



Министерство здравоохранения  
Калининградской области  
ГБУЗ «Центр медицинской профилактики  
и реабилитации Калининградской области»

Гипертоническая болезнь (артериальная гипертония) – широко распространенное заболевание, характеризующееся повышенным артериальным давлением – от 140 мм и выше мм рт. ст., не связанное с наличием патологических процессов, при которых повышенное артериальное давление обусловлено известными причинами. Чаше заболевание развивается в возрасте после 40 лет, хотя гипертония нередко встречается даже у подростков.

Хотя причины артериальной гипертонии остаются неизвестными в 90% случаев, тем не менее, известны определенные факторы, увеличивающие риск развития артериальной гипертонии.

### ФАКТОРЫ РИСКА:

- возраст (с возрастом риск увеличивается);
- наследственная предрасположенность;
- пол;
- курение, чрезмерное употребление алкоголя, соли;
- ожирение, недостаточная физическая активность;
- чрезмерная подверженность стрессам;
- заболевания почек;
- повышенный уровень адреналина в крови;
- врожденные пороки сердца;
- регулярный прием некоторых лекарственных средств.

### Классификация уровней артериального давления (АД)

Категория АД	Систолическое АД мм рт.ст.	Диастолическое АД мм рт.ст.
Оптимальное	Ниже 120	Менее 80
Нормальное	120-129	80-84
Пограничное нормальное	130-139	85-89
АГ 1-й степени	140-159	90-99
АГ 2-й степени	160-179	100-109
АГ 3-й степени	Более 180	Более 110

# СЕКРЕТ ДОЛГОЛЕТИЯ

Памятка  
для населения



