html](https://ru.wikipedia.org/wiki/Артериальная_гипертензия.html) (Дата посещения: 16.01.2024).
7. Гипертоническая болезнь: причины, диагностика, лечение [Электронный ресурс]: статья. – URL: <https://www.scz.ru/library/gipertonicheskaya-bolezn.html> (Дата посещения: 18.01.2024).

