

## ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕБІГУ АРТЕРІАЛЬНОЇ ГІПЕРТЕНЗІЇ В ЗАЛЕЖНОСТІ ВІД СПОСОБУ ЖИТТЯ НА СУЧАСНОМУ РІВНІ

*Матвієнко Г. В., магістрант*

*Науковий керівник - д-р мед. наук, проф. С. В. Попов  
СумДУ, кафедра сімейної медицини з курсом ендокринології*

Артеріальна гіпертензія є досить поширеним синдромом при серцево-судинних захворюваннях. Вона спостерігається більш ніж у третини працездатного населення України і є одним із головних факторів ризику розвитку атеросклерозу та його клінічних проявів: ішемічної хвороби серця, інфаркту міокарда і мозкових інсультів. Виникнення і перебіг АГ тісно пов'язані з наявністю факторів ризику: спадковість, психоемоційні навантаження, куріння, незбалансоване харчування (вживання надмірної кількості солі), надлишкове вживання алкоголю, надмірна маса тіла і малорухомий спосіб життя. Тому важливим є вивчення образу життя пацієнтів і вкрай важливим є визначити особливості перебігу артеріальної гіпертензії у залежності від образу життя.

**Метою дослідження** є вивчення особливості перебігу артеріальної гіпертензії, особливості розвитку ускладнень артеріальної гіпертензії в залежності від способу життя на сучасному рівні.

Було проаналізовано 40 літературних джерел. Розглянуто основний напрямок лікування артеріальної гіпертензії, зв'язок між способом життя пацієнтів та ступенем тяжкості ускладнень, механізм дії  $\beta$ -адреноблокаторів, тромболітичних препаратів, інгібіторів АПФ. Профілактичні заходи щодо артеріальної гіпертензії спрямовані на впровадження здорового способу життя і корекцію виявлених факторів ризику. Вони передбачають: обмеження вживання кухонної солі, зменшення маси тіла при її надлишку, обмеження вживання алкогольних напоїв, зменшення вживання насичених жирів, солодоців та холестерину, відмову від паління, підвищення фізичної активності в години дозвілля, психоемоційне розвантаження та релаксацію.

Таким чином спосіб життя має пряму залежність на перебіг артеріальної гіпертензії, тому профілактика на зміну способу життя є першим кроком проти артеріальної гіпертензії. Дотримання здорового способу життя є важливим фактором лікування артеріальної гіпертензії та профілактики розвитку ускладнень, і тому спосіб життя веде к достовірному зниженню загальної і серцево-судинної смертності.