

Гипертония у пожилых людей: особенности



Лечение артериальной гипертензии у людей пожилого возраста представляет собой довольно сложную задачу и имеет свои особенности. Это связано с возрастными изменениями (хронические заболевания, нарушение многих обменных процессов в организме), количество которых увеличивается с каждым прожитым годом человека.

С возрастом у пожилых увеличивается количество факторов риска. Для исключения необратимых последствий должна проводиться более интенсивная терапия. Однако применение гипотензивных препаратов в высоких дозировках у пожилых людей, в свою очередь, может привести к развитию новых заболеваний. *Таким образом, получается замкнутый круг: быстрое снижение давления может нанести вред здоровью больного, а отсутствие адекватного лечения увеличивает вероятность развития тяжелых осложнений: инсультов или инфарктов.*

Схема лечения должна подбираться с учетом многих нюансов: сопутствующих заболеваний, общего состояния организма больного, деятельности почек, печени и прочих аспектов.

Для повышения эффективности терапии больным рекомендуется изменение образа жизни. Увы, не все они готовы следовать этой рекомендации, в результате шансы на благоприятный прогноз существенно снижаются.

Организм пожилых людей имеет свои особенности:

сосуды у людей пожилого возраста более хрупкие и ломкие. Ввиду того, что сосуды сложнее адаптируются к перепадам давления, значительно повышается риск кровоизлияния;

нередко наблюдается наличие атеросклеротических изменений эндотелия, вследствие чего увеличивается сосудистый тонус.

Скачки артериального давления у пожилых людей не всегда связаны с гипертонической болезнью. Таким образом может проявляться нарушение функции почек и надпочечников.

Лечение гипертонии у пожилых людей

Долгое время считалось, что эффективно снизить артериальное давление у людей пожилого возраста нереально. Однако результаты последних исследований доказали, что гипотензивные препараты последнего поколения для пожилых людей дают положительные результаты даже у больных старше 80 лет. Лечение рекомендуется начинать с одного препарата, при необходимости добавляется второй. При этом в ходе терапии постоянно отслеживается динамика артериального давления.

Тактика медикаментозного лечения подбирается строго индивидуально. Перед началом терапии и после приема гипотензивного препарата состояние здоровья пациента тщательно обследуется.

Стартовую и поддерживающую терапию проводят с помощью следующих гипотензивных препаратов:

ингибиторов АПФ;

блокаторов кальциевых каналов;

блокаторов рецепторов ангиотензина II;

бета-блокаторов.

Лучше, если лечение людей пожилого возраста начинается в условиях стационара, под постоянным контролем врача. Это обеспечивает предупреждение чрезмерного снижения артериального давления гипотензивными препаратами, а также оценку эффективности назначенной терапии. В случае необходимости проводится незамедлительная коррекция назначений.

Особенности лечения гипертонии у пожилых людей

Считается, что гипотензивные препараты необходимо принимать при превышении систолического показателя значения 160 мм рт. ст. Колебания верхних значений от 140 до 160 называются – «серая зона».

Препараты для снижения артериального давления пожилым людям необходимо принимать пожизненно. Врачи стараются подобрать гипотензивные препараты с наименьшими побочными эффектами или с их отсутствием.

При наличии в анамнезе больного сахарного диабета, перенесенного инфаркта, инсульта, а также других тяжелых состояний подбор гипотензивных средств проводится с особой осторожностью.

Для удобства подбираются современные гипотензивные препараты пролонгированного действия, принимать которые можно однократно в сутки.

В начале терапии пациенту назначается прием половины стандартной дозы, постепенно увеличивая ее. Эта мера необходима для адаптации организма к изменениям.

Лекарственный препарат должен иметь удобную упаковку. Иначе больным, страдающим нарушением зрения и артритом, бывает тяжело открыть упаковку, поэтому таблетку они могут вовремя не принять.

Игнорировать артериальную гипертензию опасно пациентам любого возраста, но особенно пожилого. Хроническое повышение давления вызывает дополнительную нагрузку на сердце, сосудистую и почечную систему, вследствие чего может возникнуть гипертонический криз, сопровождаемый

тяжелыми последствиями: инфарктом, инсультом, нарушением функции почек, отеком легких. При этом повышается риск инвалидизации больного и даже летального исхода.

Кроме медикаментозной терапии, пациент должен пересмотреть свой привычный образ жизни. Необходимо устранить факторы, провоцирующие повышение артериального давления: гиподинамию, алкоголь, курение, вредную пищу и пр.

Гипотензивные препараты последнего поколения для пожилых

Основным и первым средством, используемым при повышении давления, является препарат мочегонного действия – **диуретик**. Это должен быть эффективный препарат, обладающий хорошей переносимостью и минимальным количеством побочных действий, к тому же благоприятно воздействующий на состояние сердечно-сосудистой системы и способствующий снижению риска развития инсульта и ишемической болезни. Диуретики можно принимать два раза в сутки. Как правило, пожилым людям при гипертонии назначают прием тиазидных мочегонных средств.

Прием **бета-блокаторов** назначается пациентам, имеющим в анамнезе инфаркт, цирроз печени, хронические запоры. Препараты данной группы противопоказаны больным сахарным диабетом, бронхиальной астмой, брадикардией. Бета-блокаторы могут заменять диуретики, если последние не показали своей эффективности.

Гипотензивные препараты пролонгированного действия и имеющие краткосрочный эффект – **блокаторы кальциевых каналов**, отличаются минимальным количеством побочных действий на фоне достаточно высокой эффективности.

Прием **ингибиторов АПФ** назначается пациентам с наличием заболеваний почек. Они способствуют замедлению поражения почек, предотвращению развития диабетической нефропатии и восстановлению функциональности головного мозга. Ингибиторы АПФ обладают рядом побочных действий, одним из которых является кашель, возникающий при их применении. Для терапии пожилых людей стараются подобрать гипотензивные препараты, не вызывающие кашель и другие негативные эффекты.

Соблюдая все рекомендации лечащего врача, касающиеся лечения гипертонической болезни, больные увеличивают свои шансы, если не на полное выздоровление, то на значительное улучшение состояния. Важно вести здоровый образ жизни, стараться избегать или хотя бы минимизировать физические и умственные перегрузки и стрессы!

Ни в коем случае нельзя заниматься самолечением, своими силами подбирая препарат для снижения давления. Только специалист, учитывая возраст, хронические заболевания и особенности организма больного может назначить лекарственное средство, которое поможет снизить артериальное давление, а главное – не навредит здоровью пациента.

*Подготовлено с использованием открытых Интернет-ресурсов
специалистами УЗ «Гродненский областной эндокринологический диспансер»*