

ჰიპერტონული დაავადების გავრცელება, რისკები და მათი მართვა

ნანა გვათუა¹ ნათია სხვიტარიძე²

საქართველოს უნივერსიტეტი, ჯანმრთელობის მეცნიერებათა და საზოგადოებრივი ჯანდაცვის სკოლა
¹სტუდენტი ბაკალავრი, ჯანდაცვის ადმინისტრირება; ²ხელმძღვანელი, ჯანდაცვის მენეჯმენტის დეპარტამენტის უფროსი, დოქტორანტი

არტერიული ჰიპერტენზია ერთ-ერთი ყველაზე ფართოდ გავრცელებული გულ-სისხლძარღვთა პათოლოგიაა და არტერიული წნევის მომატებას ნიშნავს. არტერიული წნევა ორგანიზმის ცხოველქმედების ერთ-ერთი პარამეტრია და მას ორი ძირითადი ფაქტორი განაპირობებს: გულის წუთმოცულობა და სისხლძარღვთა პერიფერიული წინააღმდეგობა. არტერიულ წნევას ორი მაჩვენებლით განსაზღვრავენ: სისტოლური წნევა და დიასტოლური წნევა. სისტოლურ წნევას განსაზღვრავს ის ძალა, რომლითაც გული სისხლს უმსხვილეს სისხლძარღვებში გადაისვრის, ხოლო დიასტოლური წნევა გულის მოდუნების პერიოდში არტერიათა კედლებზე მოქმედი ძალით განისაზღვრება. არტერიული ჰიპერტენზია დაავადებაა, რომლის დროსაც ვითარდება როგორც სისტოლური, ისე დიასტოლური წნევის მომატება. იმისდა მიხედვით, რამდენად არის მომატებული სისტოლური და დიასტოლური წნევის მაჩვენებლები, ლაპარაკობენ სხვადასხვა ხარისხის არტერიულ ჰიპერტენზიაზე: პირველი სტადია (მსუბუქი) სტადია; მეორე სტადია (საშუალო); მესამე სტადია (მძიმე). არსებობს არტერიული ჰიპერტენზიის ორი ძირითადი ფორმა: პირველადი, ანუ ესენციური ჰიპერტენზია ანუ ჰიპერტონული დაავადება და მეორადი (სიმპტომური) ფორმა. ესენციური ჰიპერტენზიის რისკ-ფაქტორებია: მემკვიდრეობითი განწყობა, ასაკი, ჭარბი წონა და სიმსუქნე, არარაციონალური კვება, დისლიპიდემია, მჯდომარე ცხოვრების წესი, დაბალი ფიზიკური აქტივობა, ალკოჰოლის ჭარბი მოხმარება, თამბაქოს მოხმარება, სტრესული სიტუაციის გადალახვის უუნარობა, შრომისა და დასვენების არასწორი მონაცვლეობა. რაც შეეხება მეორად არტერიულ ჰიპერტენზიას, იგი ვითარდება რომელიმე დაავადების ფონზე და უშუალოდ ამ დაავადების სიმპტომს წარმოადგენს. ასეთი დაავადებებია: თირკმლის პათოლოგიები, ენდოკრინული სისტემის დაავადებები, ნევროლოგიური დაავადებები, გულ-სისხლძარღვთა სისტემის სხვა დაავადებები. ამ შემთხვევაში არტერიული წნევის მაჩვენებლების ნორმალიზებისათვის აუცილებელია ძირითადი გამომწვევი დაავადების მკურნალობა. მეორადი არტერიული ჰიპერტენზიის შესაძლო გართულებებია: რეტინოფატია, ენდარტერიტი, გულის უკმარისობა, სტენოკარდია, ინფარქტი, ინსულტი და ა.შ. არტერიული ჰიპერტენზიის დიაგნოზის დასმის შემთხვევაში ძირითადად ინიშნება მედიკამენტოზური მკურნალობა. თუმცა, თუ წნევა გარკვეული ჯგუფის პრეპარატების მიღების შემდეგაც არ დარეგულირდა, შესაძლოა, გამოყენებული იქნეს მცირე ინვაზიური მეთოდები (კორონალური არტერიების შუნტირება სისხლის მიმოქცევის ხელოვნური აპარატის თანხლებით ან სისხლის ხელოვნური მიმოქცევის აპარატის გარეშე, მომუშავე გულზე, სარქველოვანი აპარატის პლასტიკა, პროთეზირება და ა.შ). არტერიული ჰიპერტენზიის პრევენციისთვის და მკურნალობის პარალელურად, აუცილებელი პირობაა მავნე ფაქტორების მკაცრად შეზღუდვა და ცხოვრების სწორი და ჯანსაღი რეჟიმის დაცვა: წონის დაკლება, ფიზიკური აქტივობა, მარილიანი და ცხიმოვანი საკვების შეზღუდვა, სიგარეტსა და ალკოჰოლზე უარის თქმა, ძილის რეჟიმის მოწესრიგება და ა.შ. დამატებით, 40-45 წელს ზემოთ მყოფმა ყველა ადამიანმა რეგულარულად უნდა აკონტროლოს არტერიული წნევა და საჭიროების შემთხვევაში დაუყოვნებლივ მიმართოს ექიმს.

საკვანძო სიტყვები: არტერიული ჰიპერტენზია, რისკ-ფაქტორები, ცხოვრების ჯანსაღი წესი.