У гипертонии есть три степени, каждая из которых сопровождается повышением систолического и диастолического давления и не проявляется какими-либо симптомами. По этой причине каждому человеку следует регулярно измерять давление.

Степени гипертонии

Все степени гипертонии определяются средним показателем двух или более измерений артериального давления, которые производятся при нескольких посещениях врача. В 2003 году комитетом JNC7 из трех степеней гипертонии было выделено две и обозначена более широкая стадия данного заболевания ─ гипертония второй степени.

Также были изучены границы артериального давления. У пожилых людей после 50-ти лет вероятность развития заболеваний сердечнососудистой системы увеличивается вдвое с каждым 20-ым пунктом систолического давления и с каждым 10-ым пунктом диастолического давления.

Комитетом JNC7 выделяются следующие степени гипертонии:

**Предгипертония**

Данное состояние характеризуется систолическим давлением от 120 до 139 и диастолическим давлением от 80 до 89. Предгипертония отмечается у людей с высоким риском развития гипертонии. Пациентам с предгипертонией для понижения давления врачи рекомендуют скорректировать образ жизни. Медикаментозного лечения при высоком давлении обычно не требуется. Лекарства для понижения давления могут быть назначены пациентам, страдающим сахарным диабетом и болезнями почек, а также в случаях, когда переход на здоровый образ жизни не дает положительных изменений.

Под здоровым образом жизни подразумевается похудение, отказ от вредных привычек, физическая активность, диета с низким содержанием соли и жиров.

**Гипертония 1 степени**

При систолическом давлении 140-159 или диастолическом давлении 90-99 диагностируется гипертония 1 степени.

При данном состоянии также рекомендуется изменить образ жизни и при необходимости принимать лекарства для снижения давления. Комитетом JNC7 признана эффективность тиазидных мочегонных препаратов. Мочегонные средства имеют свойство понижать артериальное давление, благодаря чему из организма выводится лишняя жидкость и соль. Такие препараты являются очень эффективными, практически не вызывают побочных эффектов и недорого стоят.

**Гипертония 2 степени**

При систолическом давлении выше 160 и диастолическом давлении выше 100 речь идет о гипертонии 2 степени.

При данном диагнозе требуется перемена образа жизни, отказ от вредных привычек, а также терапия мочегонными и другими препаратами от гипертонии.

Большинству людей, страдающих гипертонией, назначается прием одновременно нескольких лекарственных препаратов.

Врач планирует лечение гипертонии, исходя из ряда факторов, при этом обязательно учитывая наличие у пациента других заболеваний (болезней сердца, почек, сахарного диабета).

Так как гипертония любой степени не сопровождается какими-либо симптомами, каждому человеку следует регулярно следить за своим давлением и давлением своего ребенка.